



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

PROPUESTA PEDAGÓGICA:

**LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA COMO APOYO PARA PREVENIR Y
ORIENTAR SI EXISTE UN CUADRO DEPRESIVO POR COVID-19 EN
LOS ADOLESCENTES DE PRIMER GRADO EN LA SECUNDARIA
“JOSÉ MARÍA LUIS MORA” EN ALMOLOYA DE JUÁREZ.**

PRESENTAN:

MARIO ALEJANDRO TORRES MONTALVO

ISABEL REYES PEÑA

ASESORA:

MTRA. PILAR CARDOZA MORALES

CIUDAD DE MÉXICO, AGOSTO DE 2022.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN	5
Capítulo 1 Orientación Educativa.....	8
1.1 Orígenes y desarrollo histórico de la orientación.....	9
1.2 Definición de orientación educativa y sus funciones.	13
1.3 Tipos y principios del área de la orientación educativa.....	17
1.4 Principios del área de la Orientación educativa.....	20
1.5 Modelos en la Orientación Educativa.....	22
1.5.1 Modelo de Consulta o Counseling.	22
1.5.2 Modelo de Programas.	24
1.5.3 Modelo de Servicios.....	27
1.6 Enfoques más significativos de la Orientación Educativa.	28
1.7 Función y objetivos del orientador educativo en la secundaria.....	36
Capítulo 2 Adolescencia	45
2.1 Concepto de adolescencia.....	45
2.2 Desarrollo físico, psicológico y social del adolescente.	49
2.3 Familia, escuela y adolescencia.	58

Capítulo 3 Síntomas depresivos por Covid-19.....	65
3.1 Efectos del Covid-19 en espacios escolares.	65
3.2 Adolescencia y depresión.	71
3.3 Indicadores y características de cuadros depresivos en la adolescencia.	76
3.4 Tipos de depresión.....	77
Capítulo 4 TALLER PEDAGÓGICO DIRIGIDO AL ORIENTADOR EDUCATIVO DE NIVEL SECUNDARIA; SOBRE “DETECCIÓN Y PREVENCIÓN” DE UN CUADRO DEPRESIVO POR EL CONFINAMIENTO A CAUSA DEL COVID-19 EN ADOLESCENTES DE PRIMER GRADO DE SECUNDARIA.	85
INTRODUCCIÓN	85
4.1 Objetivo general.	87
4.2 Objetivos particulares.	87
4.3 Metodología.	87
4.4 Perfil de ingreso.....	89
4.5 PRIMERA PARTE	89
4.6 SEGUNDA PARTE.....	107
4.7 Evaluación del taller.....	127
CONCLUSIONES FINALES.....	132
ANEXOS.....	135

ANEXO 1.....	135
ANEXO 2.....	137
ANEXO 3.....	139
ANEXO 4.....	148
ANEXO 5.....	151
ANEXO 6.....	152
BIBLIOGRAFÍA	155

PRESENTACIÓN

El presente trabajo surge de la inquietud por intervenir de alguna forma en lo que han vivido los niños, las niñas y los adolescentes por consecuencia del confinamiento provocado por la propagación del virus SARS-CoV-2 que provoca la enfermedad del Covid-19, la cual ha originado un conjunto de efectos colaterales que afectan directamente en la educación, la salud física y mental de los sujetos antes mencionados.

También se ha visto afectada la forma en que los individuos se relacionan e interactúan con sus amigos y compañeros de clase, pues debido a la pandemia, en coordinación la Secretaría de Salud, la Secretaría de Educación Pública y el Consejo Nacional de Autoridades Educativas de México anunciaron la suspensión de las actividades escolares de todo sector educativo durante un plazo que constaba de 30 días, fue el 14 de marzo de 2020 que se dijo que se suspenderían las clases del 20 de marzo al 20 de abril, que más tarde se extendió hasta el 30 de mayo del mismo año con la posibilidad de concluir el ciclo escolar bajo esas circunstancias.

Se implementaron clases a distancia ante el cierre temporal de las instituciones educativas, con el fin de garantizar el derecho y la continuidad educativa, impactando el desarrollo de los ciclos escolares 2019-2020, 2020-2021 y el actual 2021-2022, es por esto que continuamente escuchamos a los padres de familia, docentes y a los mismos alumnos hablar de cómo están siendo las clases a causa de la pandemia, sus deficiencias y obstáculos que presenta la educación *online*, pues si ya existía un problema en la educación de México antes de la pandemia, el confinamiento vino a empeorar el escenario, dejó al descubierto muchas carencias, entre ellas, la brecha digital existente en las escuelas del Sistema Educativo Mexicano.

Todos los que participan en la educación fueron afectados, la falta de preparación de los padres de familia para apoyar a sus hijos en el aprendizaje desde casa, el aumento del estrés por la presión laboral en los centros escolares y el incremento de las tasas de abandono escolar por parte de los alumnos no se hizo esperar, pues los adolescentes son los individuos más vulnerables, considerando las características de éstos, dada la etapa de cambios que presentan a esta edad, la conformación de una identidad, los conflictos entre la familia y sumado a esto, el confinamiento a causa de la pandemia.

El problema antes mencionado ha crecido y se ha ido agravando, debido al problema, surge la necesidad de conocer la relación existente entre el confinamiento y la depresión, que sin duda han desencadenado fracaso escolar o bajo rendimiento académico en los alumnos de nivel secundaria, las condiciones escolares en las que se desenvuelve el alumno puede afectar el desempeño escolar, la motivación y las expectativas de alcanzar el éxito académico, por esta razón, nos dimos a la tarea de elaborar un taller, dirigido al orientador educativo de nivel secundaria, con un conjunto de actividades que le servirán como apoyo para prevenir y orientar si existe un problema de depresión a causa del confinamiento por Covid-19 en sus alumnos.

Para que esto funcione, se necesita la participación del orientador educativo, y por supuesto, del departamento de Orientación Educativa, pues son los encargados dentro de la institución educativa de dar asesoramiento al alumnado, para que éste actúe de forma responsable durante y después del proceso educativo, consideramos que a través de su trabajo y con apoyo del presente trabajo se logrará en los alumnos un desarrollo progresivo en función de sus capacidades, las cuales ayudarán al adolescente a trascender a lo largo de la vida.

En el primer capítulo se desarrollan los antecedentes de la Orientación Educativa en México, así como sus conceptos y características dentro del nivel secundaria, también se muestran las funciones del orientador educativo y la relevancia de su participación en la educación de los adolescentes.

En el segundo capítulo desarrollamos algunos conceptos de la etapa de la adolescencia y su caracterización, abordamos temas como las etapas del desarrollo en adolescentes, los cambios que suceden durante el desarrollo físico, psicológico y social y cómo éstos repercuten en la conformación de una identidad, se describen también las relaciones entre adolescente, familia y escuela, pues son éstos dos grupos los principalmente encargados de la educación de los individuos, se exponen también los tipos de familia, a los que se les atribuye gran parte de un desorden emocional, el cual va a verse reflejado en su relación escolar.

El tercer capítulo lo dedicamos a esclarecer el concepto de depresión según diferentes autores y organizaciones, así como sus características, tipos e indicadores, demostramos pues su relación con los desajustes emocionales causados en los adolescentes y al final, no por eso menos

importante, los efectos negativos del Covid-19 en la salud mental de los adolescentes y la afectación a las instituciones educativas, su relación con el rezago educativo y el abandono escolar de los adolescentes debido al estrés y ansiedad por el confinamiento para mitigar la crisis sanitaria por el virus SARS-CoV-2.

En el cuarto y último capítulo se desarrolla la propuesta pedagógica que consiste en un taller dirigido al orientador educativo de nivel secundaria, con actividades que le servirán de apoyo para prevenir y orientar si existe un problema de depresión en sus alumnos, nos referimos a los adolescentes que cursan el primer grado de secundaria. Se hace énfasis en la importancia del rol que juega el orientador educativo en la institución y su influencia en la vida de los alumnos, esto a través del diálogo y su preocupación en apoyar y favorecer al aprendizaje de los adolescentes, así como su desempeño escolar en cuanto a los problemas emocionales que éstos puedan presentar a causa del encierro y el confinamiento por la pandemia del Covid-19.

Capítulo 1 Orientación Educativa.

Los desafíos que la contingencia por la pandemia de la COVID-19 generó en el Sistema Educativo Mexicano varían de acuerdo con el rol que tienen los involucrados, es decir, no es lo mismo aquello que aqueja a un alumno y a los padres de familia a lo que tuvo que enfrentar un directivo, un supervisor o un maestro, en el caso de los alumnos y padres de familia, algunos de los factores que condicionan las posibilidades para recibir una educación en línea de calidad son: la desigualdad social-educativa, la etnia, el género, la ubicación geográfica y el tipo de institución al que pertenece la población estudiantil afectada, por parte de quienes laboran en las distintas instituciones educativas, tuvieron que dejar el salón de clases tradicional al que han estado acostumbrados por años para llevar la educación a los alumnos a través de las diferentes plataformas y programas educativos, haciendo uso de recursos como fichas de trabajo, grupos de *WhatsApp* y *Facebook*, videollamadas, llamadas telefónicas, correos electrónicos, en los mejores casos, alguna plataforma digital o educativa como *Microsoft Teams* y *Google Classroom*, esto no solo para interactuar a distancia entre docentes y demás trabajadores sino también con sus estudiantes, incluyendo las presiones personales del confinamiento, sus implicaciones económicas, de salud y hasta afectivas.

El no tener las condiciones para poder trabajar con esta nueva modalidad ha presentado un verdadero problema, pero el hecho de contar con los recursos y los medios para realizar el quehacer educativo es solo el principio, pues también saber utilizarlos ha sido otro de los retos a los que se han enfrentado tanto docentes como padres de familia y alumnos, desde el acceso hasta el uso y manejo de las TIC (Tecnologías de la Información y Comunicaciones), TAC (Tecnologías del Aprendizaje y el Conocimiento) y TEP (Tecnologías del Empoderamiento y la participación) no ha sido del todo fácil.

Ante esta contingencia sanitaria se tomaron diferentes medidas y decisiones para que se pudiera trabajar a distancia en los diferentes niveles educativos, es así como “Bajo este contexto, el ciclo escolar 2020-2021 inició el 24 de agosto de 2020 a distancia, utilizando el avance de las tecnologías de la información, comunicación, conocimiento y aprendizaje digital” (SEP & Secretaría de Salud, 2021, pág. 10). Ante la necesidad de cerrar masivamente las instituciones

educativas, los distintos niveles y el acento en la competencia digital para poder llevar a cabo la educación y por lo tanto la orientación a distancia. Es aquí donde nace el interés por describir la importancia de la Orientación Educativa en el ámbito educativo y “su razón de ser como ayuda a todos los miembros de la Comunidad Educativa, siendo el alumno su principal centro de intervención” (Zapatero, 2020, pág. 30), cabe destacar que, en momentos de especial necesidad, como el actual, una de las herramientas fundamentales de la Orientación Educativa es “generar procesos emocionales y de participación, tanto individuales como colectivos, siendo fundamental en la mayoría de los casos, el acompañamiento físico y presencial” (Zapatero, 2020, pág. 31).

Antes de explicar cada una de las tareas de los Servicios de Orientación que son las que tienen que ver con el trato directo con las personas (alumnado, familias, profesorado, etc.) consideramos que es importante conocer algunos de sus antecedentes para consolidarse como una de las herramientas más importantes del hecho educativo, los cuales se exponen a continuación.

1.1 Orígenes y desarrollo histórico de la orientación.

Teniendo en cuenta la necesidad de conocer las circunstancias del tiempo pasado para explicar y comprender el presente, consideramos oportuno realizar un pequeño recorrido por los orígenes de la Orientación en nuestro país previo a abordar su desarrollo.

“La Orientación Educativa es un campo de estudio de la educación que se refiere al acompañamiento del sujeto que le brinda la escuela” (Flores, 2013), nació como una práctica en México en el siglo XIX a causa de los conocidos debates higiénico-pedagógicos como Modelos de Práctica Orientadora. “en México, el Congreso Higiénico Pedagógico de 1882 representa uno de los aspectos históricos interesantes de la praxis orientadora” (Muñoz, 2013, pág. 22), donde se reunieron pedagogos y médicos para trabajar en torno a los temas que concernían al sistema educativo de esa época, temas como:

- a) *Las condiciones higiénicas indispensables que deberían reunir los edificios escolares.*
- b) *El modelo de mobiliario escolar para satisfacer las exigencias de la higiene.*

- c) *Las características de los libros y útiles escolares.*
- d) *Los métodos de enseñanza para mejorar la instrucción de los niños sin comprometer su salud.*
- e) *La distribución diaria del trabajo escolar, según las diferentes edades de los educandos.*
- f) *Las preocupaciones que deberían tomarse en las escuelas para evitar la transmisión de enfermedades contagiosas entre los niños. (Muñoz, 2013, pág. 22)*

¿Por qué hacemos mención de estos congresos? Porque, aunque parezca ilógico vincular lo pedagógico con lo médico, los Congresos Higiénico-Pedagógicos marcaron la construcción del campo de la Orientación Educativa debido a la insalubridad de las escuelas, proclamando a la Orientación como un espacio “que autoriza *guiar al otro* en sus asuntos educativos, morales e higiénicos; así como parte de esta *disciplina* se inicia la revisión del aseo personal... selección de actividades a realizar vinculadas con los oficios a los que podrían dedicarse” (Flores, 2013, pág. 27).

Comprender el desarrollo histórico de la orientación educativa ayuda a identificar sus antecedentes para conocer su evolución y tener una visión más amplia de la misma, su progreso y los cambios que se han producido a lo largo de los años. En México, la orientación educativa se originó tiempo después de la revolución mexicana, según (Aceves & Simental, 2013) su desarrollo sucedió de la siguiente manera:

En 1912 se realizó una encuesta educativa por el Ing. Alberto J. Pani, en la que se utilizan conceptos propios de la labor del orientador. De 1912-1914 se llevaron a cabo los Congresos de Educación verificados en México, defendiendo la transformación de la escuela mexicana. En 1923 se funda el Instituto Nacional de Pedagogía contando con el servicio de orientación profesional. Para 1925 se organiza el Departamento de Psicopedagogía e Higiene Mental, dedicado al desarrollo físico, mental y pedagógico del niño mexicano. Ya en 1933, la

Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), se interesa por la orientación profesional y se organiza un primer ciclo de conferencias informativas. (p.1)

En 1916 la Orientación Educativa en México, tuvo un gran avance con Rafael Santamaría y Cols al traducir del inglés al español la Escala de Inteligencia Binet-Simon y en 1921 presentaron la primera adaptación para niños mexicanos (con esta escala se puede evaluar el grado de desarrollo intelectual, psicológico y mental del niño... para detectar a los alumnos que tienen dificultades de aprendizaje y poder recibir una orientación adecuada). Habrá que recordar que “en 1921 se fundó lo que hoy es la Secretaría de Educación Pública (SEP) al frente de José Vasconcelos” (Galván, 2016, pág. 109).

Después de la creación de la SEP, se organizó el primer congreso en 1923, donde se creó el Departamento de Psicopedagogía e Higiene Escolar conformado por las secciones de Psicopedagogía, Higiene Escolar y Previsión Social, este Departamento brindó apoyo de 1923-1928, según Meuly, (Citado en Páez, 2010), dicho departamento se regía por los siguientes objetivos:

- *Estudiar las características de los niños físicas, mentales y pedagógicas.*
- *Conocer la salud de cada integrante de las escuelas.*
- *Tomar en cuenta el perfil de los estudiantes en cuanto a sus aptitudes mentales y físicas, guiarlos a su mejor opción para un futuro adecuado.*
- *Detectar a los estudiantes menos dotados.*
- *Llevar a cabo un estudio estadístico de actividades educativas del país. (p.5)*

Para 1935 ya se impartía la materia de Orientación Educativa en el Departamento mencionado anteriormente, años después, la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) abrió una licenciatura en psicología y se crearon las instancias de orientación escolar y profesigráfica.

Después del establecimiento de la carrera de psicología en la Facultad de Filosofía y Letras en la UNAM, se creó la especialidad de Técnicas de la Educación. Años más tarde, en 1944, esta misma Universidad funda el Instituto de Orientación Profesional.

En 1950 por parte de la Secretaría de Educación Pública (SEP), surge el Servicio de Orientación Vocacional y Profesional, con el ideal de que era posible encontrar soluciones a las problemáticas que se hallaban tanto en los alumnos como en los profesores, padres de familia y todo personal en general dentro de las instituciones educativas. Para 1952, a partir del mes de febrero, la orientación vocacional ya se practicaba en las escuelas secundarias oficiales, como etapa de experimentación, según (Aceves & Simental, 2013) atendiendo cuatro funciones: información vocacional, exámenes psicotécnicos, entrevistas y asesoramientos.

En 1956 por parte del “Instituto Politécnico Nacional se creó el Departamento de Orientación Educativa, pero en 1958 varias universidades habían formado ya departamentos psicopedagógicos” (Flores, 2013, pág. 30)

Tras las 3 Asambleas Nacionales de Educación realizadas entre 1950 – 1957, surge de 1957 – 1959 el Programa de Actividades de los Orientadores de las Escuelas Secundarias del Distrito Federal (ahora Ciudad de México). Después de estos programas, por parte de Agustín Yáñez como secretario de Educación Pública según (Flores, 2013) fundó en 1966 el Servicio Nacional de orientación Vocacional. Y es en 1967, que se crean las secundarias técnicas, en las que contaban con una hora de trabajo a la semana, dedicada a la orientación en todos los niveles dentro de su currículo y con su programa propio de este servicio (Aceves & Simental, 2013).

Posterior a eso, en 1970 se organizó el primer Congreso Nacional de Orientadores, llevado a cabo en Acapulco, Guerrero donde se formó la Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación, A.C. (AMPO). Pero fue hasta 1979 que se buscó el reconocimiento de la Orientación Educativa como una actividad profesional e indispensable para contribuir dentro del sistema educativo al desarrollo integral del alumnado, todo esto gracias al profesor Luis M. Ambriz Reza en su inquietud por una agrupación que tuviera propósitos fundamentales como el ya mencionado anteriormente, y uno más, no por eso menos importante, buscar la superación profesional de orientadores optimizando mecanismos de comunicación, cohesión y desarrollo profesional, dando

como resultado la identificación y profesionalización de actividades de la orientación tanto en sus tareas tanto dentro del ambiente escolar como en lo social y cultural, alcanzando así el reconocimiento de su importancia en la sociedad a nivel nacional.

Cuando el Instituto Nacional de Investigación Educativa (antes llamado Instituto Nacional de Psicopedagogía) desaparece en 1971 por advenimiento de la Universidad Pedagógica Nacional (fundada en 1978), dicha Universidad creó una especialización para crear a los primeros orientadores, los cuales se formarían desde un enfoque sociocultural para analizar la realidad educativa y aportar elementos para una intervención, esto según (Meneses, 1999).

En la actualidad se entiende a la orientación como parte de la actividad docente, así mismo, “se han llevado a cabo diversos foros, investigaciones, lo mismo que programas que han ayudado a fortalecer el área de orientación educativa, y fortaleciendo su vinculación con el ámbito educativo, personal y social” (Aceves & Simental, 2013, pág. 2). Ámbitos en los que los orientadores toman el rol de educador, donde tratan de crear, mediante el ejercicio de sus habilidades, un ambiente en el que los educandos puedan enfrentarse a sus propios sentimientos y explorarlos sin miedo, para desarrollar elementos pertinentes que les den la capacidad de tomar decisiones tanto en el ámbito académico como en su devenir existencial.

1.2 Definición de orientación educativa y sus funciones.

En la actualidad, hablar de orientación educativa, es meterse en un inmenso campo en el ámbito de las ciencias de la educación, y darle un concepto definitivo al término orientación se ha situado en una abundante confusión, esto debido a la falta de precisión al momento de delimitar sus principios y sus funciones dentro y fuera del ambiente escolar, como resultado, también sus objetivos, modelos, áreas, y contextos de intervención, así como los métodos empleados.

Como parte del presente trabajo, nos dimos a la tarea de compilar algunos conceptos de acuerdo a diferentes autores. La definición de orientación, al igual que sus funciones y su modo de planificarla, fueron desde un inicio, un tanto problemáticos, imprecisos y hasta contradictorios. Es por ello que no se tiene un concepto definitivo de este término, sin embargo, (Martínez, 1998) considera a la orientación como un proceso que ayuda a la persona a tomar decisiones

vocacionales, como forma de asesorar al individuo para la resolución de problemas personales y/o sociales, como sistema o modelo de intervención que brinda asistencia al sujeto, presente en los actos que emprende el docente en el contexto escolar y extraescolar.

Para (Molina, 2001), la palabra orientación la enfoca hacia la toma de decisiones vocacionales, como un proceso dirigido al conocimiento de diversos aspectos personales, capacidades, gustos, intereses, motivaciones personales, en función del contexto familiar y la situación general del medio donde se está inserto para poder decidir acerca del propio futuro. El objetivo de la orientación según esta autora, es ayudar al alumno a conocer sus diversos aspectos personales y sociales para toma de decisiones futuras.

En la misma línea de autores que reconocen la toma de decisiones como el centro y objeto de lo que es orientación, encontramos también a (Rodríguez, 1995) que asegura que la orientación educativa debe prestar apoyo a quién lo necesite dentro del ambiente escolar, tratando de hacer consientes a los sujetos de sus propias necesidades educativas; así mismo de sus recursos, posibilidades, capacidades e intereses, todo esto, para el logro de sus metas.

A partir de estas definiciones podemos notar que los autores mencionados anteriormente, se refieren a la orientación como un proceso de ayuda para la toma de decisiones vocacionales, pero hay autores que defienden a la orientación educativa como un servicio formal y sistematizado, que implica un proceso, es decir, no se basa solo en informar en cierto momento a los jóvenes, sino que debe actuar desde que estos ingresan a la escuela y posterior a eso.

Algunos de los autores que defienden a la Orientación como un servicio formal y sistematizado son (Bizquerra & Álvarez, 2012) quienes definen a la orientación como un proceso de ayuda continuo dirigido a una meta, integrado en todas las situaciones que atraviesa el individuo a lo largo de toda la vida, tratando aspectos de prevención y desarrollo. Este proceso está inserto en la actividad educativa, trasciende los contenidos regulares de las clases y va más allá de las aulas, para enseñar y orientar a los jóvenes respecto a la forma de emplear sus recursos personales, favoreciendo la calidad y eficacia de la educación que se recibe en las aulas.

La función primordial de la orientación es guiar, indicar y conducir el desarrollo de las personas a conocerse a sí mismas y al entorno que los rodea para así comprender que son una unidad con significado y derecho a hacer uso de su libertad. Es por ello que Calviño (Citado en Sánchez, 2017), al término orientación no lo define solo como un proceso de ayuda que interviene ocasionalmente, sino más bien un proceso de mediación, canalización que debe acompañar al sujeto a lo largo de la vida, no simple o exclusivamente en la escuela, sino fuera de ella también.

Un autor más que defiende esta postura es (Nérici, 1984) que la representa como un proceso educativo a través del cual se asiste al educando con el fin de que éste pueda obtener pleno rendimiento en sus actividades escolares, formular y realizar planes según sus aptitudes e intereses para que alcance armónicamente los fines últimos de una educación integral.

En muchas de las definiciones, aunque expuesto de distinta manera y con una conceptualización parcializada acerca de la orientación se aprecian algunos elementos en común:

- Atiende el sujeto en correspondencia con su entorno.
- Es una práctica pedagógica dirigida a las áreas personal-social, escolar, vocacional y comunitaria.
- Se concibe como parte integrante del proceso y proyecto educativo.
- Se sustenta en los principios de prevención, desarrollo y atención a la diversidad de los sujetos.
- Asume funciones de diagnóstico, asesoría, asistencia, ayuda, desarrollo y de tutoría.

Una vez concluido el propósito de definir el término de orientación educativa, pasaremos a mencionar algunas funciones, y decimos algunas ya que existen un exceso de ellas y tan variadas, que resulta imposible mencionarlas todas, antes de hacer mención de ellas cabe aclarar que son una recopilación de un par de autores, Espinar, (1993) (Citado en Páez, 2010) y (Aceves & Simental, 2013) quienes citan las funciones que persigue la orientación educativa, que son:

a) *Elaborar el plan anual de actividades de orientación educativa que se debe desarrollar, de acuerdo con el programa oficial vigente y con base en el análisis de los problemas de la escuela para someterlo a la consideración de la dirección del plantel.*

b) *Contribuir a la personalización de la educación, ajustando la respuesta educativa a las necesidades particulares de los alumnos, mediante las oportunas adaptaciones curriculares y metodológicas, en un intento de adecuar la escuela a los alumnos y no los alumnos a la escuela.*

c) *Favorecer los procesos de madurez para la toma de decisiones educativas y vocacionales.*

d) *Establecer comunicación constante con los padres o tutores de los alumnos y entrevistar, por lo menos, a aquellos cuyos hijos requieren atención especial.*

e) *Desarrollar al máximo la personalidad del alumno favoreciendo la auto orientación, la auto comprensión y la aceptación de sí mismo.*

f) *Participar en la promoción, organización y el desarrollo de campañas, actividades y agrupaciones de alumnos que contribuyan en el proceso formativo de éstos.*

g) *Procurar que cada uno de los alumnos rinda en sus estudios el nivel máximo de sus capacidades.*

h) *Facilitar a través de actividades de orientación, la adaptación del alumno al ambiente escolar y social.*

i) *Contribuir a la adecuada relación entre los distintos integrantes de la comunidad educativa: profesores, alumnado y familias, así como entre la comunidad educativa y entorno social, asumiendo el papel de mediación y negociación entre los conflictos o problemas que puedan plantearse entre los distintos integrantes.*

j) *Y una última, colaborar en la aplicación de la prueba de exploración, lo cual no siempre sucede. (p. 4)*

Una de las características que distingue a cada profesión, es la ética profesional con la que ésta se debe desempeñar, como menciona Cortina citada en (Ibarra, 2007) que la “profesión va más allá de una ocupación que permite obtener ingresos y estatus social, puesto que en realidad es una práctica social que adquiere su verdadero sentido y significado en el bien o servicio que proporciona a la sociedad” (p. 44), es por ello que se retomaron anteriormente algunos códigos éticos, funciones, deberes y responsabilidades con las que cuenta la orientación educativa, esto para efectuar su cometido con mesura, pues no es tarea fácil, ya que requiere el desarrollo de diversos elementos en el orientador para alcanzar el objetivo, que es favorecer el proceso de aprendizaje y ayudar a los alumnos en su desarrollo personal y profesional.

1.3 Tipos y principios del área de la orientación educativa.

La función principal de la orientación educativa, es identificar los factores o problemas que enfrentan los sujetos, causados por algún conflicto o circunstancia, es importante mencionar que dependiendo del ambiente en el que se lleva a cabo la orientación, así como la forma en la que es impartida, ya que puede ser de manera grupal o individual, tomando en cuenta también la necesidad a resolver; es que existen diferentes tipos de orientación, como son: Vocacional, Escolar, Familiar y/o Personal, por citar algunas, las cuales se describen a continuación:

a. **Orientación Vocacional:** es un proceso de maduración y aprendizaje personal mediante el cual se presta un apoyo técnico al sujeto, esto para facilitarle la toma de decisiones vocacionales, es decir, despertar intereses o ajustar dichos intereses a la competencia laboral del sujeto y a las necesidades del mercado de trabajo, con el objetivo de que logre un óptimo de realización personal y la integración social. (Aguilar J. L., 2010).

Este proceso de ayuda en la elección de una profesión es una inclinación o inspiración especial para que el alumno adopte una forma de vida, la evolución y progreso posterior de esta inclinación serán elemento clave para que la persona elabore un concepto adecuado de sí mismo, y de su papel en el ámbito laboral.

Es importante mencionar que la orientación vocacional se lleva a cabo normalmente en las escuelas de nivel básico (secundaria) y medio superior, donde no solo se da información respecto

a opciones de empleo y cómo conseguirlo, sino además de eso, se encamina a los estudiantes a una visualización de los intereses vocacionales.

b. **Orientación Escolar:** es un proceso mediante el cual se ayuda a los alumnos a lograr la comprensión y dirección de sí mismos, herramientas que les ayudarán a adaptarse mejor en la escuela, en el hogar y su comunidad. Su objetivo es proporcionar el conocimiento y reflexión en los alumnos para así obtener un mejor rendimiento y un historial académico exitoso, se debe lograr también, que los alumnos se fijen metas, elaboren un proyecto de vida y establezcan relaciones positivas, no solo con sus compañeros, sino con toda la comunidad escolar. (Martín, 2010).

Para alcanzar estos objetivos, es importante mencionar que el programa escolar de orientación debe incluir en su plan de trabajo, un estudio sistemático y completo de sus alumnos, así como proporcionar a toda su comunidad escolar una amplia variedad de información acerca de sí mismos y de sus oportunidades educacionales, profesionales y sociales. “Estas funciones y servicios son importantes desde el inicio hasta el fin de la experiencia escolar del alumno, pero la importancia conferida a cada función, va a depender de cómo varíen las necesidades del alumno” (Martín, 2010, pág. 80).

Con base en lo mencionado anteriormente, el programa escolar también tiene el deber de ofrecer a su comunidad, la oportunidad de recibir ayuda de manera individual si así se requiere, esto a través del asesoramiento, también prestar servicios de índole informativo, formativo e indagatorio al personal de la escuela y a los padres de familia, con el objetivo de auxiliarles en la labor de satisfacer las necesidades de los alumnos.

Cuando una persona se encuentra en su etapa de estudiante, uno de los principales escenarios donde se desenvuelve, además de la escuela, es la familia, es así como surge la orientación familiar, la cual se describe a continuación:

c. **Orientación Familiar:** es el proceso de ayuda a la familia, con el objetivo de mejorar su función educativa, pero al mismo tiempo, la dinámica funcional, adaptación a sus condiciones y al entorno vital. Se considera como un servicio de ayuda para la mejora

individual de quienes integran una familia, y por consecuencia, la mejora de la sociedad en y desde las familias. (Sánchez, 1983).

La familia es el entorno con el que el alumno entra en contacto por primera vez, donde se inculcan valores y se promueve el sano desarrollo de los miembros que la conforman, es por esto que la orientación juega un papel importante aquí, porque entra como ayuda para la familia, una ayuda que se extiende a cada uno de los miembros, porque todos tienen parte de responsabilidad, de ayuda y de educación dentro de este núcleo.

La Orientación Familiar se puede entender como un apoyo brindado a la familia, a través de un conjunto de técnicas dirigidas a prevenir y a afrontar dificultades por las que atraviesan sus integrantes en los diferentes momentos de la vida, este conjunto de técnicas rendirá fruto según los códigos de confianza y comunicación que se maneje entre el orientador y la familia orientada.

La orientación se da de diferentes maneras en los distintos niveles educativos, en este caso, la secundaria que es el nivel que a nosotros nos interesa, esta ayuda se brinda de manera grupal o personalizada cuando así se necesita, es así que nace la orientación personal.

d. **Orientación Personal:** es la ayuda que se otorga al individuo a elegir una determinada actividad profesional de acuerdo a sus posibilidades e intereses, así mismo, a prepararse para ella, es un procesos de guía y acompañamiento al sujeto para que consiga resolver algún problema que se le presente, aquí se crea una relación estructurada, donde el orientador tiene el deber de lograr que el orientado descubra cuales son los recursos que posee, así como su potencial para la resolución de alguna situación donde el sujeto tenga que tomar una decisión importante. (Fernández J. , 1981).

Este tipo de orientación se adentra más profundamente en el ser humano para hacerse cargo de los problemas vitales que el sujeto presenta, intenta proporcionarle pautas de comportamiento e información que ayuden en su adaptación, tanto individual como social. La orientación debe contar con un componente educativo de información, no solo de resolución de problemas, información sobre temas escolares que faciliten y promuevan su crecimiento interior, su desarrollo, su maduración y las distintas capacidades y habilidades para conocerse a sí mismo y el entorno

donde se desenvuelve, estas herramientas le permiten al sujeto a potenciar su desarrollo humano a lo largo de la vida.

1.4 Principios del área de la Orientación educativa.

Durante los últimos años se ha experimentado un cambio crucial en la forma de concebir a la orientación, se ha ido dejando de lado el carácter terapéutico e ido optando más por una postura en la que la orientación se concibe como una respuesta más amplia, que incluya los nuevos cambios sociales, económicos, culturales, los nuevos escenarios en los que debe intervenir y por supuesto a los nuevos protagonistas, a partir de las aportaciones de (Rodríguez Espinar, El orientador y su práctica profesional, 1980) y (Álvarez Rojo, Metodología de la orientación educativa, 1987) se hace una revisión de los principios que tradicionalmente se han propuesto en la orientación educativa, principios que se mencionan enseguida:

I. **Principio Antropológico:** las necesidades del ser humano son el objetivo de la orientación, la cual se basa en el hecho de que la persona necesita ayuda, el principio antropológico considera que la autenticidad de las experiencias que enfrenta cada sujeto a lo largo de su vida dependen propiamente de él. No obstante, este principio estima la necesidad de brindarle apoyo y herramientas al sujeto que le permitan enfrentar y resolver situaciones difíciles de manera coherente para que éste acepte la realidad que vive y asuma responsabilidades para lograr una adaptación y aceptación del medio que rodea al sujeto.

II. **Principio de prevención:** está basado en la necesidad de preparar a las personas para la superación de las distintas crisis que se dan en el desarrollo. El objetivo de este principio es promocionar conductas saludables y competencias personales, como las relacionadas con la inteligencia inter e intrapersonal, con el propósito de evitar la aparición de problemas, se pretende incurrir en los grupos que están en riesgo de presentar algún problema o conflicto. Desde la prevención se pueden promover circunstancias deseables, aumentando así los factores de protección y disminuyendo los factores de riesgo, para esto vamos a dividir a la prevención en tres etapas:

1) **Prevención primaria:** esta es de carácter grupal, su objetivo es actuar para reducir el número de casos problema en el futuro, se centra en el conjunto de la población o en los grupos de riesgo. Se considera estrictamente preventiva ya que interviene antes del surgimiento del problema.

2) **Prevención secundaria:** esta etapa puede ser grupal, pero es mayormente individual, su función es eliminar un problema para que no haya más, identifica y trata tempranamente las problemáticas y reduce el número, intensidad y duración de los problemas ya ocurridos.

3) **Prevención terciaria:** si una vez realizadas las etapas anteriores aún queda problema sin solución, éste debe ser eliminado desde la raíz, y restaurar la situación hasta llegar a la normalidad, esta etapa es mayormente de índole individual pero también se puede aplicar en grupos, su objetivo es incrementar la probabilidad de que el funcionamiento normal sea restaurado, a su minimiza los efectos residuales del problema ocurrido, con el fin de que las limitaciones que pueda causar sean las mínimas.

III. **Principio de desarrollo:** el principio de desarrollo considera al individuo como un ser en continuo proceso de crecimiento personal, la intervención supone un proceso mediante el que se acompaña al sujeto durante su desarrollo, con el fin de lograr el máximo crecimiento de sus potencialidades, este principio considera esencialmente la necesidad de ayuda en la formación de los alumnos dentro de las instituciones educativas. Desde una perspectiva más amplia, se considera que este desarrollo depende de determinantes biológicos y ambientales de interacción, es por esto que este principio cuenta con un doble objetivo, por un lado, pretende llenar de competencias necesarias al individuo para que pueda afrontar las necesidades de sus etapas de crecimiento y, por el otro, intenta proporcionar situaciones de aprendizaje que faciliten la reconstrucción y progreso de sus esquemas como una activación por parte del individuo.

IV. **Principio de intervención social:** esta debe estar dirigida a modificar características relativas a la organización y funcionamiento de la institución educativa,

desde su modo de evaluar y metodología, hasta la organización de sus grupos, considera importante identificar y conocer el contexto para poder definir un medio en el que se desenvuelven los sujetos, ya que con base en esto se podrá incurrir en la adaptación del individuo, dándole límites y posibilidades para su desarrollo y superación personal.

Una vez concluida la descripción de los tipos y áreas de intervención de la orientación educativa, cabe mencionar que estas estrategias son fundamentales y que sirven como guía para el desarrollo del proceso tanto de orientación como de intervención en el sujeto en su interacción con las variables contextuales, representan la realidad sobre la que hay que intervenir, así como la influencia de dichos propósitos, los métodos y hasta los agentes de esta intervención. Pero además de los diferentes tipos y áreas de intervención de la orientación, ésta posee distintos modelos en Orientación Educativa, los cuales se describen con detenimiento a continuación.

1.5 Modelos en la Orientación Educativa.

Las actividades que lleva a cabo la Orientación Educativa se realizan mediante diferentes modelos, los cuales sirven de ayuda para diseñar estrategias para cumplir con los objetivos que se pretenden lograr en la intervención por parte de la Orientación. (Matas Terrón, 2007, pág. 2) menciona que “la construcción de un modelo se realiza a partir de los elementos de la realidad que interesan al investigador, omitiendo aquellos que carecen de relevancia para el estudio en cuestión”. Se han realizado diferentes clasificaciones de los modelos de Orientación Educativa, en función de la teoría que sustenta el modelo, de la relación existente entre los agentes partícipes de la orientación (orientador, orientados y el contexto), también en función del tipo de intervención. Para ofrecer una clasificación, recurrimos al (Centro de Investigación y Documentación Educativa, 2009) quien describe los Modelos en la Orientación Educativa de la siguiente manera:

1.5.1 Modelo de Consulta o Counseling.

El modelo de Consulta o Counseling surge a partir de la idea de que la Orientación no solo se podía limitar a orientar y ayudar a los alumnos en la elección de su carrera, sino que existen necesidades de tipo personal en los adolescentes como el autoconocimiento, es un Modelo de

intervención psicopedagógica, se caracteriza por brindar una atención individualizada y cuyo instrumento principal es la entrevista.

Tabla 1. Definiciones de Counseling.

DEFINICIONES DE COUNSELING	
Rogers, 1951	[...] el proceso mediante el cual la estructura del yo se relaja en el medio seguro de la relación con el terapeuta y se perciben experiencias inicialmente ocultas que se integran en un yo modificador.
Pepinsky y Pepinsky, 1954	[...] la interacción que: a) se produce entre dos individuos llamados asesor y cliente, b) tiene lugar en un contexto profesional, y c) se inicia y se mantiene como medio para facilitar que se produzcan ciertos cambios en la conducta del cliente.
Hahn y McLean, 1955	[...] proceso que tiene lugar en una relación persona a persona entre un individuo perturbado por problemas que no puede manejar solo y un profesional cuya formación y experiencia lo califican para ayudar a otros a alcanzar soluciones para diversos tipos de dificultades personales.
Miller, 1971	[...] es una situación en la que el asesor ayuda al asesorado a elegir una línea de conducta y a seguirla.
Shertzer y Stone, 1972	[...] es un proceso de interacción que facilita una comprensión significativa del yo y del medio y da como resultado el establecimiento y/o el esclarecimiento de las metas y los valores con miras a la conducta futura... entre las metas del counseling están el cambio en la conducta, la salud mental, la resolución de problemas, la eficiencia personal y la toma de decisiones.
Patterson, 1978	[...] el proceso que implica relaciones interpersonales entre un terapeuta y uno o más clientes: el primero emplea métodos psicológicos basados en el conocimiento sistemático de la personalidad humana para tratar de mejorar la salud mental de los segundos.
Burks y Steffle, 1979	[...] el consejo denota una relación profesional entre un consejero formado y un cliente. Esta relación generalmente tiene lugar de tú a tú, aunque a veces puede incluir a más de dos personas. Pretende ayudar a los clientes a entender y clarificar sus puntos de vista desde su espacio vital y a aprender a alcanzar sus objetivos previstos mediante elecciones conscientes y bien documentadas, y mediante la resolución de problemas de naturaleza emocional o interpersonal.
Blocher, 1981	[...] ayudar a un individuo a tomar conciencia de sí mismo y de los modos en que reacciona a las influencias que sobre su conducta ejerce su ambiente. Lo ayuda también a establecer algún significado personal de esta conducta y a desarrollar y clarificar un conjunto de metas y valores que orienten la conducta futura.
Álvarez González, 1995	[...] un proceso de relación entre un orientador con los conocimientos y competencias necesarias y un individuo que busca ayuda en su proceso de desarrollo vocacional.
Santana Vega, 2003	[...] se trata de una relación interpersonal entre el orientador y el cliente que tiene como fin mejorar la situación de éste y toma soluciones adecuadamente.

Fuente: Velázquez de Medrano (1998) y Pantoja (2004). Tomada de (Centro de Investigación y Documentación Educativa, 2009, pág. 58).

Según Fossati y Benavent (1998) citados en (Centro de Investigación y Documentación Educativa, 2009, pág. 59) “el objetivo prioritario de la relación de ayuda que se establece a través del modelo de counseling es atender a las necesidades que el individuo tiene tanto en los ámbitos personal y educativo como socio-profesional”.

Las metas y finalidades de este modelo según Santana Vega, (2003:99) y Patterson (1978) son las siguientes:

- 1) Evaluar los rasgos de un sujeto mediante tests psicológicos y otros medios.
- 2) Definir o describir al individuo.
- 3) Enfocar la actividad de ayuda hacia la comprensión de sí mismo y del entorno.
- 4) Predecir el éxito probable en diferentes actividades.
- 5) Conocer las capacidades para desarrollar el potencial individual.
- 6) El modelo de Counseling trata de influir sobre la conducta que él o la cliente voluntariamente resuelve modificar.
- 7) Se dirige a proporcionar las condiciones que faciliten el cambio voluntario.
- 8) Intenta facilitar estas condiciones para el cambio de conducta a través de las entrevistas.

1.5.2 Modelo de Programas.

Este modelo de intervención tiene sus orígenes en los años 70's en Estados Unidos, surgió a causa de la incapacidad del modelo de Counseling y de Servicios para atender las necesidades de la población estudiantil, pues como ya se describió anteriormente, el modelo Counseling enfoca su intervención en lo personal y remedial, pero no grupal, es por ello que el modelo por programas buscaba además de realizar un diagnóstico, expandir el campo de la orientación a todos los alumnos, así como a al contexto institucional, con la finalidad de prevenir futuros problemas educativos con la ayuda del diseño y desarrollo de programas según las necesidades del contexto.

A continuación, se muestran algunas conceptualizaciones del modelo de intervención por programas según distintos autores:

Tabla 2. Definiciones de programas.

Morril, 1980	Experiencia de aprendizaje planificada, estructurada, diseñada para satisfacer las necesidades de los estudiantes.
Aubrey, 1982	Plan o sistema bajo el cual una acción está dirigida hacia la consecución de una meta.
Bisquerra, 1992	Acción planificada encaminada a lograr unos objetivos con los que se satisfacen unas necesidades.
Rodríguez Espinar <i>et al.</i> , 1993	Acciones sistemáticas, cuidadosamente planificadas, orientadas a unas metas, como respuesta a las necesidades educativas de los alumnos, padres y profesores insertos en la realidad de un centro.
Álvarez Rojo, 1994	Acción colectiva del equipo de orientadores, junto con otros miembros de la institución, para el diseño, implementación y evaluación de un plan (programa) destinado a la consecución de unos objetivos concretos en un medio socioeducativo en el que previamente se han determinado y priorizado las necesidades de intervención.
Montané y Martínez, 1994	Es una actividad sistemática dirigida a una población para conseguir los objetivos educativos previstos de antemano.
Repetto y otros, 1994	Se entiende por programa de orientación el diseño, teóricamente fundamentado, y la aplicación de las intervenciones pedagógicas que pretenden lograr unos determinados objetivos dentro del contexto de una institución educativa, de la familia o de la comunidad, y que ha de ser sistemáticamente evaluado en todas sus fases.
Vélaz de Medrano, 1998	Sistema que fundamenta, sistematiza y ordena la intervención psicopedagógica comprensiva orientada a priorizar y satisfacer las necesidades de desarrollo o de asesoramiento detectadas en los distintos destinatarios de dicha intervención.

Fuente: Elaboración de (Centro de Investigación y Documentación Educativa, 2009) a partir de Veláz de Medrano (1998:136-137).

El modelo de programas es uno de los más utilizados dentro de la Orientación Educativa, es por eso que distintos autores como (Rodríguez Espinar, Álvarez, Echeverría, & Marín, 1993), (Álvarez González, 1991), (Álvarez Rojo, 1994), (Repetto Talavera, Rus Anega, & Pulg Balaguer, 1994), (Lázaro & Asensi, 1989) y (Martínez Clares, 2002) consideran aspectos importantes de este modelo, los cuales se resumen en los siguientes puntos:

- Los programas se diseñan y desarrollan teniendo en cuenta las necesidades del contexto.
- Se actúa sobre el contexto con un carácter más preventivo y de desarrollo que terapéutico.

- El estudiante es agente activo de su propio proceso de orientación.
- El programa va dirigido a todos los estudiantes y se centra en las necesidades del grupo.
- La orientación por programas favorece la interrelación curriculum-orientación.
- Es necesaria la implicación y cooperación voluntaria de todos los agentes educativos socio-comunitarios, así como la colaboración voluntaria de otros profesionales en el diseño y elaboración del programa.
- Los profesionales de la orientación forman parte, como un miembro más, del equipo que ha de desarrollar los programas de orientación, desempeñando los roles que la situación y el propio programa le requiera.
- La intervención es interna, se sitúa dentro de la institución y forma parte del proceso educativo.
- Se establece una estructura dinámica que favorece las relaciones entre las experiencias de aprendizaje curricular y su significación personal.
- El modelo de programas hace operativa de forma clara y precisa la participación de todos los agentes educativos.
- Requiere un cambio de actitud en los diferentes agentes de la orientación que deben asumir un mayor protagonismo e implicación para lo que necesitan, tanto información como formación.

Por otro lado, tenemos las ventajas de utilizar este modelo de programas en la Orientación Educativa, expuestas por Bisquerra (1998:100), citando a Miller (1971) en (Centro de Investigación y Documentación Educativa, 2009), las principales ventajas de una actuación por programas son las siguientes:

- *No se ha impuesto bruscamente a la escuela y a la plantilla, sino que se ha desarrollado gradualmente.*
- *Es idealista en cuanto a sus objetivos y realista en cuanto a su ejecución.*
- *Alienta la comunicación continua entre todos los miembros de la plantilla de la escuela.*

- *Tiene a su disposición los recursos del centro.*
- *Está entrelazado con el plan didáctico.*
- *Lleva los servicios de orientación a todos los estudiantes y no solamente a los que se encuentran en una situación problemática.*
- *Desempeña un papel importante en el programa de relaciones públicas de la escuela.*
- *Está constantemente concentrada en un proceso de autocrítica.*
- *Garantiza una prestación equilibrada de los servicios que ofrece a los alumnos.* P. 84.

Como ya vimos, el modelo de programas, es considerado un modelo de intervención de gran relevancia dentro del trabajo que realiza la Orientación Educativa, ya que la forma de prevenir utilizada en este modelo alcanza un número mayor de participantes, además de que utiliza la reflexión crítica en torno a la práctica.

1.5.3 Modelo de Servicios.

Este Modelo a pesar de tener un significativo pasado en el contexto europeo, la Orientación Educativa en México ha tomado su tiempo para integrarlo al Sistema Educativo, ya que este modelo actúa concretamente en el problema, dejando en segundo plano al contexto de los sujetos, además de ser centros ubicados fuera de los colegios e institutos de enseñanza secundaria. Según (Matas Terrón, 2007) “por su propia idiosincrasia, estos servicios actúan por funciones preestablecidas, y cuando lo hacen suelen descontextualizar tanto la valoración del problema como la intervención (consecuencia directa de la falta de implementación de sus funciones en el propio centro escolar)”. P. 7.

El modelo de servicios tiene como finalidad, satisfacer cumplir con las necesidades de tipo personal y educativo de los sujetos, su recurso principal es la entrevista, esto para afrontar la intervención individualizada, de índole clínico. Se caracteriza por su trabajo directo con un equipo o sector, es decir, un grupo reducido de sujetos, el (Centro de Investigación y Documentación Educativa, 2009) menciona algunas características principales del modo de intervención del Modelo de Servicios:

- *Suelen tener un carácter público y social.*
- *Suelen estar ubicadas fuera de los centros educativos y su implantación es zonal y sectorial. Por tanto, la acción se realiza por expertos externos a la institución educativa.*
- *Actúan por funciones, más que por objetivos.*
- *Se centran en resolver las necesidades de los alumnos y las alumnas con dificultades y en situación de riesgo (carácter terapéutico y de resolución de problemas).*
- *Suelen ser individuales y puntuales. P. 86.*

La forma de trabajar del Modelo de Servicios permite a las diferentes instituciones educativas conectarse con el sistema de servicios y lograr una transmisión entre la realidad de colegios y los servicios comunitarios, no obstante, este modelo también tiene sus desventajas, como la falta de recursos materiales y humanos, a esto hay que añadir la deficiencia de una perspectiva terapéutica, existe poca conexión y comunicación entre el centro que brinda el servicio y la institución educativa, los horarios de atención no facilitan abordar el trabajo con la familia y la comunidad, las funciones de este modelo están predefinidas, por lo que los objetivos se dejan en segundo plano, también las actividades se limitan en la mayoría de las veces al diagnóstico.

1.6 Enfoques más significativos de la Orientación Educativa.

Como consecuencia de la diversidad de sujetos que se encuentran en las diferentes instituciones educativas, existen también múltiples enfoques desde los cuales se realiza la intervención en la orientación Educativa, en la siguiente tabla se muestra una descripción resumida de los enfoques más significativos de la Orientación Educativa:

ENFOQUE	AUTOR	CARACTERÍSTICAS	APLICACIÓN EN LA
---------	-------	-----------------	---------------------

			ORIENTACIÓN EDUCATIVA
Rasgos y factores.	Edmund Griffith Williamson (1900-1979).	<p>Este enfoque supone la consolidación de la aplicación de la psicometría a la orientación, sus supuestos básicos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Cada individuo tiene rasgos y factores individuales. ➤ El enfoque obvia la influencia de factores contextuales en la toma de decisiones. ➤ Estos rasgos y factores pueden quedar estancados o desarrollarse en función de las interacciones del individuo con el medio donde se desarrolla. ➤ Ayuda al sujeto a sentirse capaz de realizar sus potencialidades de manera autónoma, que éste sea capaz de resolver sus dificultades por sí solo. ➤ Evaluar los rasgos de un sujeto mediante 	La orientación educativa debe ayudar al sujeto para que ajuste sus rasgos personales respecto a los requisitos ocupacionales.

		<p>test y otras herramientas psicológicas.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Enfocar la ayuda hacia la comprensión del sujeto sobre sí mismo y de su ambiente. 	
Psicoanalítico.	Sigmund Freud.	<p>El psicoanálisis indaga en la mente inconsciente y explora las distintas experiencias que tuvieron los pacientes durante su infancia, esto para descubrir si estos hechos pudieran tener un impacto en el desarrollo vital del sujeto, sus principios elementales son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Puntualiza la conexión de la infancia con otras etapas de la vida y con la toma de decisiones en la adultez. ➤ El origen de los conflictos inconscientes suele encontrarse en los problemas no resueltos durante la infancia del sujeto, o bien, a causa de traumas reprimidos. ➤ Los conflictos psicológicos son 	<p>El sujeto deberá comprender las experiencias de su infancia y los diferentes acontecimientos vitales que han afectado su vida con el fin de recomponer sus creencias y recuerdos para tratar el problema y superar los problemas que arrastra.</p>

		<p>la consecuencia de problemas en el inconsciente.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ La terapia convierte en conscientes estos pensamientos reprimidos, y es cuando el sujeto puede tratar o remediar sus miedos o traumas del pasado. ➤ Los síntomas se externalizan a causa de afecciones latentes. 	
<p>Psicodinámico.</p>		<p>Se denomina Enfoque Psicodinámico al conjunto de psicoterapias que se basan principalmente en la teoría psicoanalítica, su modalidad terapéutica ha evolucionado a partir de la teoría freudiana. Este enfoque constituye en cuanto a la satisfacción de las necesidades del sujeto una estrecha relación entre la conducta vocacional y las experiencias del paciente durante su infancia. Su objetivo principal es concientizar aspectos inconscientes, esto para habilitar algunos cambios de posición en el sujeto, mediante</p>	<p>Según el autoconcepto del sujeto va a mostrar diferentes concepciones a partir del contexto en el que se ubica, de modo que, el concepto que el sujeto tenga de sí mismo será el desarrollo de su conducta vocacional.</p>

		esto, el paciente reconocerá sus propios mecanismos de defensa y el origen de su constitución.	
Evolutivo.	Ginzberg, Ginsburg, Axelrand y Herna.	<p>El enfoque evolutivo en comparación con los demás enfoques, menciona que la elección vocacional no es exactamente un hecho puntual en la vida del sujeto, sino un proceso resultante del mismo crecimiento y maduración.</p> <p>El (Centro de Investigación y Documentación Educativa, 2009, pág. 242) menciona que “dentro de este enfoque encontramos tres teorías o modelos reseñables: el modelo de opción ocupacional de Ginzberg, el sistema de desarrollo profesional de Tiedeman y O’Hara y el modelo sociofenomenológico de Super”.</p> <p>En resumen, el enfoque evolutivo apunta a que la elección vocacional es un proceso que se da entre la adolescencia y la juventud, siendo éste un proceso irreversible, pues una vez iniciado es difícil cambiar de opción, donde la</p>	El sujeto debe tener la idea de servicio a la sociedad, tomar consciencia de que el trabajo ofrece más que la satisfacción de las propias necesidades y que la ocupación o vocación ofrece un estilo de vida.

		elección termina siendo una transición entre las necesidades del sujeto y lo que le ofrece su contexto.	
Cognitivo-conductual.	Krumboltz.	<p>Este enfoque se centra en la cognición, dicho de otra manera, se refiere a los procesos implicados en el conocimiento. En este enfoque se engloban las teorías que consideran que las dificultades emocionales y comportamentales de las personas se deben a la manera de pensar sobre sí mismas y sobre todo de su contexto, una de las teorías es el Modelo de aprendizaje social de Krumboltz, Pérez Bullosa y Blasco (2001) citados en (Centro de Investigación y Documentación Educativa, 2009, pág. 249) consideran que este enfoque se basa en la toma de decisiones, sin embargo, (Sebastián Ramos, 2003) menciona que es “un enfoque global basado en el aprendizaje social para la toma de decisiones. En cualquier caso, la toma de decisiones se basa en postulados psicológicos propios de las teorías cognitivo-conductuales” P. 249.</p>	<p>Ayudar al adolescente a establecer relaciones ente los elementos que le rodean y potenciar la construcción del conocimiento, pues los conocimientos adquiridos en un área se verán potenciados al establecer relaciones con otras áreas, el alumno debe construir su propio conocimiento a partir de la información que recibe y darle un significado.</p>

		<p>Según Rodríguez Moreno (1998:67) citada en (Centro de Investigación y Documentación Educativa, 2009) menciona que “fue Krumboltz quien anticipó la importancia de la ayuda a los adolescentes para que supieran más sobre el mundo del trabajo, para que profundizaran y ampliaran sus conocimientos sobre el sistema ocupacional...”</p>	
<p>Humanista.</p>	<p>Carl Rogers. Abraham Maslow.</p>	<p>El enfoque humanista se basa en la creencia de que el ser humano debe ser considerado como un todo, con la aceptación de que existen diferentes factores que pueden afectar la salud mental del sujeto, factores como los pensamientos, los sentimientos o emociones experimentadas por el sujeto.</p> <p>Considera que la creatividad y espontaneidad del sujeto son aspectos importantes a desarrollar para así enfrentar y superar los retos del contexto donde el paciente se desenvuelve, debido a que el mundo se encuentra en constante cambio el</p>	

		aprendizaje también debe estar en acción continua.	
Aprendizaje significativo.	David Ausubel.	<p>Ausubel citado en (Dávila Espinosa, 2000) menciona que al hablar de aprendizaje significativo significa que este “produce una retención más duradera de la información al relacionar los nuevos conocimientos con los anteriores; los conocimientos se van quedando en la memoria de largo plazo” P.6. esto facilitará su recuerdo en el momento que sea.</p> <p>Para aprender se requiere de un mayor esfuerzo y de una estructura cognitiva más compleja y organizada, pues los nuevos aprendizajes se conectan con los anteriores, no porque sean lo mismo, sino por el modo en el que se aprenden y el significado que se les brinda.</p> <p>Durante este proceso según Ausubel, se da una nueva configuración de la información, de</p>	<p>Una teoría en la que se considera que el ser humano es el encargado de construir su conocimiento, su realidad y sus experiencias para dar significado a sus experiencias y su relación con el entorno.</p>

		acuerdo a la información que el sujeto ya posee y la nueva información o los nuevos datos, en otras palabras, la nueva información y la antigua se combinan para crear un nuevo conocimiento.	
--	--	---	--

1.7 Función y objetivos del orientador educativo en la secundaria.

La orientación educativa es un elemento del sistema institucional educativo que contribuye a la calidad y eficacia del aprendizaje y enseñanza, compromete a los distintos profesionales que participan en el quehacer educativo a intervenir y atender las peculiares características de cada alumno, esto con el fin de capacitarlo para su propia auto orientación y una toma de decisiones autónoma. De manera que, al hablar de un profesional educativo, para ser exactos, del orientador educativo, se considera debe contar con una serie de competencias propuestas por la (Asociación Internacional para la Orientación Educativa y Profesional, 1995), las cuales con base en el Proyecto Internacional sobre competencias profesionales del Orientador Educativo, en México, proyecto dirigido por Repetto, se les realizó una adaptación taxonómica, lingüística y semántica, la cual se menciona más adelante, entre las competencias centrales se encuentran las que se refieren a la responsabilidad profesional y el comportamiento ético, por ejemplo:

- El respeto y la sensibilidad hacia la diversidad cultural.
- La formación permanente en teoría y práctica.
- La investigación en el trabajo.
- Habilidades para la cooperación.

- El auto conocimiento.

Son competencias consideradas básicas por la (AIOEP, 1995), a fin de desempeñar una labor eficiente en el quehacer de la orientación, para (Caballero, Crespo, & Hernández, 1984) estas competencias le van a dar al orientador las herramientas para llevar a cabo cuatro funciones básicas:

- Función diagnóstica. Trata la valoración y el diagnóstico de las necesidades del sujeto para posibilitar su autoconocimiento y el desarrollo de su proyecto vital.
- Función de ayuda. Esta engloba tareas como el asesoramiento y el consejo personal, la formación en la búsqueda y utilización de la información, la ayuda en el proceso de toma de decisiones y el apoyo en el desarrollo del proyecto vital.
- Función de planificación, organización y coordinación de la intervención. A través de esta intervención participan los programas educativos, con especial atención a los contextos donde se desarrollan los agentes educativos implicados, los recursos y las actividades consideradas.
- Función de evaluación e investigación de la propia acción orientadora. Se afronta la evaluación en el nivel global y específico, se informa de las investigaciones más relevantes y se utilizan las conclusiones de éstas en la práctica orientadora. Se investiga sobre la propia intervención orientadora. (Caballero, Crespo, & Hernández, 1984, págs. 67-82).

Anteriormente se habló de una adaptación a las competencias centrales del Orientador Educativo dirigido por E. Repetto, llevado a cabo durante 2002-2003 por la Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación (AMPO), estas áreas de especialización fueron redefinidas con el fin de hacer el contenido más comprensible para los orientadores, las competencias son las siguientes:

1. *Diagnóstico: Analizar las características y necesidades del individuo o grupo al que se dirige el programa y el contexto en que está inmerso, incluyendo todos los agentes implicados.*
2. *Orientación Escolar: Atender las necesidades de selección de itinerarios educativos, elaboración de planes educativos, superación de dificultades de aprendizaje y preparación para los cambios de ciclo y transición escuela-trabajo.*
3. *Orientación Vocacional y Profesional: Fomentar las actitudes, creencias y competencias que faciliten las tareas de desarrollo y la adaptación en los periodos de transición a lo largo de la vida.*
4. *Orientación Psicosocial o Personal: Provocar reflexión para facilitar el autoconcepto, identificar acciones, tomar decisiones y resolver dificultades.*
5. *Gestión de la información: Reunir, organizar, actualizar y proporcionar información relativa a educación, formación, trabajo y ofertas de empleo.*
6. *Consultoría y Coordinación: Proporcionar información, orientación y consejo profesional a padres, profesores, administradores escolares y empleadores que deseen facilitar el progreso educativo y el desarrollo de las personas.*
7. *Investigación y Evaluación: Estudiar el comportamiento vocacional y su desarrollo.*
8. *Gestión de Programas y Servicios: Diseñar, aplicar y supervisar las intervenciones, para cubrir las necesidades de la población de orientadores.*
9. *Desarrollo Comunitario: Fomentar la colaboración entre miembros de la comunidad para canalizar los recursos materiales y humanos y las necesidades de la comunidad.*

10. *Orientación ocupacional: Adaptar y asesorar a los individuos en sus intentos de búsqueda de empleo.* (Repetto, Ferrer, Manzano y Malik, 2002) citados en (Cabrera, 2010).

Estas funciones van a variar de acuerdo a las necesidades de la institución y del nivel educativo en el que se encuentra el alumno, pero en lo que al orientador compete, independiente a las necesidades antes mencionadas, su labor siempre será colaborar en el desarrollo integral del educando, esto para favorecer la creación de actitudes para lograr una vida plena, constructiva y equilibrada tanto en el ambiente escolar como en el familiar y social.

Ahora bien, para ser precisos, necesitamos clarificar las funciones que un orientador educativo debe desempeñar en la secundaria, ya que se pueden confundir con las funciones de la orientación educativa, mencionadas en el apartado anterior, el papel de los orientadores es identificar las necesidades educativas, en el centro educativo, aulas y en alumnos en específico, dado que su trabajo no es hacer diagnósticos clínicos, sino solo detectar necesidades educativas a nivel general, que necesiten apoyo y especiales en particular.

Por otro lado, cabe aclarar que la orientación educativa, en resumidas palabras, es la teoría que reciben los orientadores, es el conjunto de métodos y técnicas empleadas para examinar y observar capacidades, valores y motivaciones del alumno, así como los factores del ambiente en el que este se desarrolla, los cuales son importantes para la resolución de conflictos, desempeño de actividades y la toma de decisiones.

Dado que las competencias y funciones básicas ya fueron mencionadas anteriormente, toca el turno a las responsabilidades del orientador educativo dentro del nivel secundaria, que son las siguientes según (Aceves & Simental, 2013):

- a) *Orientar a los alumnos para que den solución a sus propios problemas.*

- b) *Planear y desarrollar actividades de orientación educativa para los alumnos de la escuela y orientar a quienes requieran atención específica hacia las instituciones correspondientes.*

- c) *Mantener buenas relaciones con los alumnos y padres o tutores dentro y fuera de la institución.*
- d) *Facilitar a través de actividades de orientación, la adaptación del alumno al ambiente escolar y social.*
- e) *Participar en las reuniones técnico-pedagógicas o administrativas que promuevan las autoridades educativas.*
- f) *Asistir a los cursos de capacitación y actualización que realicen las autoridades educativas.*
- g) *Presentar ante el personal directivo, los informes relacionados con el desarrollo de sus funciones.*
- h) *La detección de habilidades e intereses sobre la vocación de los estudiantes.*
- i) *Participar en el consejo técnico escolar.*
- j) *Colaborar con el trabajador social y el médico escolar para ofrecer la adecuada orientación psicopedagógica a los alumnos.*
- k) *Mantener comunicación con los padres de familia respecto al desarrollo de los hijos.*
- l) *Y una última, que considero una de las más importantes, mantener discreción en cuanto a la información que se maneje. (p. 4-5)*

A través de la comunicación con los involucrados en el quehacer educativo, se consigue información importante que permite conocer las necesidades de cada uno para personalizar la educación, pero es importante aclarar que el orientador no debe convertirse en aquel que todo soluciona, si bien tiene un rol importante dentro de la institución educativa, eso no significa que

tiene que influir en las opiniones, decisiones o comportamientos de los asesorados, ya sea mediante argumentos o intentos de convencimiento de cualquier tipo.

Tampoco tiene que preguntar directamente a los sujetos sobre sus problemas, situaciones difíciles, comportamientos y demás, el orientador debe saber que existen otras alternativas para conocer y descubrir si la persona está pasando por una situación difícil o algún hecho que afecte el comportamiento de éste, como las que menciona (Hernández, 2008) que son: la observación cuidadosa, entrevistas, cuestionarios, test, por mencionar algunos.

Dicho esto, es indispensable manifestar las tareas del orientador según los involucrados en el hecho educativo (alumnos, padres de familia y demás personal educativo), puesto que la relación con cada uno debe ser distinta, por lo que deben ser definidas y diferenciadas, esto contribuirá de manera importante para construir un ambiente de trabajo eficaz, por esta razón Mora plantea las siguientes funciones según el trabajo con el tutor:

- I. *Apoyar al tutor de los alumnos a conocer los antecedentes académicos de cada alumno.*
- II. *Conocer el rendimiento de cada uno en comparación con la media del grupo.*
- III. *Estar al tanto de las dificultades del alumno en el aprendizaje, y como trabajo individual del orientador, orientar o coordinar la orientación de las acciones correctoras.*
- IV. *Ayudar al tutor a conocer los intereses, aspiraciones e ideales de los alumnos, en especial los referentes a lo académico-profesional.*
- V. *Apoyarlo en conocer el tipo de relación de los alumnos con las cosas y consigo mismo. (Mora, 2000, pág. 158)*

Otra parte de la labor del orientador educativo, es diseñar estrategias que promuevan la comunicación continua con los padres de familia, con el fin de hallar formas de colaboración con

la institución educativa que repercute en la mejora del desempeño académico de sus hijos, porque, aunque la escuela es la institución encargada de la escolarización de los seres humanos, la familia sigue ejerciendo la educación espontánea que recibe el alumno.

En un estudio realizado por (Hernando, Juidías, & Soto, 2005) mencionan que “*las funciones de asesoramiento y consulta a padres de familia por los orientadores... manifiestan la poca o nula asistencia a las reuniones colectivas*” (p.679), donde se refleja el poco interés por parte de éstos respecto a la educación de sus hijos y demuestra que el problema educativo no solo radica en la escolarización recibida en la institución, sino, también en el incumplimiento de los roles y funciones que desempeñan los padres.

Es por lo mencionado anteriormente, que el orientador no debe considerar solo el aspecto personal, sino comprender también el contexto social y atender esa relación escuela-familia-sociedad, debido a que existen factores internos y externos que pueden interferir en un determinado momento en el desarrollo del ser humano. Debido a lo cual, (Caballero, Crespo, & Hernández, 1984) especifican las tareas del orientador en relación a los padres de familia, las cuales son:

- I. *Conocer el ambiente familiar del alumno a través del contacto con los padres.*
- II. *Informar a los padres de familia sobre aspectos de la vida del centro docente y en particular del propio servicio de tutoría*
- III. *En señalados casos, influir ante los padres en orden a promover el cambio en ciertas conductas en la vida familiar que estén dando como consecuencia la conducta negativa y el rendimiento nulo del alumno, dificultando una correcta opción profesional.*
- IV. *Favorecer una actitud positiva de los padres hacia el centro docente.*
- V. *Recibir y canalizar sugerencias u opiniones por parte de los padres de familia. (p.74)*

Enseguida se señalan las funciones del orientador educativo en correspondencia con los demás profesores, ya que debe existir un interés por parte de los profesionales de la docencia en solucionar los problemas que afecten el funcionamiento de la institución y la comunidad de alumnos donde prestan sus servicios, así como estimular la participación de sus alumnos e integrar a la comunidad estudiantil y la escuela, esto en conjunto con el orientador educativo, así pues, (Cortés, 2008) nos dice cuáles son estas funciones de acuerdo a la Guía Programática de Orientación Educativa:

- I. *Coordinar sus actividades con los demás elementos de los servicios de asistencia educativa.*
- II. *Favorecer la adecuada formación de grupos escolares, que faciliten el aprendizaje de sus integrantes.*
- III. *Informar a los demás profesores del equipo docente acerca de las características de los alumnos.*
- IV. *Coordinar las sesiones de evaluación.*
- V. *Fomentar relaciones interpersonales entre los alumnos y de éstos con todos los elementos de la comunidad escolar.*
- VI. *Coordinar el apoyo y las orientaciones propias con la de los demás profesores del alumno en relación al tiempo de ocio y actividades extraescolares.*
- VII. *Tratar con los docentes en general, problemas académicos, disciplinarios, tanto individuales como de grupo.*
- VIII. *Estimular un ambiente de equipo entre los profesores del grupo de alumnos.*
(págs. 40-41)

Podemos observar el rol del orientador, así como su importancia en el establecimiento de un engranaje de intercambio de ayuda e información a través de la orientación con las personas

involucradas y vinculadas con el alumno, entre las que destaca la familia, con el fin de buscar soluciones en beneficio de una mejor relación personal-social y escolar, siempre dispuesto a recibir una actualización que le permita responder a las necesidades educativas de su institución y alumnado en general.

Capítulo 2 Adolescencia

La pandemia provocada por el virus SARS- CoV-2 en México, ha tenido un gran impacto en la vida de los adolescentes y sus relaciones sociales, quienes se encuentran en pleno desarrollo y crecimiento personal, con cambios físicos, emocionales y mentales, sumado a esto, el tener que adaptarse a una nueva forma de estudiar y de conectarse con sus pares. Según datos de U-Report realizado por la (UNICEF, 2021) “los principales sentimientos y emociones que describen los chicos y chicas en relación a la experiencia educativa en el contexto de aislamiento son: estrés, cansancio, angustia, agobio y aburrimiento” (párrafo 2).

La interrupción en la rutina de los jóvenes los ha afectado al punto de llevarlos a estados de irritabilidad y aburrimiento, incluso es posible que haya afectado de manera directa su creatividad y la forma en la que se crean las ideas. Pero antes de iniciar con la descripción de cómo el aislamiento por la pandemia afecta a los adolescentes es importante definir lo que es la adolescencia y los cambios que suceden durante esta etapa.

2.1 Concepto de adolescencia.

Como segundo capítulo consideramos necesario desentrañar la compleja definición de adolescencia antes de adentrarse en las diferentes definiciones realizadas por distintos autores y de ubicar al mismo adolescente en un contexto familiar, social y escolar, incluso antes de abordar los efectos del confinamiento por la propagación del SARS CoV-2 (Covid-19) en la salud mental de los adolescentes y cómo éste afecta en el desempeño escolar de aquellos que cursan el nivel secundaria, es importante estudiar la adolescencia por sí sola, como una de las etapas de desarrollo del ser humano y sus características básicas.

La adolescencia es una de las etapas del ser humano más fascinantes, pero al mismo tiempo una de las más complejas, un proceso de la vida donde el ser humano asume nuevas responsabilidades y experimenta cambios físicos, emocionales y psicológicos. Antes de continuar es importante mencionar ¿Qué entendemos por adolescencia? Etimológicamente “adolescencia”

proviene del verbo “adolecer = crecer, desarrollarse”, tradicionalmente se considera a la adolescencia como la etapa que transcurre desde los 12 años hasta los 18, pero en los últimos años se ha ampliado esta etapa, ahora desde los 10 años hasta los 19.

La (OMS, 2008) define a la adolescencia como la etapa que va desde los 10 años a los 19, por lo regular la dividen en dos fases; la adolescencia temprana de 12 a 14 años y la adolescencia tardía de los 15 a 19 años. La (Real Academia Española, 2013) establece a la adolescencia como el “período de la vida humana que sigue a la niñez y precede a la juventud”

Para (Aberastury & Knobel, 2004) en esta etapa de la vida el sujeto busca establecer su identidad adulta, apoyado en las primeras relaciones objetales-parentales internalizadas, al mismo tiempo buscan la estabilidad emocional y van construyendo su identidad. Es un proceso de numerosos cambios y conflictos, tanto para el adolescente como para quienes lo rodean, como sus padres y amigos, esto se debe a que el niño, en un momento de su vida en el que se sentía bien cómo consigo mismo, con su relación de dependencia y sin responsabilidades, resulta que un día se despierta con un cuerpo diferente, con un sinnúmero de responsabilidades, nuevas expectativas respecto a sus padres y el entorno que lo rodea, a causa de esto, su comportamiento no suele ser el mismo, pues ha perdido su identidad y a medida que va creciendo deberá modificar su personalidad y construir una nueva, pero para ello deberá enfrentar sus cambios físicos, psicológicos y emocionales.

Todos estos cambios no suceden del todo en un instante, se van presentando en diferentes momentos a través de cada una de las etapas del individuo, (Güemes, Ceñal, & Hidalgo, 2017) dividen a la adolescencia en tres etapas del desarrollo en adolescentes, las cuales son: Adolescencia Temprana, Adolescencia Intermedia y la Adolescencia Tardía, etapas que se describen a continuación:

Adolescencia temprana: esta etapa comprende el primero de los periodos de la adolescencia y se inicia con la pubertad, es decir, alrededor de los 10 u 11 años y abarca aproximadamente entre los 10-14 años de edad, aquí se presentan los primeros cambios físicos e inicia también el proceso de maduración psicológica. El adolescente en esta parte de su vida, tratará de crear sus propios criterios generando conflictos con sus padres, además de eso, socialmente el

individuo busca la separación y dejar de ser relacionado con la infancia, el adolescente lucha contra límites personales y los riesgos que asume constituyen una amenaza a la tradición, esto produce una gran agitación y conflicto interior, el verdadero problema surge cuando se da cuenta que todavía no es aceptado como adolescente, desarrollando en él una desadaptación social hasta en la familia. Tomando en cuenta los riesgos antes mencionados, es importante aclarar que son factores importantes en el desarrollo del adolescente, ya que pueden ser causantes de alteraciones emocionales como depresión y ansiedad, provocando cambios en la conducta del individuo y contribuyendo al aislamiento, así mismo se cuestionan reglas y valores, sus amigos adquieren mayor importancia que el núcleo familiar, hasta sentir mayor admiración por figuras famosas, ídolos, deportistas, músicos, etc.

La familia (la presencia del padre, madre o tutor), hasta los maestros de la escuela serán pilares importantes para acompañar la incertidumbre que provoca enfrentarse al cambio. Es significativo considerar que el contexto cultural en el que le toca vivir al adolescente, ya que no es la misma situación que el joven crezca en el campo y tenga responsabilidades de algún tipo de trabajo desde su infancia y esto beneficie su crecimiento físico, a que viva en la ciudad, pero en una zona carente de recursos y con padres incapaces de proveer las necesidades materiales y con una nula o ninguna comunicación, ocasionando una necesidad afectiva en el adolescente.

Adolescencia intermedia: este periodo se inicia a los 14 años y concluye a los 16 años de edad, se caracteriza porque el adolescente consigue cierto grado de aceptación, tanto de sí mismo como de los demás adolescentes, así como una adaptación consigo mismo, esta adaptación y aceptación llevará al adolescente a sustituir la relación con sus padres como modelos de referencia, por la relación con sus pares, la integración con su grupo de referencia le da cierta seguridad y satisfacción, empieza a imitar a los demás adolescentes que lo rodean. En esta etapa suelen darse más conflictos con la familia que en la etapa anterior, debido a la desidentificación con sus padres y la aparición de conductas de riesgo causadas por la influencia de los grupos de iguales, llamamos conductas de riesgo a aquellas que conllevan una excitación fisiológica placentera inmediata pero que están asociadas a resultados indeseables o negativos, como por ejemplo: el consumo de sustancias adictivas (especialmente alcohol, tabaco y marihuana) que los lleva a un comportamiento antisocial como robar, el mantener relaciones sexuales sin protección es también una de las conductas de riesgo, sin olvidar el fracaso escolar y los trastornos de la alimentación.

Es con todo esto que el adolescente se da cuenta que afuera hay un mundo difícil para él y del que es partícipe, donde sabe que si no encaja va a fracasar.

Este distanciamiento afectivo con la familia implicará una profunda reorientación en las relaciones interpersonales que no solo tendrá consecuencias para el adolescente sino también para los padres, significa que el egocentrismo en el adolescente tendrá un valor significativo, que llevará al adolescente a aislarse y querer estar más tiempo a solas, generando una vulnerabilidad que los expone a conductas de riesgo, las cuales son comunes en esta etapa de la vida.

Adolescencia tardía: la adolescencia tardía va aproximadamente de los 17-21 años de edad, en esta etapa empieza a disminuir la velocidad de crecimiento igual que se va definiendo la proporción corporal para alcanzar la madurez biológica, el adolescente va recuperando el equilibrio mediante la aceptación, asimilación y resolución de la crisis de identidad, estos cambios van dando seguridad y control de las emociones. Se adquieren nuevas capacidades de procesamiento de la información a través del desarrollo del pensamiento autónomo y crítico, por otro lado, puede surgir cierto grado de ansiedad al empezar a percibir la presión a causa de las responsabilidades presentes o futuras de la vida adulta ya sea por iniciativa propia o por el sistema social familiar (Güemes, Ceñal, & Hidalgo, 2017).

La adolescencia es una etapa que se inicia con la pubertad, donde surgen diversos cambios, los físicos son los más evidentes y que solemos notar a simple vista, así como la maduración sexual: el transcurso del tiempo y los procesos graduales de maduración son factores que, actuando en forma conjunta, conducen finalmente al surgimiento de la persona adulta.

En esta etapa de la vida del ser humano, existe una transición que implica cambios obligados por la evolución de su cuerpo, derivados de la pubertad, y otros que son cambios psicosociales, consecuencia de las decisiones de cada adolescente y del ambiente en el que se desenvuelven, donde se manifiestan las normas, los valores y la fortaleza del individuo frente a las presiones externas, pero no solo los adolescentes sufren las consecuencias de estos cambios, sino que los padres también tienen dificultades a la hora de tener que aceptar el crecimiento de su hijo, “a consecuencia del sentimiento de rechazo que experimentan frente a la genitalidad y a la libre expresión de la personalidad que surge de ella” (Aberastury & Knobel, 2004, pág. 2).

A razón de esto, consideramos que es importante mencionar los cambios físicos que surgen tanto en las niñas como en los niños con el inicio de la pubertad y que culminan en la adolescencia.

2.2 Desarrollo físico, psicológico y social del adolescente.

La adolescencia emerge con la aparición de los primeros signos de la transformación por la pubertad, se inicia con la aparición de cambios hormonales que generan el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, “desde el punto de vista psico-social, lo que caracteriza a la adolescencia es la transformación profunda de la personalidad” (De la Fuente, Medina, & Caraveo, 1997, pág. 27). “La personalidad se inicia a partir de la infancia (de los ocho a los doce años), con la organización autónoma de las reglas, los valores, y la afirmación de la voluntad como regulación y jerarquización moral de las tendencias” (Piaget, 1991, pág. 48), donde son visibles los signos de pubertad para pasar a la adolescencia, los cuales se mencionan a continuación:

En las niñas:

Las niñas se desarrollan físicamente un poquito más temprano. Las niñas comienzan a cambiar alrededor de los ocho y diez años de edad. Dando inicio a la adolescencia con la menarca (inicio de menstruación). Los cambios físicos que ocurren durante la adolescencia en las mujeres son:

Crecimiento de los senos: las niñas comienzan los cambios desde la pubertad con el desarrollo de los senos, en específico, las glándulas que forman las mamas. Esto se inicia primero con la aparición del botón mamario. Se le dice botón porque tiene una consistencia diferente con respecto a los demás tejidos que rodean a la glándula mamaria.

Sale vello púbico: el vello crece en el área genital, en algunas niñas, el vello púbico es el primer signo de los cambios de la adolescencia. El brote del vello púbico nos da indicios de que se está desarrollando la niña y que tiene ya niveles elevados de una hormona llamada estrógeno.

Se ensanchan sus caderas: los estrógenos producidos en la pubertad provocan que las caderas de las niñas se ensanchen un poco, el tamaño en que se ensanchan las caderas de una

niña va a variar de una mujer a otra. Esto no significa que el incremento vaya a ser de 3 tallas de ropa y que las adolescentes se vayan a ver gordas, es un ensanchamiento normal y no necesariamente será significativo.

Maduración de los órganos reproductores: un aumento en la producción de estrógeno produce cambios que activan la maduración de los ovarios, el útero y la vagina. Normalmente, estos cambios pasan de forma secuencial desde la adolescencia hasta alcanzar la madurez sexual.

Presencia de flujo vaginal: pueden tener flujo vaginal blanco o claro, “flujo vaginal” es el término que usan los médicos para describir la pequeña cantidad de líquido que sale de la vagina.

Primer periodo menstrual: empiezan a tener periodos mensuales, esto suele pasar uno o dos años después de que hayan aparecido los primeros signos de la adolescencia. En México, la mayoría de las niñas tienen su primer periodo a los 12 o 13 años.

Cambio en la distribución de la grasa corporal: las adolescentes acumulan 10 % extra de grasa que se acumula principalmente en la cadera. Este efecto de los estrógenos sirve para preparar el cuerpo para reproducirse.

En los niños:

En ellos la primera señal, es el crecimiento de los testículos, juntamente con el cambio en la textura y el color del escroto. Como en las chicas, también el vello púbico surge poco tiempo después, casi al mismo tiempo en el que el pene empieza a crecer. El vello facial y corporal surge también después del crecimiento corporal, pero se alarga unos cuantos años más después de la pubertad. Otro signo de la madurez de los chicos es el cambio de su voz, esta se hace más grave, pues la laringe se amplía y las cuerdas vocales se alargan.

Mientras el pene crece, las glándulas y las vesículas seminales también lo hacen, y alrededor de los 13 años se origina la primera eyaculación. Estos cambios son notorios en ambos sexos, además del crecimiento que se da en un corto tiempo, algo que comparten los chicos es el acné, el cual es enemigo de muchos ya que perturba la imagen de sí mismos, socava la autoestima

e incluso puede dañar las relaciones de los chicos con su entorno. En esta etapa los adolescentes no sólo sufren cambios físicos, es una fase donde también definen su identidad que muchas veces lo hacen bajo una prescripción social.

Los niños experimentan una serie de cambios físicos en todo su cuerpo especialmente significativos y evidentes que se detallan a continuación:

- Un aumento en la estatura.
- La grasa corporal disminuye notablemente.
- Aparición del acné y las espinillas en la zona del rostro.
- Debido al desarrollo de las glándulas sudoríparas hay un aumento en el olor del sudor volviéndose mucho más fuerte.
- La voz cambia y se vuelve más aguda y más ronca.
- Empieza a salir mucho más vello en diferentes zonas del cuerpo como son las axilas, el pecho o las piernas.
- Hay un importante aumento de los genitales tanto en los testículos como en el pene.
- Se produce la primera eyaculación

Los cambios psicológicos que vienen con estos cambios físicos también son notables, “son el correlato de cambios corporales, llevan a una nueva relación con los padres y con el mundo” (Aberastury & Knobel, 2004, pág. 1), regularmente estas condiciones sociales serán razón importante para la creación de diferentes tribus urbanas; que resultan ser nuevos enfoques y espacios de integración que permiten que los jóvenes se caractericen en una nueva época, con características propias que difieren de las de los adultos y donde muchas veces esas características resultan ser ilusiones. Como mencionan (De la Fuente, Medina, & Caraveo, 1997) en su estudio

sobre estos agrupamientos, “si consideramos las tribus urbanas como la expresión de prácticas sociales y culturales, dicho enfoque nos permitirá comprender que dichos movimientos dan cuenta de una época vertiginosa en constante proceso de mutación cultural y cambio de sus imaginarios simbólicos” (p.234).

“Una época en la que las comunicaciones y la forma en la que se establecen vínculos en la vida cotidiana e institucional se tornan un poco difíciles” (De la Fuente E. , 2008, pág. 62), la crisis de aceptación del individuo en un grupo de pares es vivida profundamente por el sector juvenil, que traerá consigo un cierto sentimiento de desencanto de la realidad.

Se expresan efectos y cambios socioculturales no deseados en el proceso de la adolescencia, el joven queda expuesto a una serie de situaciones tales como la incorporación de las imágenes socialmente fomentadas, un ideal de lo moderno o su exclusión sin salida; expuesto a la internalización de signos y por lo tanto a la búsqueda de identidad que por ende los llevará a asumir conductas colectivas e individuales. “En cada adolescente en búsqueda de una identidad, acontece un evento particularmente distintivo (...) la tendencia a tomar del exterior un modelo” (Juárez, 2002, pág. 38), pero “solo cuando el adolescente es capaz de aceptar simultáneamente sus aspectos de niño y de adulto, puede empezar a aceptar en forma fluctuante los cambios de su cuerpo y comienza a surgir su nueva identidad” (Aberastury & Knobel, 2004, pág. 2).

Dentro de estas conductas colectivas se encuentran las subculturas, éstas han tenido un papel relevante en el cambio social desde mediados del siglo XX, con la aparición de los hippies por ejemplo en la década de los 60’s. En el siglo pasado se hablaba ya de grupos de jóvenes, que eran catalogados como “pandillas” o grupos sociales que se unían por gustos o interés comunes. Por ejemplo y mencionando algunas de ellas encontramos a las tribus del primer tipo:

- *Los punks*: que se desenvuelven cuestionando, agrediendo y transgrediendo. Punk es “la expresión personal de la singularidad que proviene de las experiencias que crecen en contacto con nuestra habilidad humana para razonar y plantear preguntas” (Caffarelli, 2008, pág. 100)

- *Los nazi-skinheads:* practicantes del racismo y la violencia. Gusto por un mismo tipo de música y vestimenta, así como por el fútbol y la violencia.
- *Los fresas:* que pretenden ser superiores y desprecian a los sujetos de clases bajas.
- *Los metaleros:* que critican la banalidad y la ausencia de ideales, por lo que chocan con otras tribus urbanas. Tienen la idea de dar un sentido a la música que escuchan y poco respeto a la religión organizada. (De la Fuente E. , 2008)

“Todos ellos, a pesar de agruparse marginalmente manifiestan una conducta maníaca pretendiendo ser superiores a los demás miembros de la sociedad” (De la Fuente, 2008, pág. 53).

Entre las tribus del segundo tipo se encuentran:

- *Los hippies:* que se auto marginan y plantean una subcultura sustentada en la paz y en el amor.
- *Los emos:* que sustentan una visión de la vida basada en la tristeza, la infelicidad y la melancolía. “Tanto su aspecto como algunas de sus conductas llaman la atención de los adultos y despiertan sentimientos negativos en otros grupos” (Caffarelli, 2008, pág. 153)
- *Los góticos:* que buscan la belleza en la nostalgia, la muerte y la depresión.
- *Los dark:* que también tratan de hallar la belleza en lo oscuro, la muerte y la destrucción.
- *Los rastafaris:* que dirigen su protesta contra la pobreza, la opresión y la desigualdad, pretendiendo con ello rebelarse contra el sistema.

Estos grupos trascienden fronteras y comparten información de diferentes maneras, es por eso que el adolescente en búsqueda de su identidad y al querer desprenderse un poco de la

autoridad de los padres buscan a ciertos grupos que tengan características o gustos similares a sus necesidades, debido a que el hombre jamás ha estado solo, por naturaleza se agrupa con quienes es compatible. A causa de esto, (Arce, 2008) menciona que las culturas juveniles “han surgido con visiones que han llevado a la estigmatización de propuestas claramente diferenciadas tanto ideológica como contextualmente” (p.268).

Al llegar a esta etapa los adolescentes ya no están sumergidos en el seno familiar, grupo inicial que tienen como referencia, los jóvenes comenzarán a seleccionar al grupo con el que creen identificarse. Ya sea sólo por moda y formas de vestir o de una manera más profunda, en cuanto a su perspectiva de pensar y de vivir. “Para mucha gente se trata simplemente de asociaciones motivadas por afinidades estéticas... De otro lado hay quien opina que la pertenencia a estos grupos implica unas determinadas formas de afrontar la vida” (Balaguer, 2002, pág. 1).

Cada grupo se forma con sus propias características, sus saberes e ideas, que muchas veces, si no es que siempre, van en contra, o no coinciden con la de los adultos. El siguiente autor menciona que:

En este movimiento de búsqueda individual e interior, tan irremediamente necesario, el joven busca a otros, de ahí que la conformación de la identidad, al menos en un primer momento se haga en referencia a los otros. Es decir, que la identidad personal, paradójicamente, se edifica a partir de conocer y reconocerse en otros. Es lo que Machado define como las “revueltas de la vida”: “donde se exalta la sociabilidad juvenil y las culturas juveniles”. Y en este punto adquiere fuerza el grupo de pares o el de referencia, los que, en la actualidad, “están fuertemente nominados por la presencia y la estética de la tribu urbana, que constituye la versión más contemporánea de socialización grupal” (Silva J. C., 2002, pág. 15).

Lo que llevará a la sociedad a clasificar a cada persona, sobre todo al sector juvenil, pero simplemente los jóvenes encuentran una forma de vida distinta, su propia forma de verla y de ser visibles ante esta sociedad que al mismo tiempo intenta romper con la misma, mostrando sus propias ideologías y sus argumentos para estar en contra de un sistema del cual no están de acuerdo y de esta manera manifestar lo que son, lo que creen y lo que viven, manifestaciones que los padres

muchas veces no entienden y no saben interpretar, olvidando que alguna vez también ellos fueron adolescentes.

En esta etapa de la vida del ser humano el objetivo social del adolescente será el paso de ser una persona dependiente (de sus padres) a ser independiente (emocionalmente) y donde la adquisición de una identidad le va a permitir relacionarse con otros, “construir la propia identidad requiere de elecciones evaluadas, y es a los adultos cercanos a quienes corresponde proporcionar estos elementos de análisis” (Silva A. , 2008, pág. 321).

La comunicación entre padres e hijos es un aspecto fundamental y juega un papel importante, ya que de esta dinámica familiar va a depender el desarrollo y bienestar tanto del adolescente como de los padres, estos sucesos entre padres e hijos son necesarios, ya que de este proceso el adolescente va a distinguir entre quién es de verdad y quién desea ser, en ocasiones a los padres se les dificulta mantener una comunicación sana, hasta soltar a los hijos y darles un poco de libertad, en primer lugar porque a los padres no les gusta ver a sus hijos sufrir o darse de golpes con la pared a consecuencia de una mala decisión o equivocación, y para un padre a veces es más fácil evitar esos golpes llegando a sobreprotegerlos o hasta prohibir la compañía de otro adolescente por considerarlo mala influencia aunque en algunas situaciones se equivoque.

Según (Valdés, Vera, Urías, & Ochoa, 2018) las tres características que marcan el cambio en las relaciones de los padres con los adolescentes son:

1. *Distanciamiento que se produce en las relaciones de los adolescentes con los padres por el surgimiento del valor afectivo en figuras fuera del núcleo familiar, especialmente los amigos.*
2. *El aumento de nivel de conflicto en las relaciones entre padres e hijos, que puede resultar en una disfunción familiar, en un proceso adaptativo para el desarrollo de tolerancia hacia las diferencias de opinión y/o en la mejora para manejar los conflictos manteniendo la relación.*

3. *La tendencia a una mayor simetría o igualdad debido a que el desarrollo físico, intelectual y emocional del adolescente lo acerca mucho más a los adultos en cuanto a habilidades; incluso en algunas áreas pueden superar a sus mayores.* (p. 148-150)

Durante la adolescencia de los hijos, los padres olvidan que las amistades juegan en esta etapa diversas funciones, pues propician el desarrollo de las habilidades sociales, que servirán de apoyo para afrontar las crisis emocionales y sentimentales, así como a definir la autoestima, junto a sus pares se entienden, comprenden, comparten experiencias similares, se sienten escuchados, para un adolescente sus pares son el presente y futuro, mientras que los adultos pasan a ser lo viejo “pasado”, anticuados, como ellos los llaman por no comprender o estar de acuerdo con sus actitudes.

Como ya se mencionó anteriormente, los amigos tienen mucha importancia en el desarrollo del adolescente, pues fungen como agentes de socialización extremadamente importante, (Fuertes, Martínez, & Hernández, 2001) conciben a los amigos como uno de los grupos más importantes y significativos para el adolescente, “aparecen como algo imprescindible, y son las personas con las que más tiempo pasan y con las que se comparten actividades más placenteras” (p.532), al experimentar situaciones de éxito o placenteras en algún tipo de relación social, se produce en los adolescentes una sensación de bienestar, confianza y se reducen sus inseguridades, este grupo de compañeros desempeñan una influencia en la realización de los deseos y necesidades que en ese momento se presentan y en aspectos como formas de vestir, lecturas, música, entre otras.

La comprensión la encuentran en sus pares, el adulto o los padres del adolescente no cumple este requisito, esta relación y comprensión influyen en la búsqueda y consolidación de la identidad, las amistades son tan importantes en esta etapa que incluso (Gaete, 2015) menciona que “la amistad también puede servir como un tampón que los protege de desarrollar problemas psicológicos ante experiencias vitales estresantes” (p.439), las relaciones construidas en este periodo de la vida ayuda a los chicos a sobrevivir a tiempos difíciles e incluso ayudan a moldear la personalidad del adolescente y su estilo de vida, situaciones que perduran hasta la edad adulta.

Pero no todo en la adolescencia es bueno o favorable, habrá ocasiones en que los adolescentes al acercarse a su grupo de iguales existan ciertas influencias o presiones hacia

conductas negativas o desfavorables para el desarrollo y crecimiento del individuo, cuando esta influencia es ocasional normalmente no tiene mucha relevancia, pero si esta compañía se convierte en algo habitual puede afectar el modo de ver la vida del adolescente y entonces realmente se convierte en algo grave, o cuando el adolescente se ve rechazado por su grupo de referencia se puede crear en él una enemistad que los lleva al aislamiento, a la soledad, a sentirse solos e infelices, esta condición llega a impactar en el rendimiento escolar y a bajar el autoestima, los padres deben comprender que en esta edad los adolescentes se encuentran especialmente vulnerables, porque aún se está desarrollando su personalidad y que la presión por parte de los amigos a que su hijo se comporte de manera inaceptable estará siempre presente a esta edad.

El adolescente a esta edad se encuentra en un período de gran inestabilidad emocional, es más vulnerable y por lo tanto sensible a la presión ejercida por sus pares, en muchos de los casos, el adolescente acepta esta presión porque necesita sentirse aceptado por aquellos que lo rodean, debido a esta situación contante de indecisión en los sujetos en la que se exploran distintas alternativas les lleva a adoptar creencias y fines sugeridos o impuestos por otros, hasta encontrar un fin que realmente los identifica, además de que “a través de los grupos de amigos, los adolescentes buscan construir y reconstruir su identidad, un sentido de pertenencia, la posibilidad de compartir estilos de vida y la presencia de empatía emocional” como expone Azpiazu en (Bohórquez & Rodríguez , 2014, pág. 327), por otro lado, un adolescente con dificultades para establecer vínculos con sus pares suele presentar problemas escolares, de autoestima, de autoconcepto, y posibles desajustes emocionales hasta la edad adulta.

Con esto podemos decir que ambos tipos de relación (buenas y malas) se hacen evidentes en el crecimiento, desarrollo social y psicológico del adolescente, conforme avanza la adolescencia, la necesidad de una personalidad e identidad se intensifica, decimos se intensifica porque hay que aclarar que la identidad no se forma en una etapa en específico de la vida del ser humano, es un proceso que lleva toda una vida, pero eso sí, también hay que recalcar que es en la adolescencia cuando este proceso de la identidad adquiere su mayor consolidación, la búsqueda de una imagen que no conoce en un mundo que apenas comprende, con un cuerpo que también está descubriendo.

2.3 Familia, escuela y adolescencia.

La familia es el primer núcleo donde los adolescentes establecen su primera relación y se generan vínculos, de este grupo social el adolescente adquiere conocimientos, actitudes, comportamientos, valores y responsabilidades que le va a permitir construirse como ciudadano, a lo largo del tiempo, la familia ha tenido el deber y la función de educar a los hijos, es el órgano esencial encargado del proceso de socialización y civilización de sus integrantes.

Aunque la relevancia del papel de la familia es indiscutible, su definición se encuentra en constante debate, a causa de la diversidad de estructuras familiares, lo que la hace tan amplia y difícil de establecer una definición que comprenda todas y cada una de las diferentes estructuras.

La (OMS, 2008) define a la familia como los “miembros del hogar emparentados entre sí, hasta un grado determinado por sangre, adopción y matrimonio... Conjunto de personas que conviven bajo el mismo techo, organizadas en roles fijos (padre, madre, hermanos,) con un modo de existencia económico y social comunes”, otros autores como Tuirán y Salles mencionados en (Gutiérrez , Díaz, & Román, 2016) toman a la familia como “la institución base de cualquier sociedad humana, la cual da sentido a sus integrantes y, a su vez, los prepara para afrontar situaciones que se presenten” (p. 221).

La familia más allá de ser un grupo de personas que comparten un hogar, es conjunto de personas con vínculos afectivos y emocionales y una diversidad que se adapta a los deseos y necesidades de los que constituyen la estructura familiar. Así pues, hablar de familia también implica mencionar los tipos recientemente normalizados en la sociedad, los cuales (Román, Martín, & Carbonero, 2009) esclarecen a continuación:

En las formas tradicionales hallamos:

Familia nuclear: el tipo de familia nuclear está conformada por sus progenitores usualmente padre, madre e hijos que viven en el mismo hogar, se le conoce también como

elemental o básica, se concibe como un tipo de familia opuesto a la familia extendida, que abarca a otros parientes además de los indicados aquí para una familia nuclear. La familia nuclear constituye una comunidad de vida plena y total, caracterizada por una residencia común, la cooperación económica y la reproducción. (p.551)

Familia extensa: este grupo, también conocida como familia compleja, es un sinónimo de familia consanguínea, es decir, la parentela, una red de parentesco que se extiende más allá de la familia nuclear. Son familias de varias generaciones que viven en un mismo hogar, puede incluir a los padres con sus hijos, los hermanos de los padres con sus hijos, los miembros de las generaciones ascendentes (abuelos, tíos abuelos, bisabuelos) quienes han retardado su independencia a causa de problemas económicos o comodidad. (p.552)

Algunas de las dificultades que se llegan a presentar dentro de la familia extensa es la falta de espacio para cada miembro de la familia, perdiéndose con esto la intimidad y espacio de los miembros, lo cual afecta la relación en la familia y el tipo de crianza que se pretende dar a los hijos dentro del hogar.

La Familia dice Morgan, citado en (Engels, 1884) “es el elemento activo; nunca permanece estacionada, sino que pasa de una forma inferior a una forma superior a medida que la sociedad evoluciona” (p. 7), en otras palabras, con el paso del tiempo han surgido nuevas clasificaciones familiares a causa de la evolución de la sociedad en los ámbitos cultural, social, económico y político, clasificaciones como la familia monoparental y la familia ensamblada expuestas por (Estrada, 2014) en su libro “El ciclo vital de la familia” las cuales se intentan definir a continuación:

Familia monoparental: se entiende como familia monoparental a aquella familia que está compuesta por un solo progenitor, ya sea madre o padre y uno o más hijos, en ocasiones se dan a raíz de una separación, la cual puede ser por abandono del hogar por parte de uno de los progenitores o divorcio, también puede ser por decisión de ser padre o madre soltero/a porque la pareja no desea casarse ni hacer vida en común o a causa de haber enviudado.

Familia ensamblada: también se conoce como familia reconstruida o reconstituida, la cual está conformada por una pareja donde al menos uno de los progenitores o ambos ya tienen hijos, es decir, son dos familias monoparentales que, por medio de una relación sentimental se unen para dar lugar a una nueva familia, denominada ensamblada.

Lo anterior es sumamente importante, tomando en cuenta que la familia es el primer grupo encargado de brindar educación a los hijos, cabe resaltar, que la realidad en la que está inmerso el concepto de lo que consta una familia en nuestra sociedad está bastante lejos del existente en tiempos pasados, por eso el intento anterior por explicar los tipos de familia hoy reconocidos, porque estos cambios sociales, culturales y políticos han influido de manera importante en la transformación del propio concepto tradicional de familia, dando paso a la diversidad de estructuras familiares y hasta la forma de convivir, pero algo muy importante que no debe cambiar aun cuando las estructuras lo hacen, es la función que corresponde a la familia en relación con la educación de sus integrantes.

Parada, citado en (Del Barrio & Salcines, 2012) indica que la función de la educación familiar consta naturalmente de “formar personas integrales, auténticas, plenamente desarrolladas en sus potencialidades personales, equilibradas, con una escala de valores a los que ajustar su comportamiento, coherentes consigo mismas y comprometidas socialmente” (p. 395). La familia no solo influye en la educación del adolescente, también se relaciona con su crecimiento físico, psíquico y social, esto sin dejar de otorgar afecto, libertad, límites, compromisos y responsabilidades para que los hijos sean sujetos productivos para sí mismos como para la sociedad.

La importancia de la familia en la sociedad humana es incondicional si consideramos que la mayor parte de las personas forman a lo largo de su vida, parte de una red de relaciones, ocupando la familia un papel central en la vida de los hijos, para ofrecer al adolescente oportunidades reales de hallar nuevos roles que le permitan prepararse para el papel de adulto que debe asumir.

Ahora bien, la familia no es el único contexto educativo, también la escuela desempeña un papel importante en la educación de los adolescentes, ya que la familia por sí sola es incapaz de

satisfacer las necesidades para la formación de los futuros ciudadanos, los centros educativos fueron creados para favorecer al desarrollo y crecimiento de los hijos en la familia. La escuela es la primera institución después del hogar donde el ser humano entabla sus primeras relaciones, es por ello que consideramos importante el estudio de la escuela como una institución de vital importancia y de igual valor que la familia como responsables de que los futuros integrantes de la sociedad adquieran un perfil personal, donde la responsabilidad, el compromiso, el respeto y la autonomía sean los pilares que fundamenten su forma de ser y de comportarse en su contexto.

Como se dijo en el capítulo anterior, los adolescentes no sólo sufren cambios físicos, es una fase donde también definen su identidad que muchas veces lo hacen bajo una prescripción social, se amplía la posibilidad de obtener una estima y aceptación fuera de su círculo familiar, el cual es entre sus pares dentro y fuera de la escuela, aunque, por otro lado, este grupo de iguales puede suponer para el adolescente una fuente de estrés, rechazo, presión, y, por lo tanto, un problema para la conformación de su identidad y su desarrollo.

En este sentido, al ser la escuela el segundo núcleo socializador después de la familia debido al número de horas que los estudiantes permanecen en la institución, además del cumplimiento de sus objetivos académicos y cognitivos, la preparación para el mundo laboral y la enseñanza de actitudes y roles ciudadanos, es la encargada de constituir un contexto de socialización de gran repercusión en la vida del individuo. Mencionan Fernández, Rodríguez y más, citados en (Villarreal, Castro, & Domínguez, 2016) que “la escuela es el primer sistema formal en el que participan los niños y adolescentes como personas, donde aprenden importantes pautas de relación con su grupo de iguales y establecen vínculos de amistad” (p. 80).

Aunque la configuración de los significados y sentidos que el espacio de la escuela secundaria tiene para las y los jóvenes son modelos de conducta y habilidades sociales para preparar a las nuevas generaciones para su integración exitosa en la sociedad, algunas veces se ve afectada por las expectativas, las identidades, los proyectos de vida y las representaciones que ellos tienen sobre la escuela, así como por los que los maestros tienen sobre los y las jóvenes. Es importante definir y conocer el concepto que los jóvenes tienen respecto de la escuela, ya que se observa cómo cada vez más surgen estos *estudios light*, cómo lo escolar está siendo devaluado. Por esto, “el adolescente en la escuela será el representante de muchas funciones dentro de su

propio proceso de crisis y cambios” (Aguilar M. G., 2002, pág. 125) que igual los puede llevar a una ruptura escolar.

A esta devaluación de la escuela hay que sumarle la implementación de la educación a distancia como medida de seguridad para contrarrestar los efectos de la pandemia provocada por el virus SARS-CoV-2, el cual representa un riesgo para el desarrollo deficiente en las habilidades físicas, emocionales, intelectuales y sociales, esto a causa de la disminución del contacto antes existente entre maestros y estudiantes. Además de que sea observado según la (UNICEF, 2021) que los niños y adolescentes se han retirado de la actividad física, medida implementada por las distintas instituciones educativas para mejorar las funciones motoras y mantener a los chicos en un estado físico sano.

La escuela al ocupar un lugar relevante como contexto intermediario entre lo infantil y lo adulto juega un papel importante donde los alumnos acceden al pleno ejercicio de la autonomía personal y social. Pero con esta nueva modalidad de clases, los alumnos permanecen mayor tiempo frente a pantallas o teléfonos conectados a internet, esta exposición durante largos períodos a internet, el teléfono o una computadora produce efectos negativos en la salud de los adolescentes y niños que no son notables a primera vista, sino que éstos tienen un carácter progresivo producto de un abuso del tiempo dedicado y un escaso descanso, (Hodelín, De los Reyes, Hurtado, & Batista, 2016) mencionan cuatro efectos negativos que el uso de la computadora y el teléfono traen para los niños y adolescentes, que son los siguientes:

a) *En el desarrollo de la concentración: el niño pierde la capacidad para concentrarse en otras actividades que tengan un estímulo diferente, como por ejemplo las tareas, atender clases, e incluso otro tipo de juegos.*

b) *En la motivación: disminuye la capacidad para motivarse por actividades que requieran un esfuerzo distinto. Los jóvenes que navegan en internet mucho tiempo terminan con trastornos de ánimo, depresión e irritabilidad.*

c) En el
ciclo del sueño: el adolescente se excita mucho y eso se traduce en alteraciones en los hábitos de sueño. Esto es muy importante, pues durante la noche se produce el descanso verdaderamente reparador, el que ayuda al desarrollo normal del adolescente y, en general, de todos los seres humanos. Ayuda a estimular los procesos cognitivos del cerebro, a su vez, fortalece el sistema inmunológico protegiéndolo de enfermedades físicas y psicológicas, en especial de la depresión, y ayuda al crecimiento.

Por otra parte, las alteraciones en el sueño tienen una relación directa con el rendimiento escolar, cuando un estudiante tiene bajo rendimiento escolar, lo más probable es que detrás haya una alteración del ciclo del sueño.

d) En el
área social: se produce un aislamiento gradual y cada vez mayor de la familia y del grupo de pares, con reacciones a veces agresivas cuando se les hace notar este punto. (p.181)

Además de los riesgos expuestos anteriormente que afectan la manera en que los adolescentes aprenden, juegan, crecen y se comportan, está la responsabilidad de los padres frente a la educación académica de sus hijos, considerando que no cuentan con la preparación, no tienen los recursos ni el tiempo para proporcionar a sus hijos una educación de calidad. También hay que tomar en cuenta que algunos padres e hijos además de no contar con los medios y recursos para recibir la educación a distancia, tampoco cuentan con el conocimiento de cómo funciona la tecnología, lo cual afectará al rendimiento académico del estudiante, pues es esta “desigualdad en el acceso a oportunidades educativas por la vía digital que aumentan las brechas preexistentes en materia de acceso a la información y el conocimiento” (CEPAL-UNESCO, 2020, pág. 7).

Para comprender adecuadamente de qué manera ha afectado la pandemia en la vida de los estudiantes, de las familias, los maestros y el personal en general de la escuela, y sobre la capacidad del sistema educativo para desempeñar sus funciones, es importante describir los efectos del Covid-19 en los espacios escolares y su repercusión en la salud mental de los adolescentes, esta identificación de riesgos, efectos y necesidades por el confinamiento a causa de la pandemia no significa resolver las necesidades en general, pero sí permitirá a los orientadores educativos y

maestros desarrollar estrategias para apoyar a los estudiantes en la recuperación de los aprendizajes y de su salud mental.

Capítulo 3 Síntomas depresivos por Covid-19.

Los cambios socialmente necesarios a causa de la pandemia generada por el Covid-19 se ven reflejados en la conciencia individual de los miembros que integran la sociedad, particularmente en los involucrados en el proceso educativo, tanto por su extensión, pues incluso ha afectado a nivel mundial no solo a nuestro país, como por su duración de meses hasta años.

Y aunque la crisis provocada por la pandemia es meramente una crisis de salud física, conlleva una gran importancia en la salud mental de los adolescentes, que tiene consecuencias si no se toman medidas al respecto, pues una adecuada salud mental es sinónimo de un buen funcionamiento y desempeño en los ámbitos personal, social, laboral y escolar. Las dificultades emocionales que sufren los niños y los adolescentes se ven agravadas por el estrés en el ámbito familiar, el aislamiento social, la interrupción de la educación o la continuación de ella en confinamiento, si analizamos la situación, estas dificultades están ocurriendo en momentos importantes para el desarrollo emocional de los sujetos antes mencionados.

Uno de los errores que cometemos como sociedad, es minimizar los efectos del confinamiento por la pandemia en la salud mental de los adolescentes, ya que puede traer consecuencias graves, (Alegría, 2021) expresa que es probable que se produzcan elevados niveles de estrés así como la gravedad de éste y de algún otro trastorno, que en caso de no padecerlo podría darse el desarrollo de alguno, ya que la mayoría de estos aparecen en ese periodo de la vida, “esto a causa del estrés, confinamiento de forma drástica, presión familiar y escolar, angustia por los sucesos experimentados en casa, incluso por la desinformación generalizada sobre la pandemia así como sus medidas de prevención” (UNESCO, 2020) son importantes fuentes de angustia y preocupación no solo para los adolescentes sino para la población en general, esto es algo de lo que se hablará más adelante. Antes vamos a enfocarnos en describir los efectos de la crisis sanitaria en el ámbito educativo.

3.1 Efectos del Covid-19 en espacios escolares.

Las consecuencias por el confinamiento para mitigar la propagación del virus del Covid-19 en el Sistema Educativo Mexicano tuvieron una reacción casi inmediata, una vez que las

autoridades políticas y educativas determinaron en los primeros meses del año 2020 el cierre de las escuelas a nivel nacional y adoptar la sana distancia e instaurar la educación a distancia, lo cual para muchos estudiantes representó una gran pérdida de aprendizajes y desarrollo, incluso antes de la pandemia México ya enfrentaba una crisis de aprendizaje y una baja calidad educativa, lo que significa que muchos de los niños y adolescentes que estaban escolarizados aprendían demasiado poco. A la población escolar no le fue fácil adoptar estas medidas, ya que adaptar el hogar como aula o al menos como un espacio decente para el estudio era casi imposible, lo que llevó al riesgo de una deserción escolar, reducción del apego a la escuela e interrupción de los aprendizajes.

Informes del (INEGI, 2021) señalan que en México 33.6 millones de personas en edad escolar, considerando los niveles Preescolar, Primaria, Secundaria, Media superior y Superior tuvieron que continuar sus respectivos estudios a distancia, de los cuales un 37.4% (12,576,800) pertenecen al nivel secundaria, ahora conocemos alrededor de cuantos alumnos estuvieron en confinamiento para mitigar el contagio del Covid-19, un encierro que afectó el esparcimiento grupal de los adolescentes, la suspensión de actividades culturales, artísticas, deportivas, además de eso, como ya se mencionó anteriormente, toda actividad escolar presencial, provocando en los adolescentes sentimientos de frustración, aburrimiento, miedo y hasta ansiedad.

La llegada del Covid-19 y el confinamiento por tal pandemia vino a modificar diversos ámbitos, entre ellos, el educativo, así como la modalidad de escolarización y cómo se transmitiría la educación en los diferentes niveles, ahora la escuela y el hogar tienen las mismas funciones, impartir educación. Una parte de las medidas adoptadas por las autoridades y políticas consistió en definir los medios que se usarían para llevar a cabo el intercambio de la información oficial y el seguimiento de las actividades, dada la necesidad, la (SEP & Secretaría de Salud, 2021) implementaron el programa “**Aprende en Casa**” con el que los estudiantes de niveles de educación básica pudieron seguir con sus actividades escolares desde el hogar, con el fin de evitar contagios y salvaguardar la salud de los estudiantes.

El programa se emitió oficialmente por primera vez el 20 de abril del 2020, perteneciente al ciclo escolar 2019-2020, este sistema de educación a distancia es una estrategia implementada por el gobierno mexicano para dar continuidad al aprendizaje de los niños y adolescentes de

manera remota, “en respuesta a la suspensión de clases presenciales decretada el 16 de marzo de 2020 como medida precautoria ante la contingencia sanitaria provocada por la propagación del virus SARS-CoV-2 (COVID-19) en el territorio nacional” (Secretaría de Educación Pública & Secretaría de Salud, 2020).

Dicho antes, este programa surge como una acción en respuesta al cierre de escuelas y a la emergencia sanitaria nacional de magnitud y duración no anticipadas, su diseño se fue modificando y adaptando a las diferentes necesidades impuestas por el contexto, donde diferentes organizaciones e instituciones se coordinaron para transmitir la educación todos los días tanto en canales de televisión como en sus diferentes plataformas de internet.

La Estrategia surge a partir de la vinculación de la Secretaría de Educación Pública con el Sistema Público de Radiodifusión del Estado Mexicano (SPR), Canal Once Niñas y Niños, así como la Red de Radiodifusoras y Televisoras Educativas y Culturales de México, A.C. Además, la Subsecretaría de Educación Básica (SEB), diseñó un sitio web para que las y los alumnos tuvieran acceso a los recursos que ofrece la Estrategia, incluidos los libros de texto gratuitos (LTG) en su versión digital y otros recursos educativos de consulta. (CONEVAL, 2021, pág. 14)

Estas medidas para no retrasar el curso de millones de estudiantes en México tuvo algunos obstáculos y dificultades como el nivel socio económico, pues un gran porcentaje de los estudiantes que vive en situaciones de escasez y pobreza extrema, no tienen acceso a internet o un medio televisivo, o peor aún no cuentan con algunos servicios principales como lo es la electricidad, así como las herramientas que para las medidas tomadas por las diferentes autoridades, son indispensables como una televisión, un celular, una tablet o una computadora.

Además de los obstáculos, según el (CONEVAL, 2021) la educación en línea posee algunos riesgos y peligros que no todos los tutores de grupo y padres de familia consideran al momento de recibir la educación en línea, riesgos como:

- A. Dependencia en la tecnología: para recibir educación en línea el estudiante debe pasar horas sentado frente a un televisor, computadora o celular.

B. No todos los temas son apropiados para ser explicados a distancia: hay algunos temas que deben ser más hablados, más ilustrativos o temas puestos en práctica, para tener un aprendizaje real y significativo.

C. Interacción social disminuida: en comparación con la interacción que se da en un aula tradicional, la educación en línea no permite realizar discusiones grupales o intercambio de opiniones.

D. Requiere mayor vigilancia: los estudiantes en general requieren de un acompañamiento para evitar tropezar con contenidos inadecuados a su edad y aprendizaje.

Considerando el último punto, hay que tomar en cuenta que más allá de las habilidades y actividades educativas asociadas al aprendizaje cognitivo del estudiante, es importante también formar para el autocuidado y el desarrollo efectivo de estrategias para la gestión de posibles riesgos en internet, la (CEPAL-UNESCO, 2020) estima “formar a los estudiantes en su protección como usuarios de Internet, particularmente considerando las actuales circunstancias de incremento del tiempo de conexión de niños, niñas y adolescentes” (p.8). Pues los adolescentes no cuentan con la preparación para aprovechar las oportunidades que brinda el internet y disminuir los riesgos o saber enfrentarlos al igual que los docentes, quienes no cuentan con la preparación para conducir y promover al adolescente para que continúe sus estudios mediante esta modalidad.

El impacto de la pandemia por la propagación del SARS CoV-2 (Covid-19), afecta seriamente el desempeño escolar de los adolescentes, anteriormente se dijo que 33.6 millones de personas en edad escolar habían suspendido sus clases presenciales, de los cuales según la ENCOVID-ED elaborada por el (INEGI, 2021) de esos 33.6 millones, 2.3 millones ya no se inscribieron al ciclo 2020-2021, de los cuales “un 26.6% no se inscribió por considerar que las clases a distancia son poco funcionales para el aprendizaje”

El mismo estudio expresó las desventajas de las clases a distancia o virtuales además de los riesgos antes mencionados, las cuales son:

- *No se aprende o se aprende menos que de manera presencial.*

- *Falta de seguimiento al aprendizaje de los alumnos.*
- *Falta de capacidad técnica o habilidad pedagógica de padres o tutores para transmitir los conocimientos.*
- *Exceso de carga académica y actividades escolares.*
- *Condiciones poco adecuadas en casa (infraestructura tecnológica, espacio mobiliario, equipamiento).*
- *Falta de convivencia con amigos y compañeros. (INEGI, 2021)*

El cierre de las escuelas y el reto en cuanto a la difusión oportuna de la información y los recursos educativos disponible trajo consigo muchas consecuencias, algunas como las que ya se mencionaron y otras más que la (UNESCO, 2020) menciona, como: “la interrupción del aprendizaje, aumento de confusión y estrés tanto en los alumnos como en los tutores, aumento de probabilidad de abandono escolar y desafíos para mantener y mejorar el aprendizaje a distancia”. Dicha pandemia ha sacado a la luz la necesidad presente en los adolescentes por aprender y desarrollar su inteligencia emocional, también se ha reflejado la falta de preparación por parte de los padres de familia, pues no cuentan con los conocimientos para llevar a cabo un desarrollo en la capacidad analítica y del razonamiento lógico en sus hijos, sin embargo, se vieron obligados, sin ser expertos, a asumir la responsabilidad de brindar educación, además de manejar todos los problemas emocionales, de crianza y comportamiento, organizar su tiempo para brindar apoyo en las clases de las diferentes materias, acudir al trabajo, cumplir con las labores del hogar, etc.

Entre las principales desventajas entran también el papel de los tutores y el orientador educativo, quienes deben considerar nuevas y mejores estrategias de enseñanza, generar protocolos, adecuaciones necesarias y enriquecer su competencia digital para poder llevar a cabo la educación y orientación a distancia con el fin de mejorar la educación, que en su mayoría han sido insuficientes y se ha visto reflejado en el aprendizaje de los alumnos, pues según la (UNESCO, 2020) “la dependencia del aprendizaje en línea aumentó la distribución desigual en la educación”.

Cabe destacar que así como existen riesgos y desventajas respecto a la educación en línea, también hay algunos beneficios que no hay que pasar por desapercibido, “esta modalidad de estudio permite que los actores del proceso de enseñanza-aprendizaje puedan interactuar, tanto sincrónica como asincrónicamente, posibilita el acceso a los materiales formativos y a las actividades de evaluación desde cualquier lugar y en cualquier momento” (Fernández & Vallejo, 2014, pág. 30), esto posibilita a los estudiantes en confinamiento tener:

- a) Accesibilidad: en línea o a distancia, el alumno puede adaptarse a múltiples horarios y desde donde sea que se encuentre.
- b) Flexibilidad: brinda la posibilidad de compaginar tus estudios con otras actividades dentro y fuera del hogar, solo basta un dispositivo y la conexión a internet.
- c) Autogestión del tiempo: optimiza el tiempo y permite la organización según las necesidades.
- d) Ubicuidad: permite a los estudiantes buscar un lugar favorito en casa para llevar a cabo sus actividades escolares.
- e) Costos reducidos: reduce los costos de transportación y alimentación fuera del hogar para los estudiantes, lo cual se ha visto reducido en los bolsillos de los padres de familia.

Y aunque no todos pueden llevar a cabo el proceso de aprendizaje satisfactoriamente debido a la ausencia de hábitos de autodisciplina, es decir, falta de costumbre a recibir educación en línea, pues estaban acostumbrados a acudir al aula tradicional, también por falta de seguimiento, por carencia de habilidades tecnológicas o por deficiencias en la trayectoria escolar previa, muchos alumnos sacaron el mayor provecho virtual y rompieron los límites de la clase tradicional. Estos resultados negativos en la educación son el producto de los efectos directos de la pandemia en las instituciones educativas, y para muchos estudiantes resultaron pérdidas de conocimientos y habilidades previamente adquiridos, además de que muchos alumnos se desvincularon de la

escuela, de su grupo de pares y del proceso de socialización en general, una pérdida no solo académica, sino también económica y consecuencias en la salud física y mental.

En situaciones de emergencia, como es el confinamiento por la pandemia, las escuelas son un lugar fundamental para el apoyo emocional, identificación de riesgos, un seguimiento de los aprendizajes, apoyo social para los estudiantes y sus familias, pero a falta de eso, es que se ve afectado el bienestar emocional, psicológico y social de los adolescentes. Según Wang y otros autores citados en (Cevallos, y otros, 2021) indican que “los adolescentes y niños tienen más predisposición a tener crisis psicológicas que podrían causar indicios de enfermedades como depresión y ansiedad. Esto se asocia al confinamiento, falta de relaciones sociales y la exposición a problemas de los padres” (p. 8).

No obstante, la capacitación dirigida a tutores educativos y orientadores para la adopción de herramientas de sensibilización y detección de las consecuencias por el confinamiento, así como los riesgos asociados a estas, como el abandono escolar en la educación en México y los efectos en la salud mental de los estudiantes, ha sido escasa. Llevando esto al contexto por el que pasa el Sistema Educativo Nacional, es decir, la pandemia y la suspensión de clases presenciales, el Banco Mundial citado en (CONEVAL, 2021) menciona que “se prevé que el riesgo de abandono escolar aumentará, debido a que el apego a la escuela de los estudiantes más vulnerables puede reducirse ante la falta del contacto directo con un docente que los motive diariamente” (p. 62). Pues se requiere de un acompañamiento, apoyo y abastecimiento de recursos especialmente orientados para mitigar los efectos nocivos de la crisis sanitaria, previo a continuar con eso, consideramos importante describir a fondo los efectos negativos para la salud mental en los adolescentes y su repercusión en el desempeño escolar.

3.2 Adolescencia y depresión.

Ante la presencia de un trastorno depresivo¹ en la sociedad en general, siendo los adolescentes una población especialmente vulnerable, no solo desde el punto de vista biológico por la pubertad y sus cambios, sino también por la presión social que reciben constantemente,

¹ “El trastorno depresivo es una enfermedad que afecta el estado de ánimo y a la mente; afecta también a la alimentación, al descanso nocturno, a la opinión de sí mismo y a la vida en general” (Hall, 2003, pág. 1)

sumado a esto, la situación por la crisis sanitaria derivada de la propagación del SARS CoV-2, este escenario ha afectado a la población del país de distintas maneras y en dimensiones que van más allá de un contagio, la cuarentena, aislamiento, privación sensorial, pérdida repentina de lazos emocionales directos con la familia, amistades, grupo de amigos, la interrupción de apoyos psicosociales y de salud, las hospitalizaciones y hasta las muertes, Esta crisis obligó a un elevado número de la población a permanecer en sus viviendas, entre ellos, a los adolescentes, sin duda con una oportunidad para la convivencia familiar, pero también, con la posibilidad de experimentar violencia familiar, problemas económicos, luto por la pérdida de una persona cercana a ellos o algún otro conflicto, a esto hay que sumarle los millones de estudiantes que terminaron su etapa en la primaria mediante la educación a distancia.

Los procesos de socialización y las prácticas de interacción personales se vieron quebrantadas, situaciones que de por sí son difíciles para los adolescentes: como enfrentar la conclusión de su nivel primaria e introducción a la secundaria en confinamiento, es de esperarse que simultáneos cambios y las adversidades acumuladas durante el confinamiento pasen factura en términos emocionales.

Antes de exponer la relación que se haya entre la adolescencia y la depresión y sus trastornos de ánimo, es conveniente diferenciar entre tristeza y depresión. **Fuente especificada no válida.** dice, “que entre éstas dos, existen diferencias específicas. Mientras que la tristeza es un sentimiento displacentero motivado por alguna adversidad de la vida, la depresión está constituida por un cuadro clínico dentro del terreno de lo anormal y lo patológico”. En palabras del autor podemos decir que el enfermo depresivo no sabe exactamente qué es lo que causa su sufrimiento, mientras que la persona triste, sufre por un motivo concreto y definido.

La depresión es un trastorno del estado de ánimo, en el que el adolescente o cualquier persona que la padezca, se siente triste, decaído, inseguro, sin ganas de realizar actividades y con frecuentes pensamientos negativos tanto de sí mismo como de su pasado y hasta su futuro.

Por ello la (OMS, 2008) menciona que:

La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración. La depresión puede llegar a hacerse crónica o recurrente y dificultar sensiblemente el desempeño en el trabajo o la escuela y la capacidad para afrontar la vida diaria.

La depresión juvenil es una enfermedad médica grave, no solo es estar triste unos días, este es un fuerte sentimiento de desesperación, tristeza, enfado o depresión que dura mucho tiempo, exactamente esto es lo preocupante, cuando la depresión se prolonga. Estos sentimientos le dificultan llevar una vida normal y realizar las actividades diarias. El adolescente no nada más puede sentirse incapaz de concentrarse, también le falta motivación o energía.

Para observar la gravedad del problema de la depresión actualmente a nivel mundial, hacemos referencia a datos ofrecidos por organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, por sus siglas en inglés), organismos que han hecho notoria su preocupación por el incremento en el número de niños y adolescentes que padecen ansiedad, depresión o algún otro trastorno mental durante el 2019 y 2020 (63%), de los cuales más de la mitad (con un 42.9%) estuvieron relacionados con casos de ansiedad y depresión.

Esto representa 86 millones de adolescentes de 15 a 19 años y 80 millones de adolescentes de 10 a 14 años, donde entra la edad que nos interesa evaluar, se calcula que más del 13% de los adolescentes de 10 a 19 años padecen algún trastorno mental diagnosticado según la definición de la **Fuente especificada no válida.**, además de eso, según una investigación llevada a cabo por Gallup para el próximo informe *Changing Childhood* citado en (UNICEF, 2021), un promedio del 19% de los adolescentes de 12 a 20 años de 21 países declararon en el primer semestre de 2021 que a menudo se sienten deprimidos o tienen poco interés en realizar alguna actividad.

El no tener interés por realizar una actividad es un indicio principal de padecer algún trastorno mental, no solo es estar tristes unos días, pues la depresión es un sentimiento de desesperación, tristeza, sentirse enfadado, y exactamente esto es lo preocupante, cuando estos sentimientos se prolongan, sentimientos que le dificultan al adolescente llevar una vida normal y

realizar las actividades diarias y con interés. Pues el adolescente no nada más puede sentirse incapaz de concentrarse, “también le falta motivación o energía, la depresión puede hacer que le resulte difícil al adolescente disfrutar de la vida o incluso pasar bien el día” **Fuente especificada no válida.**

La comparación de tasas de prevalencia de estos trastornos entre países puede ayudar a identificar posibles factores de riesgo como los de protección presentes en el hogar, la escuela y la sociedad donde el sujeto se desarrolla, estas tasas de ansiedad, depresión y estrés postraumático se han disparado en todo América Latina, aunque para el continente el fenómeno de la depresión no le es ajeno, este problema parece golpear con fuerza en todo el mundo, aunado a esta problemática, encontramos importante mencionar los efectos en la salud mental que ha provocado el confinamiento por la crisis sanitaria derivada de la propagación del SARS CoV-2 (Covid-19), pues un estudio realizado en México por las Naciones Unidas menciona que nuestro país documentó síntomas de “estrés postraumático clínicamente significativo en casi un tercio de la población, las tasas de ansiedad y depresión alcanzaron hasta el 37% y el 30%, respectivamente, a finales de 2020, frente al 8.1% y el 6.5% respectivamente en 2019” **Fuente especificada no válida.**

A causa de esto, especialistas del **Fuente especificada no válida.** recomiendan el regreso a clases presenciales, pues debido al distanciamiento se ve perjudicado el proceso de socialización que se realiza en las diferentes instituciones educativas, por ende, se estropean las relaciones entre alumnos, como expresarse, escucharse y entenderse mutuamente, actividades que ayudan a los adolescentes a expresar sus emociones, además de eso, el trabajo de los tutores de grupo, orientadores educativos y personal educativo en general se ve afectado, como el ayudar en la detección de afectaciones psicológicas y emocionales, ya que tal confinamiento ha complicado la atención hacia los alumnos por parte de sus padres y con ello la posibilidad de hablar sobre el origen de su comportamiento, el cual interfiere en el sano desarrollo de los adolescentes.

Según los datos recabados en la Encuesta de Seguimiento de los Efectos de la Covid-19 (ENCOVID-19) realizada por la (UNICEF, 2021) en los hogares con niños y adolescentes en México los problemas de salud mental se exacerbaron al iniciar el confinamiento, siendo la ansiedad y la depresión los de mayor prevalencia, este mismo estudio hizo una comparación mensual entre abril y octubre en el 2020 para identificar la prevalencia de síntomas de ansiedad

por sexo, donde se encontró que hubo una elevación al 33% de marzo a abril de 2020 en el caso de las mujeres y de un 17% en los hombres, frente al 18% en mujeres durante el mes de marzo y un 9% en hombres durante el mismo mes.

Estos resultados fueron obtenidos por el informe anual de la (UNICEF México, 2020), donde dicho organismo menciona de manera directa que “el confinamiento prolongado y el distanciamiento social afectó la salud mental de los adolescentes, provocando que se sintieran estresados y deprimidos”.

A raíz de la pandemia por el fenómeno anteriormente mencionado, el Gobierno de México, a través de sus instituciones sanitarias, sostienen que los trastornos de humor dentro de los que se encuentra la depresión, representan en México el 11% de consultas en Salud Mental, siendo el principal motivo de consulta los trastornos de ansiedad con el 20%, habiendo en esta etapa de pandemia un 5% e incremento de estos trastornos comparados con años anteriores, incluso la OMS proyecta que para el 2030 el principal motivo de muerte en el mundo serán los trastornos mentales.

Estos padecimientos ocupan el cuarto lugar en complicaciones médicas en México y la depresión es uno de los más frecuentes, el (INEGI, 2021) menciona que, el 29.9% de los habitantes mayores de 12 años sufren algún nivel de depresión ocasional, mientras que un 12.4% los experimenta de manera frecuente.

En México estas cifras son verdaderamente alarmantes, ya que la depresión se ha convertido en la primera razón para el deterioro en la calidad de vida de las mujeres y la novena en el caso de los hombres, como ya se mencionó anteriormente, este padecimiento puede estar ligado a otros trastornos como la ansiedad, un problema que ha llevado incluso al suicidio a quienes lo padecen. Conforme a datos del (INEGI, 2021), en el 2019 a nivel nacional se presentaron 7,223 suicidios relacionados con la depresión y la ansiedad, aquí viene lo importante, que fue en el Estado de México donde sucedieron el 8.5% de estos casos, además de eso, el Instituto de Salud del Estado de México (ISEM), años atrás, en 2017, atendió a mil setecientos pacientes, de los cuales el 50% presentaron depresión en diversos grados, donde la prevalencia del total de los casos corresponde a un 60% en mujeres y el 40% en hombres.

3.3 Indicadores y características de cuadros depresivos en la adolescencia.

El cuadro clínico de quienes padecen síntomas depresivos está caracterizado por un descenso del estado de ánimo, la pérdida del interés para realizar actividades y la capacidad de la persona de disfrutar la vida, reduce mucho la energía, se les altera el sueño, tienen sentimientos de culpa, baja autoestima, dificultades para concentrarse, situaciones que se dan en el sujeto en un periodo de no más de dos semanas y que les genera problemas en la vida social, familiar y escolar, pueden estar ligados a otros cambios o problemas de la vida, como apetito, fatiga, sueño, dificultades cognitivas, entre otras.

Si estos síntomas y padecimientos no se tratan a tiempo pueden presentarse otros trastornos, pues mencionan **Fuente especificada no válida.** que quienes padecieron algún tipo de depresión en su niñez o adolescencia, tienen mayor probabilidad de presentar agorafobia, fobia social, trastorno negativista desafiante, trastorno disocial y dependencia a las drogas. Agregado a esto, los mismos autores sostienen que quienes padecieron depresión desde edades tempranas, tuvieron el 50% más de probabilidades de haber intentado suicidarse.

En el contexto de la pandemia, las personas sometidas al estrés por el brote del Covid-19 “pueden presentar angustia marcada y un deterioro significativo en el funcionamiento social u ocupacional, configurando trastornos de adaptación y en caso de persistir con ánimo triste se puede presentar un trastorno depresivo mayor” (Ramírez, Castro, Lerma, Yela, & Escobar, 2021, pág. 4), esto supone que aquellos que se encuentran en aislamiento, con una movilidad restringida y escaso contacto con sus pares, amigos, compañeros de clases o de trabajo, son los más vulnerables a desarrollar complicaciones psiquiátricas que van de un trastorno mental como ansiedad, insomnio y depresión hasta un trastorno por estrés postraumático.

Cabe destacar que este problema prevalece más en las mujeres que en los hombres, inclusive el porcentaje presentado por la (UNICEF, 2021) dice que el promedio está de tres mujeres por cada hombre, podemos decir que los factores que se involucran en que dicha afección sea más en mujeres que en hombres radica en temas biológicos y sociales, como los antecedentes en la familia, que aunque es cierto que la depresión no distingue sexo alguno, se han realizado estudios

en los que en las mujeres hay más posibilidad de padecer depresión cuando existen antecedentes de esta enfermedad en la familia. A continuación se describen los diferentes tipos de depresión, para comprender mejor este problema y sus afectaciones.

3.4 Tipos de depresión.

Dependiendo del número y de la intensidad de los síntomas, los cuadros depresivos se pueden clasificar como leves, moderados o graves, según la **Fuente especificada no válida**. enlistan las variantes de la depresión, las cuales se mencionan a continuación:

A. **Depresión mayor.** Este tipo de depresión se considera como el más grave, tal como su nombre lo indica, ésta se caracteriza por la alta intensidad de los síntomas, y por el hecho de que está presente durante casi todo el día, suele comenzar generalmente durante la adolescencia o la adultez joven. Es una combinación de síntomas que interfieren con la capacidad para trabajar, dormir, estudiar, comer y disfrutar de las actividades que antes resultaban placenteras.

La persona que padece este tipo de depresión, puede sufrir estados de ánimo poco agradables, incluso si el paciente no es tratado de manera eficaz, la ideación suicida puede llevar a provocar acciones efectivas para terminar con la propia vida. Algunos de sus síntomas son:

- Estado de ánimo depresivo la mayor parte del día.
- Pérdida o aumento de peso.
- Baja autoestima.
- Pensamientos suicidas.
- Sentimientos de culpabilidad.
- Fatiga o pérdida de energía casi todos los días.
- Pérdida de interés en las actividades que antes eran significantes.

B. **Distimia.** La distimia en el DSM-5 se conoce también como depresión crónica, presenta características similares a la depresión mayor, pero con menos severidad, implica que la persona se encuentre en un estado de ánimo deprimido la mayor parte del

tiempo, afecta el día a día de quien la padece, perjudica a todas las áreas de la persona; laboral, relacional, cognitiva, etc. **Fuente especificada no válida.**

Es un tipo de depresión unipolar, es decir, que no incluye síntomas maníacos, interfiere en el funcionamiento normal y el bienestar del sujeto que lo padece, sus síntomas son los siguientes:

- Poco apetito o sobrealimentación.
- Insomnio o hipersomnia.
- Poca energía o fatiga.
- Falta de concentración o dificultad para tomar decisiones.
- Baja autoestima.
- Sentimientos de desesperanza.

C. **Depresión maníaca.** Se conoce también como Trastorno bipolar, consiste característicamente en episodios maníacos y depresivos, es decir, que existen altibajos extremos, es una patología seria, y no debe confundirse con un estado de inestabilidad emocional, los episodios maníacos cursan con estado de ánimo elevado, irritable, hiperactividad, autoestima excesiva y disminución del sueño. **Fuente especificada no válida.**

Cada individuo presenta su particular manifestación de la enfermedad, pero tiene algunos síntomas en particular como:

- Sentimientos persistentes de tristeza.
- Sensación de ineptitud.
- Culpabilidad excesiva.
- Deseos de morir.
- Sentimiento de desesperanza o desamparo.
- Pérdida de interés en las actividades habituales.
- Dificultad en las relaciones.

- Molestias físicas frecuentes como dolor de cabeza, dolor de estómago o fatiga.
- Intentos o amenazas de escaparse del hogar.
- Irritabilidad, hostilidad, agresión.
- Disminución de la capacidad de tomar decisiones.

D. **Trastorno depresivo estacional (SAD).** Es una patología frecuente, se define como la presencia de episodios depresivos recurrentes en una época determinada del año, están implicados diferentes mecanismos tales como: la alteración del ritmo circadiano, la sensibilidad retiniana a la luz, el metabolismo anormal de la melatonina y la disminución de la secreción de neurotransmisores, sobre todo de la serotonina. **Fuente especificada no válida.**

Las personas pueden sentirse decaídas cuando los días se acortan en el otoño y el invierno (que también se llama tristeza invernal) y comienzan a sentirse mejor en la primavera, cuando hay más horas de sol. Algunos de sus síntomas son:

- Dormir demasiado.
- Comer en exceso, especialmente tener antojos de carbohidratos.
- Aumentar de peso.
- Retraerse socialmente (sentirse como que quiere “hibernar”).
- Sentirse inquieto y agitado.
- Experimentar episodios de conducta violenta.

E. **Depresión psicótica.** Este tipo de depresión es un subtipo de depresión mayor, el cual se presenta cuando una enfermedad depresiva severa incluye algún tipo de psicosis, a diferencia de los demás tipos de depresión, se caracteriza por la presencia de síntomas psicóticos como alucinaciones y/o delirios que alteran cualitativamente el modo en el que se percibe la realidad. **Fuente especificada no válida.**

Conocida también como psicosis depresiva, en la depresión puede manifestarse mediante alucinaciones de cualquier tipo, como voces que le dicen a la persona que no tiene ningún valor, delirios en forma de sentimientos intensos de inutilidad y fracaso o provocar directamente una ruptura total con la realidad, algunos de sus síntomas son:

- Estado de ánimo deprimido la mayor parte del día, casi todos los días, según se desprende de la información subjetiva.
- Disminución importante del interés o el placer por todas o casi todas las actividades la mayor parte del día, casi todos los días.
- Pérdida importante de peso sin hacer dieta o aumento de peso.
- Insomnio o hipersomnia casi todos los días.
- Agitación o retraso psicomotor.
- Fatiga o pérdida de energía la mayor parte del tiempo.
- Sentimiento de inutilidad o culpabilidad excesiva o inapropiada.
- Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse, o para tomar decisiones.
- Pensamientos de muerte recurrentes (no solo miedo a morir), ideas suicidas recurrentes sin un plan determinado, intento de suicidio o un plan específico para llevarlo a cabo.

Durante la adolescencia es normal que, debido a los cambios físicos y emocionales, los adolescentes experimenten síntomas de aburrimiento, un continuo cambio de ánimo, desmotivación, desinterés, desesperación, comportamientos agresivos o de tristeza, pero si estos síntomas o alteraciones se vuelven algo permanente es una señal de que el adolescente está atravesando por un problema de depresión.

Se sabe que la depresión no tiene una sola causa, pues como ya se mencionó anteriormente, intervienen diversos factores y así como son varios factores los causantes de este problema, tiene diferentes efectos también y en distintas áreas del ser humano. Se sospecha de la presencia de un cuadro depresivo cuando en las áreas emocional y conductual se presentan los siguientes rasgos según El Acta de Individuos con Problemas Educativos (1997) citada en (Lara, 2018).

Área conductual:

- I. Desorden en el sueño y alimentación.
- II. Amistades y huidas, es decir, el adolescente se aleja incluso de sus amigos y compañeros de grupo.
- III. Falta de concentración y baja en el rendimiento escolar.
- IV. Uso de drogas y otras sustancias.
- V. Agitación e inquietud.
- VI. Anhedonia y abulia, significa que, a causa de la baja en el estado de ánimo del adolescente, éste dejará de cumplir con las tareas concernientes a la escuela.
- VII. Se queja de dolores de cabeza y otros malestares.
- VIII. Aspecto descuidado, esto tendrá repercusiones en su imagen y aseo del adolescente.

Área emocional:

- I. Pérdida de interés en actividades que antes le parecían atractivas.
- II. Enfados y sollozos espontáneos.
- III. Riñas con compañeros de clase.
- IV. Comentarios despectivos hacia sí mismo.
- V. Pensamientos suicidas.
- VI. Dificultad para pensar y concentrarse.

Como bien hemos expresado en líneas anteriores, la familia y la escuela son los marcos más importantes en la vida de los adolescentes, siendo los contextos de referencia, es decir, donde se despliegan y se viven las primeras relaciones y vínculos de afecto, por tanto, la manera en que el adolescente se comporta y se relaciona dentro de estos marcos es información relevante para conocer la realidad que enfrentan los niños, adolescentes y demás miembros de la comunidad educativa como docentes, asistentes de la educación y claro, la familia respecto a la pandemia y el confinamiento por ésta.

Mencionaremos algunos datos recopilados por la organización denominada **Human Rights Watch (HRW)**² y que fueron entregados por los entrevistados:

➤ Muchos niños no han recibido ningún tipo de **educación** durante el cierre de sus **escuelas**.

➤ Un porcentaje importante de niños y adolescentes no volverán al sistema educativo por varias razones: comenzaron a trabajar para ayudar a la familia, se casaron y no terminaron sus estudios, algunos ya traspasaron la edad límite para beneficiarse con la educación gratuita del Estado, y muchos tienen que ayudar en sus casas para que los padres trabajen.

➤ Algunos recibieron una peor **educación** durante la crisis: las escuelas redujeron las horas de enseñanza, no tienen un contacto directo y diario con sus profesores, muchos se sienten solos y tristes por no sociabilizar y por no comprender lo enseñado, no reciben el apoyo o contención por parte de la escuela, no se continuó con la entrega de alimentación o desayunos escolares.

➤ Se sumaron problemas para aprender desde casa: deben estudiar escuchando radio, viendo televisión, usando computador o celular con internet (hay muchos que no tienen acceso a tecnología, incluso no tienen electricidad), muchos profesores deben pagar su internet y comprar su material por estar en casa, un porcentaje importante de niños no posee las herramientas para educación a distancia, sobre todo aquellos que ya les costaba asistir a clases, por ejemplo; niños en pobreza, con necesidades educativas especiales y aquellos que viven lejos de la escuela.

Encerrar a los niños y adolescentes en casa no fue una buena idea, ya que no todos tuvieron las mismas oportunidades, pero sí sufrieron sus efectos, Christian Skoog el representante de la UNICEF en México dijo para **Forbes México**³ que “Si los niños están en casa y no van a la escuela el aprendizaje está afectado. Ya había una **crisis de aprendizaje y de educación** antes de la pandemia porque casi un 80% de los estudiantes de educación primaria contaba con niveles mínimos de competencia en lectura, escritura y matemáticas, de acuerdo con una evaluación de

² (Briceño, 2021)

³ (Forbes Staff, 2021)

2018”, agregó que, debido a lo prolongado del confinamiento y el encierro, los menores muestran señales de **irritabilidad, ansiedad, depresión, estrés y falta de concentración.**

Es así que los cambios en el estilo de vida de los adolescentes y el sedentarismo han afectado severamente en su seguridad y el desarrollo eficiente de sus habilidades emocionales, intelectuales, sociales y físicas, provocando baja calidad del sueño, pesadillas, falta de atención y debido al aumento del número de horas en dispositivos con conexión a internet, han desarrollado algún tipo de adicción, a los videojuegos por ejemplo, lo cual repercute seriamente en el desempeño escolar, la habilidad para expresarse y el estado emocional del adolescente. La depresión y sus síntomas no son temas que se deban tomar a la ligera, es más grave de lo que se cree y de lo que se sabe.

“Más que cánceres, que diabetes, la mayor enfermedad hoy es la depresión” menciona la directora general de los Centros de Integración Juvenil (CIJ)⁴, Carmen Fernández Cáceres, además expresa que síntomas como el “estrés extremo, mucha ansiedad, jóvenes muy irritados porque están arrancados de su vida cotidiana”⁵, se han reflejado en los adolescentes en México y el mundo, asimismo “ha habido una deficiente atención a la salud, que ha sido una agenda olvidada”⁶, consideró la directora.

Es crucial en esta época considerar los síntomas depresivos que ha provocado el confinamiento por la pandemia del Covid-19 en la población adolescente, en sus progenitores y profesores de grupo, debido a que afecta negativamente en la salud mental y el desempeño escolar en los estudiantes, por ello, es importante prestar atención a los adolescentes que presenten alguna característica o indicador mencionados en lo que va del capítulo. Es para el orientador o tutor de grupo complicado percatarse de algún síntoma depresivo o indicador de alerta ante un caso de depresión en un alumno, es por ello, que surge la necesidad de elaborar una guía que apoye al orientador educativo en la detección de síntomas depresivos en sus alumnos antes de padecer un caso de depresión, para que así, el estudiante pueda explotar sus habilidades de forma efectiva y

⁴ (Sánchez , 2020)

⁵ Ibidem.

⁶ Ibid.

obtener un desempeño favorable dentro y fuera de la escuela sin que un problema como la depresión interfiera.

Capítulo 4 TALLER PEDAGÓGICO DIRIGIDO AL ORIENTADOR EDUCATIVO DE NIVEL SECUNDARIA; SOBRE “DETECCIÓN Y PREVENCIÓN” DE UN CUADRO DEPRESIVO POR EL CONFINAMIENTO A CAUSA DEL COVID-19 EN ADOLESCENTES DE PRIMER GRADO DE SECUNDARIA.

INTRODUCCIÓN

Es en la etapa de la adolescencia donde se hacen visibles la mayoría de los conflictos en el ser humano además de los cambios físicos, emocionales y biológicos, lo cual es indispensable para que el adolescente construya su identidad. También se define la personalidad y se fortalece la autoestima, todo esto no sería posible sin la contribución de los ámbitos familiar, escolar y por supuesto el social de manera directa o indirecta, los vínculos y las relaciones que el joven construye con su grupo de pares y amigos para alcanzar con esto la concepción de una nueva vida, nuevos lazos, comportamientos y valores.

Sumado a estos cambios y comportamientos de los adolescentes en los últimos meses, se ha agregado el aislamiento para mitigar la pandemia por el Covid-19 y tener que continuar con sus estudios académicos en el encierro y alejados de sus profesores y compañeros de clase presencial. Es aquí donde entra el factor principal que es la Orientación Educativa, para apoyar a la educación de los alumnos y ayudar en la resolución de problemas escolares, familiares y de docentes educativos, como un servicio de asesoría.

La educación ha sido y es sin duda, lo que ha mantenido el desarrollo de las comunidades en los ámbitos social, cultural hasta económico, pero para lograr este desarrollo es importante mantener una educación de calidad, la cual se vio interrumpida con la llegada del virus SARS-CoV-2 a México, a causa de esto surge el interés por crear un taller que apoye al orientador educativo a nivel secundaria, teniendo como metas la detección de un cuadro depresivo en adolescentes de 12-13 años para llevar a cabo una labor preventiva, además de apoyar a los

estudiantes que presenten síntomas depresivos, dicho trabajo también se centra en describir algunas consecuencias del confinamiento por Covid-19 y sus efectos en los participantes del hecho educativo, es decir, alumnos, tutores de grupo y padres de familia, esto con el fin de que dichos participantes inmersos en la problemática sin tener control de ella, conozcan sus principales características e identifiquen los riesgos a los que están expuestos y tomar medidas de seguridad ante tal problema, las cuales también se describen en el presente trabajo.

El siguiente taller fue elaborado tomando como referencia el marco teórico de la investigación, es importante señalar que con base en los resultados obtenidos durante la investigación fue posible retomar los elementos descriptivos y significativos del problema para posterior a esto, crear la propuesta que consistió en elaborar un taller dirigido al orientador educativo de nivel secundaria, con el fin de brindarle información que refiere a los síntomas e indicadores depresivos para que éste cuente con los elementos básicos para diferenciar entre una tristeza común y un problema de depresión, así como sugerencias de actividades que puede realizar con sus alumnos, a fin de evitar la presencia de un cuadro depresivo.

Para tratar los problemas de depresión por confinamiento en los adolescentes de nivel secundaria, se sugiere al orientador educativo la implementación de un taller con actividades grupales para que los adolescentes, conozcan los efectos del confinamiento, las características de la depresión y adoptar alternativas para enfrentar los efectos de la pandemia.

La propuesta consta de un taller pedagógico, el cual está destinado a los orientadores educativos de nivel secundaria que se interesen en comprender y apoyar a los estudiantes después del confinamiento por Covid-19 y que presenten alteraciones en su conducta y emociones.

Según (Alfaro & Badilla, 2015) el taller pedagógico es “una oportunidad académica que tienen los docentes para intercambiar conocimientos y llevar a la práctica acciones educativas que enriquezcan su trabajo cotidiano; además, promueve la adquisición y actualización de conocimientos en los diferentes ámbitos del quehacer académico y docente...” p.86. A través del taller se pretende que los adolescentes conozcan las características de la depresión y los efectos del confinamiento por la pandemia del Covid-19, pues el taller va a funcionar como un centro de

reunión donde los participantes van a expresar sus emociones, opiniones y criterios para producir un intercambio de ideas a fin de prevenir la aparición de un cuadro depresivo.

4.1 Objetivo general.

Se pretende que el orientador educativo, identifique los síntomas depresivos originados por el confinamiento a causa del Covid-19 en los adolescentes de secundaria, para prevenir y orientar situaciones de depresión y evitar problemas en su desarrollo académico.

4.2 Objetivos particulares.

- Que el orientador educativo conozca la definición de depresión y sus características.
- Concientizar a los docentes respecto a los problemas que genera la depresión en su salud mental.
- Conocer los síntomas depresivos y cambios de humor en los adolescentes.
- Definir el concepto de Covid-19, sus síntomas y forma de transmisión, e involucrar a los docentes para que conozcan sus características y efectos en la salud.
- Sensibilizar a los profesores respecto a los efectos del Covid-19 en su entorno educativo a fin de que tomen conciencia con relación a los problemas que causa esta enfermedad.

4.3 Metodología.

En cuanto a la organización del taller se divide en dos partes, la primera parte consta de seis sesiones, las cuales contienen actividades para analizar la información retomada del marco teórico y de la delimitación del problema de la investigación, con el fin de definir el concepto de depresión, conocer sus características y sus tipos, así como los datos otorgados por diferentes organismos nacionales e internacionales respecto a los efectos de dicha enfermedad en los adolescentes y su repercusión en el ámbito educativo, es relevante mencionar que algunas actividades cuentan con una evaluación intermedia, esto para verificar hasta dónde los participantes están comprendiendo lo expuesto. La segunda parte está conformada por cinco

sesiones, a excepción de la primera sesión que se divide en dos partes, donde se muestran actividades y alternativas para que el conductor del taller muestre a los docentes la gravedad del problema de la depresión y del Covid-19, así como recomendaciones que pueden ser de utilidad para el manejo de síntomas depresivos a causa del confinamiento por la pandemia.

Es importante mencionar que la primera parte del taller es una síntesis de la investigación realizada para hacer más amena su lectura, en él se menciona: qué y cómo hacerlo, dónde se aplicará dicho taller. Otro punto importante para la realización del taller es que el orientador promueva un ambiente de respeto, empatía, participación y tolerancia ante la participación de los integrantes, además de eso, para la aplicación del taller, es fundamental que el encargado del taller cuente con los siguientes materiales o que pueda solicitarlos a dirección para la realización de las actividades:

- Proyector: es un dispositivo diseñado para capturar una imagen desde una fuente de vídeo y proyectarla con mayor calidad y tamaño posible en una pantalla o alguna superficie plana.
- Computadora: es una máquina electrónica en la cual se puede almacenar información diversa como: textos, vídeos, imágenes, etc., para posteriormente trabajar con ella.
- Conexión a internet: es la red informática que se utiliza para transmitir información a través de diferentes medios digitales como computadora, Tablet, iPad o teléfono.
- Programa de PowerPoint instalado en la computadora: se trata de un software que permite realizar presentaciones a través de diapositivas, el programa contempla la opción de utilizar texto, imágenes, música y animaciones.
- Impresora: es una máquina electrónica que, conectada a una computadora, imprime documentos e imágenes, en caso de no contar con ella, se puede acudir a un café internet.
- WhatsApp instalado, ya sea en la computadora o celular: es una aplicación de mensajería instantánea para teléfonos inteligentes, en la que se envían y reciben

mensajes mediante internet, así como imágenes, vídeos, audios, grabaciones de audio, documentos, así como realizar llamadas y videollamadas.

4.4 Perfil de ingreso.

La propuesta consta de un taller pedagógico, el cual está destinado a los orientadores educativos de nivel secundaria que se interesen en comprender y apoyar a los estudiantes después del confinamiento por Covid-19 y que presenten alteraciones en su conducta y emociones.

4.5 PRIMERA PARTE

Participantes: Orientador educativo y docentes del nivel secundaria.		
Sesión No. 1		Duración: 50 minutos.
<p>Presentación del Taller:</p> <p>El encargado de dirigir el taller tomará unos minutos para presentarse y exponer a los participantes los objetivos del taller y qué se pretende lograr con la aplicación de los contenidos presentes en este trabajo, se explicará la forma de trabajar y de cuántas sesiones consta dicho taller. Cada participante debe presentarse, expondrá también sus ideas e intereses y lo que espera obtener del taller, esto para promover un ambiente de participación y confianza entre los participantes. Finalmente se entregará el material a utilizar en el taller y posterior a esto se da inicio con la sesión 1.</p>		
TEMÁTICA	OBJETIVO	DESARROLLO
Escribir un diario de recuerdos.	Redefinir la perspectiva del docente hacia el disfrute de las emociones, los sentimientos y las cosas buenas a fin de evitar en sus alumnos	Según (Salgado, García, & Méndez, 2019) en la modalidad de diario escolar, lo que se registra es el trabajo del alumnado, su producción e interacción en clase, a la vez que da cuenta de sus reflexiones, preguntas y respuestas. Es por ello de su aplicación como una actividad que sirva de apoyo al profesorado para detectar algún síntoma depresivo como ansiedad, tristeza o

	<p>pensamientos de dolor o negativos.</p>	<p>irritabilidad en su persona, servirá también para registrar sus dudas, sentimientos y pensamientos dentro de la escuela, esto ayudará a examinar el funcionamiento de su mente, y de ese modo, establecer posibilidades de mejora. Es por lo anterior que se plantea llevar a cabo la presente actividad:</p> <p>Para llevar a cabo la escritura del diario, el conductor del taller debe solicitar a los participantes, un cuaderno pequeño de raya sin espiral, pluma y un marca texto del color de su preferencia.</p> <p>Particularmente el diario contiene una gran variedad de elementos propios del sentir y pensar de quien lo escribe, es un tipo de texto, que a manera de registro con fecha reúne información personal, de modo que el texto deja evidencia de alguna situación o conjunto de situaciones vividas durante el día según la fecha.</p> <p>Debido a que las autoridades políticas y educativas han ido reanudando poco a poco las clases presenciales, conforme se vayan aplicando cada una de las actividades del presente taller, los participantes deberán dedicar un lapso de 10-15 minutos para redactar en el “diario de recuerdos”, momentos, emociones, sensaciones o sentimientos que la</p>
--	---	---

actividad despierte en ellos o que simplemente situaciones que hayan experimentado durante el encierro por la pandemia y que les hayan causado estrés, pánico, tristeza, o lo contrario a esto, como felicidad, entusiasmo, alegría, agrado, etc.

Para elaborar el diario, se darán las siguientes instrucciones a los alumnos:

- Utilizar el cuaderno que se solicitó previamente.
- Escribir el diario al finalizar cada una de las actividades, se dedicarán de 10-15 minutos para su redacción con la opción de salir a las áreas verdes de la institución.
- Anotar la hora y fecha precisa de los hechos, en caso de no recordarlo con exactitud, anotar un aproximado.
- Utilizar letra pequeña y legible.
- Anotar los hechos tal como sucedieron; con detalles y sin omitir nada.
- Expresar situaciones experimentadas durante el confinamiento.
- Es importante centrarse en las emociones tanto buenas como malas experimentadas durante el día.
- El marca texto lo utilizaremos para marcar las emociones buenas, con el

		<p>fin de sobresaltar y detectar aquello que genera un estado de ánimo agradable.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evitar sacar conclusiones por adelantado, • No expresarse mal de terceras personas, familia o compañeros de trabajo. • Es importante dejar espacios para alguna reflexión, comentarios o nueva información. <p>Esta actividad ayudará al docente a conocerse a sí mismo, se utilizará como una salida emocional a sus malestares, con la situación y magnitud de los sentimientos generados por la pandemia.</p>
--	--	--

Evaluación:
 El diario funcionará como un equilibrio a sus preocupaciones, pues le servirá para reflexionar y reorganizar sus ideas a fin de prevenir la presencia de síntomas depresivos.

Sesión No. 2		Duración: 50 minutos.
TEMÁTICA	OBJETIVO	DESARROLLO
Exposición de la definición de Depresión.	Definir el concepto de depresión, sus características y sus tipos mediante una exposición a fin de que el profesorado conozca sus efectos en la	Con ayuda de una presentación en PowerPoint y de manera presencial, se expondrán las características del problema de la depresión, con el apoyo de la siguiente información, misma que podemos encontrar de manera más

	<p>salud mental y cómo repercute en el desempeño escolar.</p>	<p>desarrollada en el tercer capítulo de este trabajo:</p> <p>La (OMS, 2008) menciona que:</p> <p><i>La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración. La depresión puede llegar a hacerse crónica o recurrente y dificultar sensiblemente el desempeño en el trabajo o la escuela y la capacidad para afrontar la vida diaria.</i></p> <p>Es un trastorno del estado de ánimo que afecta tanto a niños como a adultos; resulta altamente incapacitante, genera un elevado nivel de malestar en ambos casos.</p> <p>Debido a la falta de madurez emocional y la falta de recursos para manejar sus propias emociones, comprenderemos que, en el caso de los más pequeños, es decir, niños, niñas y adolescentes, este trastorno puede interferir significativamente en su desarrollo.</p> <p>Para complementar la exposición es importante mostrar a los docentes los</p>
--	---	--

		<p>factores causales de la depresión, los cuales se abren paso entre la población adolescente de manera silenciosa pero que trae consecuencias graves para quienes la padecen y no reciben el apoyo adecuado. En seguida se muestran los factores divididos en 7 apartados para su empleo en la presentación:</p> <p>Factores genéticos: la presencia de antecedentes de depresión en el ámbito familiar cercano como padres y hermanos incrementa en un 25 a 30% la probabilidad de sufrir depresión.</p> <p>Pérdidas actuales o anteriores: relacionado con fallecimientos de figuras paternas o hermanos, incluso una mascota.</p> <p>Factores fisiológicos: se debe a la disminución de un neurotransmisor llamado serotonina, cuya función es principalmente, aumentar la predisposición de los niveles serotoninérgicos de los pacientes con depresión, es decir, al aumentar la serotonina, quienes padecen ansiedad o problemas similares a menudo encuentran una mejora significativa en su condición y experimentan una sensación de bienestar, pero para detectar y tratar esta causa depresiva hace falta la intervención de un especialista en el tema.</p>
--	--	--

		<p>Privación afectiva: de tipo temporal por alguno de los padres del adolescente, es decir, que aun viviendo en familia no se le brinde afecto al hijo o hijos, ya sea por cuestiones laborales de los padres o alguna otra ocupación, actividades que solo les permiten saludar o despedirse de sus hijos, lo cual evita brindar algún tipo de afecto o pasar tiempo juntos.</p> <p>Factores ambientales: todos aquellos estímulos externos a la persona y que pueden actuar como catalizador de la depresión, situaciones de conflicto en el trabajo o escuela, estrés provocado por la carga de trabajo o alteración en el ritmo de vida.</p> <p>Enfermedades físicas agudas o crónicas: se ha establecido una relación directa entre la depresión y algunas enfermedades en las que a veces se requiere de internamiento (hospitalización) o guardar reposo en casa, lo que impide ir a clases, dejar de ver a sus amigos y compañeros de clase.</p> <p>Hostilidad física o verbal en casa: cuando a los hijos, ya sea los padres o algún familiar utilizan un tono de voz elevado como gritos o amenazas, incluso golpes en los encargos domésticos. O viven bajo un permanente rechazo y</p>
--	--	--

		<p>humillaciones, los tratan con desprecio o los abandonan.</p> <p>Cabe mencionar que los factores antes descritos son los más comunes en los niños y adolescentes, pues existen más agentes provocadores de síntomas depresivos pero relacionados a la adultez, en los cuales no está centrado este trabajo.</p>
--	--	---

Actividad de retroalimentación:

Al finalizar la presentación del tema, en el aula se realizará una evaluación cualitativa con ayuda de las siguientes preguntas, al terminar su contestación se entregarán al encargado del taller:

1. ¿Según lo explicado, qué es la depresión?
2. ¿Conocías hasta antes de la exposición la gravedad de esta enfermedad?
3. ¿A qué motivos se le atribuyen el desarrollo de un problema de depresión?
4. ¿Consideras que la depresión tiene cura?
5. ¿Diferencias ahora entre una tristeza común y un problema de depresión?
6. ¿Consideras que en realidad los adolescentes están expuestos a sufrir depresión? ¿Por qué?

La finalidad de las preguntas va a permitir al orientador emitir un juicio sobre el aprendizaje y la opinión de los docentes respecto al problema.

Sesión No. 3		Duración: 50 minutos.
TEMÁTICA	OBJETIVO	DESARROLLO
Presentación de los efectos de la depresión en	Concientizar a los docentes respecto a los problemas que genera la depresión en los adolescentes no solo en	Apoyado nuevamente en una presentación en PowerPoint, se expondrá de manera presencial a los docentes las cifras que se presentan a continuación:

<p>México y el mundo.</p>	<p>México sino en el resto del mundo.</p>	<p>Datos ofrecidos por organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, por sus siglas en inglés), organismos que han hecho notoria su preocupación por el incremento en el número de niños y adolescentes que padecen ansiedad, depresión o algún otro trastorno mental durante el 2019 y 2020 (63%), de los cuales más de la mitad (con un 42.9%) estuvieron relacionados con casos de ansiedad y depresión.</p> <p>Esto representa 80 millones de adolescentes de 10 a 14 años, donde entra la edad que nos interesa evaluar, se calcula que más del 13% de los adolescentes de 10 a 19 años padecen algún trastorno mental diagnosticado según la definición de la Fuente especificada no válida., además de eso, según una investigación llevada a cabo por Gallup para el próximo informe <i>Changing Childhood</i> citado en (UNICEF, 2021), un promedio del 19% de los adolescentes de 12 a 20 años de 21 países declararon en el primer semestre de 2021 que a menudo se sienten deprimidos o tienen poco interés en realizar alguna actividad.</p>
----------------------------------	---	---

		<p>Un estudio realizado en México por las Naciones Unidas menciona que nuestro país documentó síntomas de “estrés postraumático clínicamente significativo en casi un tercio de la población, las tasas de ansiedad y depresión alcanzaron hasta el 37% y el 30%, respectivamente, a finales de 2020, frente al 8.1% y el 6.5% respectivamente en 2019” Fuente especificada no válida..</p> <p>Informes del (INEGI, 2021) señalan que en México 33.6 millones de personas en edad escolar, considerando los niveles Preescolar, Primaria, Secundaria, Media superior y Superior tuvieron que continuar sus respectivos estudios a distancia, de los cuales un 37.4% (12,576,800) pertenecen al nivel secundaria, ahora conocemos alrededor de cuantos alumnos estuvieron en confinamiento para mitigar el contagio de la Covi-19, un encierro que afectó el esparcimiento grupal de los adolescentes, la suspensión de actividades culturales, artísticas, deportivas, además de eso, como ya se mencionó anteriormente, toda actividad escolar presencial, provocando en los adolescentes sentimientos de frustración, aburrimiento, miedo y hasta ansiedad según datos del (INEGI, 2021).</p>
--	--	--

Según los datos recabados en la Encuesta de Seguimiento de los Efectos de la Covid-19 (ENCOVID-19) realizada por la (UNICEF, 2021) en los hogares con niños y adolescentes en México los problemas de salud mental se exacerbaron al iniciar el confinamiento, siendo la ansiedad y la depresión los de mayor prevalencia, este mismo estudio hizo una comparación mensual entre abril y octubre en el 2020 para identificar la prevalencia de síntomas de ansiedad por sexo, donde se encontró que hubo una elevación al 33% de marzo a abril de 2020 en el caso de las mujeres y de un 17% en los hombres, frente al 18% en mujeres durante el mes de marzo y un 9% en hombres durante el mismo mes.

Estos resultados fueron obtenidos por el informe anual de la (UNICEF México, 2020), donde dicho organismo menciona de manera directa que “el confinamiento prolongado y el distanciamiento social afectó la salud mental de los adolescentes, provocando que se sintieran estresados y deprimidos”.

A raíz de la pandemia por el fenómeno anteriormente mencionado, el Gobierno de México, a través de sus instituciones sanitarias, sostienen que los trastornos de

		<p>humor dentro de los que se encuentra la depresión, representan en México el 11% de consultas en Salud Mental, siendo el principal motivo de consulta los trastornos de ansiedad con el 20%, habiendo en esta etapa de pandemia un 5% e incremento de estos trastornos comparados con años anteriores, incluso la OMS proyecta que para el 2030 el principal motivo de muerte en el mundo serán los trastornos mentales.</p>
--	--	--

Actividad de retroalimentación:

Una vez expuestas las cifras, se divide al grupo en equipos de 3-4 integrantes, para realizar la actividad llamada **Noticieros TeleSecu**, la cual consiste en que cada equipo elabore una noticia con respecto a la información presentada durante la exposición para ser presentada en un programa de televisión. La noticia puede ser presentada como una crónica, reportaje o informativo de TV o radio de forma escrita.

Crónica: parte de un hecho que se dilata en el tiempo y que se debe contar conforme se produce, es decir, su formato está ligado al tiempo. El periodista que la realiza normalmente, está en el lugar de los hechos, es testigo directo de los hechos.

Reportaje: explica hechos actuales que están siendo noticia, o que se ponen en circulación como noticia en ese mismo reportaje, mediante el cual el periodista intenta reflejar los hechos y sus circunstancias aclaratorias.

Informativo de TV o radio: es un programa en el que se cuentan noticias de interés público, es un formato audiovisual o solo audio sin ilustración gráfica, su principal finalidad es transmitir noticias de actualidad, comúnmente conducido por 2 o 3 presentadores.

Cada noticia debe contener; nombre del medio, nombre del periodista encargado de dar la noticia, título de la noticia, autor, es decir, fuente de donde se obtuvo la información, bajada

o subtítulo, cuerpo de la noticia y remate (la información presentada al final debe ser la de menor relevancia).

Para evaluar los noticieros se hará uso de la lista de cotejo que se encuentra en el ANEXO 1.

Sesión No. 4		Duración: 20 minutos para lectura del material y 30 minutos para el debate.
TEMÁTICA	OBJETIVO	DESARROLLO
Factores causales de la depresión.	Favorecer la apropiación de los factores que causan la depresión mediante un debate, a fin de que los docentes reconozcan algunos generadores de esta enfermedad.	<p>Se entregará al grupo la siguiente información de manera impresa, la cual describe los factores y elementos generadores de la depresión en los adolescentes:</p> <p>Aislamiento social: una de las principales causas del incremento de estrés y ansiedad, es sin duda el aislamiento social provocado por la pandemia, a este factor se le ha de añadir la carga de trabajo, las limitaciones para trabajar en lo académico, la soledad, miedo a la infección, preocupaciones económicas y emocionales.</p> <p>Factores genéticos: la presencia de antecedentes de depresión en el ámbito familiar cercano como padres y hermanos incrementa en un 25 a 30% la probabilidad de sufrir depresión.</p>

		<p>Pérdidas actuales o anteriores: relacionado con fallecimientos de figuras paternas o hermanos, incluso una mascota.</p> <p>Factores fisiológicos: se debe a la disminución de un neurotransmisor llamado serotonina, cuya función es principalmente, aumentar la predisposición de los niveles serotoninérgicos de los pacientes con depresión, es decir, al aumentar la serotonina, quienes padecen ansiedad o problemas similares a menudo encuentran una mejora significativa en su condición y experimentan una sensación de bienestar, pero para detectar y tratar esta causa depresiva hace falta la intervención de un especialista en el tema.</p> <p>Privación afectiva: de tipo temporal por alguno de los padres del adolescente, es decir, que aun viviendo en familia no se le brinde afecto al hijo o hijos, ya sea por cuestiones laborales de los padres o alguna otra ocupación, actividades que solo les permiten saludar o despedirse de sus hijos, lo cual evita brindar algún tipo de afecto o pasar tiempo juntos.</p> <p>Factores ambientales: todos aquellos estímulos externos a la persona y que pueden actuar como catalizador de la</p>
--	--	--

		<p>depresión, situaciones de conflicto en el trabajo o escuela, estrés provocado por la carga de trabajo o alteración en el ritmo de vida.</p> <p>Enfermedades físicas agudas o crónicas: se ha establecido una relación directa entre la depresión y algunas enfermedades en las que a veces se requiere de internamiento (hospitalización) o guardar reposo en casa, lo que impide ir a clases, dejar de ver a sus amigos y compañeros de clase.</p> <p>Hostilidad física o verbal en casa: cuando a los hijos, ya sea los padres o algún familiar utilizan un tono de voz elevado como gritos o amenazas, incluso golpes en los encargos domésticos. O viven bajo un permanente rechazo y humillaciones, los tratan con desprecio o los abandonan.</p> <p>Cabe mencionar que los factores antes descritos son los más comunes en los niños y adolescentes, pues existen más agentes provocadores de síntomas depresivos pero relacionados a la adultez.</p>
--	--	--

Actividad de retroalimentación:

Duración: 30 minutos.

Posterior a la lectura, se divide al grupo en 3 partes, para llevar a cabo un debate; el primer grupo va a defender la postura de cómo los factores causales de la depresión afectan a los

adolescentes, el segundo equipo va a intentar convencer al público de que estos factores son erróneos y que deben ser descartados, el tercer grupo va a funcionar como público.

El debate: es una comunicación ordenada entre varias personas y consiste en la discusión sobre un tema o problema en el que se exponen argumentos y expresar su opinión.

El debate debe contar con:

- Un moderador, que tiene la función de introducir el tema y dar la palabra a los participantes, en este caso, será el tutor del grupo.
- El secretario (a), es quien debe tomar apuntes de lo acontecido en el debate.
- Los participantes, los cuales exponen sus argumentos, están divididos en dos partes, unos a favor y otros en contra del tema expuesto.

El debate debe contar con:

Inicio: el moderador presenta el tema, el objetivo, en este caso omitiremos la presentación de los participantes debido al número.

Exposición: cada equipo debe exponer su postura, sus argumentos e ideas y defenderlas en el tiempo asignado por el moderador.

Discusión: los equipos discuten refutando (contradecir) los argumentos del otro equipo.

Apertura: espacio donde el público participa preguntando u opinando respecto al tema.

Cierre: el moderador anuncia el fin del debate y entrega las conclusiones.

Para evaluar el desarrollo del debate se recurrirá al ANEXO 2.

Sesión No. 5		Duración: 40 minutos:
TEMÁTICA	OBJETIVO	DESARROLLO
Definición de Covid-19.	Definir el concepto de Covid-19, sus síntomas y forma de transmisión, e involucrar a los docentes para que conozcan sus	Nuevamente se entregará al grupo de profesores la siguiente información de manera impresa, en la que se encuentra la descripción del virus del SARS-CoV-2, sus síntomas y modo de transmisión, con

	<p>características y efectos en la salud.</p>	<p>una tolerancia de 10 minutos para su lectura:</p> <p>Los coronavirus son una familia de virus que causan enfermedades (desde el resfriado común hasta enfermedades respiratorias más graves) y circulan entre humanos y animales.</p> <p>En este caso, se trata del SARS-CoV-2, apareció en China en diciembre del 2019, provoca una enfermedad llamada Covid-19, que se extendió por el mundo y fue declarada pandemia global por la Organización Mundial de la Salud.⁷</p> <p>Síntomas:</p> <ul style="list-style-type: none">• Tos.• Dificultad para respirar.• Fiebre.• Dolor de cabeza.• En menores de edad, la irritabilidad puede sustituir al dolor de cabeza.• Dolores en músculos o articulaciones.• Dolor de garganta.• Escalofríos.• Escurrimiento nasal.• Dolor de pecho.
--	---	--

⁷ (Gobierno de México, 2022)

		<ul style="list-style-type: none"> • Pérdida del olfato y el gusto. • Irritación ocular. <p>¿Cómo se transmite?:</p> <p>Los coronavirus humanos se transmiten de una persona infectada a otras mediante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las gotículas que expulsa un enfermo al toser y estornudar. • Al tocar o estrechar la mano de una persona enferma. • Estar en contacto con un objeto o superficie contaminada con el virus y luego llevarse las manos sucias a la boca, nariz u ojos.⁸
--	--	---

Actividad de retroalimentación:

Al ser un tema corto, para su análisis después de la lectura, haremos uso de una tormenta de ideas, la cual consiste, en crear una lluvia de ideas que el orientador utilizará para dar inicio a su exposición de modo que los docentes se sientan integrados en el tema de conversación y dar su punto de vista. El moderador dará inicio a la actividad con el planteamiento ¿Qué es el Covid-19?, respecto a las respuestas deberá ir analizando constantemente el progreso de la tormenta de ideas e incluir una idea ya mencionada para dar continuidad, para ello puede utilizar una expresión como: *De acuerdo a lo que dijo el compañero sobre (se menciona la idea anterior) podemos mencionar otra característica como (pedir la participación de los demás alumnos)*. Sin olvidar cuestionar sobre los síntomas y cómo se transmite el Covid-19. Para concluir, se realizará un diagrama de lluvia de ideas entre todos los participantes, que nos permitirá organizar y agrupar la información para relacionarla entre sí y de ahí obtener una idea original.

⁸ Ibidem.

Sesión No. 6		Duración: 50 minutos
TEMÁTICA	OBJETIVO	DESARROLLO
Efectos del Covid-19 en los participantes del hecho educativo.	Sensibilizar a los docentes respecto a los efectos del Covid-19 en su entorno educativo a fin de que tomen conciencia con relación a los problemas que causa esta enfermedad.	Para esta actividad se elegirá a 13 participantes para representar la obra de teatro: EL COVID-19 EN LA EDUCACIÓN que se encuentra en el ANEXO 3, se les entregará de manera impresa para hacer más sencilla su lectura.
Evaluación: Para que el orientador evalúe la presentación de la obra de teatro, se apoyará en la lista de cotejo del ANEXO 4.		

4.6 SEGUNDA PARTE

Participantes: Orientador educativo, padres de familia y alumnos de primer grado de secundaria.		
Sesión No. 1 Primera parte.		Duración: 90 minutos.
ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESARROLLO
Película <i>Contagio</i>, filme que guarda una similitud con la actual pandemia.	Informar a los docentes datos reales de una pandemia para generar una idea de lo que ocurre no solo en nuestro país, sino en el mundo entero.	En esta actividad utilizaremos el proyector para ver la película con los docentes y mostrar los efectos de una pandemia similar a la del Covid-19. La película la

		<p>encontramos en la siguiente liga:</p> <p>https://cinehdplus.net/ver-pelicula/24507/contagio-hd-online/</p> <p>Reseña de la película:</p> <p>Contagio⁹, es una película dirigida por Steven Soderbergh, la trama gira en torno a una pandemia mundial originada en China, ocasionada por un virus desconocido (el cual guarda mucha similitud con el virus que causa el Covid-19, hablamos del SARS-CoV-2), debido a la gravedad de la enfermedad, muchos investigadores médicos y científicos arriesgan su vida para buscar la cura al virus, mientras la desesperación de las masas ante el racionamiento de alimentos y de la cura, desencadena estallidos de pánico provocando caos, inseguridad e incertidumbre, pues lamentablemente hay quienes</p>
--	--	--

⁹ (Soderbergh, 2011)

		<p>se aprovechan de la situación, lucrando con el ofrecimiento de medicamentos “milagrosos”.</p> <p>El filme se caracteriza por su estricto control de la emotividad y el apego a datos científicos reales, que a pesar del ambiente apocalíptico que nos muestra la película, se mantiene la visión documental mediante el registro metódico de los hechos.</p> <p>La película cuenta paso a paso cuáles son los peligros, los síntomas y la mayor preocupación de un brote pandémico, además de mostrar uno de los conflictos ocurridos con el Covid-19; la desinformación, provocando pánico y desabastecimiento en los alimentos.</p>
--	--	---

Sesión No. 1 Segunda parte.		Duración: 30 minutos.
ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESARROLLO
Análisis de la película “Contagio”	Acercar a los docentes a la realidad del Covid-19 y a la	Como actividad de retroalimentación, se

	<p>de sus compañeros, procurando, mediante la visualización de situaciones similares, que aumente su capacidad de comprensión frente a la problemática que se presenta.</p>	<p>planteará al grupo de docentes las siguientes preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none">1. ¿Qué problemas se plantean en la película?2. ¿Qué actitudes éticas encontramos en los personajes principales de la película?3. ¿Qué fue lo que más te impresionó? ¿Por qué?4. ¿Hay alguna relación entre la película y tu experiencia personal? ¿Cuál?5. ¿Cómo se relaciona con tu contexto (espacio/tiempo)?6. ¿Alguna de las escenas provocó alguna sensación en ti? ¿Por qué?7. ¿Cómo reaccionaste ante la presentación del conflicto?8. ¿Cómo te comportarías si estuvieras en la misma situación que los personajes?
--	---	---

		9. Describe en tres dimensiones las características del personaje con el que te hayas identificado: a) aspecto físico, b) rasgos de carácter, c) medio social.
--	--	--

Actividad de retroalimentación:

Una vez contestadas las preguntas, se leerán las respuestas ante el grupo, donde llega el momento idóneo para pasar de las experiencias ajenas (las expuestas en la película) a las vivencias propias del profesorado, en el que el orientador tiene la tarea de facilitar el intercambio entre unas y otras, al mismo tiempo, reflexionar lo que deben hacer frente a la “nueva realidad educativa”.

Sesión No. 2

Duración: 50 minutos.

ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESARROLLO
Elementos para detectar si el alumno tiene depresión.	Conocer los principales comportamientos y cambios de humor en los adolescentes a fin de diferenciar entre una tristeza común y un problema de depresión.	Se entregará al grupo de forma impresa la siguiente información, la cual consiste en describir las características y comportamientos en los adolescentes con indicadores depresivos, con una tolerancia de 20 minutos para su lectura y análisis: Cambios de humor:

- El estado de ánimo del adolescente suele ser deprimido o irritable.

- Se queja constantemente de molestias físicas imprecisas.

- Manifiesta una expresión facial triste o una escasa comunicación visual.

- Su ánimo tiende a ser irritable o se manifiesta con una conducta agresiva o acciones que demuestren hostilidad o cólera.

- En los adolescentes mayores, los trastornos de ánimo pueden tener síntomas parecidos a los de los adultos.

Duración del episodio depresivo:

- Para considerarse depresión, los

síntomas deben contar con una duración mínima de 2 semanas y no estar relacionados con el consumo de alguna sustancia.

- La depresión puede instalarse en el tiempo y puede durar varios años si no se recibe apoyo, es lo que conocemos como depresión crónica.

Pérdida de interés:

- Presenta desinterés por su entorno e incapacidad para disfrutar del juego o las actividades escolares.
- El individuo no responde a aspectos de la vida emocional, social o física.

Falta de energía:

- Le faltan ganas para jugar, rechaza ir al colegio, en casa se

le ve desanimado, incluso habla muy poco.

- El adolescente no dispone de energía ni entusiasmo por lo que hace.

Pérdida de confianza y autoestima:

- Tiene sentimientos de inferioridad e incapacidad para asumir retos.

- La baja autoestima se acompaña de desorientación en la vida, dudas sobre quién soy, qué quiero hacer de mi vida o hacia dónde voy.

Reproches:

- Se desvalora a sí mismo, o presenta un sentimiento de culpa excesivo e inapropiado.

- El adolescente tiene miedo al fracaso,

debido a los pensamientos negativos que continuamente pasan por su cabeza

Alteraciones del sueño:

- Insomnio, es decir, no concilian pronto el sueño o se despiertan en la noche, hipersomnia, que concilian demasiado el sueño y duermen más de lo normal.

Variaciones de peso:

- (Se da un aumento de peso generalmente en los niños). Puede ocurrir una disminución en el apetito.

Ideas o intentos autolíticos:

- Experimenta conductas autodestructivas, en los niños y adolescentes se observan signos no verbales de conducta

suicida, como llevar a cabo acciones en las que corre riesgos de forma reiterada, a veces, como si se tratara de un juego, adopta comportamientos autolesivos (por ejemplo: arañarse, cutting).

Incapacidad para concentrarse o tomar decisiones:

- Presenta problemas de conducta o baja su rendimiento académico.
- La inseguridad en sí mismo, crea la idea de no tener la capacidad suficiente para tomar decisiones propias y acertar la opción correcta.

Actividad psicomotriz agitada o inhibida:

- Tarda más de lo normal en realizar

		<p>ciertas actividades o presenta una actividad acelerada no acorde a la actividad que está realizando.</p> <ul style="list-style-type: none"> • La agitación psicomotriz puede ir acompañada por la confusión, ansiedad, el delirio, incluso agresividad. <p>Quejas somáticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tiene dolores de cabeza o de estómago muy comunes. • Estas quejas recurrentes deterioran el funcionamiento psicosocial del adolescente e influyen negativamente en la rutina familiar.
--	--	---

Actividad de retroalimentación:

Una vez terminada la lectura de la información se divide al grupo en dos partes, izquierda y derecha, para realizar la actividad: **Concurso de grupos**, esta actividad se basa en realizar preguntas al azar, en este caso pedir al grupo al menos una particularidad de cada grupo de características, se otorgará un punto por cada respuesta correcta, en caso de ser una respuesta

incorrecta se dará la oportunidad al equipo contrario, esto con el fin de hacer partícipe al grupo y afianzar los conocimientos previamente leídos.

Preguntas para realizar al azar:

I.Menciona una característica de la pérdida de confianza y autoestima:

II.“Manifiesta una expresión facial triste o una escasa comunicación visual” es una característica de:

III.Característica de la duración del episodio depresivo:

IV.“Tiene sentimientos de inferioridad e incapacidad para asumir restos” es una característica de:

V.Menciona una característica de los reproches:

VI.¿Qué sucede cuando existen variaciones de peso?

VII.Menciona qué sucede cuando se presentan alteraciones del sueño:

VIII. ¿Cómo es la actitud del adolescente cuando tiene ideas o intentos autolíticos?

IX.Menciona una característica del adolescente que presenta una actividad psicomotriz agitada o inhibida:

X. “Presenta problemas de conducta o baja su rendimiento académico” es una característica de:

XI.“Su ánimo tiende a ser irritable o se manifiesta con una conducta agresiva o acciones que demuestren hostilidad o cólera” es una característica de:

Finalizamos la actividad con comentarios generales por parte del grupo que les permitan resumir los puntos clave de la información y reflexionar acerca de las dificultades que tuvieron para responder las preguntas.

Sesión No. 3

Duración: 50 minutos

ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESARROLLO
Presentación de una entrevista a un especialista para conocer las medidas que hay que tomar frente al Covid-19.	Conocer la opinión de un especialista respecto al tema de Covid-19 y sus efectos en la educación en México, para	En la siguiente actividad se presentará al grupo de docentes de manera personal, la entrevista realizada a la directora de la Comisión

	<p>comprender por qué el confinamiento.</p>	<p>Iberoamericana de Calidad Educativa Mayra Castañeda¹⁰ efectuada por Imagen Radio, donde nos habla acerca de cómo la ansiedad, el miedo y la incertidumbre provocados por la pandemia de Covid-19 están repercutiendo en la educación de los niños y adolescentes y lo que han tenido que enfrentar los padres de familia debido a la falta de preparación pedagógica, metodológica didáctica, menciona también la importancia de establecer una comunicación saludable constante entre los integrantes de la familia (hijos y padres de familia) en conjunto con los docentes de la escuela mediante una metodología participativa, esto para hacer frente a los efectos de la pandemia.</p> <p>La entrevista se encuentra en la siguiente liga:</p>
--	---	--

¹⁰ (Castañeda, 2020)

		<p>https://www.youtube.com/watch?v=PD0Pg51WpKo</p> <p>Una vez visto el vídeo, el conductor del taller deberá formar equipos de 4 integrantes para elaborar un mapa mental respecto a lo apreciado en el vídeo; los problemas causados por la pandemia en la educación y en los diferentes partícipes: alumnos, docentes y padres de familia, así como las sugerencias que muestra la especialista. Un mapa mental consiste en un diagrama que representa conceptos relacionados a partir de un tema principal, en este caso el Covid-19, el tema clave se ubica en el centro y alrededor suyo se expanden las ideas relacionadas o conceptos clave para su organización, para su posterior explicación ante el grupo.</p>
<p>Cierre de actividad:</p> <p>Para la calificación de los mapas mentales se va a utilizar la tabla del ANEXO 5.</p>		
<p>Sesión No. 4</p>		<p>Duración: 50 minutos.</p>

ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESARROLLO
<p>Recomendaciones dirigidas a los padres para el manejo de la depresión en sus hijos por el confinamiento.</p>	<p>Dar a conocer al profesorado algunas estrategias para apoyar a los padres de familia a establecer una mejor comunicación y calidad de vida en sus hijos para disminuir los efectos negativos del confinamiento.</p>	<p>Para esta actividad y con el fin de involucrar a los padres de familia en la educación de sus hijos, el encargado del taller será quien elabore un resumen junto a las recomendaciones que se muestran más abajo, para enviarlas a los padres de familia mediante los grupos interactivos de WhatsApp, el cual se utilizará para el intercambio de información, plantear dudas y así trabajar en conjunto (padres de familia y docentes) en la resolución de problemas causados por el confinamiento. El documento del resumen se enviará en formato PDF con respecto al segundo y tercer capítulo de este trabajo, para que los padres de familia tengan la opción para recibirlo y realizar su lectura, con el fin de proporcionar a los padres una introducción al tema de la adolescencia y la depresión, para que conozcan sus principales características.</p>

		<p>Una vez que los padres de familia conozcan las características del problema de la depresión, es importante complementar la información con recomendaciones para el manejo de conductas depresivas en los adolescentes, a fin de prevenir la aparición de éstas.</p> <p>La información la encontramos en la siguiente liga:</p> <p><u>(67) MANEJO DE LA ANSIEDAD EN ADOLESCENTES EN TIEMPOS DE COVID 19 - YouTube</u></p> <p>En la ponencia realizada por la dirección general de Telecapacitaciones y Teleinformación Educación y Comunicación¹¹, se exponen consejos y herramientas que sirven a los padres de familia a superar los días de confinamiento por coronavirus, se señalan tres aspectos importantes: los pensamientos, las emociones y</p>
--	--	--

¹¹ (Ramírez I. , 2021)

		las acciones, consecuencia del encierro y que afectan la salud mental de los adolescentes.
--	--	--

Actividad de retroalimentación:
 Posterior a la visualización del material y la lectura del escrito, se enviará a los padres un cuestionario, el cual se encuentra en el ANEXO 6, para que el orientador pueda saber si el material fue de utilidad para los padres de familia.

Sesión No. 5	Duración: 40 minutos:
---------------------	------------------------------

ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESARROLLO
<p>Recomendaciones dirigidas al tutor de grupo para el manejo de la depresión dentro del aula.</p>	<p>Enriquecer las capacidades del profesorado para detectar la depresión y erradicar pensamientos, ideas irracionales o autoconceptos negativos en el alumnado a causa del confinamiento a fin de mejorar la relación maestro-alumno y evitar problemas de fracaso escolar.</p>	<p>Apoyado en una presentación de PowerPoint se expondrá al grupo de manera presencial la siguiente información:</p> <p>Para el tutor de grupo u orientador educativo resulta en ocasiones un tanto difícil mantener una buena comunicación con sus alumnos, por eso es importante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Antes que cualquier otra recomendación, es importante mencionar que es indispensable mantener una comunicación asertiva con los padres de los adolescentes, esto para

coordinar acciones con la familia ¿por qué? Porque en muchas de las ocasiones, las actividades, las medidas o estrategias aplicadas en clase no se refuerzan en casa, perdiendo así el avance que se tiene con el adolescente desde el contexto educativo.

- Hacer uso de mensajes positivos para mejorar su sentido de autosuficiencia, así podrá solucionar poco a poco sus conflictos.

- Valorar sus logros y corregir sus errores sin ridiculizar ni poner etiquetas, esto ayudará a mantener un clima de clase favorable.

- No permitir que entre compañeros de clase se ridiculicen ni se avergüencen, sino que utilicen un lenguaje simple con la intención de mejorar la conducta y

		<p>no generar emociones negativas.</p> <ul style="list-style-type: none">• No aplicar enfoques que promuevan la competitividad, para evitar la comparación entre estudiantes, con el fin de que el alumno se sienta seguro, respetado y aceptado con sus capacidades y limitaciones (qué puede hacer y qué no).• Escuchar, identificar, conocer al alumno ayudará a identificar sus necesidades, su estado de ánimo y sus cambios emocionales.• Conocer las características del adolescente mejora la comunicación emocional, por lo tanto, el adolescente tiene la seguridad de compartir sus sentimientos y emociones, lo cual va a generar un vínculo y cercanía.
--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> • Lograr que el adolescente comparta sus sentimientos ayudará a conocer sus problemas, a lo cual se le debe enseñar que equivocarse es la oportunidad de hacer las cosas de mejor manera, aprender y avanzar. • Terminar cada clase de manera positiva, es decir, que, aun conociendo los problemas de los alumnos, se debe seguir motivando para convivir dentro y fuera del aula de manera sana.
--	--	---

Actividad de retroalimentación: Corriente eléctrica.

Para realizar esta actividad sentaremos a los participantes en forma de círculo, un poco separados y tomados de la mano, la actividad consiste en ir pasando la corriente a través de los participantes mediante un apretón de manos del compañero de al lado, ya sea hacia a la izquierda o hacia la derecha. El encargado de dirigir el taller debe pedir a un integrante al azar que salga de la clase mientras los demás eligen quién será el integrante que inicie el paso de corriente, una vez elegido, piden al integrante que salió, que entre y se sienta en el centro del círculo, este debe adivinar quién es el que lleva la corriente, cuenta con solo tres intentos, si falla, sale y la actividad vuelve a iniciar. Si el participante en el centro acierta, el participante descubierto deberá contestar a la pregunta planteada por quien dirige el taller: la cual consiste en mencionar una recomendación expuesta durante la presentación. Al contestar la pregunta será el participante descubierto quien deba salir de la clase para reiniciar la actividad. Así hasta indagar sobre todas las recomendaciones y dar por terminada la actividad.

4.7 Evaluación del taller.

Para evaluar el taller haremos uso de la siguiente rubrica, este instrumento tiene como fin poder valorar y analizar si se alcanzó el objetivo del taller, así mismo, si fue claro, coherente y congruente desde el punto de vista de los participantes a efecto de mejorar dicho taller.

Dicha evaluación nos permitirá si es el caso, mejorar algunos de los instrumentos empleados y prevenir ciertas situaciones de conflicto entre los participantes y así mejorar la práctica.

Se entregará de manera impresa a los participantes para su contestación al finalizar la última sesión.

Evaluación del: TALLER PEDAGÓGICO DIRIGIDO AL ORIENTADOR EDUCATIVO DE NIVEL SECUNDARIA; SOBRE “DETECCIÓN Y PREVENCIÓN” DE UN CUADRO DEPRESIVO POR EL CONFINAMIENTO A CAUSA DEL COVID-19 EN ADOLESCENTES DE PRIMER GRADO DE SECUNDARIA.

Gracias por participar en este taller, por favor, nos ayudarías llenando la siguiente encuesta, es con el fin de organizar mejor el desarrollo del taller, la encuesta te llevará aproximadamente 15 minutos completarla y es totalmente anónima. Apreciamos tu cooperación.

1.- En general, ¿Cómo describirías el desarrollo del taller? Rellena la estrella que exprese tu opinión.

Nada bueno ☆	No tan bueno ☆	Bueno ☆	Muy bueno ☆	Excelente ☆
--------------	----------------	---------	-------------	-------------

2.- ¿Qué tan claros fueron los objetivos del taller? Coloca una **X** en el recuadro que refleje fielmente tu parecer.

- Nada claros.
- No tan claros.
- Algo claros.
- Muy claros.
- Extremadamente claros.

3.- ¿Cómo calificas la organización del taller? Marca con una **X** el recuadro de tu respuesta.

- Nada clara.
- No tan clara.
- Algo clara.
- Muy clara.
- Extremadamente clara.

4.- ¿Qué tan adecuadas te parecieron las actividades realizadas durante el taller? Marca con una **X** el recuadro de tu respuesta.

- Mala.
- Regular.
- Aceptable.
- Buena.
- Excelente.

5.- En general, ¿Cómo calificarías la conducción del encargado del taller? Marca con una **X** el recuadro de tu respuesta.

- Mala.
- Regular.
- Aceptable.
- Buena.
- Excelente.

6.- ¿Qué tan respetuoso se mostró el encargado del taller frente a la diferencia de pensamientos de los participantes? Marca con una **X** el recuadro de tu respuesta.

- Nada.
- Casi nada.
- Poco.
- Regular.
- Mucho.

7.- ¿Qué tan difícil fue conseguir los recursos que se solicitaron en el taller para llevarlo a cabo? Marca con una **X** el recuadro de tu respuesta.

- Muy difícil.
- Poco difícil.
- Nada difícil.
- Fácil.
- Muy fácil.

8.- Una vez finalizadas las sesiones, consideras que el taller te permitió conocer y comprender el significado del problema de la depresión? Marca con una **X** el recuadro de tu respuesta.

- Nada.
- Casi nada.
- Poco.
- Regular.
- Mucho.

9.- Culminado el taller, ¿consideras que obtuviste herramientas y/o conocimientos que te ayuden a apoyar a los estudiantes y padres de familia que padezcan un problema de depresión por el confinamiento a causa de la pandemia del Covid-19? Marca con una **X** el recuadro de tu respuesta.

- Nada.
- Casi nada.
- Poco.
- Regular.
- Mucho.

10.- Realiza en las siguientes líneas en modo de reflexión un escrito donde describas, ¿qué te agradó más del taller? ¿qué te disgustó? ¿cuáles consideras que fueron los puntos débiles del taller? Y ¿Qué cambios o mejoras propondrías para el taller?

A rectangular box with a solid black border, containing seven horizontal dashed lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the box, providing a template for writing or drawing.

CONCLUSIONES FINALES

Ante la pandemia y las graves repercusiones en materia educativa, se pusieron en marcha iniciativas por parte de las autoridades políticas y educativas para tratar de aminorar los efectos inmediatos del confinamiento por el Covid-19, sin embargo, las medidas tomadas se centraron particularmente en las dificultades de la educación a distancia, los recursos para su impartición, los retrasos y brechas presentes en el Sistema Educativo Mexicano, pero el efecto devastador de la crisis sanitaria no solo tiene que ver con los aprendizajes y la enseñanza, se olvidaron de lo que el confinamiento es capaz de provocar en la salud mental de los adolescentes, trayendo consigo problemas de estrés y ansiedad que perjudican seriamente la salud mental de los sujetos antes mencionados, causando problemas de depresión. Es notable que el cierre de las escuelas y el reto en cuanto a la difusión oportuna de la información y los recursos educativos disponible trajo por tanto muchas consecuencias, algunas como las que ya se mencionaron y otras más que la (UNESCO, 2020) menciona, como: “la interrupción del aprendizaje, aumento de confusión y estrés tanto en los alumnos como en los tutores, aumento de probabilidad de abandono escolar y desafíos para mantener y mejorar el aprendizaje a distancia”.

Se han detectado diversos efectos en la salud mental de los adolescentes, como, irritabilidad, insomnio, frustración, estrés, miedo y problemas depresivos por mencionar algunos, es por lo anterior que consideramos importante conocer los efectos de la pandemia en la educación y por supuesto, conocer a los afectados. Den el ámbito educativo, conocer las principales características de la adolescencia, así como los tantos cambios por los que los infantes pasan al entrar a esta etapa, es de vital importancia, pues es primordial conocer los cambios físicos, emocionales, fisiológicos y sociales, ya que estos cambios someten a los adolescentes a diversas confusiones respecto a su identidad, lo que los lleva a experimentar conductas antisociales, aumento de agresividad, sentimientos de tristeza, desinterés por las cosas o actividades que antes le resultaban agradables, sumado a esto, el estrés, la ansiedad y el cansancio derivados por el confinamiento a causa de la pandemia del Covid-19, situaciones que provocan en los adolescentes, un problema de depresión que, por ende, afecta el desempeño escolar provocando un rezago educativo, incluso el abandono.

La depresión es en su mayoría una respuesta a eventos negativos, como la carga de trabajo, el confinamiento, los fracasos, metas no alcanzadas, trastornos del sueño, baja autoestima, estos eventos pueden llevar al sujeto que los presenta a la depresión, investigaciones antes mencionadas nos dicen, que la depresión se le puede atribuir a la presencia de antecedentes depresivos en la familia, pero no todos los problemas provienen de la genética, es por ello que es importante dar al profesorado de nivel secundaria el conocimiento de las principales características de la depresión en la etapa de la adolescencia, para que éste pueda realizar un trabajo de prevención e intervenir de manera adecuada.

En el presente trabajo se indagó sobre el adolescente con problemas de depresión causados por el confinamiento provocado por la pandemia del virus del SARS-CoV-2, pero enfocamos el taller en el profesorado de nivel secundaria, pues para que este trabajo cumpla con sus objetivos, es importante contar con el apoyo y la participación del profesorado y del departamento de Orientación Educativa, donde el orientador educativo primero conozca y participe en dicho taller para que posteriormente retome algunas temáticas de éste y lleve a cabo la aplicación del mismo y aborde las temáticas que en el trabajo se muestran para brindar apoyo a los docentes, con el fin de conocer y comprender el problema de la depresión en el alumnado, pues basados en nuestra investigación, los problemas de estrés, ansiedad y depresión se vieron en aumento una vez iniciado el confinamiento por la pandemia, afectando de manera directa el aprendizaje de los adolescentes que cursan el nivel secundaria y la relación maestro-alumno.

En conclusión, consideramos pertinente la aplicación de este taller, los conceptos, la sintomatología del problema de depresión y las características descritas en este trabajo están sustentadas en estudios elaborados por diferentes autores y organizaciones nacionales e internacionales, considerando la descripción de la afectación del problema de la depresión en el Sistema Educativo Mexicano.

Para infortunio de la educación mexicana, en ocasiones, la prevención de los síntomas depresivos no se encuentra presente en el trabajo del profesorado, por este motivo nos vimos en la necesidad de elaborar este taller, que sirva de apoyo a los docentes de nivel secundaria donde pueden obtener algunas herramientas y recomendaciones para intervenir en la prevención de

síntomas depresivos en los adolescentes y de esta manera brindar el apoyo pedagógico preciso al adolescente deprimido a causa del confinamiento por la pandemia del Covid-19.

La depresión, como indica el presente trabajo, implica un problema que de no prevenirse, genera graves problemas en el desarrollo del adolescente, afecta pues sus relaciones familiares, sociales y escolares, pues las habilidades cognitivas se ven seriamente afectadas por este problema, lo más grave de este padecimiento es que al no recibir ayuda, éste sigue empeorando, desarrollando pues una atmósfera familiar, social y escolar negativas, llenas de estrés e infelicidad, afectando el autoestima y el desempeño académico.

Es por todo lo anterior que se presenta la propuesta de taller, para realizar una intervención primaria sobre los problemas depresivos en los adolescentes de nivel secundaria, como un elemento de capacitación y apoyo al profesorado y de aportación al campo pedagógico, siendo el orientador un mediador entre los docentes y el alumnado, para reducir los efectos negativos que el confinamiento y el encierro por la crisis sanitaria pudieran provocar en los adolescentes.

ANEXOS

ANEXO 1

LISTA PARA EVALUAR EL DESEMPEÑO EN LA PRESENTACIÓN DE UNA NOTICIA.

Nombre de los participantes:

Curso:

Fecha:

Puntaje más alto: 22 pts.

ASPECTOS	CONTENIDO	SÍ (2)	NO (1)
Medio	Contiene el nombre del medio de comunicación		
Cabeza	Tiene información directa y concisa en la redacción del título de la noticia.		
Sumario	La explicación de la noticia está bien elaborada, redactada en presente o		

	pretérito y amplía la información de la cabeza.		
Fuente	Apoyan sus ideas y argumentos en alguna fuente.		
Claridad	Se identifican con claridad los hechos y los datos de la noticia.		
Fecha de publicación	Tiene una fecha de publicación		
Entrada	En la entrada se encuentra el hecho de mayor relevancia y es fácil de identificar.		
Contexto	La noticia contiene información que sustenta el hecho con motivos, causas, ubicación espacio/tiempo.		
Remate	El desenlace tiene información poco relevante.		

Estructura	La estructura pertenece a uno de los tres tipos: crónica, reportaje o informativo de TV o radio.		
Explicación	La noticia tiene una explicación clara y coherente		
TOTAL:			

ANEXO 2

RUBRICA PARA EVALUAR EL DESARROLLO DEL DEBATE

Nombre de los participantes:

Curso:

Fecha:

Puntaje más alto: 18 pts.

ASPECTOS A EVALUAR	Sí (2)	No (1)
Los participantes evidenciaron haber leído el texto.		
Ambos grupos plantearon argumentos apropiados para defender su postura.		
Los equipos respetaron los turnos y mostraron actitud de respeto y tolerancia.		
Utilizaron un lenguaje socialmente apropiado.		
El clima de respeto y escucha fue favorable.		
Se expresaron los aspectos más importantes del tema a debatir.		
El público tuvo una participación coherente.		
Se realizó el cierre correspondiente.		
Se comentó la conclusión a la que llegaron.		

PUNTAJE TOTAL:		
----------------	--	--

ANEXO 3

OBRA DE TEATRO: EL COVID-19 EN LA EDUCACIÓN.

Personajes:

Grupo de compañeros de clase:

Fernanda: alumna de 1er. Grado.

Carlos: alumno de 1er. Grado.

Gerardo: alumno de 1er. Grado.

Giselle: alumna de 1er. Grado.

Grupo de padres de familia:

Señora Rosita: mamá de Fernanda.

Señor Agustín: papá de Giselle.

Señora Francisco: papá de Carlos.

Señora Isabel: mamá de Gerardo.

Grupo de maestros de secundaria:

Profesor Alejandro: profesor de la secundaria “José María Luis Mora”.

Profesor Arturo: profesor de la secundaria “José María Luis Mora”.

Profesora Isela: profesora de la secundaria “José María Luis Mora”.

Profesora Elena: profesora de la secundaria “José María Luis Mora”.

Escenografía:

El grupo de compañeros de clase se encuentran en una videollamada por WhatsApp, el grupo de profesores dialogan por Google Meet, los padres de familia platican en la calle.

PRIMER ACTO

Narrador: *a finales de 2019 en China se desató una terrible pandemia que vino a perjudicar a los alumnos de todos los niveles, entre los que se encuentran los de la secundaria “José María Luis Mora”, éstos se vieron afectados por el confinamiento a causa de la crisis sanitaria por la propagación del SARS-CoV-2 y tuvieron que continuar sus estudios a distancia y en el encierro, sufriendo las consecuencias de éste. Y es de lo que platican un grupo de compañeros después de terminar sus clases en línea.*

Carlos: amigos, ya estoy aburrido de estar en casa, quisiera verlos y jugar como lo hacíamos hasta antes de esta cochina pandemia.

Fernanda: yo estoy igual, además con tantas tareas que dejan, ya ni tiempo da de jugar en casa, bueno, aunque me diera tiempo, mis papás ni siquiera me dejan salir.

Gerardo: pero, ¿de qué sirve tanta tarea? A nadie le gusta, yo al menos, siento que ni aprendo, no es lo mismo ver al maestro hablar y hablar en el teléfono y que todos pregunten al mismo tiempo, a que nos explique en el salón y resuelva nuestras dudas.

Giselle: por eso mi papá ya piensa sacarme de la escuela.

Fernanda: (*sorprendida*) no inventes amiga, ¿por qué?

Giselle: porque dice que con lo poco que gana en su trabajo no le alcanza, por eso mi mamá puso un puesto de quesadillas y le tendré que ayudar para sacar los gastos de la casa, pero para eso debo dejar la escuela, pues consume todo mi tiempo.

Carlos: (*preocupado*) que mal, a mis papás tampoco les alcanza, mi papá piensa en cortar el internet por tantos gastos, pero dice que va a gastar más en recargas telefónicas para estar en comunicación con los profes y seguir recibiendo las tareas, entonces ya no sabe qué hacer.

Gerardo: a mí me desespera tomar las clases en casa, no cuento con computadora ni internet, mi mamá sí gasta en recargas para su teléfono y que yo pueda entrar a las clases, al final ni entiendo nada porque mis hermanos hacen ruido, estamos todos en la casa, solo tenemos una televisión y no alcanzamos a ver los programas, en fin, muchas broncas.

Fernanda: yo ya estoy estresada de tanto trabajo, a veces me confundo y aunque le envíe un mensaje al profesor a veces me contesta hasta otro día y pues así se pierde la idea y no aprendo igual.

Carlos: mi papá en ocasiones se molesta porque paso mucho tiempo frente a la computadora, pero, ¿qué podemos hacer? Esta nueva modalidad depende 100% de la tecnología.

Giselle: además de que no todos los temas se pueden explicar en línea y no se entiende igual, sin olvidar los riesgos que hay por andar tanto tiempo en internet, hace un par de días un desconocido me envió un mensaje para pedirme mis datos que según por parte de la escuela.

Fernanda: (*sorprendida*) ¿y qué le dijiste?

Giselle: lo bueno mi mamá estaba cerca y preguntó a los demás padres de familia, ahí le dijeron que nadie de la escuela había pedido esos datos, entonces bloqueamos el número y ya no supimos más.

Gerardo: (*asustado*) que miedo, imagina que roben tus datos, sepa para que los vayan a utilizar, y hablando de datos, ya se van a terminar los de la recarga que puso mi mamá, bye chicos. (*se corta la llamada*).

Giselle: yo también tengo que ir a ayudarle a mi mamá, adiós chicos, hablamos luego. (*cuelga*)

Fernanda: ya todos se fueron, yo debo ir a terminar mi tarea de mate, adiós Carlos.

Carlos: bye Fer.

(*salen de escena*)

SEGUNDO ACTO

(*Entran en escena el grupo de padres de familia*).

Narrador: *pero esta pandemia no solo perjudicó a los alumnos de las escuelas, también afectó a los padres de familia, solo que, de una manera diferente, de lo cual conversaban un grupo de padres que por casualidad se encontraron en la calle.*

Señor Francisco: ¡qué tal! ¿cómo ha estado señora Rosita?

Señora Rosita: bien, gracias por preguntar, ¿y usted qué tal?

Señor Francisco: (*inquieto*) pues más o menos, esta cochina pandemia nos ha pegado duro a todos.

Señora Rosita: tiene usted razón, a mi esposo lo descansaron del trabajo, ahora con todos los gastos de la casa y de la escuela de Fer no nos damos abasto.

Señor Francisco: que mal, a nosotros no nos va tan mal en lo económico, ahí la llevamos, lo que no me gusta es todo el tiempo que Carlos pasa metido en el teléfono o en la computadora, en ocasiones me pregunta sobre sus tareas, pero pues yo ni idea de qué me habla.

(*entra a escena el señor Agustín*).

Señor Agustín: buenas tardes, sin querer escuché su plática, ¿está fea la cosa no?

Señora Rosita y señor Francisco: Buenas tardes.

Señora Rosita: sí, es lo que le platicaba a don Francisco, a veces veo a Fer estresada y preocupada con sus tareas, en ocasiones son las 12 a.m. y aún no termina, me preocupa verla así.

Señor Agustín: (*sorprendido*) ¡cómo cree!, (*melancólico*) por eso a Giselle pienso en sacarla de la escuela, su mamá tuvo que poner un puesto de comida para obtener algunos ingresos, mientras encuentro algo, pues a mí me descansaron del trabajo.

(entra a escena la señora Isabel).

Señora Isabel: buenas tardes, *(confundida)* disculpen sus hijos van en el mismo grupo que mi Gerardo ¿no?

Señora Rosita, señor Agustín y señor Francisco: sí.

Señora Isabel: y de casualidad ¿sabrán si ya enviaron la tarea de esta semana? Es que no tenemos internet en casa y no he tenido tiempo de ponerle datos al teléfono.

Señor Agustín: aún no, y perdón que me meta, pero, ¿gasta mucho en recargas telefónicas no?

Señora Isabel: sí, es que por la zona donde vivimos no hay cobertura de internet, además por el trabajo y todos los quehaceres de la casa no he tenido tiempo de buscar algún servicio, porque sí es muy costoso estar pagando el teléfono y tantas copias del ciber.

Señor Francisco: y es que además no solo tenemos un hijo, hay padres que tienen dos hijos o más y eso es más costoso todavía, además es agotador estar pendiente de todos al mismo tiempo y cumplir con todas sus necesidades, las afectivas, por ejemplo.

Señora Rosita: y ni cómo sacarlos a que se distraigan, a mí me da mucho miedo que se vayan a contagiar.

Señor Agustín: aparte de que sus tareas las terminan bien tarde y ni tiempo les da.

Señora Isabel: *(sorprendida)* por cierto, a mí también ya se me hizo tarde y me falta terminar todo el quehacer de la casa, luego nos vemos. *(sale apresurada)*

Señor Agustín: yo también me retiro, hay que preparar las cosas para el negocio y ayudar a Giselle con sus tareas.

Señora Rosita y señor Francisco: hasta luego.

Señora Rosita: nos vemos don Francisco, porque todavía tengo que pasar al ciber por el trabajo de mi otra niña, nos vemos.

Señor Francisco: sí, hasta luego, cuídese.

(salen de escena).

Narrador: *y así los padres expresaban sus inconformidades respecto a la educación en línea y los problemas por los que han tenido que pasar para que sus hijos puedan recibir una educación.*

TERCER ACTO

(Entran en escena el grupo de profesores)

Narrador: *los desafíos que la contingencia por la pandemia de la COVID-19 ha generado en el Sistema Educativo Mexicano varían de acuerdo con el rol que tienen los involucrados, es decir, no es lo mismo aquello que preocupa a un alumno y a los padres de familia a lo que enfrenta un directivo, un supervisor o un maestro, por ejemplo, a los maestros de la secundaria “José María Luis Mora” de lo cual platicaban en una reunión virtual después de reunirse para elaborar sus planeaciones.*

Profesor Alejandro: bueno compañeros, hemos terminado, ya solo falta enviar todo esto a los grupos de WhatsApp y habremos cumplido con el trabajo de esta semana.

Profesora Isela: ojalá pronto termine esto, más que cansada, ya estoy estresada por tanto trabajo.

Profesor Arturo: no creo eh, escuché en las noticias que se acerca una tercera ola de contagios.

Profesora Elena: (*sorprendida*) no puede ser, apenas si estamos saliendo de esta.

Profesora Isela: (*preocupada*) yo más que cansada, estoy preocupada.

Profesor Alejandro: (*sorprendido*) ¿por qué?

Profesora Isela: porque ayer me comentó la directora, que ya no será suficiente con enviar trabajos a los alumnos, sino que ahora vamos a dar clases a través de Classroom, o algo así.

Profesor Alejandro: pero, ¿Por qué preocupada? Así al menos tendremos más cercanía con nuestros chicos, será más fácil explicar los temas y resolver dudas al instante.

Profesor Arturo: el problema, quiero pensar, es utilizar ese programa o aplicación, porque al menos yo, desconozco de esos recursos.

Profesora Isela: pues ese es el problema conmigo, además de que no cuento con internet en casa, si así se me dificulta estar pendiente de llamadas y mensajes, imaginen dejar el salón al que estaba acostumbrada para venir a sentarme horas frente al teléfono.

Profesora Elena: imaginen eso, si ya siento que no hago lo suficiente por mis chicos, ahora menos, creo que planear para enviar trabajos vía WhatsApp o Facebook, planear para dar clases virtuales, apoyar a mis hijos con sus propias clases y cumplir con las tareas del hogar va a provocarme algo.

Profesor Alejandro: yo aparte de hacer todo eso, debo cuidar a mi papá que está un poco mal de salud, y nadie ve eso, todos se preocupan por sí mismos y olvidan que uno también tiene familia.

Profesor Arturo: es cierto, yo a veces me duermo hasta tarde para cumplir con todas las obligaciones, por eso en el día no rindo lo suficiente.

Profesora Isela: pues yo para rendir, tendré que buscar algún curso o algo para actualizarme y poder utilizar los nuevos recursos que se están implementando para las clases en línea.

Profesora Elena: ya ven, como dijo el Profe Ale, olvidan que uno también tiene familia, al parecer también olvidan que tenemos gastos, ahora usted deberá pagar un por un curso para poder seguir con las clases.

Profesora Isela: pues sí, porque aparte de no contar con los conocimientos, algunos tampoco contamos con los recursos para llevar la educación a los alumnos.

Profesor Alejandro: (*molesto*) espero las autoridades educativas hagan algo, no podemos seguir así.

Profesor Arturo: pues no, pero ¿qué podemos hacer? Hay que seguir adaptándose, mientras a seguir sufriendo.

Profesora Elena: y seguir apurándonos, no queda de otra, ya por eso ahí la dejamos, debo continuar con mis actividades, bye. (*sale de la conferencia*)

Profesora Isela: tiene usted razón, yo aún tengo trabajo por revisar, hasta pronto. (*sale de la conferencia*)

Profesor Arturo: vamos a seguir entonces, también me despido.

Profesor Alejandro: hasta luego.

(*El profesor Arturo y el profesor Alejandro terminan la conferencia*).

Narrador: *ahora sabemos que la pandemia del Covid-19 afectó a todos, pero no de la misma manera, a algunos de manera económica, a otros de manera emocional o sentimental, de manera laboral, pero de que a todos nos pegó, nos pegó. Fin.*

(Los participantes dan las gracias a los presentes por la atención brindada).

ANEXO 4

CRITERIOS DE EVALUACIÓN PARA LA OBRA DE TEATRO

Nombre de los participantes:

Fecha:

Curso:

Indicadores:	Mal	Buen	Regula	Excelente
El mensaje de la obra fue claro				
Participaron todos los integrantes del grupo				

Los participantes se caracterizaron				
La vestimenta fue adecuada				
Hubo coherencia entre acción y texto				
Expresa con gestos los distintos estados emocionales del personaje como preocupación, confusión, sorpresa, etc.				
Los participantes aportaron ideas para la realización				

del trabajo en equipo				
Se utilizó correctamente el vocabulario para la representación de la obra				
El grupo aportó material para la caracterización de los personajes y escenografía				
La escenografía es adecuada con la historia				
Utilizaron de manera efectiva el tiempo				
Da vida al personaje a través				

de la postura corporal y los movimientos de las manos				
PUNTOS TOTALES:				

ANEXO 5

Figura 1

RUBRICA PARA EVALUAR MAPAS MENTALES.

Nombre de los integrantes:

Curso:

Fecha:

CRITERIOS	DESEMPEÑO			
	EXCELENTE 5	BUENO 4	REGULAR 3	DEFICIENTE 2
CONCEPTOS	Contiene el tema central y todas las ideas primarias y secundarias relevantes.	Contiene el tema central y la mayoría de las ideas primarias y secundarias relevantes.	Contiene el tema central, la mayoría de las ideas primarias y solamente algunas secundarias.	Faltan ideas primarias y secundarias.
NIVELES DE JERARQUIZACIÓN	El mapa mental está ordenado de una manera jerarquizada, significativa y fácil de leer.	El mapa mental está ordenada de una manera jerarquizada y significativa.	El mapa mental ordenado y significativo.	El organizador gráfico no se encuentra ordenado.
RELACIONES	Identifica todas las ideas primarias y secundarias importantes y establece de manera correcta las relaciones entre éstas.	Identifica las ideas primarias y secundarias importantes, pero realiza algunas relaciones entre éstas de manera incorrecta.	Establece muchas relaciones entre las ideas primarias y secundarias de manera incorrecta.	No tiene idea alguna al establecer las relaciones entre las ideas primarias y secundarias.
REPRESENTACIÓN NO LINGÜÍSTICA	Construye un mapa mental apropiado y completo, ejemplificando con imágenes ó gráficos y utilizando solamente las palabras necesarias.	Construye un mapa mental apropiado, ejemplificando con algunas imágenes ó gráficos y utilizando solamente las palabras necesarias.	Construye un mapa mental incompleto, no ejemplificando con imágenes ó gráficos y utilizando más palabras de las necesarias.	Presenta un trabajo final que dista mucho de ser un mapa mental.

Nota: se muestran los criterios para evaluar los mapas mentales elaborados por los integrantes del taller. Tomada de: (Quesada, 2013)

ANEXO 6

CUESTIONARIO PARA PADRES DE FAMILIA

Nombre del participante:

Curso:

Fecha:

1. ¿La información fue de su agrado?
2. ¿Cree que pueda darle alguna utilidad a la información recibida?

¿Cómo?

3. ¿Qué momento de la entrevista te agradó más?
4. ¿Se aburrió o le pareció muy larga la entrevista?
5. ¿Qué cambiaría de la actividad?
6. ¿Obtuvo algún conocimiento nuevo con la actividad? ¿Cuál?
7. ¿Se sintió identificado con alguna de las preguntas de la entrevista?

¿Cuál?

8. En su opinión, ¿en qué medida cree que puede ayudar a su hijo a enfrentar un problema de depresión?

9. En una escala del 1 al 5, califique su capacidad para tomar decisiones respecto a la educación de su hijo. (siendo el 1 el más bajo y el 5 el más alto).

10. ¿Cómo considera que es la comunicación con su hijo?

11. ¿Su hijo expresa sus sentimientos y emociones con usted?

12. ¿Cree que el trabajo académico en casa está favoreciendo al aprendizaje de su hijo?

13. En una escala del 1 al 5, ¿considera que su hijo tiene demasiado trabajo académico incluso después de sus clases?

14. ¿De qué manera cree que afecta el confinamiento a su hijo?

15. ¿Cree que su hijo logra concentrarse totalmente al realizar su trabajo académico en casa?

16. ¿Promueve de alguna manera la participación de su hijo en actividades fuera de la escuela para aliviar el estrés?
17. ¿Ha aplicado alguna regla o norma respecto al uso de internet en su hijo?
18. ¿Habla regularmente con su hijo de sus necesidades emocionales y académicas?
19. ¿Considera que su hijo es feliz recibiendo la educación a distancia?
20. ¿Le gustaría recibir más información similar a la presentada en la entrevista?

BIBLIOGRAFÍA

Aberastury, A., & Knobel, M. (2004). *La adolescencia normal. Un enfoque psicoanalítico*.

México: Paidós Educador.

Aceves, Y., & Simental, L. (2013). La orientación educativa en México, su historia y perfil del orientador. *PILQUEN*, 10. Recuperado el enero de 2022, de

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4690875.pdf>

Aguilar, J. L. (28 de octubre de 2010). *Orientación Vocacional y Profesional*. Obtenido de

Modelos de Intervención: <https://juanluis10.blogspot.com/2010/10/modelos-de-intervencion.html>

Aguilar, M. G. (2002). Escolaridad en la adolescencia: normalidad y patología. En M. E.

Melgoza, *adolescentes: espejo de la sociedad actual* (pág. 192). Buenos Aires: Lumen.

Alegría, L. (17 de Enero de 2021). *Academia Mexicana de Medicina del Dormir*. Obtenido de La

Unión de Morelos: <https://launion.com.mx/morelos/nacional/noticias/198683-detectan-en-mexico-casos-de-coronofobia-el-temor-excesivo-a-contagiarse-de-covid.html>

Alfaro, A., & Badilla, M. (junio de 2015). El taller pedagógico, una herramienta didáctica para

abordar temas alusivos a la Educación Ciudadana. *Revista Electrónica Perspectivas*, 1(1), 81-146. Recuperado el 2022, de

<https://www.drea.co.cr/sites/default/files/Contenido/El%20taller%20pedag%C3%B3gico%2C%20una%20herramienta%20did%C3%A1ctica.pdf>

Álvarez González, M. (1991). *Proyecto Docente e Investigador*. Barcelona: Universidad de

Barcelona.

Álvarez Rojo, V. (1987). *Metodología de la orientación educativa*. España: Ediciones Alfar.

Álvarez Rojo, V. (1994). *Orientación educativa y acción orientadora. Relaciones entre la teoría y la práctica*. Madrid: EOS.

Arce, T. (2008). Subcultura, contracultura, tribus urbanas y culturas juveniles: ¿homogenización o diferenciación? *Revista Argentina de Sociología*, 257-271.

Asociación Internacional para la Orientación Educativa y Profesional. (agosto de 1995).

RELAPRO. Obtenido de RELAPRO:

<https://relapro2020.blogspot.com/2019/12/orientaciones-eticas-aioepiaevg.html>

Balaguer, I. (2002). *Estilos de vida en la adolescencia*. Valencia: Promolibro.

Bizquera, R., & Álvarez, M. (2012). Orientación educativa. Modelos, áreas, estrategias y recursos. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 23(3), 135-136. Obtenido de <http://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/11468/10964>

Bohórquez, C., & Rodríguez, D. E. (2014). Percepción de amistad en adolescentes: el papel de las redes sociales. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(2), 325-338. Recuperado el marzo de 2022, de https://www.researchgate.net/publication/273895077_Percepcion_de_Amistad_en_Adolescentes_el_Papel_de_las_Red_Sociales

Briceño, G. (15 de junio de 2021). *Efectos de la pandemia en la Educación: datos entregados por Human Rights Watch*. Obtenido de Servicios Sociales :

<https://www.aucal.edu/blog/servicios-sociales-comunidad/efectos-de-la-pandemia-en-la-educacion-datos-entregados-por-human-rights-watch/>

Caballero, A., Crespo, J., & Hernández, M. (1984). El equipo orientador. *Revista de Educación*, 30(270), 67-82. Recuperado el 2022, de

<https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:d01a235d-7ec2-43eb-a804-84e5ce08a5d1/re2700413060-pdf.pdf>

Cabrera, G. (mayo-agosto de 2010). Competencias profesionales de los orientadores educativos mexicanos. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 21(2), 380-390.

Recuperado el mayo de 2022, de <https://www.redalyc.org/pdf/3382/338230785018.pdf>

Caffarelli, C. (2008). *Tribus urbanas: cazadores de identidad*. Argentina: Lumen.

Castañeda, M. (17 de mayo de 2020). Los retos de la educación en México durante la pandemia.

(I. Televisión, Entrevistador) Excélsior TV. Ciudad de México. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=PD0Pg51WpKo>

Centro de Investigación y Documentación Educativa. (2009). *Orientación Educativa:*

Fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas. (2° ed.). (S. G. Técnica, Ed.) España. Recuperado el septiembre de 2022

CEPAL-UNESCO. (agosto de 2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*.

(CEPAL-UNESCO, Ed.) Recuperado el abril de 2022, de Comisión Económica para América Latina y el Caribe:

https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510_es.pdf

Cevallos, K., Martínez, N., Peña, A., Pineda, M. P., Merlo, C., & Vela, L. (10 de mayo de 2021).

Impacto Psicológico de la Pandemia en Niños y Adolescentes. Recuperado el mayo de 2022, de <https://uanalisis.uide.edu.ec/wp-content/uploads/2021/05/Impacto-en-la-salud-mental-de-ninos-y-ad...-RevCMERLO-Rec-MH.pdf.zip>

CONEVAL. (2021). *Caracterización y análisis del diseño de la Estrategia Aprende en Casa*.

Recuperado el mayo de 2022, de Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social:

https://www.coneval.org.mx/Evaluacion/Documents/Informes/Caracterizacion_Aprende_Casa.pdf

Cortés, B. (2008). *Las Funciones del Orientador en la Escuela Secundaria. (Tesis de Licenciatura)*. Universidad Pedagógica Nacional, Distrito Federal, México. Recuperado el abril de 2022, de

<http://200.23.113.51/pdf/25496.pdf?msclkid=b0ff905fc51511ecb71d33983e4ed019>

Dávila Espinosa, S. (2000). El aprendizaje significativo: Esa extraña expresión. (C. Educativo, Ed.) *Contexto educativo: revista digital de investigación y nuevas tecnologías*(9).

Recuperado el 2022, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1024229>

De la Fuente, E. (2008). Tribus Urbanas y melancolía. *TRAMAS 31 UAM-X*, 47-65.

De la Fuente, R., Medina, M. E., & Caraveo, J. (1997). VIII. La salud mental en los adolescentes. En R. d. Fuente, M. E. Medina, & J. Caraveo, *Salud mental en México* (pág. 439). México: FCE.

Del Barrio, J. A., & Salcines, I. (2012). Características de la comunicación entre los adolescentes y su familia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 393-402. Recuperado el marzo de 2022, de

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832342040>

Engels, F. (1884). *El origen de la familia, la propiedad privada y el estado*. Moscú: Progreso .

- Estrada, L. (2014). *El ciclo vital de la familia*. México: DEBOLSILLO clave. Recuperado el abril de 2022
- Fernández, J. (1981). La orientación personal: terminología y contenidos. *Revista Española de Pedagogía*, 105-110. Recuperado el 2022, de <https://www.jstor.org/stable/23763078>
- Fernández, K., & Vallejo, A. (abril-junio de 2014). La educación en línea. una perspectiva basada en la experiencia de los países. *Revista de Educación y Desarrollo*, 1(1), 29-39. Recuperado el mayo de 2022, de https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/29/029_Fernandez.pdf
- Flores, A. L. (2013). La conformación del campo de la Orientación Educativa siglos XIX y XX en México. *REMO*, 10(25), 24-32. Recuperado el 2022, de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/remo/v10n25/a04.pdf?msckid=ab17ec35c29711ec9738819cb5c7b31e>
- Forbes Staff. (19 de mayo de 2021). *Confinamiento impacta en salud mental de la niñez mexicana: UNICEF*. Obtenido de FORBES MÉXICO: <https://www.forbes.com.mx/confinamiento-impacta-en-salud-mental-de-la-ninez-mexicana-unicef/>
- Fuertes, A., Martínez, J. L., & Hernández, A. (2001). Relaciones de amistad y competencia en las relaciones con los iguales en la adolescencia. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 54(3), 531-546. Recuperado el marzo de 2022, de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2364897.pdf>

- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86(6), 436-443. Recuperado el marzo de 2022, de https://www.academia.edu/39128166/Desarrollo_psicosocial_del_adolescente
- Galván, L. E. (2016). *Creación de la Secretaría de Educación Pública*. Recuperado el abril de 2022, de Biblioteca Jurídica Virtual del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM: <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/9/4450/10.pdf?msckid=7393be10c3f411ecaa8d1235157c4d61>
- Gobierno de México. (enero de 2022). *¿Qué es el coronavirus?* Obtenido de COVID-19: <https://coronavirus.gob.mx/covid-19/>
- Güemes, M., Ceñal, M. J., & Hidalgo, M. I. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 21(4), 233-244. Recuperado el febrero de 2022, de *Pediatría integral*: https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/xxi04/01/n4-233-244_InesHidalgo.pdf
- Gutiérrez, R., Díaz, K. Y., & Román, R. P. (noviembre de 2016). El concepto de familia en México: una revisión desde la mirada antropológica y demográfica. *Ciencia ergo-sum*, 23(3), 219-228. Recuperado el 2022, de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5713921.pdf>
- Hall, V. (diciembre de 2003). *DEPRESIÓN: FISIOPATOLOGÍA Y TRATAMIENTO*. Obtenido de Centro Nacional de Información de Medicamentos: <http://sibdi.ucr.ac.cr/boletinespdf/cimed7.pdf#:~:text=Las%20depresiones%20son%20un>

%20grupo%20heterog%C3%A9neo%20de%20trastornos,menudo%20presentan%20ansi
edad%20y%20s%C3%ADntomas%20som%C3%A1ticos%20variados%20%287%29.

Hernández, E. (2008). Reseña de "Teoría y Práctica de la orientación en la escuela. Un enfoque psicológico" de Pedro Antonio Sánchez Escobedo y Ángel Alberto Valdés Cuervo. *Sinéctica, Revista Electrónica de Educación*, 31. Recuperado el 2022, de <https://www.redalyc.org/pdf/998/99812248007.pdf>

Hernando, Á., Juidías, J., & Soto, A. (2005). Estudio de los roles y funciones del orientador de educación secundaria a través de la técnica del grupo de discusión. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 673-683. Recuperado el abril de 2022, de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832309052.pdf?msclid=ceefed9fc50b11eca8921881741e0dc1>

Hodelín, Y., De los Reyes, Z. L., Hurtado, G., & Batista, M. (2016). Riesgos sobre el tiempo prolongado frente a un ordenador. *Revista Información Científica*, 95(1), 175-190. Recuperado el mayo de 2022, de <http://www.revinfocientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/149/1447>

Ibarra, G. (agosto de 2007). Ética y valores profesionales. *Reencuentro*, 1(49), 43-50. Recuperado el abril de 2022, de <https://www.redalyc.org/pdf/340/34004907.pdf#:~:text=%C3%A9ticos%20de%20cada%20profesi%C3%B3n%20en%20particular.%20La%20importancia,el%20de%20autonom%C3%ADa%2C%20el%20de%20justicia%20%28Hortal%2C%202002%29.?msclid=b919602c4e311ec9191320f6e24e21c>

INEGI. (Marzo de 2021). *Impacto COVID19 en la educación en México*. Obtenido de https://picchihuahua.org/images/doc_focalizados/4-21%20mar%20Impacto%20COVID%20en%20la%20educaci%C3%B3n%20en%20M%C3%A9xico.pdf

INEGI. (23 de Marzo de 2021). *Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática* . Obtenido de https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/OtrTemEcon/ECOVIED-ED_2021_03.pdf

Juárez, M. (2002). La patología de la adolescencia: reflejo de la sociedad actual. En M. E. Melgoza, *Adolescencia: espejo de la sociedad actual* (pág. 192). Buenos Aires: Lumen.

Lara, J. A. (2018). Detección y apoyo pedagógico a estudiantes de nivel secundaria con síntomas depresivos. *Tesis de Licenciatura*. Universidad Pedagógica Nacional (Unidad Ajusco), Ciudad de México. Recuperado el mayo de 2022, de <http://200.23.113.51/pdf/34160.pdf>

Lázaro, Á., & Asensi, J. (1989). *Manual de orientación escolar y tutoría*. Madrid: Narcea.

Martín, M. (2010). La orientación educativa. Su papel preventivo en la formación y desarrollo de la personalidad de los educandos. *Revista Electrónica EduSol*, 10(30), 77-90. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4757/475748669008.pdf>

Martínez Clares, P. (2002). *La orientación psicopedagógica: modelos y estrategias de intervención*. Madrid: EOS.

Martínez, M. d. (1998). *Orientación escolar*. España: Sanz y Torres, S.L.

- Matas Terrón, A. (2007). *Modelos de Orientación Educativa*. (Aidesoc.net, Ed.) Recuperado el 2022, de AIDESOC: Formación y Desarrollo:
https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4713/modelos_de_orientacion_281207.pdf
- Meneses, E. (1999). *Las enseñanzas de la historia de la educación en México*. México: Umbral XXI/UIA. Recuperado el abril de 2022
- Molina, D. (2001). *Material de Apoyo Instruccional. Curso orientación Educativa*. Barinas: Unellez.
- Mora, J. A. (2000). *Acción Tutorial y Orientación Educativa*. Madrid: Narcea.
- Muñoz, B. A. (julio-diciembre de 2013). Apuntes y pincelazos sobre la práctica de la orientación educativa curricular en México durante los siglos XVIII y la magra modernidad de los siglos XIX y XX. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*, 10(25), 14-23.
Recuperado el 2022, de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/remo/v10n25/a03.pdf>
- Néricsi, Í. (1984). *Introducción a la Orientación Escolar*. Buenos Aires: Kapelusz.
- OMS. (2008). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/topics/depression/es/>
- Piaget, J. (1991). La adolescencia. En J. Piaget, *Seis estudios de psicología* (pág. 14). Barcelona: Labor , S.A.
- Quesada, J. (25 de abril de 2013). *Rubrica-Evaluar Mapas Mentales [imagen]*. Obtenido de SCRIBD: <https://imgv2-1-f.scribdassets.com/img/document/137872041/original/a5a7659ee1/1601427638?v=1>

Ramírez, I. (23 de abril de 2021). Manejo de la ansiedad en adolscentes en tiempos de Covid-19.

(D. Rubio, Entrevistador) Telesalud Minda Telecapacitaciones. Obtenido de Tele IEC:

<https://www.youtube.com/watch?v=BCMtDAWvDgY>

Ramírez, J., Castro, D., Lerma, C., Yela, F., & Escobar, F. (abril de 2021). Consecuencias de la pandemia Covid-19 en la salud mental asociadas al aislamiento social. *Scielo Preprints*,

I(1), 1-21. Recuperado el mayo de 2022, de

<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/303/358/344>

Real Academia Española. (2013). *Diccionario de la lengua española*, versión 23.5 en línea.

Recuperado el 31 de Enero de 2022, de <https://dle.rae.es/contenido/cita>

Repetto Talavera, E., Rus Anega, V., & Pulg Balaguer, J. (1994). *Orientación educativa e intervención psicopedagógica*. Madrid: UNED.

Rodríguez Espinar, S. (1980). *El orientador y su práctica profesional*. España: Oikos-Tau, S.A. Ediciones.

Rodríguez Espinar, S., Álvarez, M., Echeverría, B., & Marín, M. Á. (1993). *Teoría y práctica de la orientación educativa*. Barcelona: PPU.

Rodríguez, M. L. (1995). *Orientación e Intervención Psicopedagógica*. Barcelona: CEAC, S. A.

Román, J. M., Martín, L. J., & Carbonero, M. Á. (2009). TIPOS DE FAMILIA Y

SATISFACCIÓN DE NECESIDADES DE LOS HIJOS. *International Journal of*

Developmental and Educational Psychology, *2*(1), 549-558. Recuperado el marzo de

2022, de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832321060.pdf>

Salgado, A., García, L. Y., & Méndez, M. E. (17 de diciembre de 2019). La experiencia del estudiantado mediante el uso del diario. ¿Una estrategia para la metacognición? *Revista Educación*, 44(1), 1-34. Recuperado el junio de 2022, de <https://www.redalyc.org/journal/440/44060092040/html/#:~:text=Para%20autores%20como%20Messina%20%282019%29el%20diario%20es%20un,la%20vivencia%20de%20aquellas%20personas%20que%20lo%20escriben.>

Sánchez, A. (10 de octubre de 2020). Crece cifra de adolescentes con depresión por Covid-19. *Jornada*, pág. 26. Recuperado el mayo de 2022, de <https://www.jornada.com.mx/2020/10/10/sociedad/026n2soc>

Sebastián Ramos, A. (2003). *Orientación profesional: un proceso a lo largo de la vida*. (M. L. Rodríguez Moreno, & M. Sánchez García, Edits.) Madrid: Dykinson.

Secretaría de Educación Pública, & Secretaría de Salud. (2020). *Guía de orientación para la reapertura de las escuelas ante COVID-19*. México: SEP-SSA.

SEP, & Secretaría de Salud. (28 de mayo de 2021). Recuperado el marzo de 2022, de <https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2021/06/Guia-orientacion-para-la-apertura.-28-mayo-2021-SALUD.pdf?msclkid=46b31969c0ec11ec8f04cb19493f1464>

Silva, A. (mayo-agosto de 2008). Ser adolescente hoy. *Fermentum, Revista Venezolana de Sociología y Antropología*, 18(52), 312-332. Recuperado el febrero de 2022, de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70517520005>

Silva, J. C. (2002). Juventud y tribus urbanas: en busca de la identidad. *Última década*, 17.

Soderbergh, S. (Dirección). (2011). *Contagio* [Película]. Recuperado el 2022, de

<https://cinehdplus.net/ver-pelicula/24507/contagio-hd-online/>

UNESCO. (25 de agosto de 2020). *La educación en tiempos de la pandemia de Covid-19*.

Obtenido de Indorme CEPAL, OREALC y UNESCO:

<https://www.iesalc.unesco.org/2020/08/25/informe-cepal-y-unesco-la-educacion-en-tiempos-de-la-pandemia-de-covid-19/>

UNICEF. (Octubre de 2021). *Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia*. Obtenido de En

mi mente. Promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia:

<https://www.unicef.org/media/108171/file/SOWC%202021%20Resumen%20Ejecutivo.pdf>

Valdés, Á. A., Vera, J. Á., Urías, M., & Ochoa, J. M. (2018). *Familia y crisis: Estrategias de afrontamiento*. Ciudad de México, México: CLAVE.

Villarreal, M. E., Castro, R., & Domínguez, R. (2016). *Familia, adolescencia y escuela: un análisis de la violencia escolar desde la perspectiva Eco-sistémica*. Monterrey, México: Editorial Universitaria UANL.

Zapatero, J. (abril de 2020). La orientación educativa en tiempos de CPVID-19: con ganas, en equipo y con humildad. *Diario de clase, 1*, 28-32. Recuperado el abril de 2022, de Especial COVID-19:

<https://www.bing.com/ck/a?!&&p=1e65d3855e93748e44fbe5b882f51e804a9afedc6607e474bc1d6d83eb138639JmltdHM9MTY1MDU5MjkzMiZpZ3VpZD05YmQwZjIyOC0wMDkzLTQ1YWItYWE4ZS01MzQ5ZmZhOGUwN2YmaW5zaWQ9NTE0NA&ptn=3&fclid=390f9b9f-c1e0-11ec-a2a4-7e0fb40c28f1&u=a1aHR0cHM6Ly9k>

