

LA NECESIDAD DE LA TUTORIA PARA IDENTIFICAR SITUACIONES PROBLEMÁTICAS EN EL ADOLESCENTE

Cuevas Juárez Perla Ixchel (1)

Olmedo Cruz I.Q.I. María Erika (2)

PALABRAS CLAVE: Adolescente, cambios, sexualidad, estilo de vida saludables, lista de cotejo.

RESUMEN

Es bien conocido que la adolescencia es una etapa en la que se atraviesan cambios físicos y emocionales, los cuales causan cambios de ánimo, irritabilidad, inseguridad, aislamiento de los adultos, pero se da una búsqueda de identidad, pertenencia a un grupo social para sentirse aceptado, lo que se puede dar una influencia negativa en la persona, así como sentimientos de dudas e incertidumbre acerca de su futuro, es importante que el maestro tutor, conozca e identifique estas situaciones problemáticas en el joven adolescente para poder establecer una comunicación eficaz con el adolescente para fomentar una reflexión, toma de decisiones, así como la canalización a las instancias pertinentes.

INTRODUCCIÓN

Los alumnos del nivel medio superior del bachillerato del Instituto Politécnico Nacional, son en su mayoría adolescentes, por lo cual resulta importante reconocer los cambios por los que atraviesan los jóvenes durante esta etapa de su vida, con el fin de abordar las problemáticas que presenten de forma

adecuada mediante la acción tutorial. El presente trabajo forma parte del proyecto de investigación educativa "Diagnóstico sobre la Relación de la Inteligencia Emocional con el Bajo rendimiento y Estrategias para mejorar la situación escolar del alumno del NMS del IPN", clave SIP 20120940.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 11 y 19 años, considerándose dos fases, la adolescencia temprana 12 a 14 años y la adolescencia tardía 15 a 19 años. En cada una de las etapas se presentan cambios tanto en el aspecto fisiológico (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas), cambios estructurales anatómicos y modificación en el perfil psicológico y de la personalidad; Sin embargo la condición de la adolescencia no es uniforme y varía de acuerdo a las características individuales y de grupo (1). En esta etapa es cuando queda formado el carácter y fijada la personalidad

CARACTERÍSTICAS DEL ADOLESCENTE

Inseguros

Inconstantes.

Leales entre ellos.

Falta de curiosidad.

Aceptación entre iguales.

Viven el momento.

Falta de interés por el futuro.

Apáticos.

Poco cooperativos con los adultos.

- 1) IPN, CECyT No. 14 Luis Enrique Erro. Peluqueros y Orfebrería Colonia Michoacana, México, D.F. correo electrónico: perla.cuevas@gmail.com
- 2) IPN, CECyT No 3. Estanislao Ramírez Ruiz. Carlos Hank González s/n Valle de Ecatepec, 55119 Ecatepec de Morelos, Estado de México.

FACTORES A IDENTIFICAR

La **autoestima** es la valoración positiva de uno/a mismo. Para que esta valoración sea adecuada, objetiva, razonable y ajustada a la propia realidad es necesario el **autoconocimiento**.

OBJETIVOS

- Identificar situaciones problemáticas en el adolescente mediante una lista de cotejo
- Conocer el grado de **autoestima** de nuestros estudiantes.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se generó una lista de cotejo para visualizar situaciones o cambios en los adolescentes y que consideramos merecen atención del maestro tutor.

LISTA DE COTEJO PARA IDENTIFICAR SITUACIONES EN EL ADOLESCENTE	SI	NO	COMENTARIOS
Se acepta y cuida de si mismo			
Muestra baja autoestima			
Establece una jerarquía de valores que no dañen su persona			
Fuerte inseguridad			
Toma sus decisiones libremente			
Forma parte de un grupo de riesgo			
Muestra poca comunicación con el docente			
Presenta cambios notables de humor			
En situación de riesgo para el consumo de			

sustancias peligrosas para el adolescente (drogas, tabaco, alcohol)			
Presenta comportamiento violento			
Presenta dificultades en su desempeño escolar en diferentes unidades de aprendizaje.			

La lista de cotejo debe aplicarse durante la tutoría para identificar situaciones problemáticas en los alumnos de NMS.

CUESTIONARIO DE AUTOESTIMA EMOCIONAL (Vallés y Vallés, 1998) en (Vallés y Vallés 2000).

1. Un amigo te dice: ¡Valla camisa tan “guai” que llevas! Entonces tú...

a) ¡Bah! Una más.

b) ¿Ah sí?, ¿Te gusta? La verdad es que es bonita. Eres muy amable.

c) Eres fenomenal, siempre me dices cosas lindas. Eres extraordinario. Gracias, gracias y gracias.

2. Una compañera te dice: ¡Tú no tienes ni idea!

a) Es verdad, tú tienes la sabiduría.

b) Es una simple opinión.

c) ¿Cómo que no? Ahora verás que tengo o no tengo yo razón. ¿Qué te has creído tú?

3. ¿Te gustas a ti mismo/a?

a) Psss....

b) Pues claro.

c) Me quiero a rabiarse.

4. Un compañero de clase te dice: ¡Qué bien te ha salido ese cartel, eres un verdadero artista!

a) Bueno, si tu lo dices.

- 1) IPN, CECyT No. 14 Luis Enrique Erro. Peluqueros y Orfebrería Colonia Michoacana, México, D.F. correo electrónico: perla.cuevas@gmail.com
- 2) IPN, CECyT No 3. Estanislao Ramírez Ruiz. Carlos Hank González s/n Valle de Ecatepec, 55119 Ecatepec de Morelos, Estado de México.

b) Es verdad. Me ha quedado bien. Gracias por decírmelo.

c) Menos mal que me has dicho algo, ya pensaba deprimirme. Nadie me había reforzado aún. Eres un sol.

5. Cuando algo me sale bien...

a) ¡Bah! Qué más da.

b) ¡Esto funciona! Me da "pilas" para funcionar.

c) De ahora en adelante todo me saldrá bien. Soy el/la mejor.

6. Cuando hago las cosas bien, cuando hago algo de lo que me siento satisfecho, entonces....

a) Ni me fijo en lo que he hecho.

b) Me concedo un comentario agradable a mis mismo/a: ¡Estupendo!

c) Si ya lo decía, no hay nadie como yo. Debo ser el/la mejor.

7/ Tengo una mascota en casa y.....

a) Ella sí que me entiende, la gente no.

b) No está mal de vez en cuando decirle alguna que otra pequeña tontería.

c) Las mascotas no me interesan nada.

8. Si alguien me trata mal...

a) Algo habré hecho mal, seguro. Con lo negado que soy.

b) Debo hacer respetar mis derechos.

c) ¡Se va a enterar!

9. Cuando me encuentro solo/a en casa....

a) Parece que al estar conmigo mismo estoy con un/a desconocido/a.

b) Busco a alguien con quien estar.

c) ¡Que horrible! ¡Vaya sufrimiento!

10. Ayer alguien me dijo: ¡Eres muy simpático/a y da gusto estar contigo!

a) Ya se me ha olvidado por completo.

b) Me gusta recordar esas palabras.

c) Sin el recuerdo de esas palabras no podría vivir.

11. Cuando alguien me critica....

a) Es verdad, tienes razón.

b) Vamos por partes. No estoy de acuerdo con la primera parte.

c) ¡Cómo que me criticas así! Has conseguido "rómpe los nervios".

12. Para mí es muy importante.....

a) Sentirme como me siento ¿acaso siento algo?

b) Saber qué emociones tengo y cuáles tienen los demás.

c) Alegrarme mucho y enfadarme mucho cuando sea necesario.

13. A mí me gusta.....

a) Ser de otra manera.

b) Ser como soy, aunque mejorando algunas "cosillas"

c) Ser como a los demás les gustaría.

14. Cuando algún compañero o compañera hace algo bonito, entonces.....

a) ¡Ah! ¿pero es que hacen algo bonito los demás?

b) Se merecen un buen comentario: ¡Te felicito!

c) ¡Qué alegría! ¡Eres fenomenal! ¿Cómo lo has conseguido?

15. Cuando me encuentro con la moral por los suelos.....

a) ¿qué es eso de "moral"?

b) Necesito a alguien a quien contarle cómo me siento.

c) ¡Buaaaaa! ¡Qué desgraciado/a soy!

VALORANDO LAS RESPUESTAS

<p>FRIO: Sí la mayoría de tus respuestas son del tipo A considérate una persona emocionalmente muy fría, parece que ni siquiera tienes autoestima ¿Acaso te estimas</p>

- 1) IPN, CECyT No. 14 Luis Enrique Erro. Peluqueros y Orfebrería Colonia Michoacana, México, D.F. correo electrónico: perla.cuevas@gmail.com
- 2) IPN, CECyT No 3. Estanislao Ramírez Ruiz. Carlos Hank González s/n Valle de Ecatepec, 55119 Ecatepec de Morelos, Estado de México.

aunque sea un poquitín? Parece que lo que ocurre a tu alrededor no te importa mucho. Que las emociones no son lo tuyo. Deberías considerar su manera de actuar y sobre todo de sentir las emociones. Es saludable vivir las emociones y saber las que experimentan las personas que nos rodean.

EMOTIVO: Si la mayoría de tus respuestas son del tipo B considérate una persona **emocionalmente equilibrada**, tu autoestima parece bien asegurada por las emociones que vives y que percibes en los demás. De eso se trata, de valorar lo que piensas, lo que sientes y lo que haces, aunque debas mejorar algunas cosillas.

HIPEREMOTIVO: Si la mayoría de tus respuestas son del tipo C considérate una persona **hiperemotiva**. Tanta exaltación emocional no es nada recomendable. Controlar las emociones ayuda a comunicarse mejor y a sentirse menos esclavo de las reacciones fulgurantes que puede dominarnos. Es bueno tener emociones pero no de la manera tan intensa como las vives. Contrólas.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A partir del cuidadoso análisis de la lista de cotejo aplicada durante la tutoría, se pueden establecer acciones para la acción tutorial como son:

- Promover la participación del alumno en el PIT.
- Identificar situaciones problemáticas en el adolescente.
- Conocer el nivel de autoestima del alumno.

Hemos observado que los alumnos que presentan baja autoestima, presentan problemas en cuanto al rendimiento escolar, al identificar a estos alumnos con baja autoestima podemos invitarlos a que acudan al departamento de orientación juvenil para que lo apoyen a mejorar su autoestima.

- 1) IPN, CECyT No. 14 Luis Enrique Erro. Peluqueros y Orfebrería Colonia Michoacana, México, D.F. correo electrónico: perla.cuevas@gmail.com
- 2) IPN, CECyT No 3. Estanislao Ramírez Ruiz. Carlos Hank González s/n Valle de Ecatepec, 55119 Ecatepec de Morelos, Estado de México.

CONCLUSIONES

Se ha sabido durante mucho tiempo que la adolescencia es una etapa de la vida donde se sufren gran cantidad de cambios que afectan a los jóvenes, el maestro tutor debe conocer las características y problemáticas a las que se enfrentan los alumnos del bachillerato, identificar problemáticas para canalizar de acuerdo a las instancias correspondientes, como al área de orientación juvenil, psicología, etc.

BIBLIOGRAFÍA

1)

<http://www.serviciosmedicos.pemex.com/salud/adolescencia.pdf>

Vallés, A. y C. Vallés. 2000. Inteligencia emocional aplicaciones educativas. Editorial EOS. 561 pp.