

INTRODUCCION

JUSTIFICACION DE LA INVESTIGACION

El presente estudio de investigación se realiza en la Región Oriental, Provincia del Pastaza, ciudad del Puyo, en el Colegio Técnico Provincia del Pastaza, institución educativa que brinda una formación a hombres y mujeres de la región, con un Bachillerato Técnico en las especialidades de Hotelería, Turismo, y Secretariado, se encuentra ubicado en el barrio Cumandá.

Es conocido que en el ámbito rural, lugar donde se realiza la investigación, como es en la Prov. del Pastaza por las condiciones psico - sociales que allí se mantienen, los/as adolescentes desarrollan intereses y aptitudes de forma diferente de los/as jóvenes del medio urbano. Este desarrollo de intereses junto a factores como la familia y medios económicos se manifiesta en la correcta o incorrecta elección de la profesión.

En el Colegio Técnico Provincia del Pastaza no se han realizado procesos de orientación profesional por la falta de personal especializado tampoco se han desarrollado temas de orientación sobre autoestima con profundidad y responsabilidad descuidando la parte actitudinal; entre ellas resalta la autoestima, que debe ser considerado como pilar fundamental para el proceso de maduración personal, no se puede permanecer indiferentes ante la autovaloración y la valía que debe tener un/a estudiante, con este fundamento, entonces es un factor que influyen en la elección profesional que el/a joven pueda poseer con respecto a sus verdaderas capacidades y aspiraciones o si por el contrario esta estimación es tan baja que no le permite visualizar condiciones de vida mejores.

Además no existen investigaciones en el colegio sobre la relación de la autoestima con la elección profesional. Esta falta de estudios respecto al tema de investigación y el limitado conocimiento de que profesión escogieron los/as estudiantes de este colegio me hace plantear una hipótesis que es cuanto puede influenciar la autoestima en la elección de la profesión que el/la joven realice siempre pensando en un futuro

prometedor en el que se vea como un/a profesional reconocida responsable y feliz con ánimo de servicio a su familia y a la sociedad a la cual pertenece.

Se evidencia también que no hay un seguimiento a los/as egresados de la institución que nos permita tener una visión clara de la realidad que se vive en cuanto a la elección de la profesión y los factores que influyen, los alumnos/as han migrado a la ciudad o dentro, fuera del país con el afán de trabajar algunos se han casado, siendo la posibilidad de estudiar difícil para los/as jóvenes.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Formulación del Problema

Para iniciar la investigación, se plantea la siguiente interrogante.

¿La autoestima influye en la elección profesional de los/las estudiantes del tercer año de Bachillerato del Colegio Técnico Provincia del Pastaza?.

Interrogantes de la Investigación

En este momento es necesario plantearnos preguntas directrices que orientaran el proceso investigativo.

¿Cómo influye la autoestima en la elección profesional de los/as alumnos/as de tercer año de Bachillerato del Colegio Técnico Provincia del Pastaza?

¿Qué importancia tiene la autoestima en el momento de escoger la profesión?

¿Qué consecuencias acarrea una baja autoestima en la elección profesional?

¿Cuáles son las causas que ocasionan una baja autoestima en lo las adolescentes?

¿Que técnicas y talleres se puede aplicar para elevar el autoestima?

¿Cuántos alumnos/as presentan autoestima alta?

¿Cuántos alumnos con autoestima alta escogieron su carrera?

DELIMITACION DE LA INVESTIGACION

La investigación se la realiza en el ámbito estudiantil determinado, como es el tercer año de Bachillerato, del Colegio Técnico Provincia del Pastaza, con jornada de trabajo matutina, mixto y que posee las siguientes especialidades: Turismo, Secretariado y Hotelería durante el año lectivo 2002 – 2003.

En cuanto al contenido, el estudio se basa en una parte teórica que es sobre autoestima y elección profesional y una parte ejecutada que es la aplicación de talleres, técnicas y charlas.

Esta investigación tiene un propósito real establecido que se alcanza al analizar los resultados. Este proyecto de investigación es de tipo descriptivo-correlacional y que se consiguió orientar a los/as estudiantes del mencionado colegio.

Todo trabajo de investigación tiene limitaciones, que el investigador debe saber vencerlas con éxito, siguiendo el camino de las metas trazadas.

Se puede exponer como limitación interna, la extensa información que presenta internet, es muy valiosa considerada como un medio de información masiva pero con poco sustento científico. Mientras que el material bibliográfico es escaso en nuestro país, y muy costoso.

Una limitación externa, es la falta de existencia de otras investigaciones del tema de carácter universitario.

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION

General:

- Determinar la influencia del nivel autoestima en la elección profesional de los alumnos de tercer año de Bachillerato del Colegio Técnico Provincia del Pastaza.

Específicos:

- Analizar la información obtenida de la aplicación de los talleres de autoestima.
- Determinar y analizar cuantitativamente y cualitativamente los resultados.

HIPOTESIS DEL TRABAJO

- Una autoestima elevada permite una elección correcta de la profesión en los/as alumnas de Tercer año de Bachillerato del Colegio Técnico Provincia del Pastaza.

OPERACIONALIDAD DE LAS VARIABLES

HIPOTESIS: UNA AUTOESTIMA ELEVADA PERMITE UNA ELECCION CORRECTA DE SU PROFESION EN LOS ALUMNOS DE TERCER AÑO DE BACHILLERATO DEL COLEGIO TÉCNICO PROVINCIA DEL PASTAZA.

VARIABLE	CONCEPTO	DIMENSION	CATEGORIAS	INDICADORES	TECNICA	INSTRUMENTO
INDEPENDIENTE		•Características de la autoestima •Cualidades de la autoestima •Aspectos de la autoestima	Entre los métodos que se emplearon se encuentra: •Método deductivo inductivo	En el pretest •Autoestima alta positiva 11 estudiantes que corresponden al 20%	•Test •Observación •Fichaje •Descripción •Interpretación	•Hojas de preguntas •Hojas de test •Retroproyector •Cámara de video
LA AUTOESTIMA	Autoestima es la valoración que se tiene de uno mismo y que nos hace sentir conformes de lo que se hace, siente o se piensa	•Nuestro modo de ser •Trabajando nuestra imagen •Factores para elevar la autoestima en niños y adolescentes •Técnicas para comunicar amor a los hijos •Técnicas y talleres de autoestima	•De observación directa o indirecta Que permite un examen de la realidad de los hechos, o fenómenos que son objetos de estudio	•Autoestima alta negativa 2 estudiantes que corresponden al 4% •Autoestima baja 41 estudiantes que corresponden al 76%	•Exposición •Lluvia de ideas	•Televisor •Videos

VARIABLE	CONCEPTUALIZACION	DIMENSION	CATEGORIAS	INDICADORES	TECNICA	INSTRUMENTO
DEPENDIENTE La elección profesional adecuada	Es la capacidad que tiene un individuo, motivado seguro de sí mismo, con una autoestima adecuada de escoger la profesión que le permitirá realizarse, en su vida como un ente útil y dinámico en la sociedad.	• Teoría sobre la elección de carreras • Personalidad y carrera • Necesidades psicológicas y carrera • La carrera y los valores de las ocupaciones • Madurez profesional	Método inductivo Deductivo Método deductivo inductivo	Postest • Autoestima alta positiva 45 estudiantes que corresponden al 83.33% • Autoestima alta negativa 1 estudiante que corresponde al 1.85% • Autoestima baja 8 estudiantes que corresponde al 14.81% Estudian en la universidad carreras afines	• Observación • Entrevista • Exposición • Interpretación	• Cuestionario posttest • Cuestionario para entrevista • Filmadora • Retroproyector

METODOLOGIA

Diseño de la investigación

La investigación que se realizó, esta sustentada en el paradigma cualitativo porque el problema requirió investigaciones internas, sus objetivos determinan una acción inmediata también plantea preguntas a contestarse, con relación a la población fue pequeña lo que requirió un trabajo directo con todos los participantes y los resultados que se obtuvieron no son generalizados.

Por los objetivos de la investigación es de tipo aplicada debido a que se encamina a resolver un problema práctico sin llegar a leyes y su generalización fue limitada.

Por el lugar la investigación corresponde a de campo y bibliográfica porque se realizó en un lugar determinado y porque fue necesario hacer un estudio minucioso.

Por la naturaleza la investigación fue de carácter aplicado porque se identificó el problema al cual se especifica la solución, posterior a la toma de decisiones.

Por el alcance se enmarcó en el tipo descriptivo correlacional porque se logró orientar.

Por la factibilidad de aplicación se consideró un proyecto posible ya que se permitió el desarrollo de la propuesta elevando la autoestima de los estudiantes.

POBLACION Y MUESTRA

Población:

La población que fue considerada para la investigación se conforma por alumnos/as de tercer año de Bachillerato del Colegio Técnico Provincia del Pastaza, y por cuantos conforman la trilogía educativa, profesores y padres de familia.

POBLACION ALUMNOS/AS:

ESPECIALIDAD	NÚMERO
HOTELERIA	20
TURISMO	26
SECRETARIADO	8
TOTAL	54

POBLACION PADRES DE FAMILIA

ESPECIALIDAD	NÚMERO
HOTELERIA	20
TURISMO	26
SECRETARIADO	8
TOTAL	54

Muestra: La muestra está constituida por toda la población debido a que el grupo fue menor a 100 elementos integradores.

INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS

Para la investigación se consideró como técnicas para la toma de la información de la misma fuente de origen y en el lugar de los hechos.

Dentro de las técnicas primarias se aplicó tanto a la población de alumnos/as como a los profesores y padres de familia.

- Cuestionarios
- Test
- Entrevistas escritas y telefónicas

Las técnicas de tipo secundario que fueron necesarias para la investigación son: bibliográfica o documentales, las de fichaje y de resumen o síntesis, se desarrollo también charlas, talleres y dinámicas grupales sobre el tema.

DEFINICION DE TERMINOS

A

Actitud: Predisposición permanente del individuo a reaccionar en un determinado sentido sea cual fuere la situación.

Adolescencia: Edad que sucede a la niñez y que transcurre desde que aparece en los primeros indicios de la pubertad hasta el desarrollo completo del cuerpo.

Ambiente: Circunstancias que rodean a las personas animales o cosas.

Afectividad: Desarrollo de la propensión de querer, conjunto de los fenómenos afectivos.

Angustia: Aparece como una espera inquieta y opresiva de algo que podría suceder, en una situación difusa atemorizadora y frecuente.

Aprendizaje: Proceso a través del cual se modifica habilidades y por tanto, la conducta del individuo, por efecto de experiencias.

Aptitud: Disposición innata que permite desarrollar la capacidad de cumplir convenientemente tareas o trabajos. Idoneidad para ejercer y obtener un empleo.

Atención: Estado de vigilancia, la actividad mental se concentra sobre un objetivo sobre un objetivo determinado. Si el objeto de atención es el mismo individuo aparece la noción de conciencia Capacidad del ser humano para elaborar una parte de las sensaciones.

Autoconfianza: Confiar en si mismo.

Autoestima: Es una actitud hacia si mismo, forma habitual de pensar , sentir , amar y comportarse consigo mismo que le permite enfrentarse hacia si mismo.

Autoimagen: Opinión global que un individuo se ha tomado de si mismo.

Autopercepción: Es la capacidad de percibirse a si mismo.

Autorespeto: Es el respeto hacia si mismo.

Autovaloración: Darse un valor hacia si mismo.

B

C

Carácter: Marca personal de un ser, su signo distintivo lo que permite definir su estilo, su manera de ser, sentir, de reaccionar.

Competencia: Aptitud, idoneidad

Congruente: Conveniente oportuno

Cualidad: Cada una de las circunstancias o caracteres que distinguen a las personas o cosas.

Cultura: Expresiones psicosociales representativas de una determinada forma histórica en que se ha organizado el ser humano.

C

Conciencia: Percatarse de algo, ya sea, un objeto exterior, ya sea, una modificación interna, experimentada por el ser, (sujeto).

Concepto: Es una representación mental, abstracta y genérica de algún aspecto de lo real o lo que puede ser.

Charla: Conversar, platicar.

D

Demanda: Solicitud, petición.

Depresión: Flexión de la energía acompañada de tristeza, puede ser física o mental. En el plano físico produce un descenso de la actividad, una gran fatigabilidad, insomnio y frenado de función orgánica.

Desarrollo: Cambios continuos del ser humano durante toda su vida.

Dinámica: Notable por su energía y actividad, cambios.

E

Emociones: Trastorno intenso de la afectividad puede ser agradable en la alegría, la sorpresa la simpatía, o desagradable en el miedo, la vergüenza la cólera.

Estímulo: Acción, objeto o fenómeno que actúa como consecuencia de una determinada conducta.

Evolución: Proceso mediante el cual los seres originan otros al sufrir sucesivos cambios.

Experiencia: Conocimiento que se adquiere gracias a la práctica y la observación.

F

Fluctuar: Relativo a cambios. Vacilar o dudar en la resolución de las cosas.

Frustración: Resultante de una necesidad no satisfecha que puede ser temporal o indefinida.

G

H

Habilidad: Capacidad y disposición para una cosa.

Herencia: Transmisión de las características de la especie y más concretamente de ciertas características individuales de padres a hijos. La herencia es un hecho evidente cuyos mecanismos han conseguido descubrir la Genética partiendo de las leyes de Mendel

I

Identificación: Estado psico-emocional que se caracteriza por un “sentir” de estar, o pertenecer a alguna esfera.

Imagen: Es la representación mental que se hace de un objeto o ser que tiene características físicas concretas.

Interés: Inclinação mas o menos evidente del ánimo hacia un objeto, persona, narración que le atrae.

J

K

L

Líder: Individuo que ejerce un mayor grado de influencia dentro de un determinado grupo social.

M

Madurez: Cambio de comportamiento humano se produce por la interacción de varios agentes tanto exteriores como interiores que el individuo aporta a cada situación.

Motivación: Tensión que pone en movimiento al organismo hasta que haya recobrado su integridad.

N

O

Oferta: propuesta para contratar.

P

Percepción: Sensación interior resultante de una impresión material realizada en nuestros sentidos.

Persistente: Mantenerse firme o constante.

Personalidad: Expresa la totalidad de un ser tal como parece a los otros y al mismo en su unidad, su singularidad y su continuidad, cada uno posee una personalidad que resulta a la vez de su temperamento de su constitución y de sus múltiples huellas que deja la propia historia individual.

Peyorativo: Que empeora, dícese de los conceptos morales.

Q

R

Responsabilidad: Aceptación por acto involuntario de los efectos y consecuencias a que den lugar las propias acciones con la decisión de asumir los compromisos que de ellos se originen.

Reto: Provocación o desafío

S

Sentimiento: Todo estado de consciencia duradero, sistematizado y significativo con tal de este dotado de una tonalidad afectiva.

T

Taller: Escuela o seminario en ciencia en donde concurren muchos a la común enseñanza.

Técnica: Conjunto de procedimientos de que se sirve una ciencia o un arte.

Temperamento: Estado fisiológico, característico de un individuo que condiciona sus reacciones ante las diversas situaciones de la vida.

Test: Prueba que permite partiendo de un comportamiento observado de un individuo, la determinación de comportamientos habituales o futuros significativos. Por tanto test es una prueba definida, estandarizada, reproducible, que va a provocar y registrar un comportamiento.

U

V

Vinculación: Perpetuar o continuar una cosa o el ejercicio de ella.

Vocación: Dedicarse a una cosa para lo cual tiene disposición.

X

Y

Z

FUNDAMENTACION TEORICA

Consideraciones Previas

Encontramos dentro de las teorías de elección de carreras, la planteada por Donal Super que manifiesta que: ¹“los rasgos de personalidad del sujeto están íntimamente ligadas con su inclinación y elección profesional” es decir el individuo escoge la ocupación que cree le permita la mayor autoexpresión, basándose desde luego en un previo diagnóstico del tipo de personalidad y relacionando estos resultados con la clase de profesión que la persona va a elegir en el mercado ocupacional. Además manifiesta Super que todo el repertorio comportamental que la persona emplea en el afán de querer mejorar el concepto que posee de sí mismo (autoestima), se encuentra en función de su nivel de desarrollo mientras, se observa un mayor nivel de madurez del individuo se visualiza que su autoestima se estabiliza. Se considera como una persona madura, aquella que es reconocida por su grado de integración personal, por la paz y amor que proyecta a su alrededor, que vive la existencia humana en toda su plenitud sea cual fuere su raza, religión, cultura o política. El comportamiento vocacional se logra entender en la medida que se tome en cuenta las presiones que el ciclo vital impone al individuo, y que se dirigen a mejorar su autoestima o concepto de sí mismo. ²“Cada profesión será desempeñada de mejor manera en la medida que esta se ajuste a la personalidad del individuo” (John L Holland). Esta personalidad se proyecta sobre títulos ocupacionales, su autoestima, y el mundo laboral que el/lla prefiere. Holland habla también sobre los estereotipos y ambientes ocupacionales, la jerarquía evolutiva de niveles, la orientación motriz, intelectual, social, artística, emprendedora.

Este planteamiento se fundamenta en que, el carácter es un componente de la personalidad que influye en el autoaprecio {autoestima) del hombre o mujer que se moldea o lo adquiere gracias a la influencia familiar, educativa, y social en que se desarrolla como la familia, la escuela, el colegio, la universidad los vecinos, sus compañeros, amigos y en especial los padres. Analizando estos aspectos se puede visualizar que el individuo que vive en un medio

¹ SUPER, Donal, *Psicología de la vida profesional*, Rialp, Madrid 1962 P. 160

² HOLLAND, John. *Teoría de las carreras*, Editorial trillas Mexico 1975 p. 63

Socio-económico pobre, a pesar de tener una autoestima elevada quizá no tenga aspiraciones a profesiones que se ajustan a su nivel real de vida.

La autoestima como rasgo de personalidad que como el carácter se desarrolla acorde con el medio en el cual vive el individuo tiene mucho peso pues el valorarse a si mismo el tener una autoimagen positiva, hace que el individuo se crea capacitado y en derecho de conocer un mundo profesional mejor en el cual está seguro de conocer sus capacidades o facultades y sus limitaciones, que le hacen tener aspiraciones elevadas “ porque valgo pienso que merezco esta profesión”, poniendo con firmeza su elección basándose ya no solo en sueños sino en objetivos reales a cumplirse en un futuro muy cercano.

Estos factores que son decisivos dentro del mundo del adolescente en cuanto al desarrollo de su personalidad planteados como factores internos de la misma, se ven afectados por otros externos que no solo influyen en el desarrollo de su personalidad sino en la elección profesional que va a realizar pues suele encontrarse jóvenes que presentan dificultad para su elección vocacional a los 15 o 16 años, pero es preocupante que a los veinte años no puedan tomar una decisión al elegir su profesión por tanto presentan matices de inmadurez. Esto nos hace meditar como manifiesta el Dr. Telmo Maldonado en su obra *Orientación Educativa Adolescente* quien dice textualmente que: ³“Existen factores externos que intervienen en el momento de la elección, desde la suerte o casualidad y las necesidades del mercado de trabajo, hasta el ambiente familiar, o los medios económicos de que se dispone para lograr una preparación adecuada”.

Es decir que el autor menciona factores como la clase social, el interés por un determinado tipo de producción, la aspiración a un cierto tipo de remuneración y a la posesión de bienes económicos, el deseo de alcanzar una categoría político social o el prestigio que proporcionan determinadas profesiones, pero de estos factores en nuestro país el más determinante es el factor económico.

³ MALDONADO. Telmo, *Orientación Educativa Adolescente* Editorial Universo Quito-Ecuador. 2002

Todos estos elementos que influyen en la elección profesional, y como factor de estudio el de la autoestima debe ser manejado por un psicólogo educativo que es de lo que carece al momento de la investigación, la institución objeto de mi estudio. Es el psicólogo orientador quien propenderá a brindar una ayuda oportuna y adecuada a la autoimagen positiva en el hombre o mujer, que a futuro obtendremos, el/la profesional, el padre o la madre de familia que forjemos, un ente positivo a la sociedad. No se puede dejar a un lado la parte humana, los valores y que todo el crecimiento del ser humano se fomenta o se inicia por quererse y valorarse a sí mismo, cuando el individuo alcanza esta valía individual solo entonces puede empezar a valorar a los demás.

CAPITULO 1

AUTOESTIMA



“Acepta el reto conscientemente con motivación para que puedas sentir la satisfacción de la victoria”. (Rogelio Hernández)

1.1. Definiciones de la autoestima

Existen muchas definiciones entre las que puedo mencionar las siguientes:

- Una de las definiciones conceptuales más amplias sobre autoestima es la que brinda Alcántara, la considera como una **actitud** hacia sí mismo.

Señala también a la autoestima como la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo, nos dispone permanentemente a enfrentarse con nosotros mismos. Hace referencia también a que ⁴ “la autoestima es adquirida y se genera como resultado de la historia de cada persona”. El aprendizaje de la autoestima no es intencional generalmente, se modela desde contextos informales educativos.

Posee un componente **cognitivo** que indica ideas, opiniones, creencias, percepciones y procesamiento de información es decir el autoconcepto definido como opinión que se tiene de la propia personalidad y sobre su conducta.

Existe otro componente que es el **afectivo** que conlleva a la valoración de lo que en nosotros hay de positivo y de negativo, implicando un sentimiento de lo favorable o desfavorable, de lo agradable o desagradable que vemos en nosotros. Es sentirnos a gusto o disgusto consigo mismo. Es admiración ante la propia valía. Es gozo de la grandeza y excelencia enraizada en nosotros o dolor y tristeza ante nuestras miserias y debilidades.

Este componente afectivo de la autoestima nos lleva a un paso de la sentencia bíblica ⁵ “amarás a tu prójimo como a ti mismo”.

Un tercer elemento de la autoestima es el **conductual**, que significa tensión, intención y decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento coherente.

⁴ ALCANTARA, José Antonio, *Como educar la autoestima*,, Barcelona-España 1990, p. 17

⁵ La Biblia . Mateo Cap.22 Versículo 39

⁶“Es la autoafirmación dirigida hacia el propio yo y en busca de consideración y reconocimiento por parte de los demás y el esfuerzo por alcanzar una fama, honor y respeto ante los demás y ante nosotros mismos”.

De los factores que se exponen, el conductual considero de importancia debido a que al encontrarse el individuo relacionado con sus semejantes sean sus padres, compañeros, amigos, contribuyen a mejorar su autoestima cuando se manifiesta ante ellos en forma adecuado.

- Es la percepción valorativa de mi ser, de mi manera de ser, de quien soy yo, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran mi personalidad. La autoestima se aprende, fluctúa y la podemos mejorar.
- La calidad de vida personal está notablemente influenciada por la forma como cada persona se percibe y se valora a sí misma
- Quererse a sí mismo, aceptando logros y limitaciones; podríamos pensar sobre el autoconcepto, la confianza en sí mismo y en los otros, el hecho de saberse querido básicamente, la aceptación del reto, la motivación por el logro, la superación de sí mismo, la capacidad de aceptar los propios fallos.
- La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de comportarnos, de quienes somos, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad.
- Alcántara Manifiesta :
⁷“Autoestima = autoimagen”.

Para este autor es igual manifestar, autoestima que autoimagen, la imagen que la persona posee de sí mismo es su autoestima.

⁶ ALCANTARA , José Antonio, *Cómo educar la autoestima*, Ediciones Barcelona-España p. 20

⁷ ALCANTARA , José Antonio, *Cómo educar la autoestima*, Ediciones Barcelona-España p. 21

- La valoración que cada individuo hace de sí mismo es lo que en la literatura científica se conoce con el nombre de autoestima. La palabra autoestima está compuesta por dos conceptos, el de "auto" que alude a la persona en sí y por sí misma y "estima" que alude a la valoración, por lo tanto podemos definir la autoestima como la valoración que una persona hace de sí misma.
- N. Branden afirma que: “autoestima positiva es el requisito fundamental para una vida plena”
- F Voli en (1994) define como: ⁸“la apreciación de la propia valía e importancia y la toma de responsabilidad sobre si mismo y sobre las relaciones consigo mismo y con les demás”.
- Para Abarca autoestima es: ⁹“la función de evaluarse a si mismo por lo que implica por un lado un juicio de valor y por otro un afecto que le acompaña”.

De los conceptos indicados sobre la autoestima puedo manifestar que todos apuntan o convergen a la imagen, apreciación o valoración que la persona tiene de si mismo la misma que le permite ser autentica, valiosa, competitiva, creativa, responsable cuando es positiva su valía. Concluyendo que:

Autoestima es la valoración que tiene la persona de si mismo y que le hace sentir conformes con lo que hace, piensa o siente.

1.2. Características de la autoestima

⁸ MARTINEZ, Ramón, *Valores humanos y desarrollo personal*, Editorial, Escuela Española 1988, p. 94

⁹ ABARCA, Rodrigo, *Manual de relaciones humanas para padres maestros e hijos*, Edipcentro, Riobamba-Ecuador p.39

1.2.1. Un/a adolescente con autoestima positiva:

- Actuará independientemente
- Asumirá responsabilidades
- Estará orgulloso de sus logros
- Afrontará nuevos retos con entusiasmo
- Demostrará amplitud de emociones y sentimientos
- Tolerará bien la frustración
- Se sentirá capaz de influir en otros.

1.2.2. Un adolescente con autoestima deficiente:

Para exponer las características del adolescente con autoestima deficiente primero haré una explicación de los parámetros que sirven para determinar la autoestima deficiente:

Branden, N. afirma que: ¹⁰ "Aparte de los problemas biológicos no existe una sola dificultad psicológica que no esté ligada a una autoestima deficiente".

La forma de ligar la autoestima deficiente con las dificultades psicológicas se la puede analizar al conocer algunas expresiones de ésta como:

- Depresión
- Angustia
- Miedo a la intimidad
- Miedo al éxito
- Abuso de alcohol
- Drogadicción
- Bajo rendimiento escolar

¹⁰ Psicólogo en la red p. 48

Profundizando la autoestima deficiente, tiene manifestaciones más acentuadas tales como las siguientes.

Autocrítica desmesurada que mantiene al individuo en un estado de insatisfacción consigo misma.

Hipersensibilidad a la crítica, por lo que la persona se siente exageradamente atacada/o, herida/o; echa la culpa de sus fracasos a los demás o a la situación; cultiva resentimientos pertinaces contra sus críticos.

Indecisión crónica, no por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.

Deseo innecesario de complacer, por el que no se atreve a decir **NO**, por temor a desagradar y a perder buena opinión del peticionario.

Perfeccionismo, autoexigencia esclavizadora de hacer "perfectamente" todo lo que intenta, que conduce a un desmoronamiento interior cuando las cosas no salen con la perfección exigida.

Culpabilidad neurótica, por la que se acusa y se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y/o los lamenta indefinidamente, sin llegar nunca a perdonarse por completo.

Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar aún por cosas de poca monta, propia del **supercrítico** a quién todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.

Tendencias depresivas, un negativismo generalizado (todo lo ve negro: su vida, su futuro y, sobre todo, su sí mismo) y una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma.

A parte de las características mencionadas se pueden observar otras, en un/a adolescente con autoestima deficiente:

- Desmerecerá su talento.
- Sentirá que los demás no le valoran.
- Se sentirá impotente.
- Será influenciado por los demás.
- Tendrá pobreza de emociones y sentimientos
- Eludirá las situaciones que le provoquen ansiedad
- Se pondrá a la defensiva y se frustrará con facilidad
- Echará la culpa a otros de sus debilidades.

La mala experiencia crea pensamientos negativos de sí mismo y esto genera la falta de confianza y como resultado será el fracaso, desencadenando sentimientos negativos que refuerzan la mala valoración, lo cual no le permitirá el alcance de metas y logros, originando frustración, porque al recibir mucha crítica, aumenta la posibilidad de fracaso y si el fracaso es mayor, menor intento hará por superar las situaciones.

El medio que rodea al/la adolescente latinoamericano/a es un medio con una autoestima pobre individual y colectiva que no les permite avanzar hacia el desarrollo, de ahí que la principal función del orientador es sentir la necesidad de mejorar el nivel de la autoestima en los/las jóvenes, para alcanzar la excelencia académica y con equilibrio emocional brindando un ambiente afectivo, de aceptación y positivismo, haciendo conocer a profundidad sus facultades y superando sus limitaciones y diferencias.

En Latinoamérica el/la adolescente se desenvuelve en un medio en el que se manejan mensajes que se superponen así:

- Si el concepto personal y social son fuertes no interesa tanto el Yo Material y Corporal.
- En la actual cultura, hay un culto a la belleza, el yo Corporal esta Hipertrofiado.

- El yo material es muy importante en la sociedad industrial. Ej. El poseer un auto es un signo de poder.
- La identidad hay que renegociarla en varios momentos de la vida principalmente en la adolescencia.
- La autovaloración no se consolida para siempre, se cambia en las diferentes etapas de la vida de una persona.

Por esta situación que vive el/la adolescente en Latinoamérica se acude a la pedagogía que tiene éxito; cuando se basa en el crecimiento personal y trabaja en base del descubrimiento del “yo” que es conociéndose básicamente en los aspectos positivos, sin olvidarse de tomar conciencia de las limitaciones y defectos, el aceptarse tal como es, para poder plantear mecanismos que permitan mejorar, e identificarse consigo mismo requiriendo una imagen positiva a futuro, para actuar se necesita de un plan para saber quien es, quien desea llegar a ser, que sentido dará a su vida, puesto que él/ella es quien decide el horizonte de su futuro, tomando alternativas para su crecimiento personal que se da bajo cuatro condicionamientos previos:

- | | |
|--------------|--------------|
| - quiero | - no quiero |
| - puedo | - no puedo |
| - yo merezco | - no merezco |
| - actúo | - no actúo |

El/la joven debe estar convencido/a de que si no trabaja para lograr el triunfo y la felicidad, todo será inútil y el conocimiento que adquiere debe ser significativo para utilizar en el momento oportuno, lo cual le mantendrá motivado para que en lo posterior sea elemento transformador y dinámico de la sociedad.

1.3. Cualidades de la autoestima:

Una persona con una autoestima óptima o positiva, presenta las siguientes cualidades:

- Tiene una visión de sí mismo y de sus capacidades pero en forma real y positiva sin sobrevalorarse ni exagerar.
- No requiere de que las personas que están a su alrededor aprueben sus actos, a la vez que no se cree ni mejor ni peor que nadie.
- Es una persona sociable, es decir que tiene facilidad de comunicarse con los demás y le satisfacen las relaciones, sociales, valora la amistad y tiene iniciativa para dirigirse a las demás personas.
- Usa su intuición y percepción.
- Es libre nadie lo amenaza ni amenaza a los demás
- Se gusta así mismo y gusta a los demás
- Se aprecia y se respeta
- Se relaciona con el sexo opuesto en forma sincera y duradera
- Es asertivo

El intentar mejorar la autoestima debe empezar por el hecho de que el individuo debe considerarse el mismo como su mejor amigo, que no hay nada ni nadie en este mundo más importante que el mismo. Por esto es importante aceptarse tal cual como es la persona, pensando que no existe nadie mejor ni peor ya que todos somos diferentes.

Al respecto Pasco manifiesta lo siguiente:

¹¹“ APRENDO A QUERERME SE QUIEN SOY,
ME ACEPTO COMO SOY, ME ENCUENTRO
BIEN CONMIGO, ME VALORO.”

La persona que posee autoestima positiva se toma a sí mismo en serio, sabe que se merece lo mejor que la vida puede ofrecerle, conoce sus deseos y se esfuerza en satisfacer sus necesidades respeta sus sentimientos, está preparado/a para expresarlos en forma libre y asume como ya se mencionó antes, la responsabilidad de crear relaciones interpersonales que estimulen y le sean favorables; sin detenerse a

¹¹ SOTO PASCO, Rogelio, *Autoestima*, Editora Santa Barbara, Lima-Perú. P.30

sentirse culpable de sentimientos negativos hacia la persona y si lo hacemos se debe acompañar de palabras de ánimo, con aprobación y cariño.

Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesto a defenderlos aún cuando encuentre fuerte oposición colectiva, y se siente lo suficientemente seguro como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocado. No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.

Tiene confianza en su capacidad para resolver sus propios problemas, no se deja acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.

Se considera y realmente se siente igual, como cualquier otra persona aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica. Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes se asocia.

No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.

Reconoce y acepta en sí misma una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena.

Es capaz de disfrutar diversas actividades como trabajar, jugar, holgazanear, caminar, estar con amigos, etc.

Es sensible a las necesidades de los otros, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas, reconoce sinceramente que no tiene derecho a medrar o divertirse a costa de los demás.

1.4. Aspectos de la Autoestima

Vinculación.-

El individuo posee este aspecto con su cuerpo y su conciencia, su sensibilidad y los recursos que dispone, sus padres, hermanos, amigos, son personas importantes para él/ella, como: las/los profesores, también se vinculará a grupos sociales, culturales, deportivos, con intereses y objetivos comunes, se relacionará con instituciones como la iglesia, el barrio, el colegio, la ciudad, que son grupos humanos con similares características a las de él /la joven. Es decir el hecho de establecer lazos con el contexto permite al /la joven mantenerse en ese medio y crecer sintiéndose a plenitud.

➤ Singularidad.-

El/la adolescente siente que sabe y puede hacer cosas que los demás muchas veces no lo conocen, ni lo pueden hacer, es consciente que otros conocen la particularidad de sus cualidades, se respeta a sí mismo como individuo, es imaginativo capaz de demostrar su creatividad, tiene la sensación de ser diferente a los demás acepta que comete errores y aprende de ellos.

➤ Poder.-

Sentirá seguridad de sus decisiones según su edad y su posición en la vida; e irá aumentando responsabilidades; tomará decisiones y resolverá problemas que se le planteará se controlará pese a presiones y a la angustia de las situaciones utilizará sus habilidades para enfrentarlas.

1.5. El arte de valorarse

El tener un valor sobre “sí” permite, que si esta valoración es positiva se transforme en una experiencia enriquecedora en la vida, si esta valoración es negativa se convierte en un mal recuerdo.

Es importante que las personas se sientan bien consigo mismas, que sepan confiar en sus capacidades. El mantener este concepto de autoestima la persona debe tener un

principio que los impulsa a mantenerse en equilibrio, hablando en términos biológicos manteniendo una homeostasis, cuyo equivalente psicológico se denomina autoconcepto.

El autoconcepto es lo que consciente o inconscientemente se piensa de uno mismo, que puede o no ser realidad, es en torno a ello que el individuo ordena su conducta con la finalidad de protegerse psicológicamente y tener equilibrio. Para ¹² Brunet y Negro (1989: 125) es: “ la imagen que una persona tiene acerca de si mismo y de su mundo personal, es decir el modo subjetivo como el individuo vivencia su yo” El autoconcepto se fabrica en el individuo desde la infancia, sumado a las experiencias que va adquiriendo.

Brander, fundador y director del Instituto para la autoestima de los Angeles, señala que, autoestima es: ¹³“la suma de la autoconfianza y el autorrespeto”. Para él, la autoestima esta formada por sentimientos de competencia y autovaloración, deduciéndose que si una persona posee la autoestima alta ésta se siente competente y valiosa, mientras que al tener baja es inconforme consigo mismo.

Por todo esto considera que el saber conocerse uno mismo y expresarlo se convierte en un verdadero arte, el arte de valorarse.

1.6. Nuestro modo de ser

- **Mirando dentro de nosotros mismos**

La autoestima está influenciada por las vivencias cotidianas o por los contenidos inconscientes es decir los aprendizajes guardados en el inconsciente, las experiencias tienen un valor en sí mismas, pero también está el precio que les asigna el individuo.

Por ejemplo si hablamos de una persona que tuvo padres desaprobadores y pese a esto se encuentran con un jefe con la misma característica y logra destacarse, esta circunstancia revive las experiencias traumáticas dejando de lado los logros alcanzados.

¹² MARTINEZ, Ramón, *Valores humanos desarrollo personal*. Editorial escuela española. 1988. p. 96

¹³ SOTO PASCO, Rogelio, *Autoestima* Editora Snta. Bárbara. Lima-Perú p. 9

La autoestima de una persona puede variar de acuerdo con las circunstancias y las personas que le rodean, la valía en función de la relación con los demás depende de la valoración que se le dé al otro y de la que el individuo se aplique frente al otro, lo que causa que ante ciertos personajes un individuo se sienta empequeñecido o engrandecido.

Las relaciones familiares son las que forman y logran un correcto desarrollo de la autoestima, desde el momento en que el niño se siente amado, querido y respetado por sus padres.

Aunque este sentirse amado tiene doble connotación, pues existen personas que no son queridas y con razón perciben ese sentimiento y también hay casos de individuos amados que perciben lo contrario debido a mecanismos inconscientes que distorsionan la realidad, acomodándola a su conveniencia porque: ¹⁴“la naturaleza del hombre/mujer posee fuerzas e impulsos que son motivaciones inconscientes”

Como cuando en una familia observamos que el primogénito es muy querido, situación que representan un conflicto para el segundo hijo quien a pesar de ser querido por su familia, siente el peso de su hermano mayor y desencadenándose problemas de rivalidad, rencor, envidia o sentimientos de poca valía.

La influencia que tiene la familia en la autoestima del niño es muy importante ya que le trasmite o le enseña los valores fundamentales que será la base para la formación de su personalidad y nivel de autoestima. Muchas veces los padres actúan de diferentes maneras, que pueden ser perjudiciales para el niño dejándole marcas difíciles y un continuo dolor oculto que influye en el desarrollo de su vida; a estos padres se los llama mártires o dictadores.

Pero también están los que le valoran y reconocen sus logros y sus esfuerzos contribuyendo a afianzar la personalidad.

¹⁴ PRADA, Rafael, *profundamente humanos* Editorial San Pablo, Santa Fé Bogotá 1996. P.30

Otro factor importante que influye en la familia, es la comunicación, según se hayan comunicado los padres con sus hijos, esos van a ser los factores que predominan en la personalidad, conducta, manera de juzgar y de relacionarse con los demás. Estas experiencias permanecen en el interior toda la vida. Por lo tanto la familia es un pilar fundamental para desarrollar la autoestima positiva del joven, junto a este elemento encontramos uno grande como es la sociedad.

La sociedad cumple una función muy importante para la persona, ya que a partir de la cultura de ésta, la familia adopta diferentes pautas o formas de vida que son transmitidas a sus miembros y determinan o ayudan a formar la personalidad de cada uno, teniendo a esta como modelo social.

Las personas que tienen poca confianza de su capacidad dentro de la sociedad, tienden a buscar roles sometidos y evitan las situaciones que requieren asumir responsabilidades.

En nuestra sociedad el nivel de autoestima de una persona esta en cierta medida, ligado a lo que hace para ganarse la vida. Por ejemplo: un hombre puede alcanzar una posición social elevada y tener, no obstante una baja autoestima. Puede tener conciencia de la importancia que tiene, pero aun así considerarse a sí mismo, un ser humano despreciable, indigno de respeto y del afecto de los demás. Puede experimentar sentimientos crónicos de inferioridad porque no es bien parecido o puede considerarse condenado a causa de su identidad étnica.

Los criterios mediante los cuales, las personas, se evalúan a sí mismas son culturales, siendo estos conceptos más que de su propia cultura enajenados es decir tomados de otros países, esta tendencia se nota más en los adolescentes. Algunos de éstos son: si eres gordo, flaco; lindo, feo; blanco, negro; rubio, o si tiene la capacidad para luchar, para soportar el dolor, para manipular a sus semejantes o astucia para ganar dinero. Toda persona se ve a sí misma desde el punto de vista de los grupos en que participa y éstos influyen decididamente en la personalidad.

Hay una estrecha relación entre la sociedad, la familia y la persona, ya que la sociedad es la que presenta a la persona un modelo social con costumbres y con una cultura que es tomada de otros países, éstos son transmitidos al individuo a través de la familia. Pero cuando los integrantes de la misma, tienen asuntos indefinidos en el interior por un pasado doloroso en la infancia transmitirán el mismo dolor y las mismas confusiones a su(s) hijos/as, causándoles problemas de comunicación en el ambiente familiar, social y educacional.

Para poder ayudar a una persona que tiene autoestima baja, primero se debe concienciar del problema que presenta, luego se lo podrá ayudar remitiéndolo a un especialista y apoyándolo durante el tratamiento o proceso de recuperación.

En el caso de los niños/as, la escuela también cumple un papel muy importante ya que es la que debe tener estrategias y las formas para ayudar al niño/a con estos problemas.

Los acontecimientos positivos refuerzan la autoestima positiva y los fracasos activan la negativa, es más esto puede suceder casi simultáneamente en la vida cotidiana, pues ciertos aspectos de la vida son satisfactorios y otros no, razón por la cual no se puede decir que un individuo goza de una autoestima alta o baja de manera absoluta y permanente. Esta es un aspecto funcional de la vida, ya que los rasgos de la personalidad son los que se mantienen en el tiempo y caracterizan a cada cual, mientras que la autoestima define los momentos psicológicos del individuo, pues cambia de un momento a otro. Así, hay experiencias que bajan dramáticamente la autoestima de la persona, como es el caso de las violaciones o cualquier otro tipo de agresión, o al contrario la elevan como los éxitos laborales o el amor.

Si bien es cierto que la función del psicólogo es la de orientar al individuo en el arte de valorarse no es menos cierto que debe este profesional cuidar que el individuo no caiga en una autoestima exagerada. La autoestima al ser baja procura sentimientos de inferioridad y poca valía, sensación de incapacidad y torpeza, también resulta conflictiva CUANDO ES EXESIVA (**autoestima exagerada**) ya que el individuo manifiesta confianza exagerada y hasta imprudencia, lo que le lleva muchas veces a cometer errores al no medir actos ni palabras. Esta autoestima exagerada es frecuente encontrarla en líderes, lo que les indica que poseen poderes especiales, piensan que les

da el derecho a decir y hacer lo que les parece, sin medir las consecuencias de sus actos con tendencia a la prepotencia. Es preferible que el individuo tenga una visión sana con respecto a su autoestima, ya sea en momentos buenos o malos, aprendiendo a afrontar las situaciones con la convicción de que es competente para vivir y ser feliz, lo cual hace que su vida sea más llevadera. Y que vea una mayor facilidad de alcanzar sus metas. Los individuos que mantienen esta actitud son creativos en su trabajo, más elásticos para resistir a la presión de la derrota y tienen mayores ambiciones en cuanto a las expectativas de vida.

Por esto la correcta relación del individuo con su autoestima redundará en mayor vitalidad y los impulsa a tratar a los otros con respeto, benevolencia y positivamente, logra la serenidad espiritual, que en definitiva es la que hace posible el goce de la vida.

1.7. Trabajando nuestra imagen

En la autoestima se presenta un factor que se encuentra íntimamente ligado con ella que es la autoimagen, la cual depende en gran medida de las experiencias que el individuo posee y de la manera de interpretar estas experiencias. Por esto no debemos dar gran importancia a las etiquetas que se le den a una persona, como Carlitos es un tremendo, Jael es bonita pero poco inteligente.

Para los/las adolescentes los padres, amigos, educadores y demás adultos del entorno constituyen las fuentes primarias que les proyectan una imagen acerca de la forma como se está desarrollando su personalidad, lo cual pasa a ser un aspecto crucial en la percepción que tiene el/la adolescente de sí mismo, en esta edad aun no están totalmente desarrollados los mecanismos para hacer una correcta evaluación de la propia persona y las etiquetas e influencias pueden moldear o deformar al joven.

El componente cognitivo de la autoestima es importante por esto es adecuado aplicar en las técnicas la ESTRATEGIA DEL REFLEJO, que consiste en reflejar cualidades, capacidades y competencias que observemos en el hijo, alumno, amigo.

En el desarrollo de la autoimagen la familia ocupa el primer lugar porque los padres¹⁵ “En sus incesantes contactos desde la infancia van introyectando una imagen propia que gravitará a lo largo de la vida”, por eso es ineludible la cooperación de ellos junto con los maestros para educar la autoimagen.

1.8. Factores para elevar la autoestima en niños/as y adolescentes

Los padres contribuyen positivamente al desarrollo de la autoestima de sus hijos al alentarlos a correr riesgos necesarios para alcanzar retribuciones, al favorecer la progresiva independencia de acuerdo con la capacidad de asumir responsabilidades y evitando hacer una crítica destructiva.

Los padres están obligados a mostrar interés por las actividades en las que están inmiscuidos sus hijos/as, siempre alentando, exaltando sus capacidades positivas, estimulando la toma de decisiones con posibles consecuencias, formando una autoestima positiva.

Todos desarrollan autoestima si reciben amor. No basta que los padres sientan amor por sus hijos/as. Deben saber comunicarlo y hacérselo sentir al niño/a. Se considera que las edades más importantes para el desarrollo de la autoestima están ubicadas entre los 3 y 10 años. En esa época se concentran en los sentimientos que se tienen con respecto a ellos y su valor personal; su autoestima empieza a depender menos de cómo lo ven los demás y del afecto de ellos.

Comienzan a influir más las ideas propias, los logros y otras fuentes sustitutivas de autoestima. En todo caso, desarrollarán autoestima, si reciben amor. Quien se pregunta si realmente los padres aman a sus hijos en el sentido literal de la palabra, ya que no basta que sienta amor por ellos/ellas, sino que se lo sepan transmitir y expresar.

¹⁵ ALCANTARA, José Antonio, *Como educar la autoestima*. Barcelona-España 1990. P. 22-23

Hay muchos padres que dicen que se desviven por sus hijos/as y, sin embargo, ellos tienen la impresión de no ser queridos, tal vez porque los padres hacen cosas que son manejadas erróneamente o dejan de hacer aquello capaz de transmitirles amor.

Varias son las **maneras erróneas** de comunicar amor a los/las hijos/as. Por ejemplo:

➤ **Manifestar afecto físico solamente**

Son los padres que pretenden demostrarles afecto a los hijos mediante besos, caricias, abrazos y toda clase de mimos, los cuales son vitales e importantes, pero pierden valor si no se brindan acompañados de atención por sus cosas. Los besos aislados, las caricias y los arrumacos, parecen no convencer suficientemente.

➤ **Sacrificarse por ellos**

Son los padres que renuncian a satisfacer sus propias necesidades, que no dedican tiempo para sí, porque están entregados a la tarea de satisfacer exclusivamente las necesidades del hijo/a. Esta insatisfacción permanente de sus necesidades produce malestar que se transmite a los/as hijos/as a nivel no verbal y éstos captan el mensaje de no amor.

➤ **Dedicarle todo el tiempo**

Son los padres que están todo el tiempo con sus hijos/as, pero es un tiempo de alta cantidad y baja calidad porque está lleno de críticas, reproches, faltas de respeto, comparaciones, etc., que transmiten el mensaje, no acepto, no te amo.

➤ **Darles de todo**

Son padres que con cosas materiales pretenden sustituir la atención y el tiempo que supuestamente quieren darle a sus hijos/as. Utilizan los regalos como sustitutos del amor y obviamente es más fácil dar cosas del exterior que de uno mismo. El niño percibe que no es amado.

➤ **Exagerar la imagen del niño**

Son los padres que le ven a sus hijos/as cualidades o conductas que lo realzan como personas, pero que en realidad el niño/a no tiene, y los lleva como un peso, haciéndole sentir la forma como en realidad él es, no es aceptado ni querido.

➤ **Cuidarlos mucho**

Son los padres que pretenden guiar y dirigir todo el tiempo a sus hijos/as, en una actitud de vigilancia extrema que transmite al niño/a " eres incompetente más que digno de amor"

.

1.9. Elementos para comunicar amor a los/las niños/as:

➤ **Atención Concentrada**

Es estar con el/la niño/a realmente, con el pensamiento y el cuerpo en el mismo sitio, junto al niño/a. Es mirarlo cuando nos habla y que todo nuestro cuerpo transmita el mensaje “te escucho”, “me importas”, te dedico tiempo de buena calidad, “te amo”. El distanciamiento en la interacción con los niños/as, el estar presente pero no en presencia mental o afectiva los hace sentir que no interesan, que no importan.

El verdadero encuentro hace que el padre transmita: estar contigo es importante para mí y que el niño/a perciba: debo ser importante ya que mis padres se toman tiempo para ocuparse de mi persona.

Algunos padres están muy ocupados trabajando, produciendo para mantener a sus hijos/as, lavando, cocinando, cumpliendo horario, haciendo diligencias, etc., a tal punto que son una máquina de hacer actividades sin horario, interesados al final, más por las cosas materiales y los planes, que por sus hijos/as.

Es importante que el tiempo que se le dedica al niño/a pueda ser corto, pero frecuente y de buena calidad, que sea un verdadero encuentro de amor.

➤ **Comunicación Congruente**

Existen varios elementos importantes a considerar en la comunicación y relación entre padres e hijos/as, que en su globalidad, y si se manejan en forma adecuada, hacen que los padres transmitan al niño/a: "Puedes contar conmigo, confía en mí, digo la verdad, y que el niño perciba: Puedo tener seguridad y confianza, ser honesto".

En primer lugar, los padres deben ser congruentes con su lenguaje verbal y no verbal, es decir, que si dicen una cosa, su cuerpo, sus gestos, su tono de voz deben expresar el mismo sentimiento, para que transmitan mensajes congruentes, sólidos, sinceros, confiables. Ejemplo: cuando la madre le dice al niño "mi amor, quédate quieto" con voz suave, contenida, dientes apretados y cara y cuerpo rígido, realmente la esta "diciendo ¿mi amor?"

Un padre no debe prometer lo que no puede cumplir, transmite al niño/a falta de respeto y lo considera "tonto" y el niño/a percibe, además, que no puede confiar en alguien que engaña, que dice cosas y luego no las cumple. Los adultos utilizan este método con suma facilidad para conseguir cosas de los niños, sin pensar en las consecuencias negativas que esto trae.

A un padre le es beneficioso, tanto por él como por el hijo/a, darle a éste, mensaje de seguridad que transmitan al niño/a certeza de lo que puede esperar, por ejemplo, avisarle que va a llegar tarde, advertirle que lo llevará al médico y por qué, el camino para un paseo es largo y tedioso, etc.

Las palabras con las que se dirige al niño/a deben ser con mensajes claros, que no confundan al niño/a y le hagan percibirlo como incongruente, no fiable.

"Pero", es una forma de decir "si" y "no" en la misma oración, es decir, que la segunda parte de la oración suele descalificar o desmentir a la primera, y quien lo escucha se siente molesto y confuso. Ejemplo: Yo té acepto pero me gustaría que no te vistieras así. Lo conveniente es sustituir el "pero" por "y", cambiar la situación de descalificación o reproche a un contexto de amor.

➤ **Sí. Transmiten duda, inseguridad el niño/a no sabe a qué atenerse.**

“Siempre”. “Nunca”. El significado literal de estas palabras es muy pocas veces acertado, existen pocas cosas en la vida donde algo puede ser siempre o nunca, y las utilizamos para dar énfasis emocional más que para transmitir una verdad, pero hacen sentir que son exagerados o injustos, no congruentes.

Por ejemplo, ¡siempre me haces enojar!, sería más honesto decir, "en este momento estoy enojado". "Siempre" y "Nunca" es conveniente sustituirlas por "en este momento".

“Debería” y “tiene”. Son otras palabras traicioneras con las cuales es fácil querer decir que hay algo malo en la persona, que de alguna manera se ha equivocado al valorar. Ejemplo: “Debiste hacer las tareas tempranos” “Debiste haberlo conocido mejor”

➤ **Expresión y Aceptación de Sentimientos**

Los padres deben aceptar y expresar sus sentimientos y permitir lo mismo a los hijos/as, de tal manera que transmita al niño/a: "soy auténtico, no perfecto y acepto lo que sientes" y el niño/a perciba: "está bien que yo sea yo, puedo ser auténtico/a y espontáneo/a".

Cuesta mucho expresar los verdaderos sentimientos y entonces lo mencionas mezclados, utilizando, además, la incongruencia ente el lenguaje verbal y no verbal, transmitiendo deshonestidad, poca sinceridad e incongruencia ante lo que sentimos y lo que hacemos.

Nos dificulta manifestar los sentimientos verdaderos por imitación a otra persona, por temor a la desaprobación de los demás, por miedo al manejo de ciertas emociones, por no ponernos en contacto con nuestros sentimientos reales, por recelo a que nuestra sinceridad hiera a los demás, etc.

Los amigos/as, tienen un rol muy importante en la formación de la autoestima, porque la lucha que libra el/la adolescente por ser autónomo le produce dudas, por lo que es su grupo de amigos quienes suaviza esos sentimientos, pues constituye un campo de prueba para las interacciones sociales y el desarrollo de la personalidad.

Para el/la adolescente el amigo/a es una joya aquilatada, ellos/as le hacen sonreír, se preocupan cuando no se sienten bien y le alientan para alcanzar sus éxitos, continuamente le acompañan para que se sientan en soledad y siempre están dispuestos a abrir sus corazones sinceros para brindarles cariño y amor.

En cuanto a los adultos influyen, pues siempre esperan que los/as adolescentes mantengan una conducta cortés, respetuosa y considerada. Es importante aclarar que durante esa edad se duele convertir en norma la discrepancia con respecto a las ideas de los mayores por lo que los padres y adulto, en general, debe abstenerse de forzar a los/as adolescentes a convertirse en seres dispuestos a satisfacer a otros aunque tengan que sacrificar su propia identidad, esto genera en el/a adolescente resentimientos, porque no se sienten valorados por sí mismo, sino más bien por una imagen que deben proyectar.

Los/las profesores/as, maestros/as o tutores/as ejercen una influencia determinante para bien o para mal. Es palpable la influencia de un solo tutor/a o profesor/a proyectando sobre sus alumnos/as, un concepto optimista, pero es mucho más profundo cuando actúan al unísono todos los educadores. Es necesario un trabajo en equipo en la misma dirección, si se quiere conseguir un nivel significativo de eficacia. Cuando existe en una escuela y en determinado ciclo esa actuación concertada de todos los educadores que tratan en forma adecuada fomentando su autoestima, al mismo alumno/a, los resultados favorables se multiplican admirablemente de manera que se considera que ésta se aprende, fluctúa y la podemos mejorarla.

Es a partir de los 5-6 años cuando se empieza a formar un concepto de como ven los padres, maestros/as, compañeros/as y las experiencias que se van adquiriendo.

El nivel de autoestima es el responsable de muchos éxitos y fracasos escolares.

Los adultos deben intervenir en la formación del autoconcepto, autoestima bajo estas pautas:

- Desterrar las expresiones peyorativas de la imagen de/la joven, que nos escucha, lo cual está tipificado incluso dentro del Reglamento General de la Ley de Educación. Tampoco se debe descalificarle globalmente en toda su personalidad y mucho menos en público.
- Se debe siempre poseer una imagen clara de sus valores y cualidades. No se debe transmitir lo que no se haya elaborado anteriormente por medio de una atenta observación, consulta y reflexión que se anotará en un registro personal del alumno/a.
- Siempre estar pendientes de cualquier conducta buena, aún la más pequeña, para reflejársela al interesado. A partir de hechos reales observados, será como se mostrará su condición valiosa. Dialogar con él señalando lo que ha hecho. Le conducirá al encuentro con su propio yo real, quizá desconocido para él.
- El/la adolescente espera desde un sin fin de días estériles a alguien que le hablará así, que le convocara a la alegría de su dignidad humana. Nosotros somos, cada día testigos de estos momentos fecundos.
- El momento para educarlo se lo realiza en privado nunca en público, de improviso, al momento en el cual suceden los hechos o en un tiempo prefijado.
- Si se aprende autoestima desde pequeños es una defensa para las malas relaciones.

1.10. TÉCNICAS Y TALLERES DE AUTOESTIMA.-

Se encuentran expuestos talleres dirigidos a los adolescentes, alumnos, a sus padres y maestros pero para esto se hace necesario un pequeño ejercicio que nos permite valorar el nivel de autoestima de quienes van a recibir estos talleres. Los resultados arrojados de este ejercicio se encuentran en los posteriores cuadros estadísticos.

TECNICAS

(Anexo 1)

Autoexamen - autoevaluacion de Rogelio Soto Pasco.

(Anexo 2)

Cuadro sobre la autoestima

(Anexo 3)

¿Cuánto conoce a su hijo/a? Cuestionario

(Anexo 4)

Taller “venta del cielo”

(Anexo 5)

Taller: “ El día mas feliz de mi vida”

(Anexo 6)

Taller : “Aprendamos a descubrir las cosas lindas que tiene la vida”

(Anexo 7)

Taller: “Aprender a decir gracias”

(Anexo 8)

Taller: “Elevando la autoestima”

(Anexo 9)

Circular

(Anexo 10)

Conferencias

(Anexo 11)

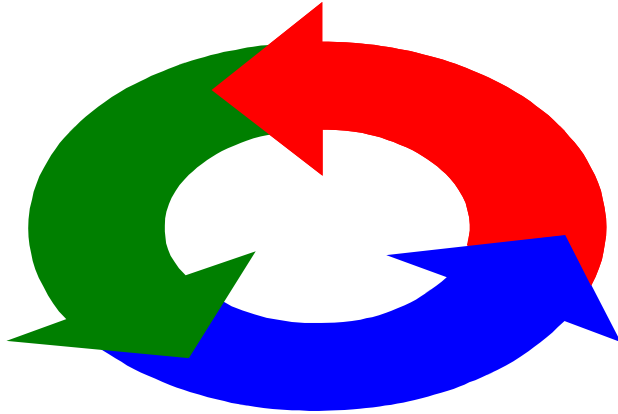
Plan de unidad

(Anexo 12)

Guía profesiográfica del diario “Universo”

CAPITULO II

ORIENTACION PROFESIONAL



El éxito de la Orientación Profesional se encuentra en el hecho de respetar sus capacidades, habilidades e intereses.

ORIENTACION PROFESIONAL

Los datos estadísticos, arrojan resultados alarmantes en cuanto a la miseria para el país, obligando a que todos los estamentos inmersos en la problemática educativa apunte la máxima atención en el potencial futuro de nuestro país como son los/as niños/as y los/as jóvenes. Es por ello necesario buscar mecanismos para resolver esta crisis que golpea por igual a padres de familia y estudiantes. Uno de estos mecanismos es establecer políticas definidas de oferta y demanda profesional y ocupacional que permita a los profesionales de diversos niveles y modalidades de la educación el acceso al trabajo con una remuneración digno para lo cual es impostergable la necesidad de profundizar y sistematizar las actividades de orientación profesional.

2.1. Definiciones

- ¹⁶ “Una actuación científica compleja y persistente, destinada a conseguir que cada sujeto se dedique al tipo de trabajo profesional en el que con menor esfuerzo pueda obtener mayor rendimiento, provecho y satisfacción para sí y para la sociedad”.
- ¹⁷ “Es una actuación científica, completa actual y persistente, destinada a conseguir que cada sujeto se dedique con libertad, pero con conocimiento al tipo de trabajo profesional para el cual esta dotado, en el que con menor esfuerzo pueda conseguir mayor provecho, así como mayor satisfacción para sí mismo, al tiempo que el máximo éxito en el ambiente social”. (Germain).

¹⁶ MIRA, Emilio, *orientación Educativa..* p. 349

¹⁷ IAN A BERNARD, *Manual de orientación Educacional* .Alfa editores, Chile 1994. P.242

- ¹⁸“Proceso de ayuda a un individuo para elegir y prepararse para la realización de una profesión o trabajo determinado”.
- ¹⁹ “Conjunto de procedimientos y métodos que, en función de las características individuales, y de las necesidades económicas del país, permite determinar las profesionales de mayor rendimiento en el trabajo del sujeto”

Analizando estos conceptos puedo manifestar que:

La Orientación Profesional establece procedimientos científicos y metodológicos encaminados a descubrir el tipo de trabajo que más conviene para cada sujeto.

2.2. Objetivos

- Ayudar al alumno a elegir y prepararse en aquella actividad, que este de acuerdo con sus potencialidades.
- Descubrir el tipo de trabajo que más conviene para cada sujeto de acuerdo a sus aptitudes e intereses que los posibilite realizar elecciones adecuadas.

El ser humano traza objetivos durante su vida para cumplir, y metas que las irá cumpliendo en el transcurso de su vida.

Los logros que va alcanzando están orientados a satisfacer necesidades personales que nacen de sus intereses, habilidades o aptitudes y actitudes que son parte de su individualidad, lo cual se desarrolla a través de profesiones, oficios, acciones y servicios que van de acuerdo con la personalidad y capacidad individual.

2.3. Factores que influyen en la Orientación Profesional

¹⁸ NARVAEZ Y ALMEIDA. *Las mejores profesiones*. Quito- Ecuador. 1999 p.9

¹⁹ Idem p. 8

Para brindar orientación profesional al individuo debemos tomar en cuenta estos factores:

2.3.1. El sujeto a orientar.-

Sin el no habría razón de que se realice este proceso. Se realiza la determinación de su porvenir profesional en gran medida su personalidad, las aptitudes que posee el entorno en el que se desenvuelve, etc.

²⁰“Los sujetos son como la sal, el azúcar, la harina y la tiza, que parecen muy semejantes pero tienen una naturaleza y un uso muy diferentes”.

La personalidad, es aquello que le caracteriza a un individuo de otro, es decir es el modo de ser de la persona que lo distingue de los demás. Es la proyección, la realización cotidiana del sujeto. Es ²¹“Conjunto de reacciones que caracteriza a un individuo especialmente que aquellas que se refieren a las relaciones sociales” No se deben confundir la personalidad, con el temperamento y el carácter.

El temperamento es la orientación afectiva general característica de la personalidad, de sus modos de reacción afectivos, permanentes, preferidos y es heredado por lo cual es inmodificable mientras que el carácter es adquirido lo que da la posibilidad de modificarlo, ²²“no radica ni en la inteligencia, ni en el corazón, sino en la voluntad perfectamente desarrollada”. Concluyendo se puede deducir que el temperamento obra en el hombre desde que nace y que por medio de las actividades instintivas es el factor dominante en el desarrollo de las conductas en las primeras edades mientras tanto que el carácter se va formando y poniendo de manifiesto en su verdadera estructura cuando el individuo ya en la juventud ha adquirido una cierta madurez psíquica; Pittaluga afirma: ²³ “se nace con un temperamento; no se nace con un carácter”

2.3.2. La familia

²⁰ POSEVINO, *Orientación Escolar*, p 352

²¹ IAN A BERNARD, *Manual de orientación Vocacional*. Alfa editores. Chile.1994. p.242

²² Colección el saber humano. Santa Barbara Lima-Perú p.12

²³ CAMPILLO, Joaquín .*Psicología, de la Educación*. Editorial Magisterio Español, 1973. P. 226

En la decisión vocacional y profesional que el/la adolescente realice, la familia juega un papel muy importante pues, influyen las opiniones o interés de los miembros de ella.

Un problema que puede encontrar el/la orientador/a es que no se puede unificar criterios, por esto debe realizar entrevistas por separado para luego hacerla en conjunto con los padres del alumno.

Son contadas las familias que demuestran unión y uniformidad de criterios, por todo lo mencionado se hace necesario recoger datos en forma aislada tanto de los padres como de los/as hermanos/as del examinado/da. Así por ejemplo con el cuestionario de R Marston del Instituto Psicotécnico de Barcelona se encontró una correlación pequeña entre las opiniones paterna y materna frente al mismo caso. Comúnmente cuando se entrevista a los padres juntos para que se pusieran de acuerdo, solo se producían enfrentamientos, criterios que permiten conocer quien es el progenitor dominante, pero no aclaraba quien es el mejor observador de las características filiales. Lo que le da al orientador una visión tranquilizadora con respecto a la responsabilidad de oponerse, en ocasiones en los proyectos y decisiones de la familia.

Los medios económicos.-

Pueden influir de dos maneras: Limita la elección al sujeto o a su familia, que no puede afrontar los gastos para la realización de una determinada carrera, o también porque el sujeto se ve obligado a elegir el tipo de trabajo en el que más pronto se obtenga un mayor rendimiento económico sin tener en cuenta si sera estable, si perjudicara o no a la salud y si conlleva, o no a la perdida de posibilidades en el futuro. La unica manera de evitar estos inconvenientes, consiste en que los centros de orientación concedan becas respaldadas por el estado o empresas.

2.3.4. Necesidades de trabajo.-

En el proceso de orientación profesional debe tomarse en cuenta la situación del ambiente y conocer las necesidades de trabajo que requiere el país para que cada sujeto conozca las dificultades con las que se puede encontrar.

Holland, señala seis modelos ambientales que caracterizan los principales ambientes físicos y sociales de una cultura. De acuerdo con los tipos de personalidad pueden ser: ambientes intelectual, social, convencional, emprendedor, realista y artístico.

²⁴“El modelo ambiental puede definirse como la situación o atmósfera que crea la gente que predomina en un ambiente dado” como ejemplo de ambiente social es aquel en el cual los individuos tienen la destreza de manipular grupos sociales como curar.

Lo óptimo es encausar las vocaciones y aspiraciones de la juventud hacia las ocupaciones que ofrezcan un porvenir sólido y estable.

²⁵“En el proceso de orientación profesional cabe señalar tanto a padres como alumnos/as Los costos de las carreras, y analizar la economía de la población ecuatoriana, la cual en un 80% es pobre, el 20% vive en la miseria”.

El costo de una carrera universitaria, lo va afrontar los padres de familia, mientras que quien decide su carrera es el/la joven, convirtiéndose esto en una realidad que debe tomarse en cuenta para decidir su profesión.

2.3.5. Oferta y demanda de profesionales en Ecuador.-

Demanda, es la cantidad de profesionales que necesitan o solicitan las empresas o instituciones.

La oferta, es la cantidad de profesionales que salen de las universidades e institutos superiores.

Lo que se espera es que exista equilibrio entre la oferta y la demanda, lo que en la

²⁴ HOLLAND, John *Elección Vocacional, Teoría de las Carreras*. Edición Triller, México. 1975.p. 14

²⁵ NARVAEZ, Marco. *Escoja las mejores profesiones*. Quito. 1996 p. 45

práctica no ocurre, pues de las investigaciones realizadas hasta 1999.

SECTOR ECONOMICO		
	DEMANDA	OFERTA
INTERMEDIO	67.5%	48.5%
PRODUCTIVO	29.4%	10.2%
SOCIALY EDUCATI.	3.1%	41.3%

Estadísticamente se demuestra que:

Fuente: ALMEIDA Pedro y NARVÁEZ .Marco. Orientación Profesional. (INEC). (2000)

La oferta y la demanda de profesionales tiene que ver con la mayor o menor posibilidad de conseguir empleo, amerita conocer las profesiones que corresponde a cada uno de los tres sectores y saber cuáles tienen mejor posibilidad dentro del mercado de trabajo.

De acuerdo a estudios realizados por Dr. Pedro Almeida y Marco Narváez, en el mercado ocupacional ecuatoriano determinan que las carreras con mayor posibilidad de inserción en el mercado laboral son en su orden:

2.3.6. Sector productivo -- mejores posibilidades de empleo

- Ciencias agrícolas y naturales
- Geología minas y petróleos
- Medicina Veterinaria y Zootecnia
- Ciencias Exactas, Físicas, Matemáticas y de mar.
- Ciencias Químicas y Biológicas
- Ingenierías
- Tecnologías y del trabajo.

2.3.7. Sector intermedio -- buenas opciones de empleo

- Comercio, Marketing y Administración
- Contabilidad, Auditoría finanzas y seguros
- Ciencias económicas
- Arquitectura, Ingenierías, Geología, Artes.
- Sistemas e informática.
- Administración de personal y trabajo social
- Ciencias médicas.

2.3.8. Sector social y educativo -- menores posibilidades de empleo

- Jurisprudencia
- Ciencias sociales
- Sociología
- Psicología
- Ciencias humanas
- Comunicación (periodismo)

²⁶ “Las posibilidades de empleo dependerán de la información que tenga el profesional. Debe siempre existir la predisposición de ser el mejor a mas de este requisito que tiene que ver con la voluntad también se debe buscar una formacion integral”. Lo cual nos indica que para alcanzar un empleo la persona debe estar preparado para la vida, desempeñando bien su trabajo, combinando lo técnico con lo humano.

2.4. Factores que intervienen en la elección de la profesión

²⁶ NARVAEZ, ALMEIDA .*Las Mejores profesiones* Quito.1999. p. 47

La elección profesional requiere ante todo un conocimiento lo más exacto posible del individuo que ha de orientarse. Los individuos que han alcanzado cierto grado de madurez en su personalidad están muy seguros de sus capacidades, aptitudes y saben con certeza que profesión les interesa ejercer, conocen los estudios que se precisan para obtener una preparación adecuada y avanzan con prodigiosa seguridad en la carrera que eligen.

No obstante, son numerosas las personas que viven angustiadas en un clima de dudas e inseguridad que no acaban de decidirse por tal o cual profesión, que cambian de parecer dejándose influenciar por los factores que hemos mencionado.

Esta indecisión se presenta muy a menudo en la etapa escolar alrededor de los 15 años que es cuando deben realizarla, pero también se manifiesta a los 18 años demostrando con esto una inmadurez caracterológica o falta de información, pudiendo suscitarse otros factores por ejemplo una ineficaz orientación profesional.

Hay jóvenes que al no poder decidirse lo que hacen es declararse polifacéticos, rechazando especializarse. Si bien es cierto que una especialización excesiva no permite una amplitud de conocimientos, no lo es menos que éste es el único modo posible para lograr una profundidad y una cierta eficacia en el ejercicio de la profesión. La persona que se decide por una profesión determinada y trabaja a fondo en su especialización tendrá éxito, mientras que el que va de aquí para allá buscando eternamente, rara vez logrará dominar una profesión y menos destacar en la misma.

La elección de la profesión no es una cuestión tan simple como podría parecer. Incluso con un conocimiento preciso de los intereses, aptitudes y personalidad del sujeto, hay múltiples factores que intervienen en el momento de la elección, desde la suerte o la casualidad y las necesidades del mercado de trabajo, hasta el ambiente familiar o los medios económicos de que se dispone. En tiempos anteriores las profesiones solían pasar automáticamente de padres a hijos/as, hoy en cambio existen una serie de factores que condicionan la elección de profesión, como son: la clase social, el interés por un determinado tipo de producción, la aspiración a un cierto tipo de remuneración y a la posesión de bienes económicos, el deseo de alcanzar una categoría político-social o el prestigio que proporcionan determinadas profesiones.

2.4.1. Suerte o la casualidad

Se puede observar con frecuencia como es la suerte muchas veces, o la casualidad, la que orienta en los estudios o en la profesión. Un ejemplo el poeta Salvatore Quasimodo cuenta que ingresó en la Universidad politécnica, sencillamente porque estaba más cerca de su casa que la Universidad literaria. Este ejemplo señala claramente que hay jóvenes que aprovechan oportunidades que se les presentan en ciertos momentos de su existencia.

Otros individuos tienen la “suerte “ de que sus padres les haya reservado, casi desde su nacimiento, un puesto en la fábrica o en su negocio, o de que les transmita, por deseos de retirarse, un despacho cargado de clientes. Pero no siempre ocurre así, y es inútil pasarse la vida quejándose de la mala suerte. La suerte no existe en este sentido que se le ha querido atribuir.

Normalmente si se está orientado y se trabaja con interés uno acaba por tener suerte. Podríamos traer aquí a colación el caso de aquellos dos amigos, uno con éxito en la profesión y otro fracasado, de los cuales decía el último al primero “amigo hay que ver tu suerte”, contestó si, he tenido la suerte de estudiar desde los tres años de edad hasta especializarme en todo lo que pude tuve suerte de ser un trabajador incansable” La facilidad que presta el creer en la suerte, hace que muchas personas echen por la borda su vida. La suerte o elegir una especialidad por comodidad o esperar la casualidad no conducirán al éxito profesional.

Por lo cual los/las jóvenes deben concienciar la profesión de la cual van a vivir a futuro, y que cumplirá con sus aspiraciones.

2.4.2. La familia y los condicionamientos sociales

El éxito en la profesión se debe a aptitudes, nivel intelectual, rasgos personales, rasgos que se ven influenciados directa o indirectamente, la familia, a través del patrimonio genético de padres a hijos/as, los padres también influencia para que ciertas condiciones del medio ambiente influyan también.

Los niños que poseen un cociente intelectual alto o superior proceden de hogares donde no existen deficiencias mentales y viceversa.

Existe también una influencia de la relación que el/a joven mantiene con su padre pues si la relación es mala se producen casos antagónicos como respuesta de rechazo del hijo/a hacia el padre. Al contrario si la relación es buena se ve la influencia no solo de la buena relación sino de diversos condicionamientos sociales y económicos. . Normalmente el hijo del intelectual tiende a las profesiones liberales y el del obrero a las manuales.

Al respecto Pierón manifiesta que ²⁷“el deseo de abrazar la profesión paterna es extraordinariamente variable según los países y los ambientes”.

Comentario.- En nuestro país, este deseo de abrazar la profesión paterna se da en alto porcentaje, los profesionales destacados por ejemplo en el área médica, su padre posee esa carrera.

En la investigación en el colegio Técnico Provincia del Pastaza un alto porcentaje de alumnos/as son hijos/as de padres que se dedican al cultivo y cría de ganado en sus fincas y otros a comerciar, sus hijos/as no desean esto para ellos, pero en un menor porcentaje se observa que si quieren abrazar la profesión de sus padres de comerciar los productos pero con otra visión de negocios.

Dentro de la influencia familiar debemos considerar el aspecto económico de la profesión, es bueno que los padres aconsejen a sus hijos/as sobre esto, pero nunca deben presionar en este sentido o en otro.

No todo se mueve por intereses económicos. Un puesto de prestigio en el mundo de la cultura puede interesar más que un brillante porvenir en el campo de los negocios.

²⁷ PIERON, E. *Orientación profesional*. P. 351

Padres excesivamente preocupados por el aspecto económico de la educación sufren con exceso ante lo que llaman incapacidad de “dar carrera” a los hijos/as. Sin embargo son ellos quienes tienen en sus manos la posibilidad de que el ambiente familiar tenga un alto nivel profesional y académico.

Existen casos en que la familia del adolescente goza de una posición económica alta lo cual influye en la solución de la vida de sus hijos/as desde esta perceptiva, los padres que tienen este procedimiento solo están haciendo de sus hijos facilistas, carente de esfuerzo, capaces de chocar constantemente con el mínimo obstáculo, como un simple examen.

El padre de familia de pocos recursos económicos, se preocupa por la formación profesional de sus hijo/as, se esfuerza por seleccionar los periódicos, las revistas, los programas de televisión, o intentan organizar las vacaciones para que sean formativas, son padres que escogen juegos, se interesan activamente por la marcha de los estudios de sus hijos/as. Estos padres son los que se convierten en un pilar fundamental para la futura profesión de sus hijos/as.

Los/as adolescentes que se desarrollan en un ambiente cordial y comprensivo tienden a ser aquello que esperamos de ellos/as. Cuando en la familia existen hermanos/as los padres no deben resaltar demasiado las habilidades de un hijo/a ante los demás, porque todos poseen un aspecto digno de elogio, la familia debe resaltar estos aspectos que brindan seguridad al joven para poder decidir a futuro.

2.4.3. El medio ambiente.

Se dice que una persona es inteligente cuando se observa y se comporta inteligentemente, los individuos difieren entre si en cuanto a la inteligencia, desde un punto de vista cuantitativo y cualitativo. Howard Gardner menciona ocho diferentes conductas inteligentes llamada “inteligencias” Es difícil determinar cuantas inteligencias separadas puedan existir pero Gardner (1993) enlista siete: inteligencia lógica- matemática, lingüística, espacial , musical y corporal-cinestésico, personal, interpersonal intrapersonal, añadiendo una octava inteligencia que la llamo ecológica. Las primeras dos son las mas conocidas y que forman parte de las teorías de la inteligencia, las otras son partes de capacidades habilidades que

forman parte del ser humano. Con relación a este aspecto que el autor señala, tiene simpatizantes y opositores. Feurstein sostiene que ²⁸“la esencia de la inteligencia no radica en el producto mensurable, sino en la construcción activa del individuo su enfoque es dinámico porque considera que el individuo tiene capacidad para usar experiencias adquiridas previamente para ajustarse a nuevas situaciones”. Tomando en consideración lo mencionado por Feurstein la inteligencia es un proceso amplio en donde la adaptabilidad tiene una estrecha relación con el medio ambiente porque el medio ambiente que rodea al individuo, es un factor muy importante en el desarrollo de su personalidad, de la capacidad de resolver problemas, en los intereses que tenga por tal o cual carrera.

Un/a adolescente que se ha manejado desde los tres años entre libros de calidad, que han oído a sus padres hablar con propiedad, que ha escuchado música de calidad constantemente, que ha hablado mucho con sus padres, el/la adolescente siempre tiene un amplio camino recorrido en el momento de iniciar sus estudios. Si a todo ello añadimos las diferencias ambientales de los distintos barrios y las existentes entre el pueblo y la ciudad, veremos como por el hecho de haber nacido en un sitio hay otro que condiciona los estudios e incluso las posibilidades laborales.

Al respecto del medio ambiente Maslow manifiesta: que los adultos en el ámbito familiar y social son los responsables de que el ambiente en el que los/as adolescentes viven y crecen sea los mas apropiados para su desarrollo bio- psico-social.

2.4.4. Los medios económicos

En el proceso de orientación profesional, como se ha mencionado anteriormente, el aspecto económico es un factor muy importante que interviene al momento que el/la joven, elige su carrera, porque debe tener una visión clara de la fuente económica que sustentara sus estudios en el futuro. Lo cual concuerda con lo que menciona

²⁸ CARDENAS, L. Tesis. *Aplicación del programa de enriquecimiento instrumental de Ruvén Feurstein en un grupo de alumnos con bajo rendimiento escolar*. P.34

Giner ²⁹“Dar carrera universitaria a los hijos está restringido en realidad a las clases sociales, cuya situación se lo permite” En nuestro país Ecuador, se puede considerar que la mayoría de estudiantes que acceden al ingreso de la universidad proceden de clases sociales pudiente económicamente, mientras que la minoría que pertenece a hogares cuya economía es baja hacen verdaderos esfuerzos para dar una profesión a sus hijos/as.

Si el hecho de haber alcanzado un tipo de formación es la condición básica para ocupar los puestos claves de la sociedad, y resulta que sólo tiene acceso a este tipo de enseñanza los que proceden de las clases elevadas, pocas esperanzas tienen los demás de alcanzar, incluso en el caso de una orientación favorable, aquello que por haber nacido en una clase determinada les ha sido negado de antemano. Por lo que el gobierno debe tener tendencia a la igualdad de oportunidades para estudiar en las universidades.

También se puede visualizar que las categorías profesionales dependen de los ingresos a tal punto de que J L Drevillon manifiesta: ³⁰“que se ve tentado a poner en la misma línea la gama de las elecciones y de los medios financieros de la familia encargada de hacer efectiva las orientaciones”

La opinión del autor es bastante buena pero utópica ya que es imposible que todas las profesiones tengan el mismo costo.

2.5. Función del psicólogo orientador

El orientador ³¹“ Es el docente con pos título en Orientación Educacional y consejería vocacional responsable de programar, organizar, supervisar las labores de orientación educacional, vocacional y profesional, como asimismo atender las actividades de problemas individuales y grupales” Por lo tanto tiene un rol muy importante dentro de la sociedad, orienta en la época más conveniente de la vida del

²⁹ DE LOS RIOS, Ginner, *Pedagogía Universitaria*. P. 17

³⁰ IAN A BERNARD. M. *Manual de orientación Educacional*

³¹ Idem pag 159.

individuo para el trabajo profesional y las causas del fracaso social de las profesiones.

Sus funciones se pueden resumir así:

- **En bien del individuo.-** La orientación profesional como rama de la psicología aplicada, posee una función específicamente humana, que es la adaptación del individuo a la sociedad, que se sienta conforme y feliz en la carrera que elige, de la cual va a sustentarse.

El psicólogo orientador debe conocer tanto las aptitudes del sujeto como las circunstancias personales y sociales. Se debe recordar que no-basta con poseer las aptitudes necesarias para cada profesión, sino también éstas deben ir acompañadas de condiciones personales, económicas y sociales para ejercerlas, pues las aptitudes no se manifiestan sino en la práctica y con las condiciones adecuadas.

Al respecto de la orientación en bien del individuo, se puede analizar lo expuesto por Telmo Maldonado: ³²Siempre debe presidir esta ley: “Los conocimientos que el individuo no puede aprovechar a causa de las deficiencias de sus dotes naturales o por su situación social, carece de valor para él”.

Acorde con los aspectos enunciados puede establecerse un criterio adecuado para orientar al sujeto de modo que se adapte en lo más posible a las condiciones del trabajo profesional y su rendimiento sea más eficiente, en bien de sí mismo de su familia y de la sociedad.

- **En bien de la sociedad.-** Nuestra sociedad requiere ubicar personas preparadas en diversas profesiones, en puestos donde los trabajos lo ameriten y convenga, es decir que es preciso realizar determinadas actividades laborales de producción. Lo que conocemos como la selección profesional.

³² MALDONADO, Telmo, *Manual de orientación educativa adolescente* pag 42.

Esta selección se realiza de acuerdo a las circunstancias laborales de cada profesión u oficio y conforme a las leyes que rigen los demás fenómenos económicos, ley de oferta y demanda, grado de desarrollo industrial y de fuentes de trabajo, tipo de producción y comercio en relación con la población, condiciones sociales, políticas, religiosas, costumbres y prejuicios raciales, clases sociales, culturas entre otras.

Deben ir de la mano la selección y la orientación profesional, a fin de solucionar los problemas del país provocados por un excesivo número de individuos en una profesión en desmedro de otras. En casi todos los países podemos decir que ocurre esto, que entre el exceso de intelectuales y profesionales liberales y la escasez de hombres para tareas técnicas o manuales. Otra función que tiene el psicólogo orientador es la de dar a conocer a los alumnos/as una previa orientación ocupacional y profesional.

Los **procedimientos** para la orientación profesional que el psicólogo orientador realiza son:

Evaluación de intereses, aptitudes profesionales desde la infancia

Evaluación de la personalidad

Análisis de rendimiento

Entrevista individual con el alumno/a

Entrevista individual con los padres y alumno/a

Decisión final de la carrera a seguir del/la adolescente.

2.6. Orientación ocupacional

En nuestro país el 60% de los bachilleres no logran ingresar a la universidad, lo cual invalida el título que ellos obtienen, pues se habla de discontinuidad en los estudios. Este título le será útil el momento en que el/la joven desee ingresar al mercado laboral donde se pide como mínimo requisito ser Bachiller. Pero puede acontecer que el momento que busque trabajo su título no concuerde con lo que se requiere, produciéndose el fracaso para ingresar a laborar. Por ejemplo una empresa busca cajeros cuyo requisito sea ser Bachiller, pero se solicitará que sea Contador no Químico Biólogo.

Se debe tomar en cuenta que la secundaria no orienta al bachiller para saber en que áreas ocupacionales tendrá mayor opción su título. Lo que da paso a que el empleador sabe lo que requiere mientras que el bachiller busca trabajo sin conocer sus verdaderas potencialidades. El bachiller que busca trabajo es porque no tiene posibilidades económicas para ingresar a la universidad, perdiendo en estas circunstancias su objetivo de vida.

Utilizando una frase según Sigmund Freud,³³ “El hombre se realiza o fracasa en dos niveles el amor y la profesión”. Por lo que se puede manifestar que quien no va a la universidad está muy cerca del fracaso, más que económico humano.

Pero no todo el panorama es oscuro, hay instituciones como P y M Consultores Educativos, que se encargan de dotar a los D.O.B.E. de instrumentos útiles como libros actualizados, que tienen como objetivo conocer las posibilidades de trabajo y estudio inmediatas.

Los pasos que debe seguir el orientador son los siguientes:

1.- Luego de obtener el/la estudiante su título de bachiller, puede elegir:

1.1. Exponer a los/as estudiantes posibilidades de empleo.

1.2. Informar de las posibilidades de estudios superiores rápidos.

1.3. Estudiar a distancia.

Estas alternativas pueden ser escogidas por el/a alumno/a simultáneamente pues los dos literales pueden ejecutarse, es decir que a la vez que trabaja busca estudios rápidos para afianzar y avanzar en el puesto ya obtenido o puede surgir la tercera posibilidad que es de estudiar a distancia.

³³ GONZALEZ Amparo. *Tesis doctoral*, 2002 Pág. 150

Para la elección de estudios a nivel superior en los centros de estudios superiores del país, se puede utilizar una de las guías profesionales más completas y actualizadas (Anexo 12) .

2.6.1. Relación de las profesiones entre sí

El temperamento, el carácter y las tendencias del ser humano son elementos parciales que lo integran, cronológicamente se complementa con el pensamiento de Lipmann.

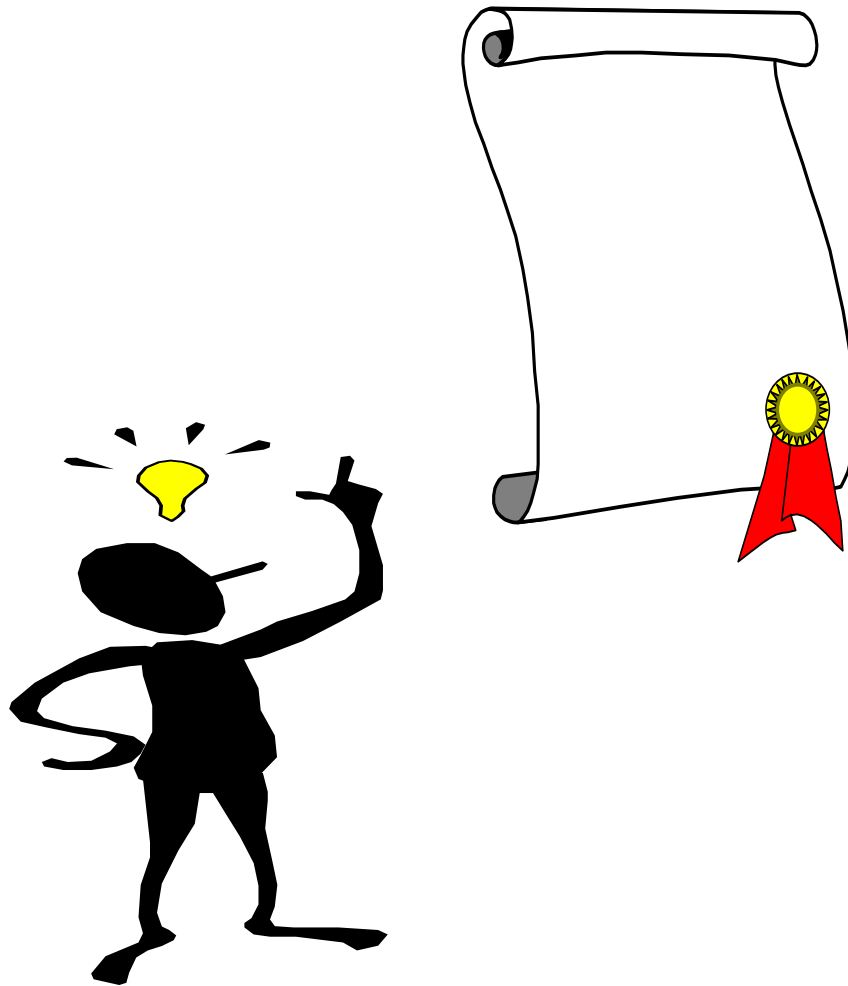
La tendencia globalista se ha acentuado en los últimos años, particularmente por la Escuela Personalística, la personalidad humana no es un mosaico de elementos, si no que constituye una totalidad funcional que se integra e influye recíprocamente. Por eso el test mas adecuado para el estudio de la personalidad son el sintético o mejor aún los ergológicos porque reproducen esquemáticamente un trabajo real. Estos test si bien descomponen la personalidad, no la destruyen puesto que los mismos fragmentos permiten su reconstrucción poniendo de relieve las características individuales para el trabajo.

Existen trabajos que se distinguen por la combinación de dos o más actividades volviendo a la clasificación de Lipmann que se basa en los tipos humanos por ejemplo se puede combinar las actitudes técnicas con las artísticas, como ocurre con la arquitectura y en las artes. De igual modo puede unirse las funciones teóricas, con las artísticas como acontece en el trabajo especulativo.

Cada profesión a causa de sus características propias debe acomodarse a las índoles psicológicas del trabajador y particularmente al tipo temperamental. No podrá aconsejarse una tarea que implica paciencia, serenidad y rutina, a un individuo de temperamento vivo, impaciente y de espíritu imaginativo, o viceversa. Pero tampoco esto es suficiente, además del tipo temperamental y del carácter es preciso tener en cuenta las actitudes específicas del individuo, tanto intelectuales como manuales y técnicas, puesto que cada profesión exige también la presencia de ciertas aptitudes especiales para el desempeño eficaz en el trabajo.

CAPITULO III

AUTOESTIMA Y ELECCION PROFESIONAL



"Tienes la facultad de poder convertirte en lo que desees ser. Plantéate tus expectativas y entérate de que llegarás a ser lo que se te ocurra, sea lo que sea".

AUTOESTIMA Y ELECCION PROFESIONAL

3.1. Teorías sobre la elección de carreras.

3.1.1. Teoría de la conducta vocacional y desarrollo del concepto de sí mismo de Donald Super.

Super, propone que el esfuerzo de una persona para mejorar el concepto de sí mismo, lo lleva a escoger la ocupación que cree le permita la mayor autoexpresión .

Además sostiene que los comportamientos que la persona emplea para mejorar el concepto de Sí mismos están en función de su nivel de desarrollo. A medida que madura el concepto de sí mismo, se estabiliza.

Sin embargo, la forma como éste mejora a través de la vocación depende de condiciones que son externas al individuo. El esfuerzo que se hace por tomar decisiones vocacionales durante la adolescencia es muy diferente a la que se hace en edades más maduras.

De acuerdo con Super, los diversos comportamientos vocacionales pueden comprenderse mejor si se toma en cuenta las demandas y presiones que cada ciclo vital impone en el individuo, y que están dirigidas a mejorar el concepto de sí mismo.

Con respecto a la elección de la carrera Super manifiesta que el individuo y la carrera que eligió esta de acuerdo, él “vivirá siempre feliz”. Por otro lado la psicología de las carreras se fundamenta en la psicología Evolutiva y supone que el desarrollo de las carreras se realiza conforme al desarrollo humano.

Super considera a la madurez vocacional como una extensión de su teoría. La madurez vocacional le permite al observador medir el nivel de desarrollo del individuo con respecto a los asuntos de su carrera.

Se espera que el comportamiento vocacional maduro tome diferentes formas que dependen del período de vida en que se encuentra el individuo.

Es posible que obtengan una percepción equivocada de la inteligencia, pero también se logra una percepción por medio de una previa autoevaluación.

3.1.2. Teoría de “Roe” sobre la influencia de la personalidad en la elección de carreras

Anne Roe psicóloga clínica se interesó por el estudio del desarrollo de las carreras por medio de la investigación de los rasgos de personalidad en grupos de personas de ciencias, biólogos, físicos, psicólogos, etnólogos todos investigadores, mediante entrevistas y observaciones.

La teoría se fundamenta en que cada individuo hereda una tendencia a gastar sus energías de una manera particular, la cual se combina con las diferentes experiencias de la infancia y moldea el estilo general que el individuo desarrolla para satisfacer sus necesidades a través de toda su vida. La teoría pretende presentar de manera explícita las relaciones entre factores genéticos, las primeras experiencias infantiles y la conducta vocacional.

Esta teoría establece que el fundamento genético de cada individuo sirve de base a sus habilidades e intereses. Los cuales forman parte de los parámetros para la elección profesional.

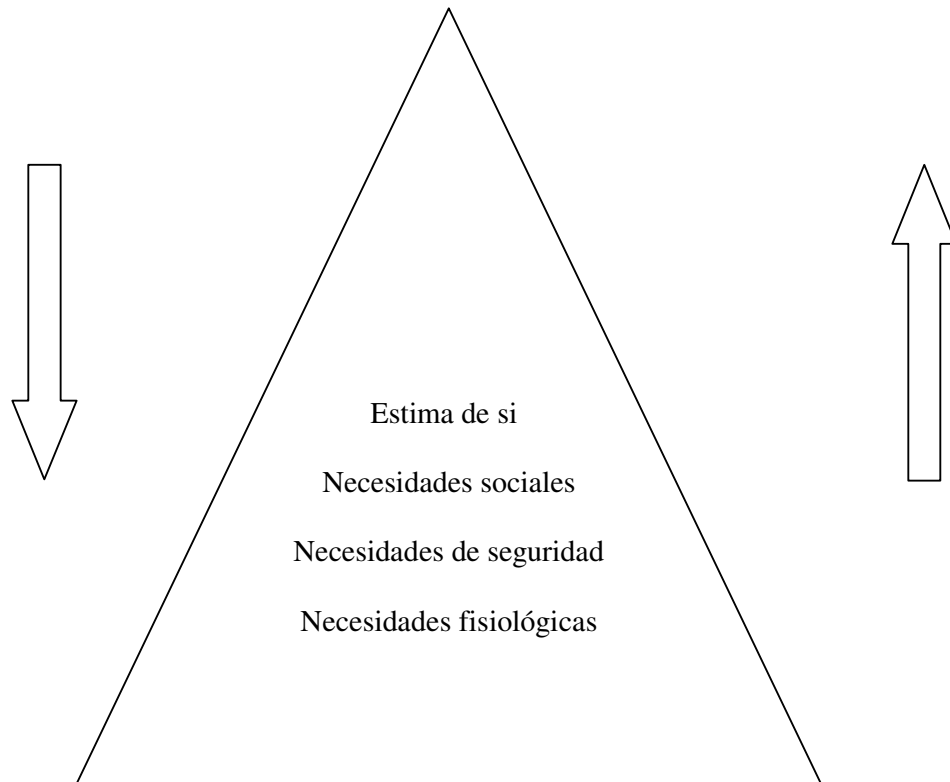
Rafael Prada en su obra *Profundamente humanos* dice: ³⁴“Las motivaciones integrales han sido estudiadas profundamente por muchos psicólogos humanistas (Allpor, 1937; Frankl, 1966 Maslow, 1970). Abraham Maslow, en especial las ha colocado en el ápice de su pirámide de motivaciones cuando explica la “teoría genética de las necesidades” cuanto mas abajo en la pirámide mas urgente son las motivaciones o necesidades: cuanto mas arriba mas humanas” Lo que supone que las necesidades de los humanos se pueden jerarquizar, siendo la necesidades fisiológicas de los niveles más bajos como el hambre, la sed y la respiración mucho mayores que el de niveles superiores como el afecto, el conocimiento y la

³⁴ PRADA, Rafael, *Profundamente humanos*, Editorial San Pablo. Santa Fé de Bogotá. Pag 28.

autorealización. Un pre-requisito para la expresión de una necesidad es la satisfacción de aquellas que están más bajo en la jerarquía. Autorrealización

Cada vez más urgentes

Cada vez más humanas



Al respecto de esta jerarquía de necesidades, y la selección de la vocación el Dr. Carlos Dávila manifiesta: ³⁵“Influyen en la selección de una vocación los factores genéticos combinados con las jerarquías de las necesidades. El grado de motivación hacia el logro de una meta vocacional es un producto de la organización y la intensidad de estructura particular de las necesidades del individuo. De tal forma que puede ser inferido a partir de sus logros en el grado en que un individuo está motivado hacia una línea vocacional”.

Otro punto que plantea la teoría está relacionado con la manera como el desarrollo de los patrones y la extensión de las necesidades básicas están afectados por las experiencias de la primera infancia.

Las interacciones que Anne Roe presenta en esta parte de la teoría son más explícitas y más abiertas a la validación empírica que las afirmaciones generales, relacionadas con la energía psíquica y la estructura genética de la personalidad.

Anne Roe afirma que las prácticas de instrucción infantil están relacionadas directamente tanto con los tipos de necesidades satisfechas como con las demoras implícitas en su gratificación.

➤ **Modos de Instrucción Infantil de Anne Roe**

Muchas de las técnicas de instrucción infantil, tiene que ver con la forma en que los padres interactúan con sus hijos/as así: Existen padres que ejercen su atención en el/la niño/a, sobreprotegiéndolo/a. Otros padres rechazan emocionalmente al/la hijo/a.

Los padres sobre protectores llenarán y cumplirán las necesidades fisiológicas del niño pero estarán menos dispuestos a gratificar las demandas de amor y estimación de éste y cuando se presenten demandas del niño existirá siempre la tendencia a premiar las conductas socialmente deseables.

³⁵ DAVILA, Carlos, *Manual de formación vocacional*, Editorial Flores. Quito Ecuador 1988 pag 4

Los padres que hacen demasiadas demandas a sus hijos comparten con los padres sobre protectores muchas prácticas, pero difieren en algunos aspectos, bajo circunstancias específicas que contribuyan a la realización del niño.

Los padres de tipo rechazante ejercen algunos efectos explícitos sobre las necesidades de sus hijos. Aquellos padres que dentro de ciertos límites ignoran el bienestar físico de sus hijos, probablemente no les causará tanto daño como aquellos que les dan amor y estimación bajo ciertas condiciones.

Los padres aceptantes, tanto del tipo amoroso como del casual ofrecen gratificación satisfactoria para las necesidades de sus hijos/as en casi todos los niveles, aún cuando los dos tipos de padres difieran con relación a sus hijos/as.

3.2. Personalidad y Carrera

Existen teorías de la elección de carreras que se relacionan con las teorías de la personalidad, muchas de las teorías de la personalidad y de carrera, los investigadores al respecto tratan de analizar los estudios sobre el tema, para contribuir y establecer la relación que existe entre la personalidad en los aspectos del desarrollo vocacional.

Para esto se hacen cuestionamientos como: ¿ Cuales son los rasgos de la personalidad de los ingenieros, abogados o de los médicos, entre otros ?.

Otra corriente científica tuvo su origen en la teoría psicológica de las necesidades, esta corriente plantea que las necesidades psicológicas servían como principio motivador de la conducta, ve al comportamiento como algo relacionado con las necesidades básicas.

3.3. Necesidades Psicológicas y Carrera.-

Las necesidades psicológicas de los seres humanos, combinadas con la presión que el ambiente ejerce sobre los individuos, permitieron construir la hipótesis que explica el comportamiento individual.

Los estados de tensión motivan la conducta del individuo. Esto se reduce con la satisfacción de la necesidad. El organismo asocia la reducción de la tensión con objetos y conductas particulares. Debido a estas asociaciones cuando cierta tensión es percibida, el individuo conoce la conducta que le reduce la tensión y que le satisface la necesidad motivante. Por lo cual la reducción de la tensión está bajo control del individuo mediante la identificación de las necesidades y del comportamiento adecuado.

Si se propone a las necesidades como factores que intervienen en la selección ocupacional, la gratificación de esas necesidades estará directamente relacionada con la satisfacción en el trabajo. Las necesidades psicológicas se relacionan con los deseos individuales de estudiar cierta carrera en la cual se desea satisfacer las necesidades particulares. En el grado en que una persona identifica sus necesidades y las posibles gratificaciones que para ellas encontrará en la ocupación elegida, se sentirá contenta en el trabajo.

3.4. Las Carreras y los valores de las ocupaciones

Los valores personales sirven de fundamento a la elección profesional. Es lógico pensar que un hombre que considera lo espiritual como el principal valor de su vida, elegirá distintas carreras y se comportará diferente de otro hombre cuyo principal valor es el económico.

La persona cuyo valor de vida es lo espiritual, se inclinará por profesiones que tengan que ver con la ayuda al prójimo, carreras de tipo social: curas, monjas, sociólogos, psicólogos.

Los que valoran principalmente el aspecto económico, escogerán carreras de índole financiera, economía, Ingeniería bursátil, auditoría entre otros.

Esto se ve complicado por el hecho de que después de la secundaria, cuando se toman las decisiones cruciales con respecto a las carreras, los valores son menos estables

Los valores personales desempeñan un papel importante en los determinantes de la conducta humana.

A medida que la persona madura, su cultura y sus percepciones influyen en los valores.

Los valores no son estáticos, ellos cambian y se desarrollan. El estudio de las correlaciones entre los valores y el comportamiento, en los primeros años y en la madurez, es importante para profundizar en el conocimiento del desarrollo vocacional.

3.5 . Los rasgos de personalidad y la carrera

Debido a las diferencias de papeles que las ocupaciones imponen a las personas, varían las características del ideal personal en las diversas ocupaciones.

La mayoría de la gente no tiene una formación rígida cuando ingresa a una ocupación, se supone que la exposición de las actividades y el clima de una ocupación dada, ejerce influencia en el comportamiento y en la personalidad del individuo. Por ejemplo, los contadores se caracterizan por ser personas cuidadosas y conservadoras en parte porque su trabajo requiere de esas características y porque la gente que las posee es atraída hacia la profesión de contador.

En consecuencia la teoría del factor característico tiene como meta de identificación de los distintos atributos personales propios de los miembros de cada una de las carreras. Por tanto, este punto de vista está fundamentalmente orientado hacia la investigación.

3.5. Madurez profesional.

La madurez profesional se usa para describir el grado de desarrollo, es decir la posición alcanzada dentro del continuo proceso de evolución profesional que se inicia en la etapa de exploración y termina en la decadencia. Se puede también

interpretar como edad profesional del individuo. A la madurez profesional se le define en términos de tipo de comportamiento

La madurez profesional se analiza desde cinco dimensiones:

➤ **Mayor orientación hacia la elección profesional**

Se manifiesta en el estudiante que se preocupa por los problemas de elección profesional y por la efectividad de los recursos de que dispone para enfrentarse a la tarea de su elección.

➤ **Información y planeación de la ocupación preferida**

En donde se analiza:

- a) La información específica que cada estudiante posee acerca de esa preferencia.
- b) El grado de especificidad de su plan para la elección profesional.
- c) El grado en que el estudiante participa en las actividades de carácter vocacional.

➤ **La consistencia en la preferencia profesional**

Hace referencia hacia una buena dimensión de la madurez profesional, ya que cuanto mayor sea la madurez, mas definidos resultaran los objetivos, por lo contrario menor serán las posibilidades de eliminar las preferencias menos atractivas.

➤ **La cristalización de los rasgos**

Se considera como otra dimensión ya que más integro y elaborado esta el sistema de rasgos y aptitudes del individuo, mas capacitado estará para enfrentarse con los problemas que plantean el ajuste y la elección profesional. En tal virtud la madurez se puede definir en función del grado de conformación que ha alcanzado las aptitudes y los rasgos del sujeto como un fundamento para la acción.

➤ **La prudencia en la elección profesional**

Los índices que reflejan el acuerdo entre la habilidad y la preferencia, comparan las medidas ante esta preferencia y estudia la relación entre la medida del nivel ocupacional del interés con la medida del nivel ocupacional de la preferencia, tomando en cuenta la posibilidad económica del estudiante en función de la combinación de inventarios, así como de datos obtenidos en las entrevistas. Es una dimensión compleja y difícil de manejar pero muy satisfactoria desde el punto de vista conceptual porque tiene que ver con la sensatez del individuo.

MARCO EMPIRICO

Este proceso de investigación se basa principalmente en un estudio de campo en la que la parte practica permite contrastar con lo correspondiente a lo teórico lo cual ha contribuido en gran medida a corroborar en la afirmación de la hipótesis inicialmente planteada para el problema de: cómo influye la autoestima en la elección profesional de los/as alumnos/as de tercer año de Bachillerato del colegio Técnico Provincia del Pastaza y siempre con apego a las preguntas directrices que bien orientan este trabajo, se ha partido de la aplicación a los/as estudiantes objeto de estudio el test de Rogelio Soto Pasco cuya finalidad estableció ciertos indicadores en cuanto al grado del nivel de autoestima que poseían y que permitió por lo tanto determinar, planificar, ejecutar y evaluar actividades que contemplan dentro de las estrategias metodologicas, valiéndose de recursos didácticos como: videos, carteles, filmadora, material de escritorio, copias, entre otros, que permitan elevar el nivel de autoestima en los/as jóvenes.

Es menester señalar que también se realizo actividades con los maestros y fundamentalmente con los padres de familia con quienes mantienen una relación estrecha sus hijos/as, con la presencia de un número reducido que corresponden a familiares lo cual contribuyen muy poco o casi nada en el fomento de la autoestima a sus representadas como se pueden apreciar en los resultados estadísticos.

En esta investigación se ha partido de los resultados particulares que conllevan a un análisis minucioso de cada uno de ellos y del grupo, para llegar a la generalización lo cual indica la aplicación del método inductivo-deductivo.

CONCLUSIONES

1. De los conceptos que se exponen en la investigación puedo yo concluir manifestado que: Autoestima es la VALORACION que tiene la persona de sí mismo y que le permite sentirse conforme de lo que hace, piensa o siente.
2. La esencia de la autoestima es confiar en la propia mente y saber que somos merecedores de la felicidad, si la persona confía en su mente y en su criterio es más probable que se conduzca como un ser reflexivo y asertivo. Como lo afirma Josè Antonio Alcàntara, Pág. 21, cita Nro. 6.
3. Cuanto mayor sea la autoestima, mas fuerte es el deseo de expresar y reflejar la riqueza interior (valores). Como se deduce del anexo Nro. 2
4. Cuanto mayor sea la autoestima, la comunicación es mas abierta honrada, y apropiada porque los pensamientos para ese individuo tienen un valor. Según F. Voli. Pág. 22, cita Nro. 8
5. Cuanto más sólida es nuestra autoestima, mejor preparada esta la persona para hacer frente a los problemas en su vida privada y en su profesión. “cuanto mas rápido se levanta tras una caída, mayor energía tendrá para empezar de nuevo”. De acuerdo a la afirmación de Rogelio Soto Pasco. Pág. 27, cita Nro. 11.
6. Cuanto mayor es la autoestima en una persona, estará más dispuesto a tener relaciones más gratificantes que perjudiciales porque lo igual llama a lo igual, así: la vitalidad, atrae más a las personas con buena autoestima que a las personas dependientes o vacías. Respaldada en la cita de la conclusión anterior.
7. Cuanto mas saludable sea nuestra autoestima, mas se inclinara el individuo a tratar a sus semejantes con respeto, benevolencia, buena voluntad, justicia; dado que el respeto a si mismo es el fundamento del respeto a los demás. Como se indica en la Pág. 20, cita Nro. 5, correspondiente a la sentencia bíblica.

8. El medio que rodea al estudiante del Colegio Técnico provincia del Pastaza, ofrece la posibilidad de una autoestima pobre individual y grupal que no le permite desarrollarse. Como se puede observar en los resultados del pretest sobre autoestima en el cuadro Nro 3.
9. Lo/as adolescentes que poseen autoestima positiva, se toma a si mismo en serio, sabe que se merece lo mejor que la vida puede ofrecerle, conoce sus deseos y se esfuerza por satisfacer sus necesidades. La autoestima positiva que se logró en la mayoría de los/as adolescentes del Colegio Técnico Provincia del Pastaza, sirvió como aporte para su elección profesional.
10. Posterior a la aplicación de los talleres de autoestima los/as adolescentes aprendieron a valorar a sus semejantes, empezando por sus progenitores, luego de establecer la autovaloración de cada joven, valoran a los que le rodean.
11. La presencia de los representantes en los talleres como en el de “Venta del Cielo” permitió conocer como ven los padres a sus hijos/as.
12. El éxito total para obtener autoestima positiva en los/as jóvenes esta en el hecho de que: ³⁶“se les de amor en etapas infantiles, entre los 3 y 10 años”. Gillham L., Heber.
13. La autoestima es dinámica, al revisar los datos estadísticos nos permiten establecer que al aplicar los talleres, charlas a los/as jóvenes en su mayoría lograron cambio en su valía.
14. El incremento del nivel de autoestima en los/as alumnos/as de tercero de bachillerato del Colegio Técnico Provincia del Pastaza, fue robustecida y fortificada por la presencia y la participación dinámica, activa e interesante en los diferentes talleres y charlas relacionadas con la autoestima que se desarrollaron con los representantes que en su mayoría fueron progenitores.

³⁶ GILLHAN, L Heber *Cómo ayudarse a sí mismo y a aceptarse a los demás* Tercer edición. Editorial Paidós educador 1991.

- 15.** El apoyo en el proceso de Orientación Profesional que se brindó a los estudiantes de tercero de Bachillerato del Colegio Técnico Provincia del Pastaza fue concomitante a la investigación posterior a la aplicación de los talleres, con una autoestima ya mejorada la cual influyó para que los/as jóvenes elijan adecuadamente la profesión que va a seguir en la Universidad, la mayoría optaron por la educación superior. (Anexo Nro 11)
- 16.** La experiencia vivida por los padres de familia de conocerse un poco más a sí mismo y a los que se encuentran a su alrededor, fue enriquecedora porque este espacio fue propicio para mejorar la interrelaciones sociales que ayudan a fortalecer la autoestima.
- 17.** Al terminar el análisis estadístico puedo manifestar que la autoestima sí influye en la elección profesional de los estudiantes de tercer año de bachillerato del Colegio Técnico Provincia del Pastaza. De acuerdo al planteamiento de la hipótesis, lo que se verifica al revisar cada uno de los cuadros estadísticos correspondientes a autoestima positiva y elección profesional. Se desprende entonces la importancia que tiene este tema dentro del campo educativo que debe ser integrado en la planificación y programación curricular de cada área de estudio y debería dar mayor importancia el DOBE Departamento de Orientación y Bienestar Estudiantil, porque se encuentra dentro de los valores de inserción social destinado a completar la formación integral del educando, ya que se pone énfasis en el desarrollo actitudinal importante para un adecuado desempeño en el campo laboral y una participación con ética en las relaciones interpersonales en el ámbito familiar y social.
- 18.** La elección de una profesión es un acto expresivo que refleja la motivación, el conocimiento, la capacidad de la persona y la personalidad porque para elegir una profesión debemos estar motivados, interesados, conocer la ocupación que se va a realizar, su reflexión y comprensión de sí mismo y de sus capacidades
- 19.** Una buena autoestima permite en el hogar un buen hijo/a un esposo/a respetuoso/a, un padre o madre de familia ejemplar es decir un buen ciudadano/a. Mientras que una autoestima positiva en el campo educativo

significa alumnos/as con buen rendimiento escolar, con capacidad de tomar una correcta decisión por la especialidad lo que conduce a ser realidad su objetivo profesional..Anexo No. 2

RECOMENDACIONES

1. El ser humano, que en el proceso de maduración psicológica, siempre tiene oportunidades de superarse, de entregarse, de buscar lo trascendente, de crearse su presente y se encuentra en manos de los educadores, quienes dirigen grupos los que están llamados a insertar dentro de sus programas temas que conlleven al estudiante a conocerse y valorarse a sí mismo y que ayuden a emprender cambios en el pensar y obrar que tomen conciencia del verdadero sentido de su existencia.
2. El trabajo que desarrolla el departamento de Orientación Vocacional DOBE, con los/as estudiantes del tercero de bachillerato del colegio Técnico Provincia de Pastaza, debe ser integral es decir sin dejar de lado la parte actitudinal que corresponde a la autoestima.
3. Los maestros y los padres de familia deben estar listos al cambio, dispuestos abrir sus corazones, a brindar confianza, apoyo, escuchando a los/as jóvenes con equilibrio emocional, tomando en cuenta sus capacidades y mejorando sus limitaciones, debe estar alerta a las exteriorizaciones positivas de los/as estudiantes, para estimular, aplaudir, felicitar, lo que le permitirá elevar el nivel de autoestima, el maestro no debe buscar la tierra sino el oro lo que significa no mirar los defectos sino las virtudes.
4. Los padres y maestros deben abstenerse de etiquetar a los alumnos/as, hijos/as, porque estas pueden moldear o deformar la personalidad del joven lo que no contribuye con la búsqueda y nutrición de la autoestima.
5. El colegio debe continuar brindando la oportunidad de planear y ejecutar proyectos educativos tendientes a investigaciones encaminados a mejorar la calidad de educación.
6. Los que conforman el hecho educativo deben demostrar amor a sus alumnos/as, hijos/as, porque todos desarrollan autoestima cuando reciben amor, respeto, cariño. Caso contrario si se lo castiga se lo irrespeta, no se le permite el desarrollo de sus valores, creciendo niños/as y jóvenes desdichados.

Anexos

CUADRO N^{ro}. 1

POBLACION ESTUDIANTIL, ALUMNOS DE 3^{ro} BACHILLERATO

Año 2002 - 2003

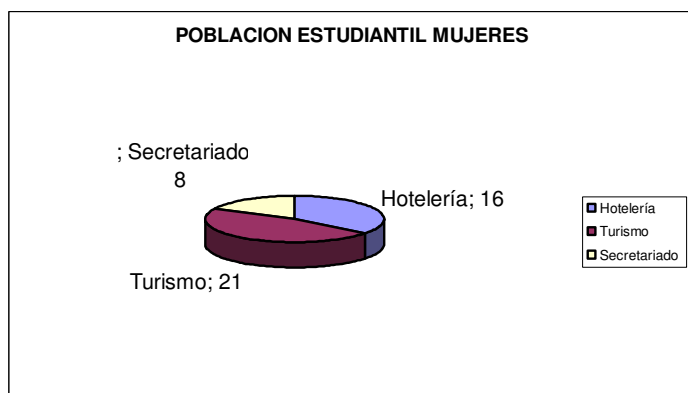
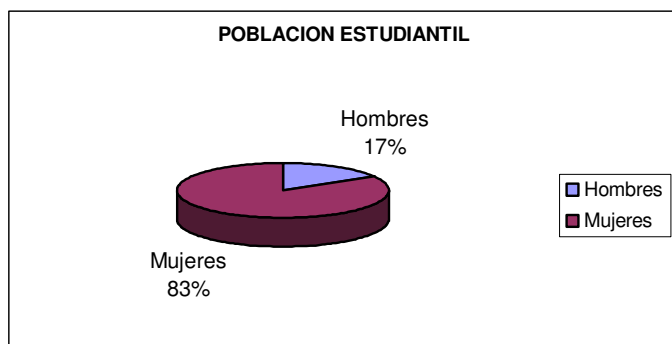
COLEGIO TECNICO PROVINCIA DEL PASTAZA						
Tercero de bachillerato			Población estudiantil			
Especialidad	No. Alumnos	%	Varones		Mujeres	
			Nro.	%	Nro.	%
Hotelería	20	37,03	4	44,44	16	35,55
Turismo	26	48,14	5	55,55	21	46,66
Secretariado	8	14,81	0	0	8	17,77
Total	54	99,99	9	100	45	99,99

Hombres	9	16,67
Mujeres	45	83,33
Total	54	100

Hombres 16,67
Mujeres 83,33

Fuente :	Secretaría del colegio	
Elaborado por	Matilde Villacrès	
Fecha:	jul-03	

REPRESENTACION GRAFICA DEL CUADRO N^{ro} 1



ANALISIS DEL CUADRO N^{ro} 1

Este cuadro permite determinar que la investigación se realiza en un colegio mixto en donde el 17% de la población que viene a ser también la muestra son de sexo masculino, mientras que el 83% corresponde al sexo femenino.

Además señala también las tres especialidades con las que cuenta este establecimiento educativo como son Turismo, Secretariado y Hotelería y consta el número de alumnos ubicados en la rama técnica.

Los resultados obtenidos en la investigación no se puede generalizar, pero se puede considerar como una experiencia importante el tema de la autoestima que es una piedra angular para el crecimiento personal, el cual influye en los adolescentes a la hora de elegir su carrera.

CUADRO N^{ro} 2

ASISTENCIA DE LOS REPRESENTANTES DE LOS ESTUDIANTES
DE TERCERO DE BACHILLERATO A LOS TALLERES DE
AUTOESTIMA

Año 2002 - 2003

COLEGIO TECNICO PROVINCIA DEL PASTAZA				
Especialidad	Nro. Alumnos		Nro. Padres	
	Nro.		Nro.	%
Hotelería	20		20	37,73
Turismo	26		25	47,16
Secretariado	8		8	15,09
Total	54		53	99,98

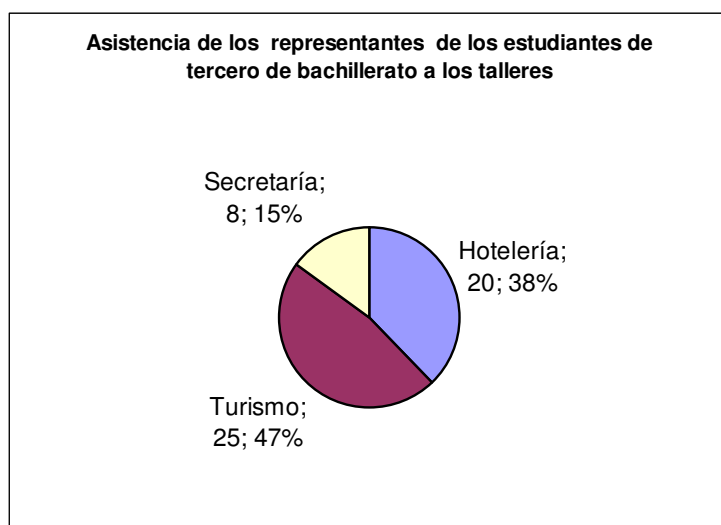
Hotelería	20	37,73	98,10%
Turismo	25	47,16	
Secretariado	8	15,09	
	53	99,98	

La presencia del padre se familia es fundamental como se puede apreciar en el cuadro lo cual nos indica que ayuda mucho porque si ellos reconocen y tienen una autoestima elevada pueden reconocerlo en los que le rodean o el que se ama a si mismo puede amar a los demás.

Fuente :	Secretaría del colegio
Elaborado por:	Matilde Villacrès
Fecha:	jul-03

REPRESENTACION GRAFICA DEL CUADRO N^{ro} 2

Hotelería	20	37,73
Turismo	25	47,16
Secretaría	8	15,09
	53	99,98



ANALISIS DEL CUADRO N^{ro} 2

Este cuadro nos permite visualizar con claridad la importancia que dan los padres de familia al asistir con entusiasmo y participar decididamente en los talleres relacionados con la autoestima lo que contribuyó a alcanzar los objetivos propuestos, como es aprender a valorarse a si mismo, a sus hijos/as y a quienes les rodean, aspecto fundamental para que exista una buena interacción entre padre e hijos/as.

Cabe señalar que la asistencia fue en un 98.1% y se trabajó en las dependencias del colegio.

Test de Autoestima: Autoexamen de Rogelio Soto Pasco

Para medir el nivel de autoestima de los estudiantes de tercer año de Bachillerato de Colegio Técnico Provincia del Pastaza, se considera importante, aplicar previa la realización de talleres, conferencias para tener datos reales que se puedan cotejar con los que se obtengan al finalizar el trabajo con el tema, lo cual ayudara a determinar si la autoestima o su valía, constituye un parámetro fundamental al a hora de elegir la profesión, de manera que va a permitir confirmar o negar el planteamiento de la hipótesis.

Nota de presentación:

Querido estudiante, el presente test tiene como finalidad ayudarte a conocerte a ti mismo, te solicito que respondas con la mayor sinceridad posible; en el espacio a la derecha de cada criterio escribe el numero aplicable de acuerdo a la siguiente escala: (1, 2, 3, 4):

Nunca = 1

Casi siempre = 2

Algunas veces = 3

Siempre = 4

Preguntas

- 1 Me siento alegre**
- 2 Me siento incomoda con la gente que no conozco
- 3 Me siento dependiente de otros
- 4 Siento que no me agrada mi especialización
- 5 Me siento muy triste
- 6 Prefiero que no me hables de mis estudios
- 7 Cuando las cosas salen mal es mi culpa
- 8 Siento que soy agradable a los demás
- 9 Es bueno cometer errores

- 10 Si las cosas salen bien se deben solo a mis esfuerzos
- 11 Es de personas inteligentes rectificar errores
- 12 Me siento el ser menos importante del mundo
- 13 Para que me acepten debo hacer lo que los demás quieren
- 14 Me siento la persona importante del mundo
- 15 Siento que las personas se ríen de mí
- 16 A mí todo me resbala
- 17 Yo me río del mundo entero
- 18 Todo me resulta bien
- 19 Me siento contento con mi aspecto físico
- 20 Siento que mi estatura no es correcta
- 21 Acepto en buena forma las críticas constructivas
- 22 Hablo abiertamente de mis sentimientos
- 23 Siento que elegí mal mi especialización
- 24 Solo me gusta que me alaben
- 25 Me divierte reírme de mis errores
- 26 Mis sentimientos me los guardo solo para mí
- 27 Yo soy perfecto
- 28 Me alegro que otros fracasen
- 29 Evito nuevas experiencias
- 30 Me gusta hacer problemas a los demás
- 31 Me da miedo cambiarme de especialización
- 32 Acepto los retos sin pensarlo
- 33 Encuentro excusas para no aceptar los cambios
- 34 Los demás cometen muchos errores
- 35 Los retos son una amenaza para mí
- 36 Me considero sumamente agresivo
- 37 Me gustaría cambiar mi apariencia física
- 38 Realmente soy tímido

INTERPRETACION DEL AUTOEXAMEN

Sumar los números que haya escrito en la columna a la izquierda, los resultados se interpretan en la siguiente tabla:

- 57 o menos = Autoestima alta negativa
- 58 a 70 = Autoestima alta positiva
- 71 a 83 = Autoestima baja.

CUADRO N^{ro} 3

APLICACIÓN DEL PRETEST DE "ROGELIO SOTO PASCO"
 APLICADO A LOS ALUMNOS DE 3^{ero} DE BACHILLERATO DEL
 COLEGIO NACIONAL PASTAZA.

Año 2002 - 2003

COLEGIO TECNICO PROVINCIA DEL PASTAZA

Aplicación de Test alumnos

Pretest

ESPECIALI DAD	Alumnos		Autoestima baja		Autoestima alta positiva		Autoestima alta negativa	
	Nro.	%	Nro.	%	Nro.	%	Nro.	%
Hotelería	20	37,00	16	39,02	3	27,27	1	50
Turismo	26	48,10	19	46,34	7	63,63	0	0
Secretariado	8	14,80	6	14,63	1	9,09	1	50
TOTAL	54	99,99	41	99,99	11	99,99	2	100

Autoest. Pos.	11
Autoest. Baj.	41
Autoest.Neg.	2
TOTAL	54

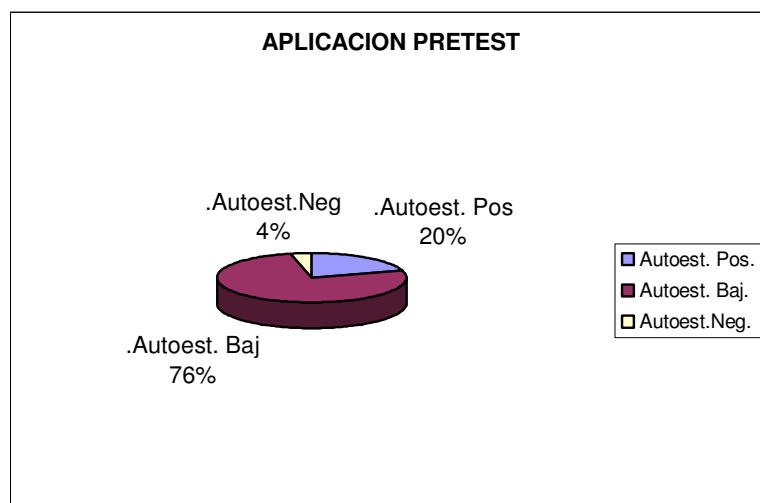
Autoestima alta positiva: jovenes independientes, autonomos, seguros de sus capacidades, asumen responsabilidades,tienen confianza en si mismos

Autoestima alta negativa: estudiantes que se sobrevaloran, que piensan que lo que ellos/as dicen es lo que vale o importa.

Autoestima baja: alumnos/as hipersensibles, inestables impotentes, inseguros.

Fuente :	Secretaría del colegio
Elaborado por	Matilde Villacrès
Fecha:	jul-03

REPRESENTACION GRAFICA DEL CUADRO N^{ro} 3



ANALISIS DEL CUADRO N^{ro} 3

De 54 alumnos/as que se aplicó el pretest sobre autoestima-autoexamen de Rogelio Soto Pasco 11 estudiantes presentan autoestima alta positiva, correspondiente al 20 % quienes representan un grupo minoritario de la muestra, esto significa que son jóvenes que se autovaloran y que actúan con autonomía, están seguros de sus capacidades, son individuos que asumen responsabilidades, tienen confianza en sí mismo. Mientras que el 76% que corresponde a 41 alumnos presentan una autoestima baja, esto implica un problema preocupante ya que es un grupo representativo de la muestra estudiada, lo que determina que son adolescentes indecisos, hipersensibles, inestables, impotentes, que tienen dificultad en ser personas auténticas u originales, que manifiestan sentimientos de inferioridad y de poca valía; situación que compromete a la ejecución de un trabajo dedicado y responsable encaminado a mejorar el nivel de la autoestima.

CUADRO N^{ro} 4

CONOCIMIENTO DE LOS ALUMNOS DE 3^{ro} DE BACHILLERATO
SOBRE AUTOESTIMA , POSTERIOR A LA APLICACIÓN DE
CHARLAS.

Año 2002 - 2003

COLEGIO TECNICO PROVINCIA DEL PASTAZA							
Especialidad	No. Alumnos	Autovaloración		Autoimágen		Quererse	
		Nro.	%	Nro.	%	Nro.	%
Hotelería	20	14	36,84	4	36,36	2	40
Turismo	26	16	42,1	7	63,63	3	60
Secretariado	8	8	21,05	0	0	0	0
Total	54	38	99,99	11	99	5	100
		70,37%		20,37		9,25%	

76

Autovalora	38	70,37%
Autoimágen	11	20,37%
Quererse	5	9,25%

Autovalora	70,37%
Autoimágen	20,37%
Quererse	9,25%

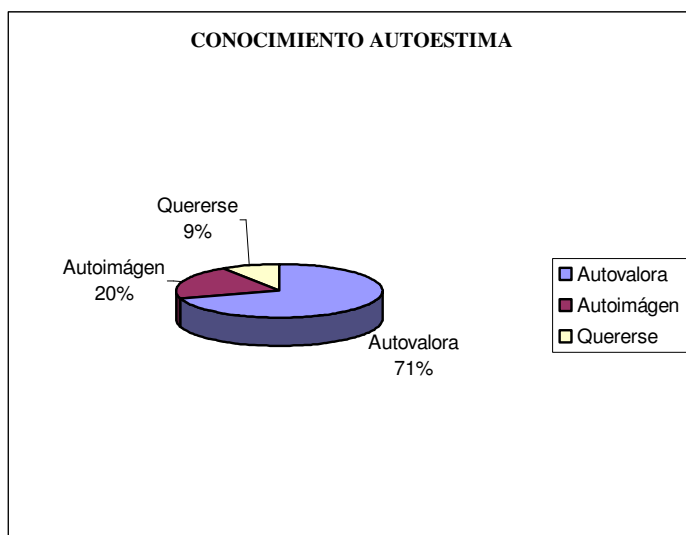
Autoestima:

Concepto Trabajando nuestra imagen
Importancia
como elevar la autoestima
Cualidades de la autoestima

Fuente :	Aplicación de charlas a los alumnos/as				
Elaborado por:	Matilde Villacrès				
Fecha:	jul-03				

REPRESENTACION GRAFICA DEL CUADRO N^{ro} 4

Autovalora	38
Autoimágen	11
Quererse	5



ANALISIS DEL CUADRO N^{ro} 4

Sobre los conocimientos de autoestima que emitieron los/as alumnos/as, posterior a la aplicación de talleres y charlas relacionados a la autoestima, como por ejemplo el concepto, su importancia, como elevar la autoestima, las cualidades de la autoestima, se observa claramente que han logrado comprender lo que es la autoestima, a través de sus sinónimos; como autovalorarse, autoimagen y quererse a sí mismo.

Es así como un 20.37% definen la autoestima como la autoimagen que la persona tiene de sí.

El 70.37% de estudiantes considera a la autoestima como autovaloración que es valorarse así mismo.

Un 9.25% de alumnos/as determinan a la autoestima como quererse a sí mismo.

CUADRO N^{ro} 5

TALLER DE AUTOESTIMA, "VENTA DEL CIELO" DIRIGIDO A
PADRES DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO DE
BACHILLERATO

Año 2002 - 2003

COLEGIO TECNICO PROVINCIA DEL PASTAZA					
Especialidad	No. Padres	Reconocen cualidades en el hijo/a (Padres)		No reconocen cualidades del hijo/a con respecto a especialización (Padres)	
		Nro.	%	Nro.	%
Hotelería	20	16	47,05	4	21,05
Turismo	25	15	44,11	10	52,63
Secretariado	8	3	8,82	5	26,32
Total	53	34	99,99	19	100
		64.15 %		35,80%	

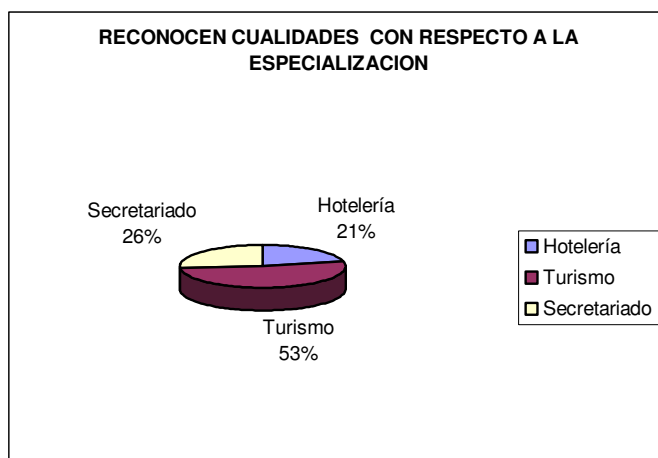
Hotelería	4	21,05
Turismo	10	52,63
Secretariado	5	26,32
	19	100

Hotelería	21,05
Turismo	52,63
Secretariado	26,32

Fuente :	Taller aplicado a padres e hijos				
Elaborado por:	Matilde Villacrès				
Fecha:	jul-03				

REPRESENTACION GRAFICA DEL CUADRO N^{ro} 5

Hotelería	4
Turismo	10
Secretariado	5



ANALISIS DEL CUADRO N^{ro} 5

Al realizar un análisis de este cuadro nos permite determinar que los resultados obtenidos en la aplicación del taller: “Venta del cielo” a los padres de familia de los/as estudiantes objeto de estudio. Del grupo de 53 padres de familia o representantes que asistieron, los 34 que corresponde al 64.15% si reconocen cualidades en sus hijos/as, lo que determina que la mayoría visualizan características positivas en sus representados con respecto a la especialización.

Mientras que el 35.80% de representantes es decir 19 padres de familia no reconocen cualidades que resalten en sus representados con respecto a la especialización, por la sencilla razón de que alguno de los asistentes no son sus progenitores.

CUADRO N^{ro} 6

TALLER: "EL DIA MAS FELIZ" APLICADO A LOS PADRES DE
FAMILIA DE LOS ALUMNOS DE 3^{ro} BACHILLERATO.

Año 2002 - 2003

COLEGIO TECNICO PROVINCIA DEL PASTAZA						
ESPECIALI DAD	Nro. Padres	%	Reconocen autoestima del hijo			
			Si	%	No	%
Hotelería	20	37,74	16	36,36	4	44,44
Turismo	25	47,17	20	45,45	5	55,56
Secretariado	8	15,09	8	18,18		
TOTAL	53	100	44	100,00	9	100,00
			83%		17%	

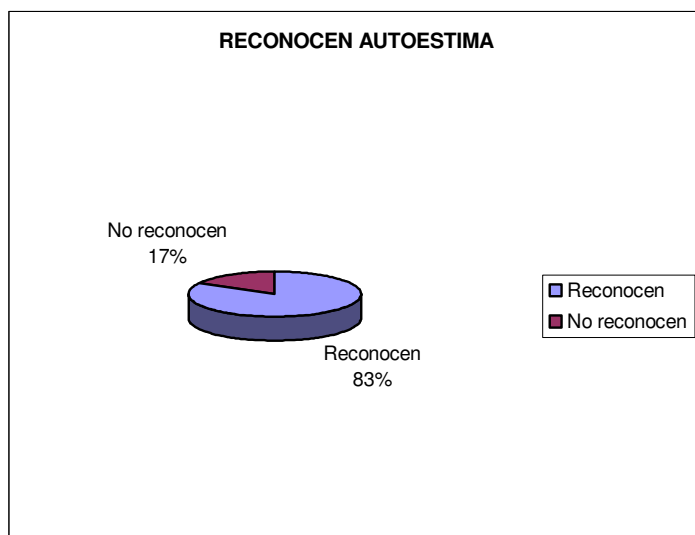
Reconocen	44	83,02
No reconocen	9	16,98
	53	100,00

Reconocen	83,02
No reconocen	16,98

Fuente :	Taller aplicado a padres de familia
Elaborado por	Matilde Villacrès
Fecha:	jul-03

REPRESENTACION GRAFICA DEL CUADRO N^{ro} 6

Reconocen	44
No reconocen	9



ANALISIS DEL CUADRO N^{ro} 6

En este taller: “El día más feliz de mi vida” aplicado a los padres de familia se llegó a la siguiente conclusión:

De los 53 representantes, 44 que corresponde al 83% resaltaron acontecimientos que marcaron aspectos inolvidables en su vida los mismos que estuvieron relacionados con experiencia comunes con sus hijos/as, lo que reflejó el amor hacia ellos, haciendo que estas actitudes de los padres con respecto a sus progenitores contribuyan ala buena formación de la autoestima.

Se distingue también un 17% que equivale a 9 representantes cuyas respuestas no se relacionan con el objetivo del taller, en vista que no son sus progenitores. Lo cual nos indica que no contribuyen en un ciento por ciento en el incremento de la autoestima en sus representados/as

CUADRO N^{ro} 7

CUESTIONARIO APLICADO A PADRES DE LOS ALUMNOS DE 3^{ro}
DE BACHILLERATO ¿CUANTO CONOCE A SU HIJO?.

Año 2002 - 2003

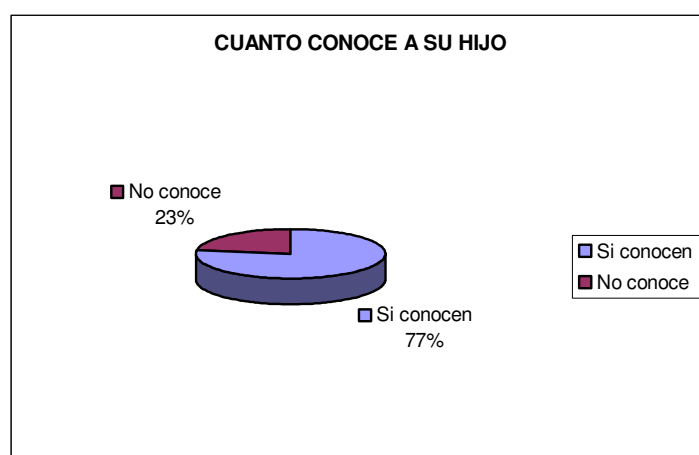
COLEGIO TECNICO PROVINCIA DEL PASTAZA						
ESPECIALIDAD	PADRES DE FAMILIA		SI CONOCEN		NO CONOCEN	
	Nro	%	Nro	%	Nro	%
Hotelería	20	37,7358	15	28,30	5	9,4
Turismo	25	47,1698	19	35,80	6	11,32
Secretariado	8	15,0943	7	13,20	1	1,88
Total	53	100	41	77,30	12	22,6

Si conoce	41	77%
No conoce	12	23%
Total	53	

Fuente :	Cuestionario aplicado a padres de familia
Elaborado por:	Matilde Villacrès
Fecha:	jul-03

REPRESENTACION GRAFICA DEL CUADRO N^{ro} 7

Si conocen	41
No conoce	12



ANALISIS DEL CUADRO N^{ro} 7

Los resultados obtenidos en el cuestionario aplicados a los padres de familia, determinan que el 77.30% conocen a sus hijos/as con respecto a preferencias amistades y proyectos que tiene para el futuro.

Entre tanto el 22.60% no responden o lo hacen a medias sus respuestas por situaciones señaladas anteriormente son únicamente representantes los hermanos/as, tíos/as, abuelos/as, vecinos/as

CUADRO N^{ro} 8

APLICACIÓN DEL POSTEST DE "ROGELIO SOTO PASCO" DE
AUTOESTIMA A LOS ALUMNOS DE 3^{ro} DE BACHILLERATO

Año 2002 - 2003

COLEGIO TECNICO PROVINCIA DEL PASTAZA								
ESPECIALI - DAD	Alumnos		Autoestima baja		Autoestima alta positiva		Autoestima alta negativa	
	Nro.	%	Nro.	%	Nro.	%	Nro.	%
Hotelería	20	37,00	4	50	15	33,33	1	100
Turismo	26	48,10	4	50	22	48,88	0	0
Secretariado	8	14,80	0	0	8	17,77	0	0
TOTAL	54	99,99	8	100	45	99,90	1	100

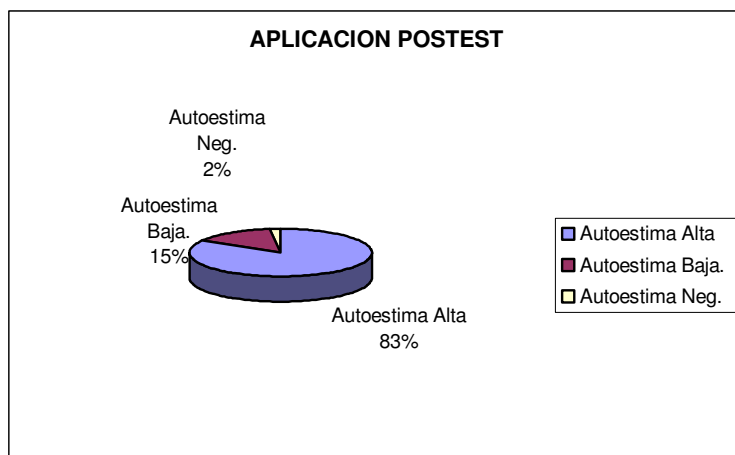
POSTEST AUTOESTIMA

Autoestima		
Alta	45	83,33
Autoestima		
Baja	8	14,81
Autoestima		
Neg.	1	1,85
	54	100

Fuente :	Aplicaciòn Posttest autoestima a alumnos
Elaborado por:	Matilde Villacrès
Fecha:	jul-03

REPRESENTACION GRAFICA DEL CUADRO N^{ro} 8

Autoestima Alta	45
Autoestima Baja.	8
Autoestima Neg.	1



ANALISIS DEL CUADRO N^{ro} 8

En el postest se observa que se logra incrementar el nivel de autoestima alta en un 83.3% que inicialmente fue de 20.30% en los/as estudiantes de tercero de bachillerato del Colegio Técnico Provincia del Pastaza, siendo un resultado satisfactorio ya que será el pilar fundamental para el/la joven, al momento de elegir su profesión.

Los resultados también señalan que el 14.81% del grupo objeto de estudio aun tienen una autoestima baja, en un número de 8 estudiantes.

Mientras que un alumno que corresponde al 1.85% del total de la muestra apunta a una autoestima alta negativa que cae en el plano de exagerada.

CUADRO N^{ro} 9

DIFERENCIA ENTRE PRETES Y POSTEST DE "ROGELIO SOTO PASCO" A LOS ALUMNOS DE 3^{ro} DE BACHILLERATO.

Año 2002 - 2003

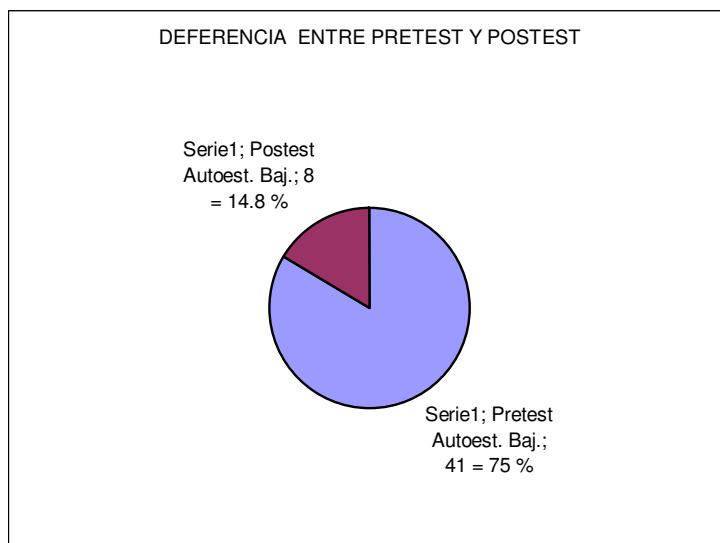
COLEGIO TECNICO PROVINCIA DEL PASTAZA						
3ero. Bachillerato	PRETEST		POSTEST			
	Autoestima baja		Autoestima baja		Diferencia	
	Nro.	%	Nro.	%	Nro.	%
Hotelería	16	39,02	4	50	12	36,36
Turismo	19	46,34	4	50	15	45,45
Secretariado	6	14,63	0	0	6	18,18
Total	41	99,99	8	100	33	99,99

Pretest	41
Autoest.	
Baj.	
Posttest	8
Autoest.	
Baj.	

Fuente :	Pretest y Posttest
Elaborado por:	Matilde Villacrès
Fecha:	jul-03

REPRESENTACION GRAFICA DEL CUADRO N^{ro} 9

Pretest Autoest. Baj.	41	75%
Postest Autoest. Baj.	8	15%



ANALISIS DEL CUADRO N^{ro} 9

Al realizar un análisis comparativo de los análisis arrojados en el pretest y posttest y considerando el nivel de autoestima baja que fue un problema inicial en 41 estudiantes es decir en un 75.90% y luego de haber trabajado con la ejecución de talleres, aplicación de técnicas, dinámicas, explicación de la importancia de elevar el nivel de autoestima y la realizan de ejercicios que incrementan nuestra valía, además de incluir a sus padres o representantes y maestros/as en este proceso se llega con éxito a disminuir el porcentaje de autoestima baja a un 14.80%.

Es meritorio señalar que las 6 alumnas de la especialización de secretariado superan su bajo nivel de autoestima correspondiente al 18.18%.

CUADRO N^{ro} 10

OPCIONES A SEGUIR DE LOS ALUMNOS DE 3^{er} BACHILLERATO

Año 2002 - 2003

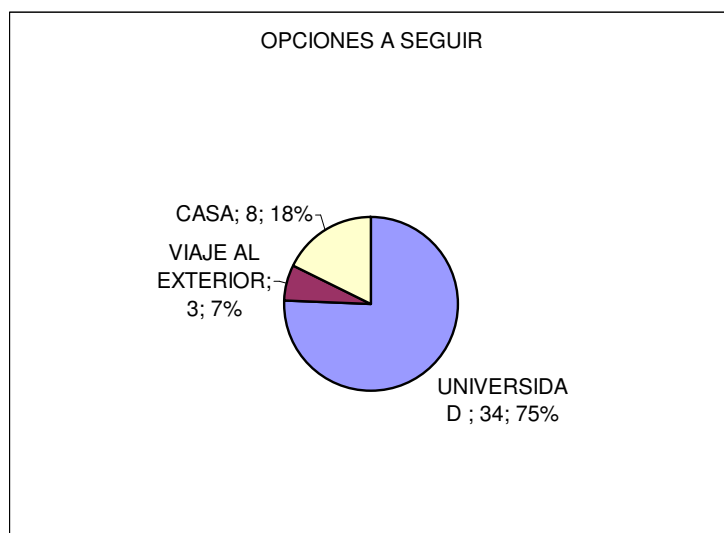
COLEGIO TECNICO PROVINCIA DEL PASTAZA					
ESPECIALIDAD	N ro				
		AUTOESTI MA ALTA	UNIVERSI DAD	CASA	EXTRANJER O
HOTELERIA	20	15	11	2	1
TURISMO	26	22	18	4	1
SECRETARIADO	8	8	5	2	1
TOTAL	54	45	34	8	3

OPCIONES		
	Nro	%
UNIVERSIDAD	34	75.5 %
VIAJE AL EXTERIOR	3	6.66
CASA	8	17.77
TOTAL	45	100,00

Fuente :	Seguimiento al graduado
Elaborado por:	Matilde Villacrès
Fecha:	oct-04

REPRESENTACION GRAFICA DEL CUADRO N^{ro} 10

	Nro	%
UNIVERSIDAD	34	75,56
VIAJE AL EXTERIOR	3	6,67
CASA	8	17,78
TOTAL	45	100,00



ANALISIS DEL CUADRO N^{ro} 10

Este cuadro nos permite confirmar la premisa hipotética planteada en el problema, ya que de 45 alumnos/as que tienen autoestima alta positiva, 34 de ellos/as que corresponde al 75.50% siguen carreras afines a su especialidad en diferentes universidades sean estas regional o nacional.

Entre tanto 3 alumnos/as que corresponden al 6.60% han migrado hacia el exterior.

Se aprecia además que 8 alumnos/as que corresponde al 17.70% se dedican a diversas actividades.

COEFICIENTE DE CORRELACION

	X	Y	X ²	Y ²	XY
HOTELERIA	11	15	121	225	165
TURISMO	18	22	324	484	396
SECRETARIADO	5	8	25	64	40
TOTAL	34	45	470	573	601

FORMULA

$$\sum X Y = \frac{\sum X Y}{\sum X^2 \sum Y^2}$$

$$1 \quad \sum X Y = \sum X Y - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}$$

$$\sum X Y = 601 - \frac{(34)(45)}{3}$$

$$\sum X Y = 91$$

$$2 \quad \sum X^2 = \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}$$

$$\sum X^2 = 470 - \frac{(34)^2}{N}$$

$$\sum X^2 = 470 - 385,3$$

$$\sum X^2 = 84,7$$

$$3 \quad \sum Y^2 = \sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N}$$

$$\sum Y^2 = 573 - \frac{(45)^2}{N}$$

$$\sum Y^2 = 573 - 675$$

$$\sum Y^2 = 102$$

$$4 \quad \sum XY = \frac{\sum XY}{\sqrt{\sum X^2 \sum Y^2}}$$

$$\sum XY = \frac{91}{\sqrt{84,7 (102)}}$$

$$\sum XY = \frac{91}{92}$$

$$\boxed{\sum XY = 0.9}$$

ANALISIS DEL COEFICIENTE DE CORRELACIÓN

Al analizar el coeficiente de relación entre las variables X Vs. Y . En donde .

Variable X o dependiente, que corresponde a la elección profesional.

Variable Y o independiente, que corresponde a la autoestima

Se determina, que el coeficiente de correlación es menor a la unidad, lo que indica que el tener una autoestima elevada si influye en la elección de una profesión. Por lo tanto se concluye que la investigación tuvo el éxito esperado.

LISTADO DE ANEXOS

Anexo No. 1:

Autoexamen Autoestima de Rogelio Soto Pasco

Anexo No.2

Cuadro sobre la influencia de la autoestima.

Anexo No.3

¿Cuánto conoce a su hijo? Cuestionario.

Anexo No.4

Taller: Dinámica “Venta del cielo”

Anexo No. 5

Taller “El día más feliz de mi vida”

Anexo No. 6

Técnica: Aprender a descubrir las cosas lindas de la vida

Anexo No.7

Taller: Aprendamos a agradecer o decir gracias

Anexo No.8

Taller: Elevando la autoestima

Ejercicio No.1

Ejercicio No.2

Ejercicio No.3

Anexo No 9

Circular.

Anexo No 10

Conferencias

Anexo No. 11

Plan de unidad

Anexo No 12

Guías profesionales del Diario “Universo”

.

Anexo No. 1:

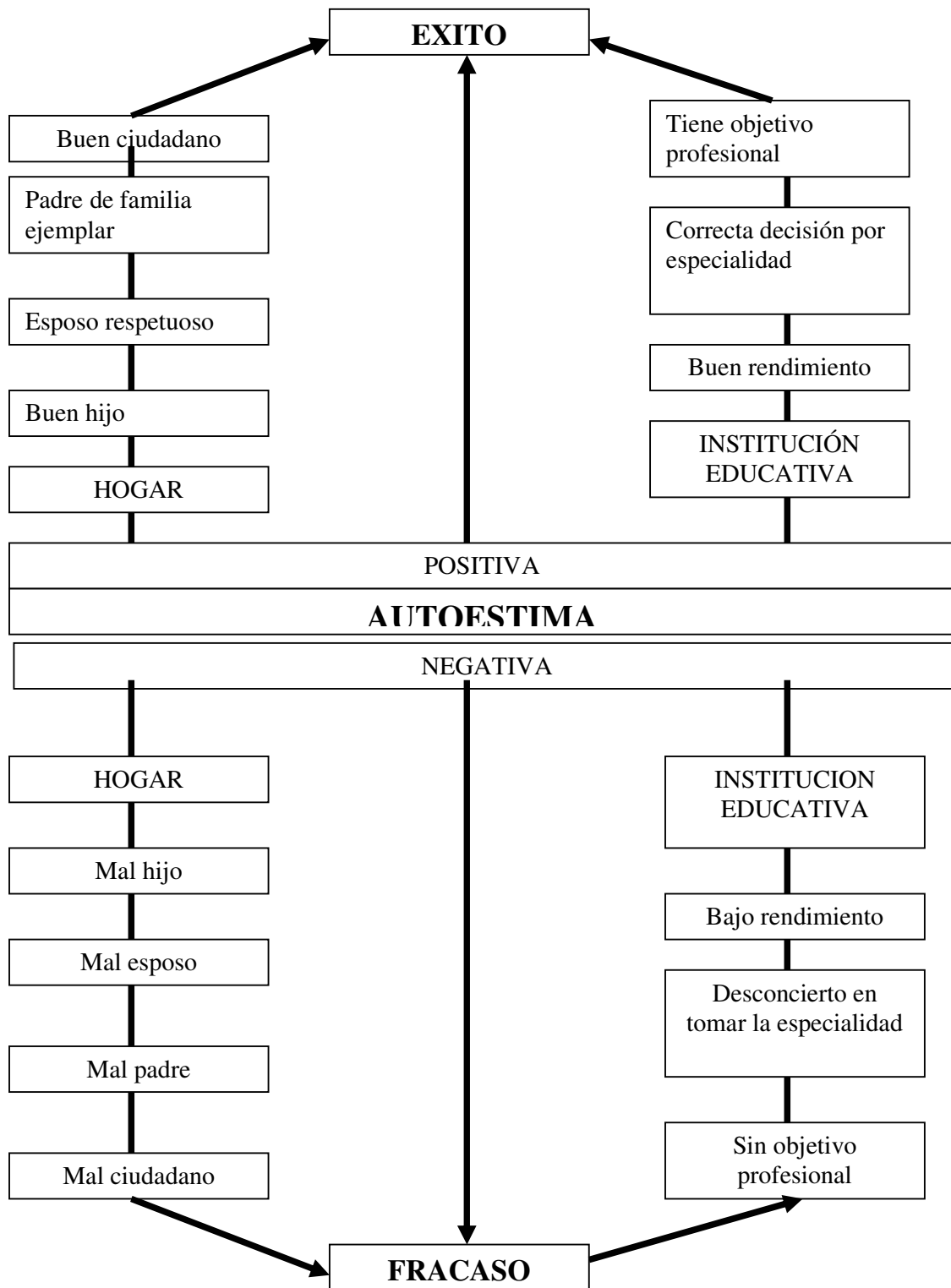
Técnica: Autoexamen Autoestima de Rogelio Soto Pasco

AUTOEXAMEN (PRETEST)

Para medir el nivel de autoestima de los estudiantes de tercer año de bachillerato del Colegio Técnico Provincia del Pastaza, se aplico el test de Autoestima: Autoexamen de Rogelio Soto Pasco, **previo** al trabajo de los talleres de autoestima, la explicación sobre la existencia de las diferentes especialidades y opciones profesionales; una vez de ejecutado el trabajo con los /as estudiantes de las tres especialidades se volverá a aplicar como posttest, lo cual permite cuantificar y cualificar datos para relacionar los resultados arrojados en estos dos momentos y darse cuenta si aprendieron a valorarse, incrementando su nivel de autoestima y sobre estos parámetros considerar sus inclinaciones profesionales.

Para fortalecer la importancia de la relación existente entre la autoestima y la elección profesional presento el esquema expuesto por Pedro Almeida en su obra: Educación Rosas y Espinas.

Anexo No.2



Anexo No 3

Objetivo: Descubrir los intereses que los hijos tienen con ciertas situaciones relacionadas con sus padres a través del cuestionario.

Metodología: Dinámica (baño de su autoestima), explicación de la técnica, entrega de la hoja del cuestionario y socialización de experiencias.

Técnica: Cuestionario: ¿Cuánto conoce usted a su hijo/a?

1. ¿Cómo se llama el mejor amigo/a de su hijo/a?
2. ¿Cuál es la materia de estudio que más le interesa a su hijo/a?
3. ¿Cómo se llama el presidente del curso de su hijo/a?
4. ¿Cuál es la actividad favorita de su hijo/a?
5. ¿Que habilidades o aficiones posee su hijo/a?
6. ¿En que situaciones se siente seguro de su hijo/a?
7. ¿Qué le desagrada de su hijo/a?
8. ¿Que es lo que su hijo/a admira de usted?
9. ¿Qué clase de lecturas prefiere su hijo?
10. ¿Cuál es la persona favorita de su hijo/a en la familia?
11. ¿Cuál es el momento más feliz en la vida de su hijo/a?
12. ¿Cuál es el momento más triste en la vida de su hijo/a?
13. ¿Que actividades le gusta compartir a su hijo/a con usted?
14. ¿A que le tiene miedo su hijo/a?
15. ¿En este momento que es lo que más necesita su hijo/a?
16. ¿Quién es Dios para su hijo/a?
17. ¿Que piensa su hijo/a acerca del amor?
18. ¿Qué planes o proyectos para el futuro tiene su hijo/a?

Evaluación: Someter las respuestas del cuestionario a medición

Anexo No 4

Taller: “Venta del cielo”

Aplicación a padres de familia

Objetivo: Identificar y expresar características positivas que ayuden a la autoestima de los/as adolescentes.

Metodología:

- Reunir a los padres en círculo
- Expresar como se realiza la venta de un objeto del cielo, que para ellos es su hijo.
- Realzando los aspectos positivos de ellos.

Evaluación:

Socializar el trabajo.

Concluir y citar recomendaciones que pueden ayudar a fomentar la autoestima en sus hijos/as.

Anexo No.5

Taller: “El día más feliz de mi vida”

Objetivo: Ubicar experiencias positivas que marcan la vida del individuo.

Aplicación a padres de familia y alumnos/as

Metodología:

- Se divide a los participantes en grupos
- Se explica en cada grupo que vamos a realizar un viaje a nuestro interior.
- Pedir posición de relajación
- Solicitar que determinen ¿Cuál es el día más feliz de su vida?
- Realice un gráfico, y escriba una historieta sobre este día.

Evaluación:

- En forma voluntaria, se procede a dar lectura de las historietas, explicando la graficación
- Socializar sus experiencias durante la participación en el taller.

Anexo No. 6

Taller: Aprender a descubrir las cosas lindas de la vida

Objetivo: Aprender a reconocer lo positivo de las cosas y de las personas que nos rodean.

Aplicación a maestros

Estrategias metodológicas:

- Reunirse en círculos
- En orden cada uno dirá algo bonito de un objeto, planta o animal.
- Expresar que todo lo que nos rodea siempre tiene algo bonito y que es importante que descubramos y así sentiremos alegría de vivir.
- Conversar sobre cosas lindas de hechos cotidianos que nos suceden.
- Resaltar aspectos agradables o bonitos que tenga cada compañero o compañera sea físico o de carácter.
- Sugerir que digan algo que les guste de ellos o de su compañero.

Evaluación:

- Leer los contenidos, comentar que es lo que más les gusta.
- Emitir conclusiones y compartir el mensaje que nos deja esta frase.

Anexo No.7**Taller: Aprendamos a agradecer o decir gracias**

Objetivo: Guiar al alumno/a a reconocer y agradecer por las capacidades que tenemos, por la presencia de nuestros padres, por las oportunidades de estudiar es decir por los beneficios de la vida.

Materiales:

Con el cassette, de motivación “tres razones para agradecer cada día de vida”.

Estrategias metodológicas:

- Reunir en círculo a los alumnos/as.
- Sentados en posición relajada
- Escuchar con los ojos cerrados el cassette.
- Movilizarlos dentro del salón
- Escribir en el pizarrón conclusiones del taller.

Evaluación:

- Mencionar individualmente tres razones para agradecer cada día de vida.

Anexo No.8

Taller: Elevando la autoestima

Para padres, maestros/as y alumnos/as.

Objetivo: identificar y expresar oralmente características positivas que resaltan en su compañero/a.

Estrategias metodológicas:

EJERCICIO 1

- Invitamos a toda la clase, o grupo a sentarse en círculo.
- Exponemos en qué va a consistir la actividad. Pediremos a un alumno voluntario que se siente en el medio y a continuación todos los compañeros que quieran le expresarán alguna cualidad positiva que hayan observado en él desde que le conocen.
- Solicitamos que salga un voluntario o en todo caso nombramos nosotros a aquel que consideremos más necesitado de aprecio y reconocimiento. Le agradecemos su colaboración y le indicamos que situado en el centro, escuche el mensaje amistoso que él envíe el compañero que él hable, debe darse la vuelta, si hace falta, para mirar y atender de frente, cara a cara, a quien le dirige la palabra. Se limitará a escuchar sin hacer ningún comentario, ni agradecer o replicar a lo que oiga. Únicamente se levantará, al final de todas las intervenciones y hará un gesto expresivo de agradecimiento a toda la clase, retirándose luego a su sitio.

Animar a todos a manifestarle al individuo del medio, alguna cualidad buena o algún comportamiento, que le hablen tuteándole y dialogando con él, mirándolo a los ojos, para que la comunicación sea efectiva. Repetir la norma las veces que sean necesarias, porque algunos individuos no los hacen con franqueza.

Mientras se producen las intervenciones, nosotros podemos anotar las observaciones, cualidades y conductas favorables de los individuos.

Recordar al grupo que no se debe señalar ningún aspecto negativo del alumno a quien hablan.

Es visible la emoción del individuo que se encuentra al centro dándose a veces que hay lágrimas pues individuos que son marginados, por todos ahora escuchan palabras increíbles sobre su persona.

Es difícil que este ejercicio se concluya en una sola clase por lo cual se recomienda, hacerlo en otras sesiones. Este ejercicio eleva la autoestima de los individuos, pues se visualiza luego de realizarlo que las personas son más seguras, más comunicativas, más alegres, incluso se observa que posee mayor iniciativa y decisión para intervenir.

EJERCICIO No. 2

- Pedir espacio en el aula o lugar donde se encuentren, formar dos filas paralelas de sillas encaradas por parejas, pero con cierta distancia de separación respecto al par de sillas más cercano, a fin de que cuando se sienten, no molesten a los vecinos.
- Indicamos que ocupen las sillas. Si no fuera por el número de alumnos, nos integraríamos nosotros en la fila.
- Explicamos que durante dos minutos se pregunten por parejas y se respondan a este interrogante: ¿Qué ves de bueno en mi forma de ser?. Les sugerimos que sean sinceros, abiertos, comunicativos y que escuchen con interés lo que les dice el compañero o compañera. Que se limiten a decirle que es simpático, sino que señalen conductas prácticas donde se ha visto su bondad y sus capacidades intelectuales, artísticas, deportivas. Etc.

- Terminado los dos minutos invitamos a que los alumnos de una hilera se levanten y se desplacen en la misma dirección a la silla inmediata de la derecha, de forma que se formen nuevas parejas de interlocutores. El último de la fila se incorpora a la primera silla que habrá quedado vacante. Ahora se reproduce el mismo diálogo anterior con la misma pregunta que mutuamente se formulan y contestan.
- Transcurrido el tiempo fijado, se intercambian de nuevo las parejas en el mismo orden hasta que el primero llegue al final de la hilera.
- Finalmente nos situamos todos en círculo, evaluamos el ejercicio ¡Nos ha gustado! ¿Nos conocemos un poco mejor a nosotros mismos? ¿Sabía cada uno que poseía las cualidades que le han expresado?
- Les animamos a recordar siempre la imagen que los compañeros les han reflejado.

EJERCICIO No. 3

PARA PADRES MAESTROS Y ALUMNOS.

- Distribuir a los padres alumnos/as o maestros/as en grupos de seis o siete.
- Repartir una cartulina pequeña, a cada uno y les pedimos que escriba su nombre con letras mayúsculas en la parte superior y que lo pasen a su compañero/a de la derecha.
- Este escribirá algunas cualidades buenas que conozca del titular de la cartulina, lo hará con letra muy clara. Podemos decirles que disponen de dos o tres minutos para escribir. Conviene que todos terminen al mismo tiempo.
- Dar una señal y cada uno pasa inmediatamente el folio al compañero de su derecha y se sigue la misma secuencia. Así sucesivamente hasta completar el número de componentes del grupo.

- Al final, cada cartulina volverá a las manos de su titular que leerá cuanto le han escrito sus compañeros/as.
- Seguidamente se intercambian sus cartulinas y cada uno redacta un resumen de todo lo que está escrito en la cartulina que acaba de recibir encabezado con este titular: ASI HEMOS VISTO A NUESTRO COMPAÑERO/A (SU NOMBRE).
- Situados ahora, en círculo toda la clase, cada uno lee en voz alta el resumen que ha escrito de su compañero/a. Al terminar su lectura, se lo entrega al titular.
- Aquí finaliza la sesión, pero nos convendrá pedirles todos los folios para sacar una fotocopia de cada uno, que nos servirá en orden al desarrollo de los otros ejercicios.

Anexo No.9

Circular entregada a padres de familia y profesores/as.

Señores padres de familia:

Luego de expresarles un cordial saludo, quienes conforman el Colegio Técnico Provincia del Pastaza se complace en dirigirse a ustedes, con la finalidad de enviarle este mensaje que ayude a desarrollar la autoestima de sus hijos/as.

Cumpla con cada una de estas acciones y verá que las cosas cambiarán.

1.- RECONOZCALE OPORTUNAMENTE

- a) Sus realizaciones
- b) Sus capacidades
- c) Sus cualidades
- d) Sus virtudes

e) Su importancia

2.- DEMUESTRELE SINCERAMENTE

a) Su cariño, aprecio, su afecto, etc.

b) Su interés, su preocupación por el y los suyos.

c) Su confianza en él.

d) Su admiración.

e) Su agradecimiento.

f) Su deseo de ayudarle.

g) Sus buenas intenciones

h) Su ánimo de comprensión.

i) Su aceptación.

3.- MANIFIESTE LO ANTERIOR HACIENDO ESTAS PEQUEÑAS COSAS

1. Atiéndalo en forma expresiva.
2. Salúdelo, despídase amablemente.
3. Dígale el nombre.
4. Sonríale
5. Atiéndalo en forma expresiva.
6. Salúdelo, despídase amablemente.
7. Dígale el nombre.
8. Sonríale
9. Apláudalo, felicítelo.
10. Alabe su buen gusto.
11. Atiéndalo en forma expresiva.
12. Salúdelo, despídase amablemente.
13. Dígale el nombre.
14. Sonríale
15. Apláudalo, felicítelo.
16. Alabe su buen gusto.
17. Bríndele oportunidades.
18. Prométale algo y cúmplalo.
19. Pídale opiniones.
20. Ayúdale en forma efectiva.
21. Preséntele con elegancia.
22. Atiéndalo en forma expresiva.
23. Salúdelo, despídase amablemente.
24. Dígale el nombre.
25. Sonríale
26. Apláudalo, felicítelo.
27. Alabe su buen gusto.
28. Atiéndalo en forma expresiva.
29. Salúdelo, despídase amablemente.
30. Dígale el nombre.
31. Sonríale
32. Apláudalo, felicítelo.
33. Alabe su buen gusto.

34. Bríndele oportunidades.
35. Prométale algo y cúmplalo.
36. Pídale opiniones.
37. Ayúdale en forma efectiva.
38. Preséntele con elegancia.
39. Invítele, acéptele, retribúyale.
40. Anímele en sus empresas.
41. Consuélele en sus dolores.
42. Acompáñelo, no lo deje solo.
43. Cúbrale en su ausencia.
44. Destaque algún detalle de su personalidad.
45. Recuérdele sus fechas.
46. Particípale de sus éxitos (no de sus fracasos)
47. Mantenlo informado.
48. Permítelo expresarse.
49. Hágalo sentirse cómodo e importante.
50. Distíngalo por algo.
51. Considérelo oportunamente.
52. Déle autonomía para que pueda expresarse, realizarse.
53. Invítelo al buen humor.
54. Compárelo, a veces destacándolo.
55. Visítelo, frecuéntele.
56. Recomiéndelo.
57. Alégrelo, diviértalo
58. Háblele con claridad, entusiasmo y belleza.
59. Recíbale cordialmente.
60. Escríbale.
61. Tolérelo con caridad.
62. Proyéctele optimismo.
63. Hágale saber el buen concepto que usted tiene de el.
64. Imítelo a veces.
65. Sugíerale, aconséjele amigablemente.
66. Celebre sus triunfos.
67. Prevéngale oportunamente.

Anexo No.10

CHARLAS

TEMAS:

- Concepto, características de la autoestima deficiente y autoestima positiva.
- Importancia de tener una autoestima positiva
- Como ayudar a nuestros hijos/as a mantener una autoestima positiva.
- Oferta y demanda de profesionales
- Profesiones relacionadas con la especializaciones de: Turismo, Secretariado español
Y Hotelería.
- ¿Qué profesión merezco?

Anexo No.11

PLAN DE UNIDAD

TITULO DE LA UNIDAD: Clasificación de las profesiones

Objetivo: Informar las profesiones existentes en las Universidades del país a fin de que los alumnos/las conozcan sobre las diversas especializaciones.

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	RECURSOS
1. Clasificación de las profesiones	Escoger cada una de las diversas clasificaciones de las profesiones de acuerdo al título de bachiller que obtendrán.	Guía de profesiones Papel periódico Marcadores
2. Guías profesionales	Describir y motivar sobre los diferentes perfiles profesigráficos, acorde a las especializaciones a las que pueden acceder estos bachilleres. En cada caso, organizar grupos de trabajo, a fin de poder debatir y sacar conclusiones. Exposición sobre las universidades por grupos	

Anexo No.12

Guías profesionales del diario el Universo.

AMBIENTE DE TRABAJO

En cuanto a infraestructura, el colegio con buenas instalaciones que los últimos gobiernos les han brindado, permitiéndose de esta forma la aplicación de los talleres, las charlas en ambientes adecuados y favorables como salón auditorium, sala de video, laboratorios, patios y aulas amplias.

Las autoridades brindaron su apoyo logístico, económico que se requirió para atender a los alumnos en lo referente a sonido, ambientación, refrigerio para padres y alumnos.

Los padres de familia en un 99% acudieron a los talleres que les involucraban, con cierta resistencia en los primeros talleres debido a las pocas veces que acudían a los llamados que la Institución les hace. Luego de conocernos mutuamente con los padres, y de laborar con los docentes y los padres de familia poco a poco rompieron esa resistencia entablándose lazos de amistad entre ellos, y de mayor afectividad con la investigadora que es con quien más tiempo pasaron.

Los docentes por su parte presentaron mayor resistencia que los padres al principio pues consideraron que no existe cosas nuevas que les puedan ayudar, sin embargo asistieron en los primeros talleres se logró romper el hielo dándose paso a lo que es el desarrollo de la investigación.

Los/las alumnos/as la parte básica de la investigación, dieron total acogida desde el primer día, pues son pocas las veces se les hablaba sobre lo que es la autoestima en la adolescencia y la problemática de la elección profesional con charlas conferencias talleres.

Con la dificultad de que al concluir el año lectivo algunos de los alumnos fue difícil localizarlos, por los paros magisteriales por todos conocidos, tornándose en un problema para concluir la investigación. Problema que al final en el siguiente año lectivo fue superado.

En general a pesar de ser una persona conocida en el medio donde realice la investigación al principio se dio temor un cierto rechazo por parte de la comunidad educativa, pero a medida que se fue aplicando la investigación, y aumentando el número de veces de nuestro contacto con ellos, se fue rompiendo el hielo, logrando cumplir con los objetivos planteados.

Bibliografía:

1. ABARCA, Rodrigo, *Manual de relaciones humanas*. - Edit. Edipcentro. Riobamba - Ecuador .2000
2. ABRANCHES, Neila, *Aumente su autoestima y transforme su vida*. Ediciones Paulina ,Santa Fe de Bogotá - Colombia 1999
3. AGULAR K, E, *Elige la Autoestima*, Segunda edición, Editorial Galdoc Ltda, Santiago de Chile 1997
4. ALCANTARA, José Antonio. *Como desarrollar la autoestima en los jóvenes*. Colección Educación y Enseñanza Ediciones Aula practica Ceac S.A Barcelona España 1999
5. ALMEIDA, Pedro, *Las mejores profesiones*. Edit. P& Consultores, Quito-Ecuador.1999
6. BARRERA, Mónica, *Aplicación del programa de enriquecimiento instrumental de Ruven Feurstein en un grupo de alumnos con bajo rendimiento escolar*. Tesis P.U.C.E. Facultad de Psicología, Quito – Ecuador 2002
7. BELTRAN, Jesús, *Para comprender la psicología* Editorial Verbo Divino España 2000
8. BERNARD, Ian, *Manual de Orientación Educacional*. Santiago. Edit.Alfa. Santiago - Chile 1988
9. BRAIN, Gym, *Aprendizaje / todo el cerebro*, Ediciones Robinson Barcelona-España. 1997
10. BRANDEN, Nathaniel, *Como mejorar su autoestima*, Paidos Barcelona 1995
11. BUSCAGLIA, Leo, *Autobús 9 al Paraíso*, Primera edición, Editorial P & J S.A. España 1986.
12. CAMPILLO, Joaquín, *Psicología de la Educación*, Cuarta edición, Editorial, Magisterio Español, S.A. España 1976
13. CAZCO, Vicente, *Recopilación de documentos Funcionamiento del D.O.B.E*. Editorial Universitaria Quito - Ecuador 1990.
14. CLARK, Clemens y Bean. *Desarrollo de la autoestima en adolescentes*, Barcelona - España 1990
15. CRAIG, Grace, *Manual y desarrollo educativo* Santiago - Chile 1999.

16. DAVILA, Carlos, *Manual de Información Vocacional*, Editorial Flores Quito Ecuador 1998
17. CHILD, Dennis, *Psicología para los docentes*, Editorial Kapelusz S.A Buenos Aires 1975
18. DONALD, Super, *Teoría y Elección de Carrera*, Rialp Madrid 1975
19. DONALD, Super, *Psicología de los intereses y las Vocaciones*. Rialp, Madrid. 1975
20. GARRIDO, Fanny, *Manual de Perfiles Profesiográficos*. Imprenta Ortiz. Quito- Ecuador 1999.
21. GILLHAM, L. Heber. Como ayudar a los niños a aceptarse así mismo y aceptar a los demás. Tercera Edición: Editorial Paidos 1991
22. GINER, D *Pedagogía Universitaria* Madrid - España 1994
23. GONZALEZ, Javier, *La formacion humana del joven*, Editorial Latinoamericano, Santa Fe de Bogotá, D.C. Colombia. 1998
24. HAMPSON, S.E. *La Construcción de la personalidad*, Editorial Paidos Ibérica S.A. Barcelona - España 1998.
25. HERRERA, E, *La Orientación Educativa y Vocacional*, Primera edición, Editorial Patria, México, 1995.
26. HOLLAND, John, *La Elección Vocacional; Teoría de las carreras*, Editorial Trillas, México, 1975
27. IBÁÑEZ, José, *Fundamentos de la Orientación Escolar y Profesional*, Editorial Anaya 1970
28. IZQUIERDO, Geovany. *Guía de orientación Familiar* Quito - Ecuador 1999.
29. JIMENEZ, Toni, *Enseñar a pensar*, Ediciones palabras. S.A. Madrid - España. 1999
30. LOPEZ, Alfonso, *Como lograr una formación integral*, Editorial San Pablo, España, 1996
31. MALDONADO, Telmo, *Orientación Educativa Adolesencial* Editorial Universo Quito - Ecuador. 2000.
32. NARVAEZ, Marco *Orientación en valores*. P& Consultores Quito- Ecuador 2001
33. OSIPON, Miguel, *Teoría y Elección de Carreras*, Editorial, Trillas, México 1990.

34. PRADA, Rafael, *Profundamente humanos*, Editorial San Pablo, Santa Fe de Bogotá, D.C. Colombia.1996
35. SOTO, Rogelio *Autoestima* Editorial Santa Barbara Lima - Perú 2001
36. YBAÑEZ, Roy, *Fundamentos de Orientación Vocacional y Profesional*, Editorial Trillas 1980
37. PERIÓDICO, SUPLEMENTO EL UNIVERSO 20 DE ENERO DEL 2001.
38. Consultas de internet.
 - [www.mmercellux.tripod.com/ autoayuda](http://www.mmercellux.tripod.com/autoayuda)
 - [www.pino .pntic.mec.es/recursos/infantil/salud /autoestima.htm](http://www.pino.pntic.mec.es/recursos/infantil/salud /autoestima.htm)
 - **[www.uned.es/edu-4-teoria-y-procesos-de-la-orientacion/paginas/esquemas-resumen/ESQUEMA %20Tema %2024.doc](http://www.uned.es/edu-4-teoria-y-procesos-de-la-orientacion/paginas/esquemas-resumen/ESQUEMA%20Tema%2024.doc)**

