

Universidad Pedagógica Nacional



Unidad 092 Ajusco

Modalidad

Informe de prácticas profesionales

Intervención psicopedagógica para fortalecer habilidades sociales en una
estudiante del CETis No. 2 “David Alfaro Siqueiros”

Para obtener el título de

Licenciada en Psicología Educativa.

Presenta:

Abigail Herrera Tolentino

Asesora

Dra. Dulce María López Valentín

Mayo, 2022, CDMX

Agradecimientos

Onésimo

Por inculcar en mí la paciencia para avanzar en los proyectos, poco a poco uno va construyendo el camino con tu apoyo he podido hacerlo. Gracias por siempre apoyarme incondicionalmente, por tu amor y guía. Gracias por ser un papá presente y amoroso, como tú nadie. Dios me dé la dicha de poder brindarles una vida digna para ustedes.

Cristina

Por enseñarme a aprender de mí misma, a reconocer mis habilidades e impulsarme cada que me caía, por creer en mí y por amarme incondicionalmente y darme aliento en todo momento. Gracias por ser una mamá extraordinaria, cómo tú ninguna en el universo. Eres una mujer valiosa, inteligente y amorosa.

Karen

Por ayudarme, desvelarte en las noches para escuchar mis ensayos de exposiciones, por enseñarme valer mis necesidades, cómo te lo he dicho, en ti he aprendido cómo es ser una mujer fuerte y decidida.

Moisés

Por sentar cabeza junto conmigo. A pesar de las diferencias me has enseñado a madurar y ver las cosas de otro modo. Gracias por tu alegría y apoyo en momentos importantes de mi vida.

Bowie

Por acompañarme en las noches de desvelo de escribir, investigar, borrar, corregir, por brindarme tu cariño en momentos circunstanciales.

Andrés

Por enseñarme que la vida tiene diferentes perspectivas, hemos aprendido muchas cosas y yo he aprendido de ti. Para mí eres una de las personas más importantes en este trayecto llamada vida, espero que nuestros caminos se sigan cruzando que sigamos compartiendo y aprendiendo de nosotras mismas.

Raquel

Gracias por enseñarme que en la vida hay segundas oportunidades con la mano de Dios. Por impulsarme en cada trabajo de la universidad y por darme un significado tan hermoso de la amistad. Por hacer que mi estancia en la universidad haya valido la pena al conocer tan ser maravilloso como tú.

Mónica

No hay manera en que pueda agradecer el apoyo brindado. En ti, he encontrado un ser maravilloso, una amiga, un apoyo y una guía. Gracias por confiar en mí y por permitirme entrar en tu vida, sé que juntas construimos grandes cosas. Una excelente jefa, maestra, amiga y compañera.

Tere

Gracias por enseñarme, impulsarme, por creer en mí, por apoyarme, por cuidarme y procurarme. La admiro por quién es, su calidez humana, pasión y amor por lo que hace. Gracias por enseñarme cómo es hacer las cosas bien y por escucharme en mis días grises. Su luz alumbra para dónde quiera que vaya.

Angélica

Gracias por tu calidez, cariño y apoyo. Eres una persona extraordinaria, amorosa y sumamente inteligente.

Karla

De ti he aprendido la fortaleza para avanzar en esta vida, la dedicación y amor hacia la profesión. Gracias por esas aventuras, tardes, noches de felicidad y trabajo en la universidad.

Doctora Dulce

Gracias por su guía en este proceso, todas las personas llegan a nuestra vida por una razón cada uno te da una enseñanza, ya sea en tres años o unos meses, con usted he aprendido a organizarme, poner orden y ver el lado bueno de las situaciones.

Índice

Resumen	5
1. Introducción	6
2. Marco Referencial	9
2.1 Adolescencia	9
2.1.1 Desarrollo Físico	10
2.1.2 Desarrollo cognitivo	10
2.1.3 Desarrollo Psicosocial	11
2.1.4 Desarrollo de Identidad en la adolescencia	12
2.1.5 Desarrollo de Autoimagen en la Adolescencia	13
2.1.6 Desarrollo de Autoestima en la Adolescencia	14
2.1.7 Expresión Corporal	15
2.1.8 Fundamento para el uso de Intervención Psicopedagógica en Instituciones Educativas	16
2.1.9 Desarrollo de Autoconcepto en la Adolescencia	16
2.1.10 Adolescencia y Escuela	17
2.2. El Psicólogo Educativo en la vida adolescente	18
2.2.1 Importancia del Psicólogo Educativo	19
2.3 Habilidades sociales	20
2.3.1 Habilidades Sociales en la Adolescencia	21
2.3.2 Clasificación de Habilidades Sociales	22
2.3.3 Componentes de la Habilidad Social	23
2.3.4 Clasificación de personas con alta y baja habilidad social.	25
2.4 Intervención Psicopedagógica	26
2.4.1 Conceptualización de Intervención Psicopedagógica	26
2.4.2 Principios de la Intervención Psicopedagógica	27
2.4.3 Modelos de Intervención Psicopedagógica	27

2.4.4 Áreas de la Intervención Psicopedagógica	28
2.4.4.1 Área: Desarrollo Personal y Social	29
2.4.4.2 Habilidades para la vida	29
2.4.5 Psicólogo Educativo en el desarrollo de Intervención Psicopedagógicas	30
3. Procedimiento	32
3.1 Actividades realizadas en el escenario de práctica	32
Fase 1. Introducción al plantel y elección de área	32
Fase 2. Conocimiento del área de trabajo: Orientación Educativa	33
Fase 3. Actividades desarrolladas en el área de Orientación Educativa	33
3.2 Descripción del escenario	36
Contexto Escolar	36
Ubicación	36
Oferta Educativa	36
3.3 Descripción de la participante	37
Apariencia Física	37
Ambiente Familiar y Sociocultural	37
Historia Escolar	37
3.4 Problemática	38
3.5 Detección de necesidades	39
Componentes no verbales: mirada, expresión facial, gestos, postura:	39
Componentes verbales: conversación, contenido, duración del habla, retroalimentación:	39
Componentes paralingüísticos: Volumen de la voz, fluidez y velocidad:	39
3.6 Propósito	40
3.6.1 General	40
3.6.2 Específico	40
3.7 Diseño e implementación de las asesorías	41

3.7.1 Diseño	41
3.7.2 Implementación	42
3.8 Descripción de Actividades	43
3. 9 Resultados de la intervención	50
Conclusiones	65
Referencias	69
Anexos.	77
Anexo 1. Guía de entrevista	77
Anexo 2. Plan de actividades	81
Anexo 3. Evidencia de actividades	89

Resumen

La adolescencia es una etapa de constante cambio, transita por procesos cognitivos, físicos, sociales y culturales (Hidalgo y Ceñal, 2014). En este periodo los adolescentes se encuentran en una búsqueda constante por ser reconocidos por sus pares, factores como el autoconcepto, autoestima, identidad y las habilidades sociales, entre otras, son importantes durante este proceso. En este sentido, las habilidades sociales se convierten en un componente clave para que el adolescente se desarrolle óptimamente en los distintos ámbitos con los que interactúe, pues le permitirán generar vínculos afectivos, consolidar su identidad y autorregular su comportamiento (Lillo, 2004; Gaete, 2015).

Por tal motivo, el objetivo de esta tesis fue implementar una intervención psicopedagógica que fortaleciera las habilidades sociales de una estudiante de tercer semestre del Centro de Estudios Tecnológicos y de Servicios No. 2 “David Alfaro Siqueiros”. Este trabajo responde a una necesidad solicitada por la madre de la estudiante. A partir de la técnica de observación y entrevista semiestructurada detecté las necesidades de la estudiante. Posteriormente las actividades propuestas por la futura Psicóloga Educativa permitieron a la estudiante involucrarse en un proceso de reflexión en cuanto a la importancia de las relaciones sociales, observar cómo se conducen las demás personas, la importancia de expresar o interactuar con los otros, permitieron obtener resultados favorables, pues se observó un cambio en las conductas de la estudiante, tales como expresar pensamientos, hablar en público, hablar claro, entre otras. Como conclusión de la intervención se presentan algunas sugerencias que buscan promover la intervención psicopedagógica como estrategia para promover habilidades sociales, autoconcepto e identidad.

1. Introducción

Uno de los fines de la educación en México es garantizar a los estudiantes una educación de calidad, así mismo formar estudiantes con las capacidades necesarias para integrarse con éxito a la vida productiva (Secretaría de Educación Pública, 2016). En este sentido, las habilidades sociales son parte fundamental del desarrollo integral de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Ya que la manera en la que interactúan los jóvenes en la sociedad estará determinada por las habilidades sociales que posean. La escuela como uno de los primeros medios de socialización, permite que los niños y niñas no solo se apropien de contenidos, sino que también puedan desarrollar habilidades que les permitan interactuar con sus pares.

En el último modelo educativo (SEP, 2016), se considera a las habilidades socioemocionales como parte del perfil de egreso, es así que en el nivel medio superior se propone trabajar con el programa Construye-t. Este programa busca mejorar ambientes escolares y promover el aprendizaje de las habilidades sociales y emocionales de los jóvenes de educación media superior, por lo que se diseñan actividades didácticas con los estudiantes, buscando desarrollar las siguientes habilidades, autoconocimiento y autorregulación, conciencia social y colaboración, toma responsable de decisiones y perseverancia (Construye t, 2019).

Sin embargo, el programa no ha tenido gran impacto, pues quienes imparten el taller son docentes que no se encuentran capacitados para abordar los temas señalados y tampoco llevan un seguimiento adecuado. Ya que como menciona el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD, 2016) los docentes no están familiarizados con actividades que promueven las habilidades socioemocionales y desarrollo personal, por otro lado, también se menciona que el programa Construye-t no es tan conocido por la comunidad estudiantil, pues sólo el 46% conocen los objetivos, esto resulta ser una barrera para llevar a cabo los contenidos correctamente.

Otro punto importante es que a pesar de los programas que promueve la Educación Media Superior para mejorar la convivencia escolar y desarrollar habilidades en los adolescentes, existen estudiantes que son introvertidos y por lo tanto, tienen dificultades para interactuar con sus pares y estos programas no les son suficientes. Por lo que necesitan una atención personalizada basada en sus necesidades.

Estas razones se toman en cuenta para implementar actividades que fomenten el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes, pues se ha demostrado que inciden en su rendimiento académico. Ya que de acuerdo con Caballo (2007) las habilidades sociales permiten al sujeto desenvolverse en contextos en el que se expresan emociones, sentimientos, actitudes de una forma acorde a la situación. Por otro lado, Betina y Contini (2011) mencionan que la falta de habilidades sociales promueve la aparición de comportamientos disfuncionales en el ámbito familiar y escolar.

Es así que durante las prácticas profesionales que se llevaron a cabo durante el séptimo y octavo semestre en el Centro de Estudios Tecnológicos No. 2 “David Alfaro Siqueiros” tuve la oportunidad de trabajar con una estudiante que mostraba conductas que le impedían interactuar con sus compañeros de clase y profesores. En un inicio fue una necesidad solicitada por la madre de familia, sin embargo, a través del diagnóstico se confirmaron las necesidades de la estudiante. Por lo que, el objetivo general de este trabajo fue implementar una intervención psicopedagógica que fortaleciera las habilidades sociales de una estudiante de tercer semestre del Centro de Estudios Tecnológicos No. 2 (CETis 2) “David Alfaro Siqueiros”. El proceso para llevar a cabo la intervención consistió principalmente en conocer a la estudiante y su contexto a través de una entrevista, posteriormente al detectar las necesidades se comenzó a recabar información para diseñar actividades que pudieran fortalecer las habilidades sociales de la estudiante. Finalmente se intervino con la estudiante dentro de las instalaciones del CETis 2.

Desde el punto de vista de la Psicología Educativa, la intervención que se presenta tiene relación con uno de los espacios en que el profesional actúa, pues según Coll (2001), el psicólogo educativo puede intervenir en el área de servicios de orientación educativa y psicopedagógica. Así mismo, es importante mencionar que la intervención psicopedagógica es una de las principales estrategias mediante la cual el psicólogo actúa en el campo educativo, pues esta actividad se relaciona con la manera en cómo aprenden y se desarrollan las personas y lo que se busca es inducir un cambio en el comportamiento o pensamiento de una persona (Coll, 1996).

Los conocimientos adquiridos durante la formación académica universitaria de asignaturas como socialización, psicología evolutiva de la adolescencia, comunicación e interacción social, procesos de grupo, evaluación psicopedagógica, orientación y apoyo psicopedagógico, entre otras, permitieron llevar paso a paso la intervención. Tomando en

cuenta que la Psicología Educativa estudia las conductas, interacciones, procesos de aprendizaje, abordar el tema de habilidades es relevante puesto que éstas forman parte de la vida de todo ser humano, dentro y fuera de espacios educativos. En este sentido, el presente trabajo se aborda desde un marco socio constructivista, pues el aprendizaje se da por procesos de comunicación entre pares, es así que en el ámbito educativo, las habilidades sociales son de suma importancia ya que puede ser un predictor significativo del rendimiento académico, ya que favorecen la efectividad de las interacciones que el sujeto establece con los demás (Betina, 2012).

En este sentido, la intervención del psicólogo educativo en el desarrollo de las habilidades sociales puede lograr que los estudiantes puedan comunicarse asertivamente, expresar sus necesidades, pensamientos, desarrollar relaciones sanas y trabajar en equipo, por ejemplo.

Es así como el presente trabajo se desarrolla en cuatro apartados, el primer apartado se centra en mostrar los referentes teóricos que permitieron apoyar el desarrollo de la intervención, en éste se aborda el tema de la adolescencia, pues los referentes dan un panorama sobre los aspectos que se deben de tomar en cuenta en esta etapa de vida. Otro tema significativo que se plantea, es el de habilidades sociales, se describen de manera breve la importancia de éstas en la vida del adolescente, su clasificación y componentes. Para dar sustento a la intervención se expone la conceptualización de la intervención psicopedagógica, sus principios, modelos y áreas de acción. Para finalizar el apartado se aborda de manera breve el tema de expresión corporal, se plantea la importancia de incluir estas actividades como complemento curricular para el desarrollo personal, mencionando los beneficios que brindan a los estudiantes.

El siguiente apartado muestra el procedimiento que comprende las actividades desarrolladas en el Centro de Estudios Tecnológicos No. 2 “David Alfaro Siqueiros”. Siendo una de ellas la intervención psicopedagógica con la estudiante anteriormente mencionada. Se da un panorama general sobre el lugar de intervención, así como de la participante, posteriormente se muestra la problemática, los propósitos generales y específicos que se determinaron a partir de la detección de necesidades que se describen, al finalizar este apartado se describen las actividades desarrolladas, así como el análisis de resultados.

En el tercer apartado se exponen las ideas finales a las que se llega, identificando los alcances y limitaciones de la intervención, así mismo describo algunas sugerencias reflexivas

sobre mi papel como practicante y futura Psicóloga Educativa. Este trabajo se complementa con el apartado de referencias y anexos que se muestran al final de la tesis.

2. Marco Referencial

En este apartado se hará un breve recorrido sobre los temas que fueron punto de partida para la intervención diseñada y realizada, como primer tema se aborda la adolescencia y sus principales características, después se hace un breve recorrido por las habilidades sociales y expresión corporal, finalmente se mencionan las características principales de la intervención psicopedagógica.

2.1 Adolescencia

La concepción etimológica de la palabra Adolescencia es derivada del verbo participio *adolescere* que significa *crecer* y *desarrollarse* (Ayelo, s.f). Por lo que implica procesos de adaptación y cambios en la dimensión física, cognitiva, emocional, ideológica y cultural.

A lo largo del tiempo la adolescencia se ha visto de distintas maneras, la mayoría la definen como una etapa por la que transitan los jóvenes de forma homogénea. Existen distintas perspectivas que definen a la adolescencia, en el presente trabajo se aborda desde una perspectiva socio constructivista, pues se considera que la adolescencia es la construcción de un tejido social que se va gestando de acuerdo con el contexto social, histórico y cultural (García y Parada, 2018). Entendiendo “tejido social” como un conjunto de actos que reconstruyen relaciones significativas que determinan una forma de ser, convivir, compartir, interactuar y comportarse en distintos ámbitos como el familiar, comunitario, personal (Romero, 2005).

Desde este punto de vista, se entiende que el ser humano se desarrolla a partir de las interacciones sociales de determinada cultura, así mismo existen distintos significados sobre cómo es ser un adolescente, ya que no es lo mismo ser adolescente de México u otro país de los años 50's a ser un adolescente de las generaciones actuales. Hay diferencias sociales, culturales, zona geográfica, etc.

Cada sociedad atribuye categorías al nombre del ser adolescente y de alguna manera, esta concepción crea realidades en los jóvenes, interiorizando y apropiándose de estas definiciones tales como pensar que la adolescencia es un estado de crisis constante,

incomprensión, mala toma de decisiones, situación de riesgo, altos y bajos estados de ánimo, inseguridad propia, entre otros.

Sin embargo, bajo esta perspectiva se considera que, a partir de las interacciones sociales, el aprendizaje que obtenemos a partir de ello y de la observancia, los individuos se desarrollan potencialmente en el ámbito social, emocional, psicológico y cognitivo (Rafael, 2008). A continuación, se hará una breve descripción sobre el desarrollo del adolescente en cada ámbito: social, físico, cognitivo y psicológico.

2.1.1 Desarrollo Físico

La formación de la idea de la adolescencia se percibe a partir de concepciones generadas por naciones hegemónicas en el aspecto político, científico y cultural (Meza, 2018). En este apartado se abordan las principales características que los científicos han señalado respecto a esta etapa del desarrollo humano, es importante mencionar que los cambios físicos pueden depender de la zona geográfica o la cultura en que están inmersos, pero la realidad es que la mayoría de los individuos presentan estos cambios.

Los cambios físicos más relevantes como el desarrollo de caracteres sexuales secundarios, cambios hormonales, aumento de estrógenos y testosterona, aumento de sensibilidad, neuroendocrinos que ponen en marcha modificaciones corporales, producción en el hipotálamo de hormona del crecimiento (Lillo, 2004; Hidalgo y Ceñal, 2014).

En este periodo de vida se presentan notables cambios físicos, transformaciones psicológicas y sociales. En el aspecto físico el adolescente se encuentra notablemente sano, sin embargo, en el aspecto psicológico y social puede ser el período más problemático y de alto riesgo psicosocial (Hidalgo y Ceñal, 2014).

2.1.2 Desarrollo cognitivo

Al hablar del desarrollo cognitivo, inmediatamente en el área psicológica se remontan a los trabajos de Piaget, éste sostiene que el adolescente transita del pensamiento concreto al abstracto con proyección de futuro en una edad de 15 a 16 años. Sin embargo, se ha demostrado con distintas investigaciones que hasta la edad entre 25 a 30 años no se alcanza el pensamiento concreto abstracto que menciona Piaget (Hidalgo y Ceñal, 2014).

Bajo este panorama es importante mencionar que el desarrollo cognitivo superior no depende de la maduración biológica sino del entorno que rodea a los jóvenes, ya que como menciona Vygotsky (Lucci, 2006) las funciones mentales superiores se adquieren y se desarrollan a través de la interacción social, es decir, cuando hay interacción con las personas que le rodean las habilidades innatas o elementales se transforman en funciones mentales superiores como el pensamiento crítico, toma de decisiones, razonamiento y consciencia.

El desarrollo cognitivo se comprende a partir de la unidad de la psique y la actividad humana en sociedad, como ejemplo se pueden tener dos casos, por un lado, un niño ubicado en situación económica difícil, por otro, un niño de la zona exclusiva de la ciudad. Alguno desarrollará habilidades sociales o de pensamiento más que otro y esto se puede deber a las interrelaciones afectiva, social, emocional, moral, intelectual. Con esto se cree que el funcionamiento mental de una persona se entiende examinando los procesos culturales, sociales en el que está inmerso (Vielma y Salas, 2000).

2.1.3 Desarrollo Psicosocial

El Desarrollo Psicosocial es un proceso de transformaciones en una interacción constante del adolescente con el ambiente tanto físico como social en el que se desenvuelve, durante este proceso el adolescente tiene cambios de pensamiento, lenguaje, emociones, sentimientos y la forma en que se relaciona con los demás. El adolescente va formando una visión del mundo de la sociedad y de sí mismo.

Ningún esquema de desarrollo psicosocial puede aplicarse a todo adolescente, pues cada individuo vive un proceso distinto en cuanto al crecimiento, desarrollo psicológico, biológico y social (Gaete, 2015).

Se considera que el concepto de adolescencia es abordado desde distintas ciencias, puesto que se trata de un proceso de cambio que incluye no solo el aspecto físico sino un entramado de situaciones complejas de asimilar, como lo son las relaciones con su medio social donde habita, la percepción de su realidad se ve en constante transformación y con ello la autopercepción que tiene de sí mismo se ve afectada (Lillo, 2004).

El desarrollo de los adolescentes implica tener contacto con nuevos contextos e interacciones sociales, estas situaciones sociales requieren nuevas habilidades y

competencias mismas que ellos irán desarrollando y fortaleciendo a lo largo de su desarrollo psicosocial. Esta etapa de desarrollo es clave para la consolidación de la persona, de sus creencias, valores, fortalezas personales, construcción de la identidad (Aldeas Infantiles SOS Internacional, 2017). Parte importante para el desarrollo del adolescente es tener o formar una red de apoyo de familiares o amigos que influyan de forma positiva, esto promueve un desarrollo exitoso o evitar que el adolescente se encuentre en una situación de riesgo (Ocasita y Uribe, 2010).

Los cambios psicosociales se relacionan con la formación de la identidad, tomar conciencia de su imagen corporal, lidiar con no cumplir con lo socialmente establecido por lo que les es difícil aceptar su imagen corporal, establecer relaciones con amigos, establecer identidad sexual, vocacional, moral y del yo (Hidalgo y Ceñal, 2014). En esta etapa los adolescentes tienen miedo de quedar en ridículo ante sus pares (Ives, 2014).

Sin embargo, durante este proceso de desarrollo pueden existir distintos factores que influyen en su desarrollo psicosocial tales como factores biológicos, psicológicos y sociales, la historia de vida en un determinado momento histórico que cada persona que vive, la historia de vida personal, entre otros (Aldeas Infantiles SOS Internacional, 2017).

2.1.4 Desarrollo de Identidad en la adolescencia

Una tarea central en la etapa de la adolescencia es la constante búsqueda y consolidación de la identidad. En este sentido, se considera a la identidad como un proceso auto reflexivo en el que los sujetos piensan, definen y aceptan sus diferencias con respecto a otros sujetos, auto asignándose un repertorio de atributos culturales generalmente valorados. Esta identidad se conforma por cuatro elementos indispensables, atributos de pertenencia social, atributos particulares que determinan la unicidad idiosincrásica del sujeto, la historia de vida que muestra la particularidad de experiencias y el reconocimiento de los demás, es decir cómo se percibe al individuo en el contexto (Giménez, 2010).

Durante la conformación de la identidad en la adolescencia se ven involucrados aspectos como la aceptación del propio cuerpo, personalidad, identidad sexual, vocacional, definir una ideología personal que incluya valores propios (Gaete, 2015).

Con lo anterior mencionado se puede sostener que en el proceso de conformación de la identidad en la adolescente puede posicionarlo en un estado de riesgo, puesto que el adolescente busca dos aspectos importantes uno de ellos es la pertenencia social y el ser reconocido, esto lo lleva a experimentar relacionarse con distintos grupos de pares. La decisión de relacionarse con grupos pares dependerá de los atributos particulares que el adolescente tenga de sí mismo.

En este sentido, el autoconcepto y autoimagen se relacionan con la conformación de la identidad, puesto que a partir de los atributos culturalmente establecidos como son, atributos físicos, cualidades personales y sociales, el adolescente estará en un proceso valorativo de sí mismo, estableciendo una diferencia entre él y los demás para que se sienta reconocido. Es tarea de uno mismo lograr consolidar la identidad, sin embargo, es importante guiar a los adolescentes en este proceso.

2.1.5 Desarrollo de Autoimagen en la Adolescencia

Hoy en día, la autoimagen se puede ver afectada por las redes sociales, tales como son Facebook, Instagram, Youtube, Tik Tok, entre otras. Ya que se establecen parámetros de belleza, debido a que generalmente las personas que tienen más éxito en las redes muestran determinadas características físicas, estilos de vida, comportamientos y actitudes. Los adolescentes con su deseo de sentirse parte de algún grupo que les genere significado van a buscar ser muy parecidos a estos individuos conocidos como “influencers”. Es por eso que en este periodo de vida tienen una gran inseguridad sobre sí mismos, se preocupan por su apariencia y buscan parecerse a sus ideales, con gran interés por hacer de su cuerpo más atractivo (Hidalgo y Ceñal, 2014).

La manera en que adquieren la imagen corporal depende de cuatro puntos que establece Lillo (2004, p. 69):

- 1) La percepción subjetiva del aspecto físico, en este proceso de vida, el individuo adquiere un nuevo valor con su cuerpo, el sexual y afectivo.
- 2) Las relaciones de objeto y configuraciones internas, se refiere a un proceso continuo en el que el adolescente se ve implicado, a partir de la interacción con el entorno el

adolescente genera experiencias de vida que, a su vez, éstas se interiorizan en el individuo desarrollando habilidades, pensamientos favorables o no sobre sí mismo.

- 3) Su entorno, el adolescente valora su cuerpo a medida de la percepción de las personas significativas en su vida, si esto les satisface a los demás favorece su autoimagen, por lo que se muestra vulnerable ante la aprobación o desaprobación de los demás.
- 4) Imagen corporal ideal, el adolescente se compara constantemente con una imagen corporal socialmente establecida.

2.1.6 Desarrollo de Autoestima en la Adolescencia

La autoestima es un elemento vital en todo ser humano, pero especialmente en la adolescencia, se considera que es uno de los períodos más críticos para el desarrollo de una autoestima (Díaz, Fuentes y Senra, 2018). Debido a los cambios cognitivos, emocionales y sociales, les es más complicado construir una identidad sólida con estima favorable. Por lo que, dentro de las instituciones, es necesario que los agentes educativos promuevan intervenciones que fortalezcan una estima positiva en los adolescentes.

La atención a dicho tema posibilita prevenir problemas sociales y personales, tales como trastornos alimenticios, atentar contra su vida, depresión, aislamiento social, abandono escolar, consumo de drogas, violencia escolar, bullying, bajo rendimiento académico, etc., (Prieto et al, 2005; Moreno y Ortiz, 2009; Ruíz, et. al, 2014; Honorato et al, 2019). Por lo que se considera que impulsar a construir una valía positiva de sí mismos permitirá a los jóvenes adaptarse de forma social y emocional.

La autoestima en la adolescencia se va construyendo a partir de su entorno, de las relaciones interpersonales con su familia, compañeros en clase, redes sociales, medios de comunicación; el adolescente se encuentra en conflicto cuando hay estándares establecidos de la persona perfecta con un cuerpo tonificado, piel blanca, sana, con estatus social. Y sí el adolescente no tiene claro lo que vale por sus habilidades, cualidades, aspectos físicos, psicológicos; constantemente va a tener dificultades para construir relaciones sanas en el ámbito personal, social, laboral y académico.

2.1.7 Expresión Corporal

Desde el punto de vista de comunicación se considera a la expresión corporal como un medio que a través de códigos y movimientos del cuerpo se comunica consigo mismo, con los otros y su entorno (Blanco, 2009). A partir de una serie de concepciones sobre la expresión corporal, Blanco (2009) concluye con que la expresión corporal no solo es comunicación sino también es conocimiento y expresión de sí mismo en la construcción del individuo.

Considerando que la expresión corporal es un medio por el cual la persona manifiesta pensamientos, sentimientos, emociones y su estado emocional. Aprender a ser conscientes de nuestro propio cuerpo puede ayudar a fomentar el autoconocimiento, autoestima, valorar y comprender el mundo que nos rodea.

Se ha implementado la expresión corporal en el ámbito educativo para el fomento de capacidades o habilidades, tales como la capacidad de disfrute y alegría, desinhibición, disponibilidad, respeto, comunicación, interiorización, cooperación, confianza, sensibilidad, desarrollo de la atención, etc., (Vázquez y Tamayo, 2004).

Así mismo, la inclusión de actividades de expresión corporal puede fomentar la expresión de emociones, habilidades sociales, toma de decisiones y manejo de las relaciones interpersonales, ya que como menciona Gallo (2010) el cuerpo tiene en esencia los sentidos, percepción sensorial, pero el cuerpo también habla conforme sus gestos, movimientos, posturas, palabras, poses y silencio.

Desde este punto de vista, Escudero (2017) considera que hay que tomar en cuenta una serie de elementos que ayudan a superar inhibiciones y a expresar un lenguaje corporal propio, estos son la postura, el gesto, la voz, respiración, la expresión facial y mirada, el fortalecimiento de ejercicios de estas áreas permitirán que la estudiante desarrolle la habilidad para poder expresarse, transmitir sus ideas, estado de ánimo o emociones y concentrarse en los espacios sociales en los que se mueve.

2.1.8 Fundamento para el uso de Intervención Psicopedagógica en Instituciones Educativas

El sustento de esta intervención parte de la idea de que las y los jóvenes que participan en intervenciones centradas en ofrecer estrategias de autoconfianza, autoestima, seguridad, capacidad de compartir y habilidades sociales son más sanos, seguros en sus relaciones, además de que presentan una actitud más positiva y constructiva hacia la vida (Ramírez y Henao, 2011).

Por lo que en la presente contribución me enfoqué en fortalecer las habilidades sociales, pues se considera como pilar para el desarrollo de otras competencias como son expresarse, comunicarse asertivamente, trabajar en equipo, aprender a ser consigo misma para poder convivir con los demás.

2.1.9 Desarrollo de Autoconcepto en la Adolescencia

El autoconcepto forma parte del desarrollo integral del adolescente, pues la percepción que tiene de sí mismo influye en el comportamiento que se tiene con los demás. Existen distintas percepciones acerca del autoconcepto. González (1999) lo concibe como el conocimiento y creencias que el sujeto tiene de sí mismo en la dimensión corporal, psicológica, emocional y social. Mientras que Pérez (2019) lo define como un conjunto de elementos que una persona utiliza para describirse a sí misma, el concepto de sí mismo tiene relación directa con la autoeficacia, ya que presupone conocer las propias capacidades y limitaciones personales. Por otro lado, García (2013) sostiene que el autoconcepto no es innato y que se va desarrollando, además de que favorece la propia identidad, influye en el rendimiento, condiciona expectativas, motivación y contribuye al equilibrio psíquico. A medida que el adolescente tenga un concepto favorable de sí mismo influirá en la forma de apreciar sucesos, objetos y personas del entorno.

Escorcía y Mejía (2015) sostienen que el autoconcepto suele estar relacionado con el nivel cognitivo, emocional, afectivo, conductual y los factores que lo determinan son la actitud, motivación, esquema corporal, concentración y aptitudes. Así mismo, relacionan el autoconcepto con la identidad que el adolescente construye para su propia consciencia a partir de las experiencias, aspecto físico, opiniones de los demás, relaciones interpersonales y grupos sociales a los que pertenece. También resulta relevante mencionar que el autoconcepto tiene relevancia en la formación de la personalidad (Cazalla y Molero, s.f), este

patrón de rasgos emocionales, cognitivos y comportamentales tiene que ver con la competencia social, entendiendo que lo que el adolescente piensa de sí mismo, se refleja en cómo se siente, valora, piensa, aprende y se comporta con su entorno social.

Es necesario que los estudiantes consoliden su concepción de sí mismos, la mejor manera de hacerlo es promover actividades que permitan interactuar entre los estudiantes, nutriendo su concepto de sí mismos de forma realista en la que reconozcan sus virtudes, pero también los defectos. Pensar que los defectos son un área de oportunidad, de esta forma construirán en ellos autoapreciación.

2.1.10 Adolescencia y Escuela

Se ha mencionado que los patrones de pensamiento del individuo son producto de las instituciones culturales y actividades sociales (Martínez, 1999), en este sentido una de las instituciones culturales es la escuela ya que tiene una función socializadora, pues es el lugar en el que los estudiantes pasan gran parte del día, es así que uno de los deberes de la escuela, es potenciar el proceso de socialización y construcción de identidad personal (Serrano y Pons, 2011).

Así mismo tiene como fin potenciar habilidades, competencias para lograr un desarrollo integral de los adolescentes, tales como habilidades sociales, habilidades cognitivas y habilidades académicas. También busca desarrollar en los estudiantes conocimientos significativos para que sean internalizados y apropiados.

La escuela es uno de los pilares importantes en el proceso de socialización, interviene en el desarrollo de funciones superiores tales como el pensamiento crítico, lenguaje, razonamiento, memoria y toma de decisiones (Vielma y Salas, 2000). Uno de los aspectos que son importantes en la escolarización de los adolescentes es la actitud, mantener una actitud positiva hacia el conocimiento motiva a los estudiantes a aprender, querer acercarse más a los contenidos logrando generar diversas percepciones (Romero et al, 2014).

Generalmente la etapa de adolescencia se presenta en el nivel básico de secundaria hasta la universidad, sin embargo, este trabajo se aborda desde el nivel de Educación Media Superior. Este nivel busca que los jóvenes que concluyeron su secundaria con éxito continúen con su preparación académica, la Secretaría de Educación Media Superior ha desarrollado y

aplicado diversos programas que buscan darle solución a muchas problemáticas que se presentan año con año en este nivel, tales como el abandono escolar, violencia, ansiedad, bajo rendimiento académico, problemas emocionales, socio afectivos, baja autoestima, entre otros. Es por eso que en este nivel se busca reforzar el proceso de formación de la personalidad mediante la adopción de valores y el desarrollo de actitudes para la vida en sociedad (Monroy, Contreras y Miechimsky, 2014).

La labor del psicólogo educativo se ha visto envuelta en atender los problemas anteriormente mencionados, diseñando y estableciendo distintas estrategias, tomando en cuenta las características de los estudiantes y de los cambios sociales que se producen año con año.

2.2. El Psicólogo Educativo en la vida adolescente

Durante la licenciatura en Psicología Educativa se analizaron los procesos evolutivos que abarcan desde la niñez hasta la vejez, en este sentido el Psicólogo Educativo comprende, entiende y analiza el proceso evolutivo de la adolescencia, estudiando el marco general de esta etapa, en el desarrollo cognitivo, social, personal y físico.

El trabajo como Psicólogo Educativo es comprender el proceso evolutivo y, a su vez, el educativo, tomando en cuenta el entorno social en el que se encuentran los niños, jóvenes, adultos mayores. De esta manera su formación va dirigida a participar en instituciones educativas con todo tipo de población, en este caso se mencionan algunas de las funciones que puede desempeñar el psicólogo educativo y que son de apoyo para los jóvenes de Educación Media Superior:

El psicólogo educativo:

- Participa en la búsqueda de soluciones a los problemas tanto académicos como conductuales.
- Guía a los docentes y directivos de la escuela sobre estrategias que se pueden tomar para dar solución a problemas que se presentan en las instituciones educativas, así mismo en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

- Estimula la creatividad, motivación hacia los aspectos académicos, tanto de docentes como de estudiantes.
- Ofrece una formación constante y colectiva a manera de talleres relacionados con la formación académica a los agentes educativos, entre ellos a los padres de familia.
- Diagnóstica y proporciona alternativas adecuadas para los estudiantes que presentan dificultades en su desarrollo psicoafectivo, cognitivo, físico y sociocultural.

(Arvilla, Palacio y Arango, 2011, pp. 259-260).

En este sentido, la labor del Psicólogo Educativo en el desarrollo del adolescente es de suma importancia, pues su labor abarca distintas áreas que con su apoyo nutre la calidad en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Primero observa el contexto educativo, determina problemáticas, diagnostica para intervenir y así brindar un acompañamiento con los agentes educativos para dar solución a las dificultades que se presentan con los estudiantes; preocupándose por las necesidades de los estudiantes y apoyando a su desarrollo integral.

2.2.1 Importancia del Psicólogo Educativo

Existe un problema en México, puesto que solo en instituciones privadas cuentan con un área o departamento de Psicopedagogía. Por lo que continúa una brecha de desigualdad entre la educación pública y privada. Aún no se concibe la participación del Psicólogo Educativo como un elemento esencial, reflexivo, competente en instituciones de educación básica, media y superior. Como mencionan Cabrera, Mendoza y González (2015) el gobierno provoca que la inserción del Psicólogo se vea menospreciada y desvalorizada.

La Psicología Educativa en un inicio se especializaba en el ámbito de la educación especial, con el paso del tiempo, las áreas de intervención comenzaron a incursionar en la formación del profesorado, planificación educativa, diseño curricular y evaluación (Delgado, Pérez y Cortés, 2014). Sin embargo, ha sido poco reconocida como una de las necesidades sociales más importantes dentro del ámbito educativo.

Este agente educativo influye en el desarrollo integral de la educación ya que su trabajo gira en torno a diagnosticar, intervenir, hacer derivaciones oportunas a partir de las necesidades de la comunidad escolar. La Psicología Educativa como una disciplina multiparadigmática ha tenido gran alcance y relevancia, por lo cual es una de las necesidades esenciales para las instituciones educativas, su intervención va dirigida a mejorar el proceso educativo y, en ese sentido, alcanzar una calidad educativa (Hernández, 2009). Como mencionan Beltrán y Pérez (2011) la Psicología Educativa contribuye en gran medida a las instancias educativas ya que ha convertido a la enseñanza en una ciencia, con el paso del tiempo le ha dado distintos enfoques a la práctica docente y práctica estudiantil, pero también la Psicología Educativa permite comprender los problemas sociales y estimula la participación de todos en la transformación social (Sánchez, González y Zumba, 2016).

El Psicólogo Educativo abarca distintas áreas, no solo se enfoca en los estudiantes sino también en agentes educativos implicados como docentes, padres de familia, directivos, administrativos, grupos sociales, instituciones ya que dentro de sus funciones se encuentran la asesoría, mediación, orientación, investigación, intervención, evaluación, diseño, diagnóstico, planificación, actualización de programas y adecuación curricular (Pérez, 2010).

2.3 Habilidades sociales

El estudio de las Habilidades Sociales ha tenido un largo recorrido, de acuerdo con Caballo (2007) existe una carencia en la definición establecida sobre las habilidades sociales, pues su conceptualización en un inicio los estudios las catalogaban como una expresión de personalidad, conducta asertiva, libertad emocional, efectividad o competencia personal, es hasta mediados de los años setenta que en Inglaterra se comenzó a usar el término de Habilidades Sociales (Caballo, 2007).

Las investigaciones realizadas en cada época lograron nutrir el campo de las habilidades sociales. Actualmente el tema es relevante ya que influye en distintas áreas de la vida de las personas, tales como el área escolar, laboral, interpersonal, intrapersonal, entre otras.

La conceptualización de Habilidad Social difiere en distintas culturas, ya que depende de la situación, objetivo, actitudes, creencias, capacidades del sujeto, respuesta o

consecuencias. Caballo (2007) estima que para definir la habilidad social es importante considerar dos aspectos, la expresión del sujeto como son opiniones, sentimientos, deseos y el refuerzo social. Es así como considera que “La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas” (Caballo, 2007, p. 17).

Las habilidades sociales se aprenden y se enseñan, las teorías que fundamentan esto son la teoría social del aprendizaje de Bandura y la teoría conductual de Skinner, en la primera se entiende que el sujeto observa a sus iguales y modela conductas verbales o no verbales para finalmente apropiarse de éstas, en la segunda, los círculos sociales del sujeto como la familia, amigos o escuela refuerzan o castigan conductas logrando que éstas se pulan o disminuyan (Caballo, 2007). Así mismo, Betina (2012) menciona que la intervención para el desarrollo de las habilidades sociales tiene fundamentación en el aprendizaje social puesto que parte importante de la intervención consiste en observar un modelo de conductas adecuadas, practicarlas en situaciones reales y variadas.

2.3.1 Habilidades Sociales en la Adolescencia

Las habilidades sociales se vuelven necesarias para la vida del adolescente, pues les permite generar vínculos efectivos, consolidar su identidad, autorregular su comportamiento, adoptar roles, conformar la concepción que tienen de sí mismo y así asignarle un valor (Betina y Contini, 2011).

Como seres sociales, la importancia de desarrollar habilidades sociales es fundamental, puesto que en todos los círculos en que nos movemos hay interacción. Por esta razón, los adolescentes merecen desarrollarse en ambientes socialmente estimulantes y de esta manera lograr un clima de convivencia sano que permita la óptima interacción.

Sin embargo, hay estudiantes que a pesar de que en la escuela se promueven actividades colaborativas, a algunos se les dificulta interactuar con sus compañeros o docentes, esta dificultad surge a partir de su historia de vida, es decir de las relaciones socio

afectivas primarias. Esto de alguna manera les va a impedir gozar de las experiencias escolares de aprendizaje que les ayudarían a adquirir habilidades interpersonales sanas (Sanchiz, 2009).

Como agentes educativos debemos pensar en diseñar e implementar actividades que motiven el desarrollo de las habilidades sociales, en este sentido resulta relevante mencionar la clasificación de las habilidades sociales, pues sirven como base para el diseño de la presente intervención.

2.3.2 Clasificación de Habilidades Sociales

Existen diversos autores que han clasificado las habilidades sociales, sin embargo, Caballo (2007, pp.19-20) hace un amplio recorrido sobre las respuestas conductuales que abarcan las habilidades sociales y establece doce:

1. Hacer cumplidos
2. Aceptar cumplidos
3. Hacer peticiones
4. Expresar amor, agrado y afecto
5. Iniciar y mantener conversaciones
6. Defender los propios derechos
7. Rechazar peticiones
8. Expresar opiniones, incluido el desacuerdo
9. Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado
10. Petición de cambio de conducta del otro.
11. Disculparse o admitir ignorancia
12. Afrontar las críticas
13. Solicitar satisfactoriamente un trabajo
14. Hablar en público

2.3.3 Componentes de la Habilidad Social

De acuerdo con Caballo (2007) las habilidades sociales las constituyen cuatro componentes, los conductuales, cognitivos y fisiológicos y el situacional, a continuación, se explica cada uno de ellos, haciendo mayor énfasis en los conductuales.

Componente conductual

Gran parte de los estudios sobre las habilidades sociales, los componentes conductuales tienen gran peso puesto que se toman como primera referencia debido a que son observables. Por lo que los componentes conductuales se refieren a lo que las personas hacen al momento de interactuar con otras personas, cómo hablan, cómo se expresan, cómo miran, duración de la conversación, calidad de la voz, etc.

Desde el punto de vista de la psicología, Caballo (2007) analiza investigaciones sobre las habilidades sociales y recopila una serie de elementos conductuales más utilizados y los cataloga en cuatro apartados:

- 1- Componentes no verbales: se refiere a la mirada, sonrisas, gestos, expresión facial, postura o cambios de postura, expresión corporal, auto manipulaciones, asentimientos con la cabeza, orientación, movimientos de las piernas o de las manos y apariencia personal.
- 2- Componentes verbales: se alude al contenido general en la conversación, si genera peticiones, genera preguntas con final abierto o cerrado, verbalizaciones positivas, variedad de los temas, claridad, expresiones en primera persona, iniciar la conversación, atención personal.
- 3- Componentes paralingüísticos: se refiere al volumen, tono, claridad, velocidad, timbre, tiempo de habla, duración de la respuesta, pausas o silencios en la conversación, fluidez del habla, etc.

- 4- Componentes mixtos o generales: incluyen acciones como la conducta positiva espontánea, escoger el momento apropiado, tomar la palabra, ceder la palabra, conversación en general, saber escuchar.

Componentes cognitivos

Durante la interacción social la persona tiene ciertos esquemas, experiencias, percepciones que la dirigen para tomar decisiones, elegir situaciones, construir y evaluar sus procesos cognitivos. La forma como nos comportamos en determinadas situaciones depende en parte de aspectos como son la edad, cultura y el sexo, así mismo de las percepciones en ambientes de comunicación. Hofstadt (2005) y Caballo (2007) consideran las siguientes variables:

- 1- Competencias cognitivas
- 2- Estrategias de codificación y constructos personales
- 3- Expectativas
- 4- Preferencias y valores subjetivos
- 5- Sistemas y planes de autorregulación

Componentes Fisiológicos

Pocos estudios sobre las Habilidades sociales han destacado los componentes fisiológicos, Caballo (2007) encontró en dieciocho artículos que informan haber utilizado algún elemento fisiológico como variable de estudio entre los cuales se consideran:

- 1- Tasa cardíaca
- 2- Presión sanguínea
- 3- Flujo sanguíneo
- 4- Respuestas electro dermales
- 5- Respuesta electromiografía
- 6- Respiración

Considerar las variables fisiológicas para el estudio de las habilidades sociales resulta de apoyo puesto que la activación fisiológica puede desencadenar cambios cognitivos de

forma negativa, generando comportamientos incompatibles con la habilidad social (Hofstadt, 2005). Sin embargo, esto puede diferir de acuerdo con la persona, sus esquemas y procesos cognitivos.

2.3.4 Clasificación de personas con alta y baja habilidad social.

Así mismo, Caballo (2007) establece algunas diferencias entre individuos socialmente habilidosos y no habilidosos (ver Tabla 1.), tomando en cuenta la frecuencia con la que se presentan en los sujetos en distintos estudios.

Tabla 1. Elementos diferenciadores entre sujetos de alta y baja habilidad

Alta habilidad	Baja habilidad
Mayor contenido asertivo Gestos con las manos Variación en la postura Mayor mirada /contacto ocular Mayor acento y variación del tono Más sonrisas Menos perturbaciones del habla Mayor duración de la contestación Mayor volumen de la voz Más preguntas Más tiempo total pasado en interacciones en la vida real Mayor número de amigos	Mayor contenido de anuencia Menor mirada /contacto ocular Más índices de ansiedad Poca variación en la expresión facial Poca variación en la postura Demasiados silencios Poca conversación Pocos gestos

Nota: Adaptación de Diferencias entre individuos socialmente habilidosos y no habilidosos (Caballo, 2007, p.105).

2.4 Intervención Psicopedagógica

La Intervención Psicopedagógica ha tenido gran relevancia en contextos educativos, pues se le ha concebido como una de las estrategias para atender las necesidades que las instituciones educativas demandan. Ya que tiene la posibilidad de potenciar un mejor desempeño en aspectos cognitivos, emocionales de los estudiantes que participan en la intervención (Ramírez y Henao, 2011). En este apartado, se abordarán las ideas principales que sustentan la intervención psicopedagógica realizada con una estudiante del CETis N2.

2.4.1 Conceptualización de Intervención Psicopedagógica

La conceptualización o definición de la Intervención Psicopedagógica depende de la perspectiva o el enfoque de donde se conciba. Bajo un punto de vista constructivista, se puede decir que la Intervención Psicopedagógica es la ayuda que brinda un profesional de la educación que tiene como objetivo mejorar la calidad educativa de los educandos promoviendo que reconstruyan y apropien los conocimientos, además de desarrollar sus capacidades, tomando en cuenta el contexto en el que se desarrollan, las relaciones interpersonales tales como directivos-docentes, docente-estudiantes, estudiantes-estudiantes y estudiantes-padres de familia. Es una red extensa que hay que tomar en cuenta para la óptima Intervención psicopedagógica.

En este trabajo se concibe a la intervención psicopedagógica como un recurso especializado en orientar las necesidades de los estudiantes, con el fin de promover el desarrollo de sus capacidades (Solé y Colomina, 1999). También se concibe como la ayuda o mediación de un profesional que brinda un conjunto de actividades como alternativa de acción para atender problemas educativos. Esta intervención evalúa las situaciones de riesgo, así mismo busca prevenir la aparición de otros problemas (Ramírez y Henao, 2011). El objetivo principal es facilitar y promover el desarrollo integral de los sujetos con la implicación de diferentes agentes educativos como orientadores, tutores, profesores, familia y comunidad (Ramírez y Henao, 2011).

Desde este punto es importante mencionar que es una respuesta educativa a las necesidades educativas, el proceso para llevar a cabo la intervención.

2.4.2 Principios de la Intervención Psicopedagógica

La Intervención Psicopedagógica se ha concebido como un proceso integrador ya que busca dar respuesta educativa a las necesidades de las y los estudiantes, identificando y diseñando acciones de acuerdo con los objetivos y contextos a los cuales se dirige, la guía para determinar dichas acciones tiene como base tres principios, según Henao, Ramírez y Ramírez (2006) quienes destacan los siguientes:

- a) Principio de prevención: concibe la intervención como un proceso que tiene como objetivo anticiparse a situaciones que pueden entorpecer el desarrollo integral de las personas. Se busca impedir que un problema se presente o bien prepararse para contrarrestar sus efectos en caso de presentarse.

- b) Principio de desarrollo: En la escolarización los individuos viven el proceso de desarrollo evolutivo en el aspecto físico, social, psicológico. En este sentido la intervención va dirigida en incrementar y activar el desarrollo del potencial de la persona, mediante acciones que contribuyan a la estructuración de su personalidad, acrecentar capacidades, habilidades y motivaciones. Abordado desde la perspectiva socio constructivista, pues el producto de sus habilidades, capacidades son una construcción, una consecuencia de la interacción del individuo con su entorno.

- c) Principio de acción social: se define como la posibilidad de que el sujeto haga un reconocimiento de variables contextuales y así hacer uso de competencias adquiridas en la intervención, el fin de la intervención es que el sujeto se adapte en su entorno y haga frente a las situaciones en las que se encuentre.

2.4.3 Modelos de Intervención Psicopedagógica

Antes de abordar los modelos de intervención, resulta relevante explicar el concepto de “modelo” del que se parte. Desde el punto de vista de De la Oliva, Martín y Vélaz (2005), se concibe al modelo como un marco teórico que guía las líneas estratégicas de intervención en la práctica. Por otro lado, Henao, et al (2006) denominan la palabra “modelos” como el

producto de las teorías, representan la realidad y la constituyen de forma aplicada a la teoría, ésta posibilita el diseño, aplicación y evaluación de estrategias de intervención.

Estos mismos autores clasifican 4 tipos de intervención: 1) teóricos, 2) básicos de intervención, como la intervención clínica, por programas, por consultas o psicopedagógicas; 3) organizativos y 4) mixtos: se combinan para satisfacer las necesidades del contexto.

Un modelo de intervención psicopedagógica tiene elementos como convencer a los sujetos para ser guiados, buscando que la intervención prevea o mejore los procesos de aprendizaje; para responder a ello es necesario establecer objetivos, elección/diseño de instrumentos y actividades oportunas para cada situación concreta (Heano, et al, 2006).

Solé y Colomina (1999) sostienen que desde el punto de vista de la Psicología Educativa los modelos de intervención psicopedagógica remiten a una cuestión teórica y conceptual a la explicación psicopedagógica sobre los procesos que son objeto de intervención.

En la literatura se muestran distintos modelos que guían la intervención, sin embargo, en este trabajo se realiza en función de estrategias y principios teóricos vinculadas a determinadas referencias como las investigaciones empíricas sobre la importancia del trabajo de la autoestima y la relevancia que tienen en el proceso evolutivo de la adolescencia.

En este sentido el objeto de intervención es la estudiante y su contexto, pues se busca potenciar la actividad interpersonal con la comunidad escolar. El modelo que se puede abordar es desde el punto de vista educativo, puesto que el objeto de estudio es la estudiante dentro de la escuela, tomando la escuela también como objeto de intervención.

2.4.4 Áreas de la Intervención Psicopedagógica

El Psicólogo Educativo puede intervenir en distintas áreas, como son el desarrollo académico, dificultades de aprendizaje, atención a la diversidad, desarrollo personal y desarrollo profesional. Sin embargo, en este apartado haré mención específicamente del área personal y social.

2.4.4.1 Área: Desarrollo Personal y Social

El fin de todo agente educativo es optimizar el desarrollo integral del estudiante, una parte importante es el aspecto personal y social. Y en este sentido se busca que los estudiantes aprendan a vivir estos cambios que tienen con consciencia, reflexionar sobre las aptitudes, capacidades, cualidades que poseen, así como sus potencialidades (Sanchiz, 2009).

En este sentido, se considera el uso de la Intervención Psicopedagógica como estrategia para desarrollar habilidades sociales y personales y, de esta manera, lograr que los estudiantes se sientan seguros consigo mismos y con su entorno (Ramírez y Henao, 2011).

2.4.4.2 Habilidades para la vida

La implementación de estrategias que buscan el desarrollo de estas habilidades surge con el fin de introducir elementos necesarios a los estudiantes para tomar mejores decisiones, enfrentarse con éxito a los contextos y problemas de la vida cotidiana, social, académica (Sanchiz, 2009).

Bajo este esquema, Sanchiz (2009) considera que el enfoque de habilidades para la vida se conforma de tres dimensiones que permiten a los individuos adquirir aptitudes necesarias para su desarrollo óptimo, mismas que se enlistan a continuación:

- a) Habilidades sociales e interpersonales: se abordan temas como son la comunicación, empatía, capacidad para compartir, colaborar, habilidad para expresar. Consideradas como la llave para mejorar el crecimiento personal en sociedad.
- b) Habilidades cognitivas: abordando temas sobre la toma de decisiones, pensamiento crítico, autoevaluación, metacognición, estrategias para estudio, hábito de estudios, creatividad.
- c) Habilidades socioemocionales: Se ven temas como inteligencia emocional, autoestima, autoconcepto, resiliencia, capacidad para afrontar estrés, entre otros.

Con lo antes mencionado se sostiene que la labor principal de los agentes educativos debe ser fortalecer las habilidades sociales, socioemocionales, cognitivas ya que así los jóvenes podrán tener mayores posibilidades de adaptación social en los distintos círculos sociales en los que se mueva. Es decir, que a partir de que son conscientes de quiénes son, cuáles son sus fortalezas, cualidades, debilidades, serán capaces de poder evaluar sus posibilidades y así tomar mejores decisiones, por último, lograr un óptimo bienestar físico, social y psicológico.

2.4.5 Psicólogo Educativo en el desarrollo de Intervención Psicopedagógicas

La Intervención Psicopedagógica es una de las principales estrategias mediante la cual el Psicólogo Educativo valora y actúa en el campo educativo. La finalidad de nuestra labor es atender las necesidades que el contexto demanda, en palabras de Coll (1996) se sostiene lo siguiente:

“(..) cuya actividad fundamental tiene que ver con la manera como aprenden y se desarrollan las personas, con las dificultades y problemas que encuentran cuando llevan a cabo nuevos aprendizajes, con las intervenciones dirigidas a ayudarles a superar estas dificultades y, en general, con las actividades especialmente pensadas, planificadas y ejecutadas para que aprendan más y mejor. Desde un punto de vista genérico, podemos decir que el trabajo psicopedagógico está estrechamente vinculado con el análisis, la planificación, el desarrollo y la modificación de procesos educativos” (p. 33).

Sin duda, la labor del Psicólogo Educativo tiene relevancia en distintas áreas dentro del ámbito educativo formal y no formal. En este trabajo la labor responde a una necesidad solicitada y posteriormente detectada. Derivado de la gran relevancia que la Intervención Psicopedagógica tiene en mi formación y vida profesional, es importante mencionar que la consideración de factores contextuales, sociales, económicos e institucionales, permiten dar cuenta de interpretaciones, favoreciendo la intervención y, por lo tanto, dar una atención aterrizada y adecuada a los estudiantes.

Su labor no sólo se centra en la atención de los estudiantes sino a toda la comunidad educativa como son los docentes, directivos, trabajadores manuales, administrativos, orientadores, padres de familia, entidad comunitaria. La intervención se realiza a partir de las problemáticas suscitadas en el plantel. En el presente documento expongo el desarrollo de la Intervención Psicopedagógica que se realizó con una estudiante del escenario de prácticas CETis Número 2, Coyoacán.

3. Procedimiento

En este apartado se detalla el escenario de prácticas, contexto de la participante, las funciones desarrolladas en CETis, así mismo se menciona la problemática, identificación de necesidades, propósito general y específico que se pretenden lograr. Se abordan los momentos de intervención, se expone la detección de necesidades, diseño de la intervención y finalmente se describen las actividades realizadas.

3.1 Actividades realizadas en el escenario de práctica

Como parte de enriquecer la formación del Psicólogo Educativo, los alumnos de la Universidad Pedagógica Nacional, de séptimo y octavo semestre prestan servicios a instancias públicas para contribuir a su desarrollo profesional. El estudiante tiene la opción de elegir el escenario en el que brindará su servicio. Es así como tuve la oportunidad de elegir el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios Número 2 en Coyoacán. El total de estudiantes que ingresaron al plantel fueron 10 en el turno matutino y 10 en el turno vespertino. Siendo la generación pionera en participar en este escenario.

Las actividades se desarrollan en las fases que se describen a continuación:

Fase 1. Introducción al plantel y elección de área

En el momento en el que llegamos a la institución la Responsable de Vinculación junto con la Responsable de Servicios Escolares y Orientación nos dieron la bienvenida, a su vez nos dieron un recorrido por las instalaciones, mostrando las áreas académicas y recreativas. La institución cuenta con carreras como: Técnico en Arquitectura, Administración de Recursos Humanos, Diseño Industrial y Decorativo; por lo que el plantel contaba con aulas diseñadas para llevar a cabo las carreras correctamente, contaban con 3 salas de cómputo, 1 laboratorio para la carrera de diseño industrial, 1 para la carrera de diseño industrial y técnico en arquitectura. Como primera impresión, el centro mostraba un ambiente en movimiento, tranquilo, cuidado y limpio. A pesar de ser un espacio reducido había mucho control en cuanto a la seguridad de los estudiantes ya que no permiten la entrada a personas sin mostrar una identificación previa, tampoco permiten la entrada a los estudiantes después de una hora específica. Nos presentaron con el Director y Subdirector, muy amables y cordiales nos dieron la bienvenida, a su vez el subdirector comenzó a explicarnos que estaríamos distribuidas en distintos programas y áreas escolares: Tutoría, Construye-t, Biblioteca y Orientación

Educativa. Cuatro compañeras y yo elegimos trabajar en el área de Orientación educativa, dos de ellas quedando en el turno matutino.

Fase 2. Conocimiento del área de trabajo: Orientación Educativa

Una vez elegida el área, nos presentamos nuevamente con la Responsable en ese momento. Con ella establecemos el horario de trabajo de 14:00 a 18:00 h, lunes, miércoles y viernes.

Posteriormente nos explicó las actividades que se realizaban en el Departamento de Orientación, las cuales se desglosan en cuatro áreas:

Área administrativa: Consistía en atender a la comunidad estudiantil y docentes. Atender y reportar situaciones como justificaciones de faltas, reportes por conducta inapropiada, generar bajas temporales o definitivas. Organización de expedientes por estudiante y carrera, además de distribución de boletas cada semestre.

Control Normativo: Constaba de supervisar el cumplimiento del reglamento escolar como revisar la portación del uniforme completo, llegar a la hora de acuerdo con el horario establecido, entre otras.

Programa FOMALASA: Consistía en diseñar, planear, programar actividades y/ o talleres, tomando en cuenta el cronograma brindado por la UEMSTIS (Unidad de Educación Media Superior Tecnológica Industrial y de Servicios). Abordando temas como la alimentación sana, salud bucal, la prevención de la violencia, embarazo en adolescentes, VIH-SIDA, ITS, métodos anticonceptivos, drogadicción, alcoholismo, entre otros.

Atención Psicopedagógica: Constaba en atender a los estudiantes que solicitaban apoyo académico y/o personal dentro del plantel. Se planeaba una forma de intervención con previa autorización de la Orientadora Educativa.

Fase 3. Actividades desarrolladas en el área de Orientación Educativa

Dentro de las múltiples tareas desarrolladas en el área de Orientación Educativa se llevó a cabo una Intervención Psicopedagógica individual, enfocada a fortalecer las habilidades sociales de una estudiante, debido a reportes de profesores, compañeros y Madre de familia respecto a su estadía dentro y fuera del plantel educativo.

Como parte de sustentar las actividades desarrolladas, se sostiene que el rol principal del Psicólogo Educativo consiste en diseñar actividades y/o estrategias para aquellos que presenten dificultades en su desarrollo cognitivo, físico y social (Arvilla et al, 2011).

En este sentido, el Psicólogo Educativo enriquece el área de Orientación ya que su foco de estudio es diverso, intenta comprender los procesos de enseñanza y aprendizaje, pero también es un profesional que observa y atiende las necesidades suscitadas en el ambiente escolar.

A fin de dar cuenta de las múltiples actividades desarrolladas, se presenta la tabla 2:

Tabla 2: Actividades desarrolladas en el área de Orientación Educativa.

Área	Actividades	Objetivos	Resultados
Administrativa	1. Llevar el control de estudiantes respecto a las situaciones por las que faltaban, alumnos con bajo rendimiento académico, alumnos en situación de deserción escolar.	Atender necesidades administrativas solicitadas por la comunidad escolar.	Se atendió tanto a estudiantes, tutores, padres de familia y maestros que solicitaban información o apoyo en esta área.
Normativa	1. Se propuso una campaña para hacer uso del uniforme y porte de la credencial.	Promover un ambiente positivo para la convivencia, cuidar que se cumpla el reglamento escolar, en la hora de entrada, uso de uniforme y conducta.	Al inicio pasábamos mucho tiempo en la puerta revisando a los alumnos, sin embargo, propusimos un proyecto en el que consistía en promover la importancia del uso del uniforme y portar la credencial.

<p>Programa FOMALASA</p>	<p>1.Pláticas informativa y reflexiva</p> <p>2.Pláticas informativas en vinculación con centros como CIJ o CAPA.</p> <p>3. Talleres diseñados para atender campañas.</p>	<p>Involucrar a los estudiantes del CETis N 2 en un proceso de sensibilización sobre temas que abarca el programa Fomalasa.</p>	<p>En total se trabajó con una población de 15 grupos con 45 alumnos por grupo. Algunos apoyaron en la realización de mapas murales informativos, infografías o juegos diseñados por las futuras Psicólogas Educativas. Dado que las actividades propuestas buscaban sensibilizar y reflexionar. Los temas trabajados fueron: prevención de suicidio, SIDA, donación de medicamentos, medio ambiente, sana alimentación, adicciones, violencia de género, autoestima, prevención de embarazo, bullying y cyberbullying, prevención de la depresión.</p>
<p>Atención Psicopedagógica</p>	<p>1. Intervención Psicopedagógica</p> <p>2. Taller Psicología Corporal.</p> <p>3. Taller de convivencia escolar</p>	<p>Atender las necesidades que demandan estudiantes, padres y profesores del CETis N 2.</p>	<p>-Se diseñó un taller para promover interacciones de convivencia sanas para atender un grupo de estudiantes que constantemente tenían conflicto.</p> <p>-Se realizó una intervención psicopedagógica con una estudiante. A partir del diagnóstico se desarrolló una serie de asesorías individualizadas que involucraron el uso del cuerpo y la consciencia de estar en el salón de clases.</p>

			Se llevaron a cabo las asesorías, los resultados fueron favorables, logrando que la estudiante se involucrara más en el aula así mismo con sus compañeros.
--	--	--	--

3.2 Descripción del escenario

Contexto Escolar

Ubicación

Las prácticas profesionales se llevaron a cabo en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y Servicios No 2 “David Alfaro Siqueiros” (CETis 2). Ubicado en Avenida Miguel Hidalgo No. 62, Colonia Del Carmen, Alcaldía Coyoacán en la Ciudad de México.

Oferta Educativa

El CETis 2 es un plantel educativo de nivel bachillerato tecnológico, siendo una de las instituciones más importantes de la Alcaldía de Coyoacán, se caracteriza por ser una institución con valores, equitativa, flexible, íntegra, que fomenta el desarrollo integral de los estudiantes para que logren participar en una sociedad del conocimiento, ingresar en el ámbito laboral y social.

Esta institución oferta 4 especialidades con Bachillerato tecnológico: Diseño Decorativo, Diseño Industrial, Técnico en Arquitectura y Administración de Recursos Humanos. Así mismo cuenta con Bachillerato Abierto para personas con Discapacidad. Atiende un total de 1890 estudiantes distribuidos en turno matutino y vespertino.

Las instalaciones se distribuyen de la siguiente manera, en total son 3 Edificios, 1 Biblioteca, Servicio de Papelería, Tienda Escolar, 1 patio central, 28 baños sanitarios para hombres y mujeres, 3 laboratorios de cómputo, 2 laboratorios de metales, 1 aula CAED para atender a estudiantes con discapacidad, área de servicios escolares, área de Orientación Educativa, área de Tutoría, área de Titulación y Servicio Social, área de Recursos Humanos y área de Docentes.

3.3 Descripción de la participante

Para tener un panorama amplio sobre la estudiante se realizó una entrevista semi estructurada de 3 apartados generales: ambiente familiar, ambiente sociocultural, historia escolar (ver Anexo 1. Guía de entrevista), esto permitirá conocer las características de la estudiante y el contexto en el que se desarrolla.

Apariencia Física

Anne¹ es una joven de 17 años, aparenta la edad que tiene, mide 1.57 m de estatura, con peso aproximado de 55 kg. Su apariencia es de una joven con cuerpo ectomorfo. Su presentación personal es aseada y adecuada.

Ambiente Familiar y Sociocultural

Los padres de Anne se casaron jóvenes, decidieron tener solo una hija, fue hasta los dos años que su Madre pudo embarazarse. Sin embargo, la relación matrimonial se disolvió 10 años después del matrimonio. Ambos trabajan y la relación que Anne tiene con sus padres es buena y no resultó afectada después de la separación. Sin embargo, Anne es más apegada a su Mamá. Actualmente, vive con ella. Económicamente se encuentran bien, pues cuenta con ingresos por parte de ambos padres. La relación de la Madre hacia Anne es muy apegada, de hecho, pocas veces le permite salir con sus amigos. Así mismo, desarrollan actividades culturales, deportivas y de entretenimiento juntas. Los fines de semana, Anne pasa el tiempo con su Papá. Por otro lado, su Papá es quien se encarga de llevarla al CETis y recogerla. La relación de sus padres es cordial y estable cuando se tratan asuntos relacionados con su hija.

Historia Escolar

Desde los 2 años Anne fue al maternal y hasta los 4 años entró al jardín de niños. Durante su escolarización básica fue una niña cumplida y sin alguna complicación. A partir de segundo año de secundaria su actitud y comportamiento tuvo cambios significativos. La Madre pensaba que era normal y que estaba pasando por los cambios normales por los que pasan los jóvenes de su edad. Su etapa en el CETis siguió con una actitud tímida e introvertida. En el momento de la intervención (verano del 2018) ella se encontraba cursando el tercer semestre en la carrera de técnico en arquitectura. Por lo cual estaba próxima a continuar al Nivel Superior. No hay relación significativa con sus compañeros, de hecho, le cuesta mucho trabajo expresarse en público, por lo que las actividades que implican hablar frente al grupo

¹ Con el fin de salvaguardar la identidad de la estudiante y mantener su anonimato, en esta tesis se utilizará un nombre ficticio.

son su tormento. Académicamente tiene buenas calificaciones, pero tiene dificultades para desarrollarse socialmente en el CETis.

3.4 Problemática

El fin de la Educación Pública en México, de acuerdo con el discurso oficial, es garantizar a las y los jóvenes una educación de calidad con equidad e integridad, así mismo brindar a los estudiantes herramientas, impulsar habilidades y competencias para integrarse con éxito a la vida productiva y así atender las demandas que establece un mundo interconectado.

Lograr estos objetivos implica atender los diferentes retos a los que se enfrenta la Educación Pública en todos sus niveles, sin embargo, un nivel que pocas veces se atiende es el Medio Superior. En este sentido, atender a estudiantes de este nivel resulta de suma importancia, puesto que en esta etapa de desarrollo personal y académico se ven expuestos a desarrollar conductas de riesgo y caer en problemáticas como abandono escolar, acoso escolar, bajo rendimiento académico, adicciones, violencia, poco interés por las materias, entre otros.

Uno de los aspectos que se deben de atender para combatir estos problemas son las habilidades sociales, ya que distintas investigaciones dan cuenta de la importancia que tienen para los estudiantes. Ya que la carencia de habilidades sociales asertivas desarrolla comportamientos disfuncionales en el ámbito escolar, además las habilidades inciden en la autorregulación del comportamiento y rendimiento académico (Betina y Cotini, 2011).

Por lo tanto, considerando que las habilidades sociales influyen en el área escolar y familiar es importante fortalecerlas. Para ello, el Psicólogo Educativo dentro del ámbito escolar es un elemento de gran apoyo, puesto que atiende distintas poblaciones, como el personal estudiantil, docentes, directivos, padres de familia y orientadores.

Bajo este marco de ideas, la problemática central de la estudiante consistía en la dificultad que mostraba para relacionarse con sus compañeros de clase, cuando se encontraba en una situación en la que tenía que expresar ideas de forma pública como exponer o participar en clase, le generaba estrés. Como se mencionó anteriormente, las

prácticas profesionales se realizaron dentro del área de Orientación educativa del CETis, se observó que el área no brindaba atención personalizada a los estudiantes debido a que no existe el personal para brindar una atención de calidad, por lo que este fue una de las razones para realizar la intervención como Psicólogo Educativo.

3.5 Detección de necesidades

De acuerdo con Caballo (2007) una persona socialmente hábil se desarrolla en contextos de forma individual o interpersonal, sabe expresar sus actitudes, deseos, opiniones de forma adecuada a determinada situación.

Durante la entrevista y sesión introductoria de presentación, se pudieron observar las siguientes conductas, tomando en cuenta los componentes conductuales que plantea Caballo (2007):

Componentes no verbales: mirada, expresión facial, gestos, postura:

Durante la entrevista y observación directa, la estudiante desviaba la mirada hacia el personal no docente, profesores o iguales para hablar o saludar. Su expresión facial generalmente era de incomodidad, cuando se comunicaba conmigo o algún compañero no tenía gestos con las manos, sino que la postura era tensa, ligeramente contraída aun así mostraba una postura de acercamiento por lo que reflejaba atención por lo que se preguntaba o platicaba.

Componentes verbales: conversación, contenido, duración del habla, retroalimentación:

El contenido de la entrevista fue escaso ya que sus respuestas eran muy cortas a pesar de que la entrevista fue semiestructurada, por lo que la duración de la conversación disminuía, en algunas ocasiones su Mamá contestaba por ella y de esa forma se logró obtener más información.

Componentes paralingüísticos: Volumen de la voz, fluidez y velocidad:

Se observaba la dificultad que tenía para comunicar sus necesidades, ya que el volumen de su voz era bajo mostrando una actitud de temor, su entonación variaba debido a que se entrecortaba su voz.

Así mismo, durante la entrevista y las primeras actividades se observó la dificultad en las siguientes habilidades básicas:

Hacer y aceptar cumplidos: En una actividad grupal e individual le costaba recibir cumplidos pues se cohibía, no permitía el acercamiento de sus iguales.

Expresar agrado o felicidad: Cuando se hacían preguntas sobre cosas que le gustaban como su banda favorita o hobbies que tiene, lo mencionaba con poca emoción y temor a expresarlo.

Expresar lo que piensa de sí misma y de los demás, era una de las cosas que se le dificultaba.

Hacer peticiones o rechazarlas: Durante la entrevista la estudiante comentó que no le gusta hacer equipos en clases para exponer puesto que se le dificulta hablar en público, sus compañeros saben de esta situación, sin embargo, Anne no es capaz de comunicar lo que le gustaría o no cuando se trata de tomar decisiones sobre lo que le resulta importante.

Iniciar, mantener y finalizar conversaciones: Anne muestra dificultad para saludar, presentarse. Cuando habla en público trata de hacerlo rápido.

3.6 Propósito

3.6.1 General

Implementar una intervención psicopedagógica que fortalezca las habilidades sociales de una estudiante de tercer semestre del Centro de Estudios Tecnológicos y de Servicios No. 2 “David Alfaro Siqueiros”.

3.6.2 Específico

- Diseñar y llevar a la práctica asesorías individualizadas enfocadas al fortalecimiento de habilidades sociales de la estudiante.

- Incluir actividades que involucran la expresión corporal.

- Producir cambios conductuales de la estudiante en la interacción con los demás.

3.7 Diseño e implementación de las asesorías

3.7.1 Diseño

A partir de las necesidades detectadas se establece como objetivo general de la intervención, fortalecer las habilidades sociales de Anne, con el fin de que se sintiera bien con ella misma y al mismo tiempo con la comunidad escolar.

Como objetivos específicos de las asesorías se establecieron los siguientes:

- Relacionarse y comunicarse con el personal educativo
- Reconocer la conformación de su identidad
- Reconocer sus propias habilidades, fortalezas y debilidades
- Practicar actividades que ayuden a contener los nervios.
- Practicar ejercicios que estimulen el movimiento del cuerpo

Considerando que la Psicología Educativa guía a los estudiantes en procesos de autoconocimiento, reconocimiento de la personalidad e integración a los grupos donde se relaciona el sujeto y también tomando como base la entrevista con la estudiante, se comenzó a investigar sobre el tema de habilidades sociales, autoconcepto, autoestima, expresión corporal e identidad. Esto con el fin de tener referentes para diseñar actividades que involucren a la estudiante en un proceso de reflexión sobre sus conductas y la importancia que tienen las relaciones interpersonales en el desarrollo personal, académico y social y, en ese sentido, desarrollar habilidades sociales.

Al inicio de las asesorías se propusieron actividades para trabajar individualmente con la estudiante, posteriormente conforme avanzaban las sesiones, se comenzó a estimular la interacción con otras personas, con el fin de crear un ambiente de empatía, compartiendo experiencias similares, esto permitió generar un sentimiento de vinculación y pertenencia.

3.7.2 Implementación

Se acordó trabajar a las 14:00 h, los lunes, miércoles y viernes, en la oficina de Orientación Educativa, ya que era cómodo para la estudiante puesto que había silencio y no había interrupciones por parte de compañeros o profesores. Posteriormente las actividades se desarrollaron en el salón de clases. El material utilizado era proporcionado por la Psicóloga Educativa y por el área de Orientación Educativa.

Se realizó un seguimiento por parte del tutor de la estudiante y por la Madre de familia. La evaluación fue continúa puesto que, al término de la sesión, la estudiante tenía el compromiso de escribirlo en su bitácora o bien escribir la experiencia y lo aprendido en una hoja en formato Word para enviarlo a la practicante (una servidora). La intervención finalizó con tres actividades grupales, poniendo en práctica lo practicado anteriormente.

A continuación, se describen las actividades desarrolladas durante la intervención con la estudiante, para visualizar la planeación de las sesiones (ver Anexo 2).

3.8 Descripción de Actividades

Sesión 1 “Presentación”

En el momento en el que entramos al espacio de trabajo busqué sentarme junto a ella para interactuar de una mejor forma. Se inicia con la presentación de nuestros nombres con una actividad, se le pidió que diga su nombre y enlistar cinco cosas que le gusten, con el fin de conocer un poco más de ella y establecer cierto grado de empatía. Le comenté de qué institución provenía, así como los objetivos y expectativas que tenía de la intervención, le comenté que este era un espacio de aprendizaje constante, un espacio sin juicios, esperaba que se apropiara de los contenidos y que tuviera la confianza de hablar sobre lo que le gustaba o no le gustaba. Le expliqué los temas y el tipo de actividades que íbamos a trabajar y le pedí que comentara las expectativas que ella tenía de la intervención. Le pregunté si está de acuerdo con los temas y las actividades, así mismo si le gustaría fortalecer unos más que otros. Al inicio de la sesión su voz era entrecortada y no dirigía la mirada con quien mantenía comunicación, por lo que le comenté que era normal sentir nervios en un espacio nuevo y le propuse hacer un ejercicio de respiración con el fin de que se relajara un poco. Terminando el ejercicio le pedí que después de cada sesión escribiera en una hoja de cuaderno o en formato Word para enviarla al correo electrónico. Como tarea le pedí que buscara información sobre la identidad, pues la siguiente sesión abordaríamos el tema.

Sesión 2 “Cómo se conforma nuestra identidad”

Comenzamos la sesión con ejercicios de respiración para relajarnos antes de comenzar, posteriormente, le pregunté a la estudiante qué entendía por ésta y cómo creía que se conformaba. A partir de su participación comenzamos el tema desde el punto de vista de Giménez (2010) retomando los tres aspectos que conforman la identidad tomando en cuenta que uno de los pasatiempos de la estudiante es el dibujo, le pedí que elaborara un dibujo, tomando en cuenta estos aspectos, para posteriormente explicarlo.

Después, con el fin de ayudar a generar ideas para realizar el dibujo, le pedí a la estudiante que contestara las preguntas elaboradas por la practicante. Una vez contestadas le pregunté si fue difícil señalar una cualidad o contestar alguna de las preguntas, así mismo le pedí que expresara su sentir al finalizar la primera actividad. Como tarea para la siguiente

sesión le dije que sería importante mirarse en el espejo de su casa e intentara hacer expresiones distintas con su rostro y cuerpo.

Sesión 3 “Expresando emociones”

Iniciamos con ejercicios de respiración, además de hacer ejercicios recorriendo el espacio de trabajo caminando lentamente, con distintas posiciones como caminar con los hombros erguidos, hombros en el cuello, caminar moviendo los brazos al paso de los pies, etc. Al finalizar nos dispusimos a revisar el dibujo que había elaborado, explicó lo que había dibujado, qué aspectos de su vida son importantes, sus gustos, disgustos, qué características personales la definen, en qué círculos sociales se mueve, etc. La felicité y le dije que éste era un ejercicio importante, pues el dibujo ayudaría a explicar de forma gráfica lo que conforma su identidad.

Al finalizar comenzamos con la actividad “¿Cómo expreso mis sentimientos?” Le pedí que en una ficha contestara las preguntas: ¿Cuáles son las emociones que experimento con más frecuencia? ¿Qué emociones me gustaría experimentar? Después de contestarlas le pedí que hiciera una lista con las emociones que había escrito. Una vez escritas, intercambiamos las tarjetas, la consigna fue interpretar o representar cada una de las emociones escritas. Posteriormente, reflexionamos sobre el ejercicio contestando las preguntas: ¿cómo te sentiste al representar cada emoción? ¿Cuál se te dificultó representar? Antes de finalizar la sesión le comenté que utilizaríamos, pintura digital, toallas húmedas y un espejo.

Sesión 4 “Cómo me ven los demás” Parte 1

Comenzamos con ejercicios de expresión corporal, esta vez caminamos por el espacio, reconociendo el lugar de trabajo, siendo conscientes del espacio en el que habitamos, hicimos ejercicios de respiración, de posición corporal y mirada. Al final, tomamos un lugar cómodo de la oficina para contestar las preguntas: ¿cómo se siente nuestro cuerpo? ¿Cómo me sentí al expresar una posición diferente a la que usualmente tengo? ¿Pude mantener la mirada fija?

Posteriormente comenzamos con el tema de cualidades y defectos, estos son elementos característicos que definen a las personas y damos a notar algunos más que otros. La actividad consistía en dividir una hoja blanca en dos partes, por un lado, la estudiante tenía que escribir sus cualidades y por el otro, sus defectos que consideraba que tenía. Establecimos

que en diez minutos comenzaríamos, después le pedí que asignara un color de pintura a cada lado de la hoja, posteriormente, nos sentamos una frente a la otra, la consigna fue decir las cualidades y defectos que escribimos, al momento en que nombrábamos un defecto o cualidad colocábamos un punto de pintura en el rostro, al finalizar pusimos el espejo frente a nosotras y observamos qué color resaltaba más, le solicité que contestara las preguntas: ¿qué es lo que mostramos a los demás?, ¿qué tiene más peso?, ¿las cualidades o los defectos? Finalmente se contestaron las siguientes preguntas: ¿de qué manera se interpreta la pintura que tenemos en el rostro? ¿Qué te hizo pensar el ejercicio? ¿Qué tendrías que hacer para potenciar tus cualidades más que tus defectos?

Sesión 5 “Cómo me ven las demás “Parte 2

Comenzamos con ejercicios de expresión corporal y de respiración como caminar por el espacio rápido, lento, recorriendo las esquinas de la oficina, con postura erguida y mirada fija a otra persona. Posteriormente comencé comentando la importancia que tienen las demás personas en la conformación de nuestra identidad, si bien no es un determinante es un factor que influye en su conformación. Le pedí que en una hoja contestara a la pregunta: ¿cómo soy?, posterior a esto, le pegué una hoja con el título *¿Qué piensas de mí?* en la espalda. Acudimos con algunos de sus compañeros que habían llegado temprano. Al final contestó las preguntas: ¿cómo te sentiste?, ¿hay algunas cosas que te sorprenden de lo que escribieron?, ¿hay alguna relación entre la primer y segunda hoja?, ¿qué reflexión podemos tener a partir de este ejercicio?

Sesión 6 ¿Sé recibir elogios?

Comenzamos la sesión con algunos ejercicios de respiración, de expresión gestual y de la voz, haciendo ejercicios de tal forma en que la voz de la estudiante se escuchara en la oficina, por ejemplo, le pedí que repitiera una frase de una canción con distintos tonos, repetidamente. Posteriormente di la introducción a la actividad, con la pregunta: ¿Sé recibir o dar elogios? Ella comentó que le costaba trabajo, le comenté que apreciar las cualidades de otra persona forma parte de las habilidades sociales que debemos de fortalecer, pero también este acto puede nutrir la propia estima. Por lo que le pedí que en una ficha escribiera las

cualidades, características personales que percibía de mí y yo escribiría de los que yo percibía de ella. La consigna era solo decir aspectos positivos. Después intercambiamos las fichas para leer lo que cada una escribió de la otra, regresamos las fichas nuevamente y leímos lo que escribimos en voz alta, revisando el tono de nuestras voces y la expresión. Para finalizar contestó las preguntas: ¿crees que podrías hacer este ejercicio con alguien que conoces mejor?, ¿cómo te sentiste al momento de hacerle saber a otra persona lo que piensas de ella?, ¿cómo te sentiste al momento en que te dije lo que yo pienso de ti? Al final le brindé unas preguntas para contestar en casa: ¿reconozco las virtudes, habilidades, cualidades en las demás personas? ¿Qué tan a menudo elogio a alguien? ¿Me gustaría hacerle saber a otra persona lo que pienso de ella? Sí, no y ¿por qué?

Sesión 7 Mi vida actual

Comenzamos la sesión haciendo ejercicios de respiración, de expresión corporal ahora involucrando a la música, le puse música a la estudiante y le pedí que siguiera el ritmo de la música. Después retomamos las preguntas que le había dejado de tarea y di la introducción a la actividad, “Mi vida actual”. Le comenté que es importante tener claro la situación en la que se encuentra, le brindé unas preguntas para que las contestara: ¿cómo es mi vida actual en relación conmigo misma?, ¿cómo es mi vida actual en relación con mi familia?, ¿cómo es mi vida actual en relación con mis compañeros?, ¿cómo es mi vida actual con la sociedad en general?, ¿qué interrelaciones guardan entre sí las cuatro áreas anteriores?, ¿crees que dependen entre sí? Al finalizar, contestando las preguntas invité a Anne a reflexionar sobre la importancia que las personas tienen en nuestras vidas, pues las relaciones que lleguemos a formar pueden repercutir en nuestro día a día. Como tarea le solicité que pensara en los recursos que ella tiene para dar solución a los problemas a los que se ha enfrentado.

Sesión 8 ¿Cuáles son mis recursos?

Comenzamos con ejercicios de expresión corporal, caminamos por el espacio con diferentes posturas, realizamos ejercicios de voz. El tema de la sesión es “¿Cuáles son mis recursos?”, Inicié con la idea de que cuando estamos en diferentes escenarios y nos encontramos con alguna situación complicada reaccionamos de cierta manera, a veces no siempre es la

adecuada. Después de esto le pedí que pensara en algunos momentos en los que se ha enfrentado a algo en distintos escenarios como en la casa, la escuela, con amigos. Tomando como base las siguientes preguntas: ¿qué hice?, ¿lo resolví?, ¿qué es lo peor que pudo pasar?, ¿qué pude haber hecho diferente? Finalmente pensamos en algunas estrategias que sirvan para controlar esas situaciones a las que se ha enfrentado.

Posteriormente le pedí que imaginara ¿cómo sería un día perfecto en la escuela?, ¿cómo me gustaría estar en el salón de clases? Representar en su mente lo que para ella significa vivir mejor, sentirse bien en el salón de clases con los demás. En esta actividad la estudiante describió lo que querría, vería y sentiría en el salón de clases. Así mismo le comenté que además de los recursos que poseemos para enfrentar distintas situaciones también podemos tomar recursos de los demás que nos pueden servir para sobrellevar las situaciones.

Sesión 9. Establecer metas

Comenzamos la sesión con algunos ejercicios de respiración y de expresión corporal como caminar por el espacio con distintas velocidades, reconocer el estado de su cuerpo, si estaba cansado, agitado, nervioso, para después hacer ejercicios de respiración y finalizar. Después le pregunté si para ella era importante establecerse metas. Le expliqué la importancia plantearse metas a corto, mediano y largo plazo ayudaría a ser conscientes de lo que uno desea y a pensar en estrategias para poder lograr las metas planteadas. Le pedí que contestara las preguntas: ¿qué quiero lograr a corto plazo? ¿Soy capaz de hacerlo? ¿Qué necesito para lograrlo? ¿Creo tener las habilidades y cualidades necesarias? Planteó algunas metas a corto plazo como poder salir con algunos amigos al cine, poder participar en clase, metas a mediano plazo como pensar en el lugar donde podría hacer su servicio social. Al final le pedí que escribiera en su bitácora cómo se sentía con esta actividad.

Sesión 10 Actividad grupal 1. Conociendo a los demás

Con el fin de trabajar en grupo, solicité trabajar con el grupo en el que estaba Anne, el tutor accedió y estuvo presente durante la intervención. Comenzamos con algunos ejercicios de expresión corporal utilizando la mirada, la voz y la postura. Al final del ejercicio los estudiantes eligieron a una persona para trabajar en binas. Con el fin de que el grupo valorara y reconociera

las cualidades del otro, les pedí que se sentaran frente a frente, que se observaran fijamente y notaran cómo está la persona, si está nerviosa y si está tranquila. Posteriormente les comenté que tendrían 3 minutos para decir todo lo que quieran decir sobre ellos mismos, sus gustos, disgustos, forma de pensar, de comportarse. Esta información que recibieron les servirá para presentar a la persona que eligieron, hicimos un círculo y cada pareja tenía que pasar en medio para presentar entre ellos a partir de la información recabada. Al final contestaron las preguntas: ¿cómo se sintieron?, ¿les gustó la actividad?

Sesión 11. Actividad grupal 2. Subasta de cualidades

En esta actividad las practicantes del área de Orientación Educativa participaron en la actividad, iniciamos la sesión con ejercicios de expresión corporal, les pedí que formaran un círculo y comenzaran a caminar por el espacio mirándose unas a otras, observando su forma de caminar, su mirada, ¿cómo era su caminata? Posteriormente les pedí que pensarán en una cualidad, expresión gestual, corporal que las represente, después cada una pasó en medio y dijo su nombre en voz alta. El objetivo fue transmitir su personalidad a través de su tono de voz.

Después les comenté que haríamos un juego “Subasta de cualidades”, comencé con la explicación del juego y les di fichas que representaban dinero para poder comprar las cualidades que se subastarían. Fue una actividad divertida y emocionante, se observaba a Anne motivada y participaba sin miedo a expresar lo que pensaba. Al finalizar se discutieron las siguientes preguntas: ¿cómo podría potenciar las cualidades que compré?, ¿qué habilidades o cualidades aprecio?, ¿qué cualidades me gustaría adquirir y por qué?, ¿qué reflexión puedo tener de la actividad?, ¿cómo te sentiste?

Sesión 12. Actividad grupal 3. Role playing

Durante las sesiones con el programa de FOMALASA, las practicantes de Orientación tuvimos la oportunidad de trabajar con el grupo de la estudiante un tema sobre violencia de género, por lo que hablé con Anne antes para comentarte que esta actividad contaba para la intervención, a ella le pareció que sería un reto, pero le comenté que tenía que aplicar lo que habíamos trabajado anteriormente. Como primera actividad hicimos ejercicios de respiración,

caminamos por el espacio de distintas formas como caminar lento, rápido, caminar con los hombros erguidos, con las manos arriba, como monos, etc. Les pedí que se detuvieran para observar a sus demás compañeros. Posteriormente mi compañera dio introducción al tema de violencia de género. Después de la discusión del tema comentamos las instrucciones de la actividad, les pedimos que formaran equipos, pues tenían que representar dos escenarios por un lado la representación de la violencia de género en distintos escenarios como en la casa, escuela, transporte. Los estudiantes tuvieron tiempo para ponerse de acuerdo, tuvimos tiempo para que todos los equipos pasaran y participaran. Al final se hizo una conclusión grupal sobre el tema, además le pedí a la estudiante que escribiera cómo se había sentido al trabajar en equipo.

Sesión 13. Conclusión

Comenzamos con ejercicios de respiración, posteriormente le comenté que esta sería la última sesión de trabajo por lo que le hice una entrevista abierta, le pregunté: ¿qué tal le habían parecido las asesorías en general? ¿Cuáles de las actividades desarrolladas le gustó más y por qué? ¿Cuáles de ellas le gustó menos y por qué? ¿Cuáles actividades que se realizaron le gustaría fortalecer? ¿Cambió en algo tu estancia en el salón de clases? Finalmente le agradecí por haber sido constante y por cuidar de sí misma, por su esfuerzo y compromiso. A partir de ese momento ella tendría que pensar en los recursos que tiene para darle solución a los problemas a los que se va a enfrentar, en las cualidades que la definen y en la importancia que tienen las habilidades sociales para poder sentirnos cómodos en los espacios en los que interactuamos.

3. 9 Resultados de la intervención

En este apartado se describen los resultados obtenidos durante el desarrollo de las sesiones de asesorías de habilidades sociales con la estudiante. Se exponen por separado los resultados de cada sesión:

Sesión 1. Presentación

En la primera sesión pude observar a la estudiante nerviosa y cohibida, al momento de presentarnos su tono de voz era muy bajo, además que miraba hacia abajo en todo momento, había momentos en que tocaba sus manos constantemente, su postura en la silla se observaba tensa; con las piernas cruzadas hacía atrás, estos elementos descritos coinciden con lo que plantea Caballo (2007) pues diferencia a las personas con alta y baja habilidad social. Los elementos que caracterizan a las personas menos habilidosas sociales son menor mirada o contacto visual, índices de ansiedad, poca variación en expresión facial, poca variación en la postura, pocos gestos, menor duración de conversación.

Durante la actividad introductoria, le pedí que dijera su nombre, cómo le gustaba que la llamen y nombrar cinco actividades o cosas que le gusten. Para que se sintiera más cómoda, comencé por presentarme. Después ella siguió, dijo que le gustaba que le llamaran por su nombre sin diminutivos, las cosas que le gustaban se enlistan a continuación:

1. Dibujar
2. Una banda llamada "EXO"
3. Bailar con su Mamá en casa
4. Salir los fines de semana con su Papá
5. Ver series o k-dramas

Conforme avanzábamos en la sesión le comenté que en este espacio se sintiera con la libertad de expresar lo que sentía o pensaba y que, si no le gustaba alguna actividad, podía externarlo, a lo que contestó que estaba de acuerdo. A partir de ese momento comencé con la presentación, le dije quién era, de qué institución provenía, cuáles eran mis expectativas con la intervención con el fin de establecer comunicación con ella. Le pregunté si conocía la universidad de dónde venía, ella trataba de hablar lo menos posible, daba respuestas cortas.

Le pregunté cuáles eran sus expectativas y ella comentó que lo que esperaba de las asesorías era que le ayudara a sentirse bien dentro del salón de clases, puesto que cuando tenía que participar en actividades donde tuviera que hablar de forma pública, se ponía nerviosa y eso no le gustaba. Esto coincide con lo que establecen Hidalgo y Ceñal (2014), pues en la etapa de la adolescencia tienen dificultades con la conformación de su identidad y establecer relaciones interpersonales con sus iguales, además que en esta etapa los adolescentes temen quedar en ridículo ante sus pares (Ives, 2014).

Posteriormente le presenté los temas y actividades que trabajaríamos, le pregunté qué le parecían, ella comentó que le llamaba la atención comenzar y que le gustaría practicar ejercicios que le ayudaran a no ponerse nerviosa. En ese momento le comenté que es normal sentir nervios o miedo en un lugar nuevo o en una situación nueva, le comenté que pensaría en incluir ejercicios de respiración y expresión corporal, ya que según Vázquez y Tamayo (2004) fomentar la expresión corporal en el ámbito educativo ayuda a fortalecer o desarrollar capacidades o habilidades. Hicimos un ejercicio de respiración y al final me dijo que se sentía más relajada y fue evidente, pues no se tocaba sus manos como antes. Como actividad para la siguiente sesión le pedí que investigara sobre la identidad y cómo se conforma.

A pesar de que le costaba trabajo mantener una conversación, mirar fijamente a la persona con quien hablaba, la actitud de la estudiante fue positiva, puesto que tenía disposición por aprender por lo que resultaba motivante por ambas partes, ella por querer aprender a desarrollar nuevas habilidades y por mi parte realizar una buena intervención con ella. Esto se relaciona con lo que plantean Romero, et al (2014) pues consideran que tener una actitud positiva se relaciona como intereses o motivaciones que inciden en cualquier acción que se realice.

Sesión 2. “Cómo se conforma nuestra identidad”

Iniciamos la sesión con ejercicios de respiración, nos colocamos de pie y comenzamos inhalando 5 segundos y exhalando 5 segundos, después inhalábamos cinco segundos y exhalábamos pronunciando la letra “a”, “m” y “r”. Ella se notaba nerviosa al inicio, pero al finalizar, se observaba dispuesta a comenzar con la sesión. Tomamos asiento y le pregunté si había investigado la palabra, a lo que respondió que muy de prisa, pero sí. Le pedí que a partir de lo que leyó, cómo podría definir qué es la identidad y cómo se conforma. A lo que ella

respondió que la identidad son características que distinguen a esa persona del resto y se puede conformar a partir de cómo te vistes, qué es lo que te gusta hacer, etc.

Complementando lo que ella dijo, le comenté la definición que Gaete (2015) plantea, pues considera la identidad como un proceso autorreflexivo en el que definen y aceptan sus diferencias con otras personas, en este proceso el adolescente va definiendo su personalidad, identidad sexual, vocacional, ideología personal, así mismo le comenté lo que plantea Giménez (2010) respecto a la conformación de la identidad, ésta se forma de cuatro elementos indispensables, que son atributos de pertenencia social, atributos particulares, historia de vida y reconocimiento de los demás. Al explicar cada uno de los elementos la estudiante asentaba la cabeza.

Le dije que haríamos una actividad para representar el tema con un dibujo tomando en cuenta los cuatro elementos planteados por Giménez (2010). El dibujo debería tener las siguientes características, en una hoja tamaño carta Anne tenía que dibujarse a sí misma en medio de la hoja, tomando en cuenta sus atributos físicos, como el tamaño de sus ojos, color de cabello, nariz, estructura corporal, características físicas y culturales como tipo de ropa, colores, accesorios, etc. Alrededor del dibujo central iba a colocar cuatro burbujas grandes, en una colocaría los grupos sociales a los que pertenece, en la segunda burbuja escribiría sus atributos particulares como son las cualidades, habilidades, gustos, características físicas; en el tercero escribiría algunas situaciones que vivió y que forman parte de su historia de vida y en la última burbuja escribir cómo se percibía como individuo en la escuela. Con el fin de ayudarlo a generar ideas le pedí que contestara algunas preguntas, algunas respuestas se muestran a continuación:

1. Lo que me gusta de mí son mis piernas, pues son largas, me gusta mi cabello y mis manos.
2. Físicamente soy delgada, alta.
3. Me agrada que soy analítica, responsable.
4. Soy buena dibujando y cocinando.
5. Me gusta EXO, fui a verlos en un concierto, me hizo sentir muy emocionada. Me gusta bailar en casa con mi Mamá y salir a caminar con mi Papá.
6. Me gustaría aprender coreano, salir con amigos.

Al dar respuesta y pensar en lo que le gusta, los grupos a los que pertenece y las características idiosincráticas entró en un proceso de autorreflexión sobre su imagen corporal,

es decir, su autoconcepto. Se pudo notar la efusividad que sentía al hablar sobre el concierto al que había acudido o cuando mencionaba lo mucho que le gustaba dibujar, a lo que le comenté que ya quería ver su dibujo, así mismo la invité a que pensara en que no sólo somos personas con apariencias físicas, sino que somos personas que pensamos, actuamos y hacemos; que poseemos cualidades y habilidades que nos definen y que saber las habilidades que posee forma parte de ir verbalizando lo que somos. Finalmente, le solicité que escribiera si le fue difícil o fácil contestar las preguntas y cómo se había sentido en esta primera actividad. Ella escribió que al inicio le costó trabajo en pensar las cosas que le gustaban o las cualidades, habilidades que poseía. Se sintió bien, pues es un tema que no conocía a profundidad.

Sesión 3. “Expresando emociones”

Entramos a la oficina, dejamos nuestras mochilas en un lugar y nos dispusimos a iniciar con los ejercicios de respiración, en esta ocasión le pedí que recorriera el espacio caminando lentamente, siendo consciente de los movimientos que hacía, le pedí que colocara los hombros erguidos, después colocar los hombros cerca de su cuello u orejas. Le costaba trabajo hacer los movimientos, sin embargo, la práctica de estos ejercicios estimularía que la estudiante se sienta segura con su cuerpo y con el espacio en el que se encuentra además de poder comunicar con su cuerpo lo que piensa, lo que siente (Gallo, 2010).

Le pedí que sacara el dibujo que se había quedado pendiente a realizar, al momento de explicar su dibujo, en un inicio se puso nerviosa, pues le temblaba su mano, le dije que se detuviera un momento respirara profundo y pensara cómo se sentía su cuerpo si estaba tranquilo o agitado, después le dije que comenzara a explicar el dibujo, pude notar que se relajó poco, explicó que le gustaban las cosas coreanas, música, novelas, animes, mencionó los grupos en los que pertenecía como el grupo de estudiante, hija, mujer, algunos aspectos importantes de su vida como la separación de sus padres, el cambio de nivel básico a medio superior. Con esto se muestra que Anne entra en un proceso de reconocimiento y valorativo de sí misma, de esta manera fortalece su autoconcepto a medida que la adolescente tenga un concepto favorable de sí misma influirá en la forma en que aprecia sucesos, objetos y personas de su entorno (García, 2013).

Posteriormente iniciamos con la actividad de “¿cómo expreso mis sentimientos?”, al contestar las preguntas mencionó que se le dificulta expresar sus emociones o sentimientos,

la emoción que experimenta con más frecuencia es el miedo, incomodidad y alegría. Las emociones que le gustaría expresar eran diversión, admiración, amor, ternura. Enlistó las emociones que escribió en las respuestas e intercambiamos las fichas con el fin de representar con nuestros gestos las emociones que escribimos, esto ayudó en expresar un lenguaje corporal a través de los gestos faciales ya que como menciona Caballo (2007) la expresión facial forma parte de los componentes verbales de las habilidades sociales.

En un inicio observé que le costaba trabajo expresarlas, así que yo comencé para que se sintiera más cómoda cuando llegara su turno, noté que se rió de mí cuando expresé algunas emociones y eso me hizo sentir bien, cuando llegó su turno noté que se esforzó para representar las emociones, sin embargo, intentaba hacerlo lo mejor posible. En la reflexión que Anne envió, comentó que al inicio se sintió frustrada, pues le costaba trabajo expresar las emociones que escribió, le cuesta hacerlo, sin embargo, tratará de practicar en casa.

Sesión 4. “Cómo me ven los demás” Parte 1

Al iniciar con los ejercicios de expresión corporal pude observar que Anne estaba más dispuesta a realizar las actividades, aunque le costaba mantener la mirada fija al momento de hablar. Ella dijo que le gustó la actividad, que se cansó poco, pues habíamos puesto a nuestro cuerpo mantener equilibrio, en desequilibrio.

La actividad consistía en dividir una hoja en dos partes de un lado escribió sus cualidades y de otro lado, sus defectos. Del lado de las cualidades escribió que se considera una persona organizada, humilde, sabe escuchar, le gustan sus manos y piernas, disfruta bailar y cocinar, sabe dibujar, se considera una buena estudiante. Por otro lado, en el apartado de defectos, escribió que es un poco desconfiada, que tiene inseguridades como poder hablar en público, hablar con otras personas, nerviosa, orgullosa, perfeccionista, a veces distraída, no le gusta su cara, tiene poca autoestima. Se tardó en escribir las cualidades y defectos, sin embargo, la felicité puesto que lo que escribió quiere decir que sabe y reconoce sus cualidades o habilidades y que podríamos ver los defectos como áreas de oportunidad a lo que asintió con la cabeza. Cuando finalizamos el ejercicio de pintarnos el rostro y al momento de mirarnos en el espejo fue un emotivo momento, pues Anne comentó que a pesar de que se veía equilibrado, ella sentía que mostraba a los demás sus inseguridades o defectos que las cualidades que posee. Cuando le pregunté qué le había parecido la actividad, dijo que le gustó,

pues, aunque le costó trabajo pensar en las cualidades o habilidades que posee le hizo reflexionar sobre lo que expresa diariamente, así se dio cuenta sobre la perspectiva que tiene de sí misma. Le dije que era un gran avance el que había tenido en esta sesión ya que estaba dispuesta a seguir trabajando en sí misma.

Sesión 5. “Cómo me ven los demás” Parte 2

En esta sesión nos enfocamos en el ejercicio de expresión corporal ya que la actividad con sus compañeras duró 20 minutos. Durante los ejercicios de respiración y de expresión, observé a Anne más dispuesta a habitar su propio cuerpo en el espacio de trabajo, al finalizar le pedí que contestara en una hoja a la pregunta: ¿cómo soy? Ella contestó que era una persona solitaria, nerviosa, un poco miedosa, orgullosa, que le gustan la música coreana y dibujar. Después le pegué en la espalda una hoja con el título: ¿Qué piensas de mí?, cuando llegaron sus compañeras les expliqué en qué consistía la actividad, les expliqué que las personas que nos rodean tienen influencia en la conformación de nuestra identidad, ya que un aspecto que conforma nuestra identidad son los grupos sociales a los que pertenecemos y en este sentido las relaciones interpersonales que mantengamos, el reconocimiento del otro es un factor que incide en la identidad (Giménez, 2010). Una de sus compañeras comentó que para ella la identidad solo se basaba en las características físicas o ideológicas, no consideraba importante la influencia de las demás personas. Otra de ellas comentó que le hacía sentido tomar en cuenta las personas con las que nos relacionamos, pues los demás también conviven con uno y por lo tanto atribuyen características. Dado que Anne no participaba le pedí que comentara algo al respecto, ella dijo que igual que una de sus compañeras no consideraba importante a las demás personas.

Comenzamos con la actividad y sus compañeras le escribieron en la hoja que tenía en la espalda, resultó interesante lo que le escribieron, pues se referían a ella como una persona atenta, inteligente, bonita, Al hacer el análisis con Anne, ella comentó que se dio cuenta de que las hojas tenían poca similitud, que incluso se sintió sorprendida al ver lo que ellas habían escrito, pues vio cualidades que ella no reconocía y que al leerlas se dio cuenta de que sí las posee.

Sesión 6. “¿Sé recibir elogios?”

En esta sesión hicimos ejercicios de respiración y expresión corporal, esta vez involucramos la voz, los ejercicios consistían en repetir una frase de alguna canción o una frase que recordara, yo le propuse algunas como, por ejemplo: “*soy fuerte e inteligente*”, “*yo creo el valor que me doy*”, ella escogió “*soy fuerte e inteligente*”. Lo repetimos 5 veces usando volumen de voz baja y alta. Involucrar la voz fue un trabajo difícil, pues le costaba mucho hablar con volumen alto. Por lo que consideré seguir trabajando esta parte, ya que como menciona Caballo (2007) poder expresar opiniones de agrado, desagrado o simplemente decir lo que está pensando forma parte de una persona socialmente hábil.

Posteriormente le hice la pregunta, ¿tú sabes recibir elogios Anne? Ella me contestó que no, le costaba trabajo, pues se sentía con cierto grado de incomodidad, le compartí una experiencia similar, pues antes cuando alguien me daba un elogio por haber hecho algo bien o porque a otra persona le gustaba mi cabello o cualquier cosa, me costaba trabajo aceptar el elogio puesto que no me sentía como una persona valiosa. En ese sentido comencé a decirle que las personas utilizan los elogios para poder interactuar con las personas, además de expresar lo que piensan de ellas. Por otro lado, apreciar las cualidades o características de otra persona puede ayudar a fortalecer la propia estima, además de poder interactuar con los demás. Por lo que practicar los recursos puede ayudarnos a establecer mejores relaciones con los demás, puesto que los elogios son reforzadores positivos. Los elogios pueden ser sobre las capacidades, destrezas, habilidades que poseen las personas, también pueden ser sobre lo mucho que les tenemos afecto o las emociones que nos hacen sentir. Además, esta expresión es una de las habilidades sociales más importantes puesto que nos permiten establecer relaciones satisfactorias (Dongil y Cano, 2014).

La actividad consistía en escribir en una ficha aspectos positivos que notábamos de la otra persona, pudieran ser características físicas, cualidades, personalidad, etc. Le dije que íbamos a leer en voz alta lo que habíamos escrito, antes de cada frase debía de decir “*yo pienso que eres o tienes*”. Yo inicié con el ejercicio de modo que sirviera de modelo para que ella observara cómo se hacía, noté que se asombró en algunos cumplidos que le hice. Al momento de pedirle que leyera en voz alta lo que ella había escrito sobre mí, intentaba mirarme de frente con cada cumplido hacía una expresión de sonrisa.

En la reflexión que Anne compartió menciona que le costó trabajo la actividad con el uso de su voz, por otro lado, le sorprendió el hecho de saber que los elogios o cumplidos son

importantes y que intentaría practicarlos con su familia o amigos cercanos. “Me sentí algo incómoda al escuchar lo que decía de mí, pues no estoy acostumbrada a aceptar elogios o cumplidos, al momento de decirle lo que yo considero de usted, me sentí bien al decirlo, aunque sentí un poco de pena. Con mis compañeros o familia he reconocido alguna de las cualidades que me gustan de ellos o cuando hacen algo que me asombre, pero no les digo nada”. Esto concuerda con lo que mencionan Dongil y Cano (2014), pues en la sociedad no es adecuado dar o recibir cumplidos puesto que se le asocia con ser una persona engreída, narcisista, practicar estas actividades ayudará a cambiar ese esquema.

Sesión 7. “Mi vida actual”

Al inicio de la actividad le comenté a Anne que la actividad consistiría en reflexionar sobre su vida actual, además haríamos ejercicios de expresión corporal con la música. Fue una actividad incómoda para Anne puesto que los movimientos que hacía al ritmo de la música eran muy cortos y tensos. Durante la actividad le dije que tomara la iniciativa, si pensaba en un movimiento que lo hiciera. Al final se hicieron preguntas sobre cómo se sentía con esa actividad, a lo que ella mencionó que se sintió con mucha pena que tenía ganas de bailar como estaba pensando hacerlo, pero no se sentía en confianza. A lo que le mencioné que esa actividad la puede hacer con su Mamá en casa.

Respecto a las preguntas que le dí, contestó que la relación que tenía con ella misma no era tan buena, pues había aspectos que no le gustaban tales como su cuerpo o el hecho de que se pone nerviosa al momento de exponer o hablar con alguien nuevo, por lo que le impedía tener una buena relación con sus compañeros de clase. Llegó un momento en el que no quería venir a la escuela, la relación con su familia a veces era buena, pues se la pasaba bien con su Mamá o su Papá, aunque le gustaría que su Mamá le permitiera salir con algunos compañeros. Respecto a la relación entre las áreas anteriormente descritas dijo que no le encontraba relación, se imagina que ella es parte de muchas burbujas sociales y esa es la relación que podría encontrar.

El proceso psicosocial por el que está atravesando Anne es distinto que los demás adolescentes, pues cada individuo vive un proceso diferente durante su crecimiento, desarrollo biológico, psicológico y social (Gaete, 2015). Anne comentó que la relación con ella misma no es tan buena porque no le gustan algunas características, esto coincide con lo que menciona

Lillo (2004) ya que la percepción de la realidad del adolescente está en constante transformación y con ello va reconstruyendo la percepción que tiene de sí misma. Además, que los adolescentes constantemente lidian con aceptar su imagen corporal o con establecer relaciones con amigos (Hidalgo y Ceñal, 2014).

Después de contestar las preguntas le comenté a Anne la importancia que tiene la sociedad en nuestras vidas pues somos parte de un todo y ese todo repercute en nuestro día a día, la manera en cómo somos con los demás dependerá del reconocimiento de la otra persona hacía uno mismo. Giménez (2010) sostiene que nuestra identidad se forma a partir del reconocimiento del otro y viceversa. Podemos ser reconocidos en cualquier grupo social en el que nos movamos, puede ser al acudir a un curso, al momento de saludar al vecino, a un amigo, un profesor, existimos para ellos y esto se puede relacionar con la conformación de la identidad, del autoconcepto o el desarrollo de habilidades sociales. Con base en esto Anne reflexiona lo siguiente: *“Me hizo pensar de qué forma me ven los demás al tener el comportamiento que tengo, ya que a pesar de tener respeto hacia los demás y ayudar, al encontrarme en diversas situaciones como salir a comprar o algo o a algún lugar no le tomaba tanta importancia a las personas con las que me encontraba o había a mi alrededor, solo me concentraba en mí, a menos que se acercaran o me llamaran la atención. Es difícil, pero tal vez comience a expresar mejor el agradecimiento de mí hacia otras personas cuando me ayudan en algo, piensan en mí y hacen algo positivo, al igual que yo tengo que expresar eso; comenzando por las personas más cercanas a mí, ya sea mi familia, algún amigo o profesor y después con las demás personas.”*

Sesión 8. “¿Cuáles son mis recursos?”

Antes de iniciar la sesión Anne sorprendió a mis compañeras y a la Secretaria de Orientación puesto que al momento de ingresar nos saludó, entró con el rostro levantado y mirándonos, aunque duró poco observamos que hizo un esfuerzo por saludar lo que me motivó más para seguir trabajando con ella.

Ingresamos a la oficina de Orientación y comenzamos con ejercicios de movimiento corporal, nos enfocamos en ejercicios de producción de voz con resonancias o haciendo articulaciones con la boca. Noté a Anne más dispuesta para realizar las actividades, los ejercicios de resonancias de sonidos los hacía bien, cuando se trataba de hablar fuerte aún se

escuchaba cohibida, sin embargo, la felicité por lo que hizo y por lo que había logrado hasta ahora.

Iniciamos con el tema de “*¿cuáles son mis recursos?*”, cuando tuvo que pensar en algunos momentos en los que se ha enfrentado ella mencionó cuando le toca exponer en clase, la situación era que ella en una ocasión se le olvidó todo y no sabía que decir, estaba sumamente nerviosa, lo resolvió enfrentando el miedo, pero seguía sintiendo nervios. Para pensar en lo que hubiera hecho diferente pensamos en algunas estrategias para que las considere y en un futuro recurra a ellas. Ella mencionó que su Psicólogo le había dado una técnica que consistía en apretar muy fuerte sus manos o las plantas de sus pies y después soltar lentamente, esto le ayudaba en algunas ocasiones, pensamos en que puede considerar hacer ejercicios de respiración, tomar agua, repasar el tema con alguien, exponer el tema enfrente del espejo. Así mismo le comenté que también podemos tomar recursos de los demás tomándolos como modelos para poder afrontar las situaciones. Respecto a esto, Anne escribió lo siguiente: *“Pensé que todo lo que hacen los demás hacia mí no tengo que verlo precisamente de manera negativa. También pensé en las maneras de poder tener los recursos que necesito para poder estar cómodamente en distintos ámbitos, especialmente en el escolar. Pero siento que necesito seguir aprendiendo cómo expresarme y tener más seguridad, reconozco que uno de los recursos que tengo es intentar hablar o acercarme con una persona que tenga las habilidades que necesito fortalecer, tal vez eso me ayude”*.

Cuando nos encontramos en situaciones en las que tengamos que hablar en público el cuerpo tiene miedo de quedar en ridículo o en equivocarse, esto les sucede más a los adolescentes puesto que para ellos mantener una imagen ante sus pares es importante (Ives, 2014). Otro punto importante es comenzar a involucrar a la estudiante en un proceso de reflexión en cuanto a identificar con qué personas pudiera relacionarse para que establezca una sana red de apoyo, ya que el adolescente necesita contar con personas que se interesen por ellos y que influyan de manera positiva en ellos mismos (Orcasita y Uribe, 2010).

Sesión 9. “Establecer metas”

En esta sesión sólo tuvimos media hora de trabajo puesto que tenía una actividad programada para el programa de FOMALASA, después de hacer los ejercicios corporales y de respiración, abordamos el tema del plan de vida, le comenté que plantearse metas a corto,

mediano o largo plazo ayudaría a ser conscientes de lo que uno desea así mismo ayudaría a establecer estrategias para poder alcanzar los objetivos, tomando en cuenta sus habilidades, áreas de oportunidad, posibilidades. A partir de lo que se abordó en la sesión la estudiante escribió lo siguiente: *“La actividad fue interesante y me dejó pensando mucho y con cierta curiosidad ya que nunca me había planteado un plan personal a largo plazo, solo a corto plazo respecto a mi vida académica. Creo que tengo que reflexionar bien lo que necesito, cuáles son mis objetivos y metas, pensar cómo puedo lograr cumplirlas y llevarlas a cabo sin dejar de desperdiciar más tiempo, pero me siento capaz de hacerlo.”*

Con este extracto se muestra que la estudiante logró preocuparse por tener un panorama claro sobre su futuro, tomando en cuenta sus necesidades y habilidades que posee. Merino (1993) menciona que el establecimiento de metas y estrategias puede regular la personalidad, pues la persona entra en un proceso de reflexión y organización.

Sesión 10. Actividad grupal 1. Conociendo a los demás

La sesión se trabajó con un total de 35 estudiantes, cuando llegué al salón noté a Anne nerviosa así que les pedí a todos que comenzáramos con un ejercicio de respiración y de movimiento corporal. Con esto pude observar que Anne estaba acompañada por su amiga y dos compañeros más e hicieron el ejercicio con buena disposición a algunos alumnos les costaba trabajo concentrarse y hacer los ejercicios de movimiento corporal.

Me presenté con ellos y comenzamos la sesión con ejercicios de expresión corporal con la actividad *“estatuas de emociones”*, mientras caminábamos por el espacio les pedí que pensarán en un suceso que les causara una emoción muy grande para después pensar ¿cómo representaría esa emoción en una estatua?, ¿qué posición tendría? Posteriormente les pedí que se convirtieran en esa estatua en la que pensaron con el fin de que expresara esa emoción en la que pensaron. El salón se convirtió en un pequeño museo, iba tocando a algunos compañeros con el fin de que dejaran el estado estático en el que se encontraban para poder observar a sus demás compañeros.

Al finalizar les solicité que escogieran a una persona para trabajar en binas. Anne trabajó con su amiga, el transcurso de la actividad resultó interesante puesto que los compañeros de Anne se desenvolvían bien, alguno se notaba nervioso por la posición corporal

que mantenían, sin embargo, no tuvimos dificultad. Con base en los elementos conductuales de las habilidades sociales que menciona Caballo (2007) pude observar el comportamiento de Anne, se notaba nerviosa puesto que hacía movimientos con sus manos, su posición corporal era un poco erguida, en algunas ocasiones miraba a sus compañeros fijamente, al momento de hablar el tono de su voz fue baja, pero clara. Le hice saber a Anne que con el hecho de enfrentarse a una situación en la que tenga que expresar alguna emoción, hablar en público sin entrar en un episodio de nervios mostraba el avance que ha logrado.

La implementación de estas actividades en grupo en las que se fortalecen las habilidades sociales e interpersonales ayudan a mejorar el crecimiento personal de los adolescentes (Sanchiz, 2009) y también contribuyen en formar adolescentes más sanos y seguros en sus relaciones interpersonales (Ramírez y Henao, 2011).

Sesión 11. Actividad grupal 2. Subasta de cualidades

La actividad se trabajó con un total de 3 personas, de las cuales dos compañeras eran practicantes y una era Anne. Comenzamos con la esquematización sobre las actividades a realizar, antes de presentarse, hicieron un círculo y les pedí que caminaran por el espacio y que dirigieran sus miradas entre ellas, observando la forma en la que caminaban, su mirada, expresión gestual y corporal. Observé mucha disposición por parte de las tres puesto que hacían el ejercicio con naturalidad, Anne se mostraba nerviosa, pues su caminata era con una posición un poco encorvada, cuando les pedí que observaran su forma de caminar entre ellas las tres cambiaron su posición a una más erguida. Al terminar les pedí que me dijeran cómo se sintieron con el ejercicio, una de las practicantes mencionó que el hecho de mirar a las demás a los ojos y observar los movimientos le hizo sentir un poco incómoda, pero le hizo pensar que en el proceso de socialización el reconocimiento del otro es importante.

Posteriormente les comenté en qué consistía el juego de “subasta de cualidades” el desarrollo de la actividad se tornó divertida, pues con el juego ellas sentían la adrenalina de comprar una cualidad pensando si realmente valía la pena adquirirla, pues solo contaban con cien pesos. Observé a Anne motivada y emocionada, al finalizar les pedí que mencionaran lo que les hizo pensar esta actividad. Una de las practicantes comentó que se le hizo interesante

puesto que pensó cuáles eran sus fortalezas y cuáles eran sus debilidades y en sentido considerar adquirir o no la cualidad. Otra de ellas comentó que le hizo reflexionar sobre el valor que le da a lo que posee y lo que le hace falta además que podría pensar en cómo desarrollar las cualidades que necesita. Anne comenta que, así como ella hay otras personas que han sentido lo que ella siente y que a pesar de las distintas edades o formación académica también tienen dificultades y se esfuerzan o trabajan en ello. Esto se relaciona con lo que plantea Escorcía y Mejía (2015), pues a partir de la actitud, motivación y concentración lograron reflexionar sobre sus necesidades y fortalezas, esto de alguna manera nutre el autoconcepto de las participantes.

Por otra parte, reflexioné sobre el ambiente de trabajo que se generó, ya que éste propició que Anne se sintiera con la confianza para expresar lo que pensaba, puedo decir que al momento de observar la participación y disposición que tenían las practicantes motivó a Anne para detenerse a reflexionar sobre ella misma y a empatizar con las demás. Esto concuerda con lo que plantea Caballo (2007), pues menciona que las habilidades sociales se enseñan, pero también se aprenden. Se observaron sonrisas, al momento de participar Anne se escuchó clara y precisa, la duración de su comentario fue largo, tenía un tono de voz medio, intentaba mirar a las personas que estaban a su alrededor, aún se observaba poca variación en la expresión facial. Sin embargo, con esta actividad pude percatarme de que estaba creando conductas que dentro de la teoría se consideran socialmente hábiles.

Sesión 12. Actividad grupal 3. Role playing

El objetivo de esta actividad fue observar a Anne en la última actividad en grupo, se trabajó con un grupo de 24 estudiantes. Iniciamos con ejercicios de respiración y de movimiento en el salón de clases. Igual que la vez pasada, a algunos compañeros les costaba trabajo concentrarse, sin embargo, como era la segunda vez que hacíamos el ejercicio, algunos estaban más dispuestos en trabajar. Ya que estaban más tranquilos, les pedimos que se sentaran y mi compañera dio la introducción al tema de violencia de género, los estudiantes participaban sobre el tema y se formó un pequeño debate. Al terminar las intervenciones les pedimos que formaran equipos, tenían que representar dos escenarios uno en el que la violencia de género se hacía presente y por otro la misma situación sin violencia de género. Los estudiantes se pusieron de acuerdo y tuvimos tiempo suficiente para que pasaran los tres equipos e hicieran su representación.

Durante la presentación del equipo en el que estaba Anne, observé que en su equipo había una líder. Ella se encargó de distribuir los roles y organizar a sus compañeros. Al momento en el que le tocaba actuar a Anne, se mostró apenada, pues cubrió sus manos con sus mangas, sin embargo, pude observar el apoyo que le brindaban sus compañeros y le daban ánimos, pues al momento en el que la líder va por ella para que pasara, ella le hace el comentario: “*solo le vas a dar una cachetada*” haciendo alusión a que su participación no sería extensa y por lo tanto no se preocupara, después se escuchó otro comentario animándola: “*vamos Anne, pero le das bien la cachetada*”. En el momento en el que ella estaba hablando, dado que estaba hablando quedito, algunos de sus compañeros hicieron la expresión: “*shhhhhh*” para que permitieran escucharla.

Con lo anterior, puedo decir que la escuela es un pilar en el proceso de socialización en el que el adolescente puede desarrollar o potenciar habilidades (Vielma y Salas, 2000). Además, que los adolescentes merecen desarrollarse en ambientes socialmente estimulantes, es importante lograr un clima de convivencia sano que les permita interactuar.

El grupo se observa consolidado y en ese sentido han formado una red de apoyo, en la que se ve el apoyo de los demás hacia Anne. El fomento de estas actividades permite que los estudiantes interactúen entre ellos para apoyarse entre ellos y aprender juntos, ya que como menciona Caballo (2007) las habilidades sociales se pueden reaprender, ya que, bajo el fundamento de la teoría social del aprendizaje, la persona a partir de su observación con sus iguales modela sus conductas verbales o no verbales para que al final pueda apropiarse de éstas.

Sesión 13. Conclusión

Esta sesión fue corta puesto que solo le pedí que contestara algunas preguntas para dar finalización a las asesorías. Antes de eso realizamos ejercicios de respiración, las respuestas de Ann fueron las siguientes:

“Me pareció interesante puesto que me enfrenté a ejercicios que no pensé hacer, además me hizo reflexionar sobre algunos aspectos de mi persona y de mi vida. La actividad que me gustó más, fueron dos en particular, la subasta de cualidades y las actividades de la pintura y saber lo que pensaban de mí, porque me hizo reflexionar que lo que yo pienso de mi

a veces suele ser menor de lo que las demás personas perciben. La actividad que me gustó menos fue la de expresión de emociones ya que me frustró el no poder representarlas, se me dificultó mucho. Considero que el salón de clases no es malo ya que hay compañeros que se preocupan por mí y eso lo puedo usar como recurso para mejorar”.

Con esto puedo decir que, se lograron los objetivos planteados en el trabajo puesto que a partir de la entrevista con la estudiante se detectó la dificultad para interactuar con sus compañeros de clase, participar en clase o exponer frente a sus compañeros era una situación que le atormentaba, así mismo se observó que tenía conflicto para expresar opiniones, hacer peticiones, iniciar, mantener y finalizar una conversación, aceptar cumplidos, así como expresar agrado o felicidad. A partir de la intervención, Anne logró reconocer diversas cualidades y habilidades que posee y que forman parte de su identidad, logró reflexionar sobre el concepto que tiene de sí misma, reconociendo sus necesidades. Así mismo, a lo largo de las actividades reconoció la importancia que tienen las demás personas en el día a día, ya que como seres sociales tenemos la necesidad de interactuar, convivir y pertenecer.

De acuerdo con los elementos del componente conductual que plantea Caballo (2007) se observó un cambio en las respuestas conductuales ya que durante el trayecto de la intervención pudo ser capaz de saludar a las demás personas, expresar una opinión propia, hablar en público, mantener una postura que transmita confianza, asentar la cabeza, hablar de manera clara, actitud positiva y dispuesta por seguir aprendiendo, así mismo tiempo después de haber concluido la intervención Anne hizo un cambio en su aspecto físico, situación que antes comentó que no le interesaba. Algunas de las conductas que no cambiaron fueron: mover sus manos, cubrirse las manos con sus mangas y mantener un volumen de voz bajo.

Conclusiones

En este apartado se mencionan las conclusiones a las que se llegaron a partir de la intervención, así mismo, se explican los alcances y limitaciones que se detectaron, posteriormente se incorporan algunas sugerencias sobre el desarrollo del trabajo, finalmente se comparte una reflexión sobre el papel del Psicólogo Educativo en el área de Orientación Educativa.

Durante la estancia en el área de Orientación Educativa se diseñaron, planearon y aplicaron actividades de carácter preventivo para los estudiantes, ya que de acuerdo con Pérez (2010) el Psicólogo Educativo tiene distintas funciones, entre ellas, se encuentra la intervención, diseño, planificación, orientación, su labor en las instituciones educativas va dirigida a mejorar el proceso educativo. En un inicio el área de Orientación no era conocida por los estudiantes, al final con las pequeñas intervenciones grupales que hicimos, ya nos reconocían y se acercaban a las practicantes para solicitar apoyo.

Se abordaron diversas temáticas que se trabajaron con profesionales como psicólogos clínicos, nutriólogos, comunicólogos y médicos para el diseño de campañas de carácter preventivo, de esta forma se obtuvo un trabajo multidisciplinario y colaborativo. Las actividades diseñadas se organizaron en una carpeta y se quedaron como apoyo para las demás practicantes o para la misma área de Orientación Educativa. Respecto a la intervención, puedo decir que se cumplió el objetivo general, pues se pusieron en práctica las actividades diseñadas. Los objetivos específicos fueron fortalecer las habilidades sociales de la estudiante practicando actividades que involucran al cuerpo y la voz, así mismo se tenía como objetivo provocar cambios conductuales en la manera de interactuar con sus pares. Pues a partir de la implementación de las actividades dinámicas, reflexivas y prácticas, le permitió al estudiante sentir la confianza de en un proceso de aprendizaje y participación, involucrar el cuerpo, actividades conscientes eso generó que la estudiante se sintiera en confianza. Así mismo, se puede decir que, a partir de la intervención, la estudiante comenzó a vivir su propio proceso de desarrollo social, pues éste está en constante cambio (Gaete, 2015).

Es así que, al finalizar la intervención se observó un avance en la estudiante, ya que entró en un proceso de reflexión sobre el papel que juegan las personas en su desarrollo personal, académico y social. Además, al finalizar se pudo observar las nuevas conductas que Anne tenía con los demás, como fueron saludar al personal de Orientación Educativa y practicantes,

otra de las conductas fue expresar opiniones, hablar en público, hablar de manera clara, actitud positiva, mirar a los demás con el rostro levantado, expresar agrado o desagrado.

En cierto momento ella se mostraba abierta al cambio o modificación, esto concuerda con lo que menciona Betina (2012), pues concibe al hombre como un sistema abierto que está dispuesto a aprender y desaprender determinados comportamientos sociales. La perspectiva del aprendizaje social fue fundamental para el desarrollo de la intervención, pues a partir de la interacción con los demás Anne pudo desarrollar empatía hacia los demás, reconocer la importancia de la sociedad, amigos, compañeros y familia. Con esto se puede decir que se fortalecieron sus habilidades sociales, además del autoconcepto e identidad de la estudiante.

Algunas de las limitaciones que se detectaron, fueron:

1. Respecto a la Intervención Psicopedagógica, el espacio de trabajo era la oficina, un espacio pequeño para desarrollar óptimamente las actividades, a pesar de la solicitud de cambio de salón no se obtuvo respuesta, esto pudo influir en el desarrollo de las actividades puesto que en algunas ocasiones estaba el personal del turno matutino y esto le incomodaba a Anne.
2. Otra de las limitaciones fue que se solicitó concluir las asesorías antes del tiempo planeado, se habían planeado más actividades, sin embargo, no se realizaron. Se tenía planeado trabajar actividades grupales para reforzar las habilidades sociales.
3. Otra de las limitaciones fue que se seleccionaron solo tres actividades grupales, se considera que faltó trabajar más actividades grupales, pues se piensa que la retroalimentación entre grupo es valiosa y pudo fortalecer aún más las habilidades sociales de Anne.

Con el trabajo realizado en el CETis pude percatarme que el Psicólogo Educativo no es reconocido ante las instituciones, debido a tal desconocimiento nos atribuían tareas que no nos competían tales como revisar uniformes o credenciales, ese tiempo pudo emplearse en el diseño de mejores actividades o campañas con el programa FOMALASA, además se pudo haber intervenido con más población como los alumnos, docentes, administrativos, padres de familia, entre otros.

Los espacios de intervención que la Universidad nos brinda, también nos abren un sinnúmero de posibilidades puesto que se puede trabajar en ámbitos no formales. Desde este punto de vista es importante y necesario promover y visibilizar la labor del Psicólogo Educativo desarrollando talleres que muestren a las comunidades educativas el crecimiento que pueden tener al incluir a los Psicólogos Educativos.

Otro punto que me gustaría abordar es la implementación temprana de la Intervención Psicopedagógica, ya que como mencionaba anteriormente, estudios demuestran que los jóvenes que participan en intervenciones centradas en ofrecer estrategias de autoconfianza, autoestima, seguridad, habilidades sociales, son más sanos, más seguros en sus relaciones (Ramírez y Henao, 2011); con ello se prevendría una serie de problemas sociales que atañe el sector educativo en México, tales como la deserción, embarazo adolescente, bullying, entre otros.

Bajo el mismo punto de vista, me gustaría plantear que es necesario incluir a la pedagogía corporal como estrategia para promover la autoconfianza, autoestima, seguridad y habilidades sociales dentro y fuera del aula. Considerando que el pensamiento y el cuerpo son elementos que trabajan juntos (Muñiz, 2014), se espera que los estudiantes aprendan a disponer de su cuerpo y pensamiento para aprender a regular su interacción, organización y disposición para enfrentarse a diversas situaciones.

Algunas de las reflexiones que tengo sobre el papel del Psicólogo Educativo es que su labor es fundamental en distintas áreas tal como mencionan Sanz, Fernández, Campos, Pereto y González (1991), la tarea del Psicólogo Educativo se centra en diagnosticar, intervenir, hacer derivaciones oportunas a partir de las necesidades de la comunidad escolar. La formación profesional como Psicóloga Educativa sin duda se enriqueció en el escenario de prácticas, ya que al relacionarse en un escenario real donde existen necesidades y problemas reales permitió adquirir mayor autonomía profesional. Además, permitió desarrollar la noción de servicio, participación en las necesidades que se presentan en el ámbito educativo.

Este trabajo me permitió llevar a cabo los conocimientos adquiridos a lo largo de la licenciatura, el compartir actividades con profesionales de la educación en el ámbito laboral, permitió desarrollar y apropiarse habilidades que en la Universidad difícilmente pudimos haber conseguido. Algunas de ellas fueron aprender a planear, organizar, observar, analizar y

comunicarse asertivamente, fortaleciendo las habilidades sociales, como saber comunicarse, escuchar, expresarse con los estudiantes, dirigirse a los padres de familia y a los profesores en distintas situaciones. Otras de las habilidades que logré consolidar fueron el diseño de material didáctico, diseño de talleres, organizar campañas, establecer vínculos con asociaciones civiles, trabajo colaborativo, aplicación de entrevistas, aplicación de estrategias de atención a la comunidad estudiantil.

Así mismo, se consideró a la Intervención Psicopedagógica como una de las principales estrategias mediante la cual el Psicólogo Educativo valora y actúa en el campo educativo atendiendo las necesidades que detecta y diagnostica, aplicando distintas estrategias enfocadas en el contexto (Arvilla, Palacio y Arango, 2011). En este sentido, nuestra labor gira en torno a detectar, planificar, diseñar, ejecutar, analizar y modificar. Este ciclo se ve significativamente en la Intervención Psicopedagógica, pero para complementar es importante considerar los factores sociales, económicos e institucionales para atender adecuadamente a quienes lo requieran. Como mencionan Sánchez, González y Zumba (2016) la Psicología Educativa permite comprender los problemas sociales y estimula la participación de todos en el contexto en el que se desarrollen.

La Intervención del Psicólogo Educativo no solo se da dentro del aula, sino que como menciona Coll (2001) la Psicología Educativa tiene distintas formas de colaboración en espacios relacionados con prácticas educativas escolares como trabajar con la comunidad docente, directivos, administrativos, orientadores, padres de familia, entidad comunitaria, etc. Esto convierte al Psicólogo Educativo como una pieza clave y mediadora entre estos pequeños sectores. Llegando a la conclusión de que la implementación de la Intervención del Psicólogo Educativo puede no solo atender las problemáticas que se suscitan en el contexto, sino también optimizar el desarrollo integral del estudiante (Sanchiz, 2009).

Referencias

- Aldeas Infantiles SOS LAAM. (2017). *Desarrollo Biopsicosocial en la adolescencia y juventud*. Recuperado de <https://www.aldeasinfantiles.org/getmedia/46fe8124-38f4-42d3-a391-d2039ab78b3c/Fasciculo-II-Desarrollo-Biopsicosocial-en-la-Adolescencia-y-Juventud.pdf>
- Arvilla, A., Palacio, L. y Arango, C. (2011). El psicólogo educativo y su quehacer en la institución educativa. *Duazary*,8(2), 258-261. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/5121/512156315017.pdf>
- Ayelo, V. (s.f). Origen del término adolescencia. *Aula fácil*. Recuperado el 26 de octubre de 2020 de <https://www.aulafacil.com/cursos/psicologia/adolescencia-desarrollo-biologico-y-psicologico/origen-del-termino-adolescencia-l35888>
- Beltrán, J. y Pérez, L. (2011). Más de un siglo de psicología educativa. Valoración general y perspectivas de futuro. *Papeles del Psicólogo*, 32(3), 204-231. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/778/77822236002.pdf>
- Betina, A. (2012). Las intervenciones en habilidades sociales: revisión y análisis desde una mirada salugénica. *Psicodebate* <https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/367/156>
- Betina, A. y Contini, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, XII (23),159-182. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18424417009>
- Blanco, M. (2009). Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación. *Horiz Pedagógico*, 11(1), 15-28. Recuperado de <https://horizontespedagogicos.iberu.edu.co/article/view/332/298>
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* [versión Copyrighted material] Recuperado de [https://www.academia.edu/24963835/Vicente E Caballo Manual de Evaluacion y Entrenamiento de Las Habilidades Sociales](https://www.academia.edu/24963835/Vicente_E_Caballo_Manual_de_Evaluacion_y_Entrenamiento_de_Las_Habilidades_Sociales)

- Cabrera, N., Mendoza, H., Arzate, R y González, R. (2015). El papel del psicólogo en el ámbito educativo. *Alternativas en Psicología*, XVIII(31), 144-155. Recuperado de <http://www.alfepsi.org/wp-content/uploads/2014/12/Revista-Alternativas-en-Psicologia-N%C2%B031.pdf>
- Cazalla, L. y Molero, D. (s.f). *Revisión teórica sobre el autoconcepto y su importancia en la adolescencia*. Recuperado de <http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/reid/article/viewFile/991/818>
- Coll, C. (1996). Psicopedagogía: confluencia disciplinar y espacio profesional. En C. Monereo e I. Solé (Coords.), *El asesoramiento psicopedagógico: una perspectiva profesional y constructivista* (pp. 33-52). Madrid: Alianza.
- Coll, C. (2001). Concepciones y tendencias actuales en Psicología de la educación. En C. Coll, J. Palacios, y A. Marchesi, (Comps.) (2001). *Desarrollo psicológico y educación. Vol. 2 Psicología de la Educación Escolar*. Madrid: Alianza.
- De la Oliva, D., Martín, E., Vélaz, C. (2005). Modelos de intervención psicopedagógica en centros de educación secundaria: identificación y evaluación. *Infancia y Aprendizaje*, 28(2), 115-140. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/233558455_Modelos_de_intervencion_psicopedagogica_en centros de educacion secundaria identificacion y evaluacion Psychoeducational intervention models in Secondary Schools Identification and evaluation/link/55295c9d0cf2779ab790ae87/download
- Delgado, Z., Pérez, R. y Cortés, F. (2014). El papel del Psicólogo Educativo y su Campo de Intervención. *Revista electrónica en Ciencias Sociales y Humanidades Apoyadas por Tecnologías*, 3(1), 30-48. Recuperado de <https://chat.iztacala.unam.mx/cshat/index.php/cshat/article/download/63/57/#:~:text=El%20Papel%20del%20Psic%C3%B3logo%20Educativo%20y%20su%20Campo%20de%20Intervenci%C3%B3n.&text=La%20Psicolog%C3%ADa%20Educativa%20provee%20un,problem%C3%A1ticas%20de%20ense%C3%B1anza%20y%20aprendizaje>.

- Díaz, D., Fuentes, I., y Senra, N. (2018). Adolescencia y autoestima: su desarrollo desde las instituciones educativas. *Revista Conrado*, 14(64), 98-103. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v14n64/1990-8644-rc-14-64-98.pdf>
- Dongil, E., y Cano, A. (2014). *Habilidades sociales*. Recuperado de https://bemocion.sanidad.gob.es/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf
- Escorcía, S. y Mejía, O. (2015). Autoestima, adolescencia y pedagogía. *Educare*, 19 (1), 241-256. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194132805013.pdf>
- Escudero, C. (2017). *La expresión corporal y su relación con las habilidades sociales dentro del aula de primaria*. (Tesis licenciatura, Universidad Internacional de la Rioja) Recuperada de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/6104/ESCUADERO%20DIAZ%20CRISTINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86(6), 436-443. Recuperado de <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0370410615001412?token=199092C16011DD328F70F7AF91C2E150F0E3637DD5498C1F90EF8123C0B9CF8221AA36077900C6029F2C623A4CDC6469&originRegion=us-east-1&originCreation=20210731014651>
- Gallo, L. (2010). Los discursos de la educación física contemporánea. Recuperado en [http://files.alexaguilaredufisico.webnode.com.co/200000027-1ef3c1f8e0/epilogo%20Los%20discursos%20de%20la%20Educaci%C3%B3n%20F%C3%ADsica%20contempor%C3%A1nea%20LUZ%20ELENA%20GALLO%20\(2\).pdf](http://files.alexaguilaredufisico.webnode.com.co/200000027-1ef3c1f8e0/epilogo%20Los%20discursos%20de%20la%20Educaci%C3%B3n%20F%C3%ADsica%20contempor%C3%A1nea%20LUZ%20ELENA%20GALLO%20(2).pdf)
- García, A. (2013). *La Educación Emocional, el Autoconcepto, La autoestima y su importancia en la infancia*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4596298.pdf>

- García, C. y Parada, D. (2018). Construcción de la adolescencia: una concepción histórica y social inserta en las políticas públicas. *Universitas Humanística* (85), 347-373. Recuperado de <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/univhumanistica/article/view/22490/19892>
- Giménez, G. (2010). La cultura como identidad y la identidad como cultura. Recuperado de http://conceptos.sociales.unam.mx/conceptos_final/625trabajo.pdf
- González, M. (1999). *Algo sobre autoestima: qué es y cómo se expresa*. *Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca*, 11, 217-232. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=621770&orden=236057&info=link>
- Henao, G., Ramírez, L. y Ramírez, C. (2006). Qué es la intervención psicopedagógica: definición, principios y componentes. *Ágora USB*, 6(2), 147-315. Recuperado de <https://www.postgradoune.edu.pe/pdf/documentos-academicos/psicologia-educacional-y-tutorial/16.pdf>
- Hernández, P. (2009). Campos de Acción del Psicólogo Educativo: Una propuesta mexicana. *Revista de los Psicólogos de la educación*, 15(2), 165-175. Recuperado de <https://journals.copmadrid.org/psed/art/ed2009v15n2a7>
- Hidalgo, M. y Ceñal, M. (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *An Pediatr Contin*, 12(1), 42-46. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-anales-pediatria-continuada-51-pdf-S1696281814701672>
- Hofstadt, R. (2005). *Elementos componentes de la habilidad social*. En el libro de las *habilidades de comunicación*. [versión Copyrighted material] Recuperado de https://books.google.com.mx/books?id=7ECICgAAQBAJ&pg=PA21&source=gb_s_toc_r&cad=4#v=onepage&q&f=false

- Honorato, T., González, N., Ruiz, A. y Andrade, P. (2019). Desesperanza y autoestima en adolescentes con y sin riesgo suicida. *Nova Scientia*, 11(22), 413-432. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.21640/ns.v11i22.1825>
- Ives, E. (2014). La identidad del adolescente. Como se construye. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*, 2(2). 14-18. Recuperado de <https://www.adolescenciasema.org/usuario/documentos/02-01%20Mesa%20debate%20-%20Eddy.pdf>
- Lillo, J. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (90), 57-71. Recuperado de <https://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/n90/v24n2a05.pdf>
- Lucci, M. (2006). La propuesta de Vygotsky: La Psicología Socio- Histórica. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado*, 10(2), 1-11. Recuperado de <https://www.ugr.es/~recfpro/rev102COL2.pdf>
- Martínez, M. (1999). El enfoque sociocultural en el estudio del desarrollo y la educación. REDIE. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 1(1), 16-37. Disponible en <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15501102>
- Merino, C. (1993). Identidad y plan de vida en la adolescencia media y tardía. *Perfiles educativos*, (60), Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/132/13206008.pdf>
- Meza, I. (2018). La formación de los adolescentes mexicanos: esculpiendo ciudadanos para una nación moderna (1876-1934). *História Unicap*, 5(9), 77-90. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/330970679_La_formacion_de_los_adolescentes_mexicanos_esculpiendo_ciudadanos_para_uma_nacion_moderna_1876-1934
- Monroy, M., Contreras, O., y Miechimsky. (2014). *El sistema educativo mexicano en: Una propuesta para la enseñanza de la Psicología Educativa a través de materias de apoyo*. UNAM, FES Iztacala. Recuperado de

https://antares.iztacala.unam.mx/papime/wp-content/uploads/2014/10/Psicologia_educativa1.pdf

- Moreno, M., y Ortiz, G. (2009). Trastorno alimentario y su relación con la Imagen Corporal y la Autoestima en Adolescentes. *Terapia Psicológica*, 27(2), 181-190. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v27n2/art04.pdf>
- Orcasita, L. y Uribe, A. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychologia: avances de la disciplina*, 4(2), 69-82. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224090010>
- Pérez, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Alternativas en Psicología*, (41), 22-32. Recuperado de <http://www.alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3%ADas%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20el%20%C3%A9xito%20personal.pdf>
- Pérez, M. (2010). ¿Puede un docente sustituir en su rol profesional al psicólogo educativo? *Papeles del Psicólogo*, 31(2), 150-161. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/778/77813509001.pdf>
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2016). *Evaluación de procesos y seguimiento a resultados del programa construye t*. (PNUD informe). Recuperado del sitio https://info.undp.org/docs/pdc/Documents/MEX/Construye%20T_%20Reporte%20final%20260117.pdf
- Prieto, M., Carrillo, J. y Jiménez, J. (2005). La violencia escolar. Un estudio en el nivel medio superior. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 10(27), 1027-1045. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662005000401027&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Rafael, A. (2008). Desarrollo Cognitivo: Las Teorías de Piaget y de Vygotsky. Universidad Autónoma de Barcelona. Recuperado de <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFp>


[bnxwc2lib2xvZ2lhZXZvbHV0aXZhMmpvM3xneDphM2QzODM1ODMxYTgwM2Y](#)

- Ramírez, L. y Henao, G. (2011). Modelo de intervención psicopedagógica encaminado al desarrollo de aspectos emocionales, cognitivos y conativos. *International Journal of Psychological Research*, 4 (1), 29-39. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2990/299022819005.pdf>
- Romero, L., Urtrilla, A. y Urtrilla, V. (2014). Las actitudes positivas y negativas de los estudiantes en el aprendizaje de las matemáticas, su impacto en la reprobación y la eficiencia terminal. *Ra Ximhai*, 10(5), 291-319. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/461/46132134020.pdf>
- Romero, Y. (2005). Tramas y urdimbres sociales en la ciudad. *Universitas Humanística*, (67), 217-228. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/unih/n61/n61a10.pdf>
- Ruíz, R., García, J. y Pérez, M. (2014). *Causas y consecuencias de la deserción escolar en el bachillerato: caso Universidad Autónoma de Sinaloa*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/461/46132134004.pdf>
- Sanz, L., Fernández, A., Campos, F., Pereto, M. y González, P. (1991). El rol del psicólogo educativo. *Papeles del Psicólogo*, 51. Recuperado en <http://www.papelesdelpsicologo.es/resumen?pii=514>
- Sánchez, P., González, M. y Zumba, I. (2016). El Psicólogo Educativo y su responsabilidad en la sociedad ecuatoriana actual: compromisos, retos y desafíos de la educación del siglo XXI. *Universidad y Sociedad*, 8(4), 123-129. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202016000400016
- Sanchiz, M. (2009). Modelos de orientación e intervención psicopedagógica. Universitat Jaume. Recuperado de <http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/23882/s4.pdf?sequence=6&isAllowed=y>

- Secretaría de Educación Pública. (2016). *El modelo educativo 2016*. Recuperado de https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/8007/1/images/modelo_educativo_2016.pdf
- Serrano, J. y Pons, R. (2011). El constructivismo hoy: enfoques constructivistas en educación. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 13(1), 1-27, Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/redie/v13n1/v13n1a1.pdf>
- Solé, I. y Colomina, R. (1999) Intervención psicopedagógica: una—¿o más de una? —realidad compleja, Infancia y Aprendizaje. *Journal for the Study of Education and Development*, 22(87), 9-26. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1174/021037099320405339>
- Vázquez, R. y Tamayo, J. (2004). Utilización de la expresión corporal como medio de enseñanza de los diferentes contenidos del área de educación física en la escuela. *Revista digital Ef deportes*, 10 (77), 1. Recuperado en <https://www.efdeportes.com/efd77/exp.htm>
- Vielma, E. y Salas, M. (2000). Aportes de las teorías de Vygotsky, Piaget, Bandura y Bruner. Paralelismo en sus posiciones en relación con el desarrollo. *Educere*, 3(9), 30-37. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/356/35630907.pdf>

Anexos.

Anexo 1. Guía de entrevista



Entrevista para la adolescente

Fecha: 17 / 09 /2018 Lugar: Coyoacán, CDMX
Hora de inicio: 14:00 Cierre: 15:00

Lugar: Oficina Orientación Educativa, CETis 2

Asistentes a la entrevista
Entrevistado: Anne

Entrevistador:
Abigail Herrera Tolentino

Observadores:
Anel Barbosa

Presentación: La presente entrevista se realiza con el fin de recabar información relevante de los ámbitos escolares, familiares y personales de la alumna, para su posterior uso en el desarrollo de la intervención psicopedagógica. Se recuerda que los datos obtenidos se utilizarán únicamente para fines educativos.

Aspectos Generales

1. ¿Qué haces un día entre semana? Elige el día que más te guste, relátame.
2. ¿A qué hora te levantas? ¿A qué hora te acuestas a dormir?
3. ¿Cuántas comidas haces en casa? Desayuno, comida y cena
4. ¿Qué tipo de comida es la que te hacen en casa? Pollo, carne, verduras, fruta, leche
5. ¿Qué es lo que haces los fines de semana? Describir ambos días
6. ¿En el fin de semana pasas más tiempo con tu Papá o con tu Mamá?
7. ¿Qué es lo mejor que te ha pasado?
8. ¿Qué es lo que te hace sentir muy contenta?
9. Ahora con mucho cuidado, ¿Qué es lo que te pone triste?
10. ¿Cómo te sientes la mayor parte del tiempo, contento o triste?
11. ¿Por qué te sientes así? ¿Cómo, dónde o cuándo? ¿En qué momentos?
12. ¿Qué te haría falta para que fueras más feliz?
13. ¿Qué es lo que más te gusta de ti?
14. ¿Te gusta tu familia? ¿Qué te gusta de tu familia?
15. ¿Dónde vives? ¿Te gusta el lugar dónde vives? ¿Por qué?

Familia

16. ¿Quiénes viven contigo?
17. ¿Con quién te llevas mejor? ¿Por qué?
18. ¿Quién es la persona que te cuida todos los días?
19. ¿Cuándo haces la tarea, alguien de tu casa te ayuda a resolverla?
20. ¿Qué es lo que no te gusta hacer, pero tus Papás te obligan? Puede ser ir a misa, hacer tarea, limpiar tu cuarto etc.
21. ¿Te gusta estar con tus Papás?
22. ¿Qué es lo que no te gusta de tu Mamá?
23. ¿Qué es lo que no te gusta de tu Papá?
24. ¿Qué hacen tus Papás para que te sientas feliz?
25. ¿Qué te gustaría que tus Papás hicieran para que fueras más feliz?
26. ¿Te has portado mal alguna vez? o que tus Papás consideren que te has portado mal, ¿qué han hecho al respecto?
27. ¿Qué sientes cuando lo hacen?
28. ¿Cómo te llevas con tu Papá/Mamá)
29. ¿Qué es lo que haces con tu Papá/Mamá, qué actividades haces?
30. ¿Cuándo vas a la escuela te dan dinero o llevas comida?

Relaciones Interpersonales

A) Aspectos generales

31. ¿Consideras a alguien como tu mejor amigo? Fuera de la escuela
32. ¿Has tenido alguna relación sentimental con alguien?

33. ¿Haces actividades culturales? (salir al cine, museos, teatro, fiestas municipio)
 34. ¿Sueles convivir con otras personas? ¿Si, no por qué?
- B) Estima
35. Del 1 al 10 ¿Qué tanto crees que vales?
 36. Completa la siguiente frase: Soy una persona _____
 37. ¿Qué es lo que más te gusta de ti?
 38. ¿Qué es lo que menos te gusta de ti?
 39. ¿Cuál es tu mayor temor?

Escuela

A) Aspectos generales

40. ¿Te gusta ir a la escuela? ¿Por qué?
41. ¿Qué te gustaría ser cuando seas grande?
42. ¿En tu escuela hay: cafetería (), biblioteca (), audiovisual (), espacios (), deportivos (), ¿enfermería ()?
43. ¿Te gusta tu salón? ¿Por qué?
44. ¿Sabes si han hecho algo en tu escuela para que sea linda, presentable? ¿La han pintado, recogen basura, hay nuevos juegos?

B) Estilos y ritmos de aprendizaje

45. ¿Qué es lo que más te gusta hacer en la escuela? ¿Por qué? ¿Con qué materiales? ¿Cómo lo haces?
46. ¿Qué clase (materia) te gusta más? ¿Por qué?
47. Cuando la maestra deja las actividades, ¿Eres de las primeras en acabar? ¿O qué tanto tiempo tardas en terminar?
48. ¿Te gusta hacer tarea? ¿Por qué? ¿Te dejan mucha?
49. Cuando te dedicas a estudiar ¿Cómo lo haces?
50. ¿Tienes alguna filosofía de vida? Ideales
51. ¿Cuáles son tus metas a alcanzar a largo plazo

C) Interacción en el aula

52. ¿Te agradan tus maestros? ¿Cambiarías alguno?
53. ¿Cómo te llevas con tus compañeros de clase?
- 54.
55. ¿Te gusta estar con tus compañeros de clase? ¿Has tenido algún problema con alguien del salón?
56. ¿Participas en clase? ¿Por qué?
57. ¿Cómo reacciona tu maestra cuando te encuentras nerviosa?
58. ¿Qué hace tu maestra cuando te cuesta hacer algo?
59. ¿Te gusta cómo te enseñan tus maestros?
60. ¿Qué medidas toman tus maestros si alguien se comporta inadecuadamente?
61. ¿Has perdido algo en tu salón? ¿Qué hace tu maestra?
62. ¿Te gusta cómo te tratan tus maestros?

Ocio, recreación, deporte.

- 63. De todas las cosas que haces, ¿cuál te divierte más?
- 64. ¿Qué haces cuando estás de vacaciones?
- 65. ¿Haces algún deporte o alguna actividad fuera de tu escuela?
- 66. ¿Te gustaría hacer otra cosa? ¿Qué?
- 67. ¿Cuál es tu deporte o actividad favorita?

Alimentación e Higiene

- 68. ¿Te has enfermado? ¿Qué tan seguido te enfermas?
- 69. ¿Has tenido algún accidente?
- 70. ¿Alguna vez te has encontrado en una situación de violencia?
- 71. ¿Alguna vez has seguido una dieta rígida?
- 72. ¿Te has sentido mal en tu salón o cuando vas a la escuela? ¿Qué te ha pasado?
- 73. ¿Qué haces cuando te sientes mal?
- 74. ¿Por qué haces eso?
- 75. ¿Tus Papás te ayudan a no enfermarte, que te dicen para que no te enfermes?
- 76. ¿Cuándo te enfermas quien te cuida más mamá o papá?
- 77. ¿En tu escuela te han enseñado a cuidarte para que no te enfermes?

¿Tienes alguna duda o algo que quieras comentar?

Agradecemos tu colaboración en esta entrevista, y nuevamente te reiteramos que la información que nos has proporcionado será utilizada sólo con fines educativos, y la única persona que tendrá acceso a dicha información será la jefa de esta área educativa, el aplicador y observadora de la entrevista. Muchas gracias, y quedamos a tu disposición para cualquier cosa que necesites en un futuro.

Anexo 2. Plan de actividades

Sesión 1	Introducción y presentación de las asesorías	
Objetivo	Presentarse, generar confianza con la estudiante, expresar expectativas	
	Actividades	Tiempo
	Se presenta con la estudiante, quién es, de qué institución viene y qué espera de esta intervención. También menciona la dinámica de las asesorías, la forma de evaluación y los materiales a utilizar. Le da la palabra a la estudiante para referir las expectativas, así mismo se le menciona que si a ella le gustaría trabajar otra cosa en específico tuviera la libertad de hacerlo.	50 min
		Materiales
		Esquema de las asesorías, voz, cuerpo.

Sesión 2	Cómo se conforma nuestra identidad	
Objetivo	Reconocer la conformación de la identidad de la estudiante	
	Actividades	Tiempo
	Iniciar con ejercicios de respiración. Se comienza el tema de Identidad, “nuestra Identidad está conformada por tres aspectos importantes (Según Giménez, 2010): Atributos idiosincráticos (modo de ser, aptitudes, características propias de sí mismo), historia de vida (lo que tú has vivido no lo ha vivido alguien más) y los atributos de pertenencia social que implican la identificación con categorías, grupos y colectivos sociales (mujer, hombre, adolescente, adulto, estudiante, trabajador, deportista, bailarina, etc.) “ En una hoja la alumna tendrá que responder a las siguientes preguntas: ¿Qué me gusta de mí? (atributos físicos) ¿Cómo soy físicamente? ¿Qué me agrada de mí misma? (cualidades de personalidad) ¿En qué soy buena? (aptitudes, habilidades) ¿Por qué me gusta lo que me gusta? (grupos musicales, películas, series, actividades diversas) ¿Qué me hacen sentir? ¿Qué actividad me gustaría hacer fuera de la escuela? Curso de idiomas (inglés, coreano) Pregunta de reflexión: ¿Fue difícil señalar una cualidad al inicio del ejercicio? ¿Cómo te sentiste en esta primera actividad? Ejercicio: Mirarte en el espejo diariamente, haciendo distintas muecas, gestos.	50 min
		Materiales
		Diapositivas, Hojas, Bolígrafos, lápiz, colores.

Sesión 3	Expresando emociones	
Objetivo	Realizar expresiones faciales y ejercicios corporales	
Actividades	Tiempo	Materiales
<p>Se inicia con ejercicios de respiración y de expresión corporal.</p> <p>Explicación del dibujo, se le pidió representar de modo gráfico lo que representa su persona, sean objetos, lugares, de alguna forma representa la esencia.</p> <p>En una hoja responder a las siguientes preguntas: ¿Cuáles son las emociones que experimento con más frecuencia? ¿Qué emociones (diferentes a los que escribí) me gustaría experimentar? Ahora, intercambia las emociones que escribiste con tu compañera e intenta representar los que ella escribió. ¿Cómo te sentiste al representar cada emoción?</p> <p>Solicitar material para la próxima sesión: Pintura digital, toallas húmedas, espejo.</p>	50 min	Hoja blanca, bolígrafo, voz y cuerpo.

Sesión 4	Cómo me ven los demás 1	
Objetivo	Reflexionar sobre las cualidades y defectos que posee	
Actividades	Tiempo	Materiales
<p>Se inicia con ejercicios de respiración y de expresión corporal.</p> <p>Se le pregunta a la estudiante sobre cualidades y defectos, después de indicar las instrucciones, en una hoja blanca anotará las cualidades y defectos que considera tener. Una vez finalizada la hoja, frente a tu compañera las dirás una por una, al mismo tiempo tu compañero te tendrá que poner un punto de pintura en el rostro. (al finalizar se tiene que observar en un espejo) Para reflexionar: ¿Cómo interpretamos el barro en tu rostro? ¿Así es como te muestras al mundo? ¿Te gustó ver tu rostro cubierto de barro? ¿Qué te hizo sentir? ¿Qué tendrías que hacer para quitar las cualidades que menos te gustan de ti?</p>	50 min	Hoja blanca, bolígrafo, pintura, toallas para limpiar rostro.

Sesión 5	Cómo me ven los demás 2		
Objetivo	Interactuar con compañeras y reflexionar sobre su autoconcepto		
	Actividades	Tiempo	Materiales
	Se inicia con ejercicios de respiración y de expresión corporal, realizando la mirada. Planteando la idea de " lo que creo de mí, lo manifiesto en mis conductas" se pregunta ¿Cómo me veo en cada situación? Se eligieron a dos compañeras que a la estudiante les genera confianza, en una hoja de papel se le pide que dé respuesta a la pregunta ¿Cómo soy? después en otra hoja le coloca como título ¿Qué piensas de mí? Caminamos por el espacio observándose entre sí y cada una de ellas escribe en la segunda hoja lo que piensa una de la otra. Al final se contestan las preguntas: ¿cómo te sentiste? ¿Qué piensas de ti con este ejercicio, descubriste algo nuevo de ti? ¿Qué grado de conocimiento tienen tus compañeras sobre ti?	50 min	Hoja blanca, bolígrafo.

Sesión 6	¿Sé recibir elogios?		
Objetivo	Reforzar o promover la capacidad para expresar elogios		
	Actividades	Tiempo	Materiales
	Se inicia con ejercicios de respiración y de expresión corporal, expresión gestual, ejercicios de voz. Se inicia con el tema: Aprender a dar elogios y a recibir, apreciar las cualidades de otra persona. "Cuando se nutre la autoestima del otro, se nutre la nuestra" En un pedazo de hoja escribiremos las cualidades que percibas de mí y yo las que perciba de ti, pueden ser elogios, describir a la persona, utilizando sólo aspectos positivos. Intercambiamos de papeles y los leemos, reflexionamos ante esto que escribieron. Con cuidado, intercambiamos los papeles de nuevo y diremos lo que escribió la otra persona en voz alta, revisa el tono de voz, tu expresión ante eso que escribiste de la otra persona. Para reflexionar: ¿Fue fácil escribir cualidades a una persona (yo)? ¿Crees que podrías hacer este ejercicio con alguien que conoces mejor? ¿Cómo te sentiste al momento en que te dije lo que yo pienso y admito de ti? Tarea: Pensar en: ¿Reconozco las virtudes, habilidades, fortalezas de las demás personas? ¿Qué tan a menudo elogio a alguien? ¿Me gustaría hacerle saber a otra persona lo que pienso de ella?	50 min	Hoja blanca, bolígrafo, voz y cuerpo.

Sesión 7	Mi vida actual		
Objetivo	Involucrar a la estudiante en un proceso de reflexión sobre las relaciones interpersonales		
	Actividades	Tiempo	Materiales
	<p>Se inicia con ejercicios de respiración y de expresión corporal con música</p> <p>Se retomaron las preguntas de la sesión pasada y se inicia con la actividad que consiste en contestar las siguientes preguntas: ¿Cómo es mi vida actual en relación conmigo misma? Si no me gusta o si me gusta mi vida actual, ¿qué podría hacer para cambiar eso? ¿Cómo es mi vida actual en relación con mi familia? ¿Cómo es mi vida actual en relación con mi escuela? ¿Cómo es mi vida actual en relación con el mundo? ¿Qué interrelaciones guardan entre sí las cuatro áreas anteriores? ¿Crees que depende una de la otra?</p> <p>Mencionando la importancia sobre las relaciones interpersonales, se le pide que piense en los recursos que tiene para dar solución a los problemas a los que se ha enfrentado.</p>	50 min	Hoja blanca, bolígrafo, voz y cuerpo.

Sesión 8	¿Cuáles son mis recursos?		
Objetivo	Involucrar a la estudiante en un proceso de consciencia sobre los recursos que puede utilizar		
Actividades	Tiempo	Materiales	
<p>Se inicia con ejercicios de respiración y de expresión corporal, ejercicios de voz. Se inicia con la idea de que los seres humanos se enfrentan a distintas situaciones, cada uno reacciona de distinta manera. Se le pide que piense en los momentos en los que se ha enfrentado a algo. En el hogar: qué te has enfrentado - ¿qué hice? ¿Cómo lo sobrelleve? En la escuela- ¿a qué te has enfrentado? exponer enfrente, hablar con un profesor, hablar con un compañero. ¿Qué hiciste? ¿Crees poder salir de esa situación? ¿Qué es lo peor que pueda pasar? ¿A veces suelo decir cosas chistosas?</p> <p>Buscar estrategias que me sirvan para controlar mis miedos, ansias, nervios ¿Qué podría hacer? - escribir, respirar hondo, pensar y concentrarme en que soy estudiante ¿qué puede pasar? En todo momento estamos aprendiendo, sé sincera contigo mismo y con los demás, reconoce eso que sientes en ese instante, pero no te quedas ahí.</p> <p>Posteriormente se le pidió representar en tu mente lo que para ti significa vivir mejor, sentirse bien en el aula contigo misma pero también con los demás. Vas a plantear una definición o bien describe esa situación en la que te gustaría estar, describe lo que deseas, de lo que quieres, de lo que ves, lo que oyes y de lo que sientes, como si ya lo hubieras logrado. Hacer una lista de recursos propios. Recurso es todo lo que te ayuda a lograr lo que deseas. Escribe todos los recursos que conoces existen en ti. Incluye todo y también los que podrías obtener como consecuencia de la relación con tus compañeros. Piensa: estos recursos que deseas o te hacen falta te servirían para sentirte mejor como lo describiste en la situación de arriba. Piensa si alguno de tus compañeros tiene esos recursos o bien proporcionártelos.</p>	50 min	Hoja blanca, bolígrafo, voz y cuerpo.	

Sesión 9	Establecer metas		
Objetivo	Reflexionar sobre las metas a corto, mediano y largo plazo.		
	Actividades	Tiempo	Materiales
	<p>Se inicia con ejercicios de respiración y de expresión corporal, caminando por el espacio de distintas velocidades.</p> <p>Se da introducción al tema de la sesión: establecerse metas en la vida ayuda a tener confianza en uno mismo. Cuando se tiene un plan de lo que queremos hacer, inconscientemente aceptamos que podemos lograrlo, que somos capaces de conseguir lo que deseamos. Entonces primero, vamos a plantearnos metas a corto plazo, después a mediano y largo plazo. ¿Qué quiero lograr a corto plazo? ¿Soy capaz de hacerlo? ¿Qué necesito hacer para lograrlo, esfuerzo, concentración, enfrentarme? ¿Pedir permiso a mis papás para salir con una amiga? ¿Qué deseo hacer a mediano plazo, cuando hago mi servicio, en dónde me gustaría hacerlo? ¿hacerse de un amigo, compartir algo con alguien? ¿Después de la prepa, qué sigue? ¿Qué me interesa? ¿haré examen? ¿Quiero tener un novio? Solicitar que escriba en su bitácora.</p>	50 min	Hoja blanca, bolígrafo, voz y cuerpo.

Sesión 10	Actividad grupal 1. Conociendo a los demás		
Objetivo	Crear cierto grado de cohesión en el grupo, valorar y reconocer las cualidades del otro.		
	Actividades	Tiempo	Materiales
	<p>Se inicia con ejercicios de respiración y de expresión corporal utilizando la mirada, voz y postura (caminar por el espacio reconociendo, mirando a los demás). Indicación: Ya que hicimos contacto nos vamos acercando poco a poco." Se van a sentar en el piso frente a frente, mirándose fijamente, notar cómo está la persona enfrente de mí, si está cansada, nerviosa, cómo es su respiración. Ahora, van a conocer a esa persona que está frente ustedes, ¿cómo? ustedes van a tener 3 minutos para decirle a la otra a persona quiénes son ustedes, lo que les gusta, lo que no les gusta, lo que les gusta de esta clase. Presten atención porque después vamos a utilizar esa información que les proporcionaron. Después de eso nos reunimos al centro y la persona que nos tocó, nos vamos a colocar detrás de ella tocando sus hombros y los vamos a presentar como si fuéramos nosotros. Plenaria con el grupo para comentar la actividad.</p>	50 min	Hoja blanca, bolígrafo, voz y cuerpo.

Sesión 11	Actividad grupal 2. Subasta de cualidades	
Objetivo	Involucrar a la estudiante en un proceso de interacción generando cierto grado de empatía con las practicantes. Reconocer y valorar las cualidades que posee y que necesita trabajar.	
Actividades	Tiempo	Materiales
<p>Se inicia con ejercicios de respiración y de expresión corporal utilizando la mirada, voz y postura (caminar por el espacio reconociendo, mirando a los demás). Se presentan con su nombre utilizando un tono de voz que caracterice su personalidad.</p> <p>Se comienza con el tema de cualidades, para abordar el tema realizaríamos un juego llamado “subasta de cualidades”. Las indicaciones del juego consisten en repartir fichas con valor total de \$100 a cada jugador. Tenían que pensar en qué gastarían esa cantidad puesto que hay cualidades que son caras y otras más económicas. Al final se hace una plenaria discutiendo la actividad y reflexionando sobre ésta.</p>	50 min	Fichas de cualidades, fichas de dinero, bolígrafo, voz y cuerpo.

Sesión 12	Actividad grupal 3. Role playing	
Objetivo	Involucrar a la estudiante en un proceso de interacción en el que ponga a prueba las actividades desarrolladas anteriormente.	
Actividades	Tiempo	Materiales
<p>Se inicia con ejercicios de respiración y de expresión corporal utilizando la mirada, voz y postura (caminar por el espacio reconociendo, mirando a los demás). Se da la introducción al tema de violencia de género, la actividad para abordar el tema consistía en pensar en representar dos escenas una en la que se evidenciara la violencia de género y otra de la forma correcta de actuar ante una situación así.</p> <p>Cada equipo hace la representación, al final se discute el tema y la actividad.</p>	50 min	Hoja, bolígrafo, voz y cuerpo.

Sesión 13	Conclusión		
Objetivo	Dar conclusión a la intervención a través de una entrevista		
	Actividades	Tiempo	Materiales
	<p>Se inicia con ejercicios de respiración. Se le aplica la entrevista a la estudiante con las preguntas: ¿Qué tal le parecieron las asesorías en general?, ¿cuáles de las actividades desarrolladas le gustó más y por qué?, ¿cuáles de ellas le gustó menos y por qué?, ¿cuáles actividades que se realizaron le gustaría fortalecer?, ¿cambió en algo tu estancia en el salón de clases?</p>	50 min	Voz y cuerpo.

Anexo 3. Evidencia de actividades

Figura 1. Actividad grupal 1 “Conociendo a los demás”.



Figura 2. Actividad grupal 1 “Conociendo a los demás”.



Figura 3. Actividad grupal 3 “Role Playing”.



Figura 4. Actividad grupal 3 “Role Playing”.



Figura 5. Actividad 2 “Cómo se conforma mi identidad”.

