

UAC: Orientación educativa I		Guía para extraordinario
Orientador: Florencio Noriega Vilchis		Fecha:
Alumno:	Grupo:	Aciertos:

Revisión de guía: fecha que indique la dirección. Si la entregas un día antes del examen, puedo devolverla para corregir, sin firmar.

INSTRUCCIONES: contesta cada una de las preguntas y/o ejercicios: **Apóyate en tus apuntes. Al final te comparto datos bibliográficos para qué investigues. Daré puntaje a quien entregue su guía contestada con anticipación (días antes del examen). Contesta con tinta azul y letra clara.**

Parte I. Anota 4 propósitos de la orientación educativa y qué es.

Propósito 1	
Propósito 2	
Propósito 3	
Propósito 4	
Qué es la orientación educativa	

Menciona 2 características de cada área de la O. E.

Área institucional	Área escolar	Área socioemocional	Área vocacional

Menciona 3 reglas de la carta compromiso y 3 técnicas de estudio

Carta compromiso	Técnicas de estudio

Contesta con falso (F) o verdadero (V), cada una de las preguntas o afirmaciones.

La falta de interés es una de las causas de la deserción escolar _____

La falta de disciplina es una de las causas de la reprobación escolar _____

El alumno es el único responsable de la reprobación escolar _____

Los problemas económicos son también una causa de la deserción escolar _____

EMOCIONES

1- El miedo llevado al extremo se convierte en temor _____

2- La alegría llevada al extremo se convierte en euforia _____

3- El enojo llevado al extremo puede convertirse en ansiedad_____

4- La depresión llevada al extremo se puede convertir en tristeza_____

5- El amar es igual que el enamoramiento_____

Parte II. Nombra los 6 pilares de la autoestima

1- _____

2- _____

3- _____

4- _____

5- _____

6- _____

Menciona 1 característica de cada una de las 4 etapas de la adicción

ETAPAS	CARACTERÍSTICA
EXPERIMENTACIÓN	
USO	
ABUSO	
ADICCIÓN	

Menciona 3 características en cada columna, respecto al tema de adicciones.

POSIBLES CAUSAS	MANIFESTACIONES O IMPACTOS EN LA SALUD	ALTERNATIVAS DE RECUPERACIÓN

Menciona 3 elementos de tu entorno social

→

→

→

Parte III. Contesta cada una de las siguientes preguntas

1- ¿Cuáles son las principales afectaciones al cerebro de los consumidores de drogas?

R=

2. ¿En qué consiste el síndrome de abstinencia?

R=

3. Según Ponciano Rodríguez: ¿una persona que consume una droga es un adicto?

R=

4. ¿Qué afectaciones se dan cuando las drogas interfieren con los neurotransmisores?

R=

5. ¿En qué consiste el deterioro cognitivo por el consumo de drogas?

R=

6. ¿Qué lesiones irreversibles puede causar el consumo de drogas?

R=

Menciona cuando menos una característica de los 4 tipos de apego

APEGO	CARACTERÍSTICA
Apego ansioso	
Apego evitativo	
Apego desordenado	
Apego seguro	

Respecto a prevención del suicidio, contesta con falso (F) o verdadero (V), cada una de las preguntas o afirmaciones.

- 1- Quienes más lo intentan son los hombres _____
- 2- Hacer sentir a los hijos que son amados por sus padres, puede prevenir el suicidio _____
- 3- Es una señal cuando dicen: "creo que mi familia estaría mejor sin mi" _____
- 4- En el fondo, el suicida quiere acabar con su vida _____
- 5- La persona se suicida porque tiene un problema mental _____

6- El síntoma o señal más alarmante es la desesperanza_____

BIBLIOGRAFÍA

A continuación, te comparto datos, lo que no encuentres, búscalo en tus apuntes o investigalo.

Lineamientos del servicio de Orientación Educativa para Bachillerato General

Bibliografía.

DGB/DCA/10-2022

- Servicios de apoyo al estudiantado (Orientación Educativa y Acción Tutorial).
- **El objetivo principal de este proceso** es adecuarse a las necesidades del estudiantado de los diferentes contextos para poder ofrecer soluciones pertinentes a los problemas que se viven dentro de los centros escolares.
- **Atender las problemáticas de fondo que surgen en el rezago, la deserción y los bajos índices de eficiencia terminal**, que permitan fortalecer el perfil del alumnado establecido en el Marco Curricular Común (MCC) del Sistema Nacional de Bachillerato.

Mediante la Orientación Educativa, **se busca consolidar una formación integral y armónica de los bachilleres**, ofreciendo alternativas para **reconocer** y manifestar **sus habilidades**, así como **sus emociones** que logren un mejor **desempeño** en distintos ámbitos de su vida **favoreciendo su desarrollo intelectual, físico, emocional, social y cultural**.

Para responder a las diversas necesidades que se presenten en las **cuatro áreas de atención (Institucional, Educativa, Vocacional y Socioemocional)**, mismas que representan ejes centrales y permanentes que conforman el desarrollo personal y educativo.

MARCO REFERENCIAL

En este sentido, se buscará disminuir y superar todo tipo de exclusión educativa, así como identificar las razones y procesos de la deserción escolar. Se propone revisar las condiciones que existen en la comunidad estudiantil de este nivel educativo: edad, desarrollo socioafectivo, logro escolar, hábitos de estudio, situación económica de la familia, estado de salud, acceso a la infraestructura educativa física o virtual, por mencionar sólo algunas; también se propone revisar el funcionamiento de los programas que se han implementado, con el objetivo de disminuir el abandono escolar y que no han logrado los resultados esperados.”

La Orientación Educativa **es un servicio que busca fortalecer los procesos de enseñanza-aprendizaje, así como atender cuestiones vocacionales y socioemocionales al interior de los planteles** mediante la aplicación de procedimientos sistemáticos y organizados que respondan a las necesidades y demandas de la comunidad estudiantil.

- Podemos agregar que la **Orientación Educativa es un proceso de acompañamiento a lo largo de la Educación Media Superior con el fin de brindar herramientas para que el proceso de adaptación y transición tanto personal como educativa se vea favorecido y fortalecido.**

Mismo que contribuye con lo establecido en el apartado de “Infraestructura Educativa” que menciona lo siguiente: “Fortalecer los servicios de apoyo vocacional y psicológico para los estudiantes.”

La Dirección General de Bachillerato (DGB) establece a **la Orientación Educativa como un servicio, no una asignatura**, institucional obligatorio para atender la demanda estudiantil de carácter socioemocional, vocacional y educativo, que permitan cumplir con el desarrollo integral.

Propósito.

Podemos definir los propósitos de la Orientación Educativa de la siguiente manera:

INTEGRACIÓN DEL ALUMNADO A LA INSTITUCIÓN

Promover que el alumnado se sienta participe y perteneciente a la institución al familiarizarse con los procesos y modalidades establecidas del plantel al que pertenecen.

ADQUISICIÓN DE ESTRATEGIAS DE ESTUDIO

Impulsar el desarrollo intelectual del alumnado a través del fortalecimiento y desarrollo de técnicas de estudio acorde a sus habilidades y necesidades.

ORIENTACIÓN SOBRE EL DESARROLLO DE UN PROYECTO DE VIDA

Generar una actitud reflexiva ante la toma de decisiones en el bachiller, tal como la elección vocacional, de acuerdo con lo que quieren hacer y ser, además de brindar información profesiográfica que coadyuve en su integración al ámbito socioeconómico del contexto en que se desenvuelve.

PROMOCIÓN DE UNA ATENCIÓN INTEGRAL

Detectar factores de riesgo psicosocial en el estudiantado y generar acciones preventivas que fortalezcan los valores y la creación de un estilo de vida sano y favorable para su desarrollo.

LINEAS DE POLÍTICA PÚBLICA

- **Fortalecer los programas de permanencia de los estudiantes** para disminuir la deserción y el abandono escolar del nivel educativo.
- **Prevenir la violencia** desde los planteles, a partir del establecimiento de una cultura de la paz que promueva ambientes sanos y seguros,
- **Promover el reconocimiento, goce y ejercicio del derecho** a la igualdad y no discriminación de los grupos.

Dimensión Institucional.

Se refiere al establecimiento de diversos **criterios que norman el desarrollo del Servicio en los planteles adscritos a la Dirección General del Bachillerato (DGB)**, para dar cumplimiento a la finalidad esencial del Bachillerato que es:

“generar en el estudiantado el desarrollo de una primera síntesis personal y social que le permita su acceso a la educación superior, a la vez que le dé una comprensión de su sociedad y de su tiempo y lo prepare para su posible incorporación al trabajo productivo”, así como **los objetivos del Bachillerato General** que expresan las siguientes intenciones formativas: **ofrecer una cultura general básica**; que **comprenda aspectos de la ciencia**; de las humanidades y de la técnica; a partir de la cual se adquieran los elementos fundamentales para la construcción de nuevos conocimientos; proporcionar los conocimientos, **los métodos, las técnicas y los lenguajes necesarios para ingresar a estudios superiores y desempeñarse de manera eficiente**, a la vez que se desarrollan las habilidades y actitudes esenciales sin que ello implique una formación técnica especializada, para la realización de una actividad productiva socialmente útil.

PUNTOS CATEGÓRICOS

- Los planteles deben ofrecer el Servicio de Orientación Educativa de manera sistemática y permanente, desde que el alumnado ingrese al bachillerato hasta que egrese de él, lo anterior mediante **las siguientes áreas de atención: Institucional, Escolar, Psicosocial y Vocacional.**

Los cambios que se generan en el cerebro de los consumidores de drogas son irreversibles y esos daños pueden incluir afectaciones en el control, la memoria y otras funciones. Cuando se consumen por tiempos prolongados, pueden modificar la estructura y funciones de nuestro cerebro, lo cual deriva en una adicción, afirmó en la Facultad de Química la especialista en adicciones Guadalupe Ponciano Rodríguez.

Frente a esta situación, evitar el consumo es la mejor forma de prevención, dado que una persona que sufre de una adicción no se puede curar, sino sólo controlar su consumo hasta la abstinencia, añadió la investigadora de

la Facultad de Medicina de la UNAM, quien dictó la conferencia Efectos de las drogas en el cerebro, ¿adaptación o daño?, como parte del Ciclo La Ciencia más allá del Aula.

Explicó que las drogas se caracterizan por estimular nuestro sistema de recompensa y activar la liberación de un neurotransmisor conocido como dopamina, el cual es el responsable de hacernos sentir placer. No obstante, una droga puede alterar otros sistemas como el de control o inhibición, el de motivación y el de la memoria.

Este neurotransmisor es liberado por el cerebro en condiciones normales como cuando comemos, tenemos sexo o estamos enamorados; sin embargo, indicó Ponciano Rodríguez, algunas drogas propician la liberación de dopamina en cantidades muy grandes. Cuando el cerebro enfrenta este escenario tiende a adaptarse y limita la cantidad de receptores de dopamina para compensar el exceso que hay cuando se consume la droga. En consecuencia, con una menor cantidad de receptores y sin droga disponible, el consumidor tiende a sentirse triste o deprimido. Esta persona, entonces, buscará las sustancias necesarias para sentirse mejor, pues sin ella su cerebro y cuerpo no logra trabajar bien. Esto es conocido como síndrome de abstinencia.

También resaltó que no necesariamente una persona que consume una droga es un adicto, pues se sabe que hay personas que consumen drogas y pueden dejar de utilizarlas sin ningún problema, ya que su cerebro no ha sufrido cambios importantes. Sumado a ello, Ponciano Rodríguez indicó que los efectos de las drogas dependen de diversos factores como el estilo de vida, la genética y el ambiente. El consumo de drogas puede causar daños cerebrales significativos, a menudo irreversibles, al alterar la estructura y el funcionamiento del cerebro. La UNAM ha publicado diversos artículos y recursos que explican cómo estas sustancias actúan sobre el sistema nervioso central.

Efectos y Daños Principales

- **Alteración de Neurotransmisores:** Las drogas interfieren con los neurotransmisores, las sustancias químicas que permiten la comunicación entre neuronas. Esto afecta la conducta, el estado de ánimo, la percepción y la capacidad de experimentar placer de forma natural.
- **Cambios Estructurales y Funcionales:** El consumo prolongado genera cambios profundos en la estructura cerebral. La adicción se considera una enfermedad cerebral crónica, similar a otras enfermedades que alteran el funcionamiento de un órgano.
- **Deterioro Cognitivo:** Se puede observar un déficit en la memoria, el aprendizaje, la concentración y la capacidad para resolver problemas, así como dificultades en la toma de decisiones y el juicio.
- **Lesiones Irreversibles:** El efecto tóxico acumulativo del consumo crónico puede causar lesiones cerebrales irreversibles, incluyendo disfunción cerebelosa, enfermedades psiquiátricas (psicosis, alucinaciones, paranoia), y cambios cognitivos duraderos.
- **Impacto en Zonas Clave:** Las drogas afectan áreas específicas del cerebro como los ganglios basales (motivación), la amígdala extendida (estrés y mal humor), el tallo cerebral (funciones vitales como la respiración) y la corteza cerebral (toma de decisiones y planificación).

CUATRO TIPOS DE APEGO (TEORÍA DEL APEGO) (MARIO GUERRA)

- **ES NECESARIO EL APEGO, MIENTRAS APRENDEMOS A SER INDEPENDIENTES**
- **LA PREGUNTA ES: CÓMO ES MI FORMA DE APEGARME**
- **ESTILO DE APEGO: ES LA FORMA QUE TIENE UN NIÑO, NIÑA A RESPONDER A LA MANERA EN QUE ES CUIDADO Y AMADO POR SUS PADRES. ES DONDE APRENDE QUE ES UNA PERSONA DIGNA DE SER AMADA O NO.**

- **APEGO ANSIOSO:** LA NIÑA SE AFERRA A LA PIERNA DE SU MADRE PORQUE LE DA MIEDO QUE LA DEJEN SOLA EN EL KINDER; ES QUE QUIERO QUE TE QUEDES CONMIGO, LO PUEDE INTERPRETAR COMO ABANDONO, POR EJEMPLO. EN EL FUTURO **VA A DESARROLLAR UNA GRAN REAFIRMACIÓN** DE OTROS, **SERÁ UN ADULTO CELOSO**, MANIPULADOR, EL QUE ESTÁ SOSPECHANDO, EL QUE ESTÁ TENIENDO LA CERTEZA DE QUE LO VAN A ABANDONAR, QUE NO ES DIGNO DE SER AMADO, NO ATENDIERON BIEN SUS NECESIDADES Y ESO HIZO QUE NO PUDIERA CONFIAR. **PREVALECE LA DESCONFIANZA.**
- **APEGO DESORGANIZADO:** SIEMPRE SOLO, YA PERDIÓ LA ESPERANZA; PORQUE EN CASA ESE PEQUEÑO NIÑO SUS NECESIDADES NO FUERON ESCUCHADAS, SATISFECHAS; QUE EN CASA LE DIJERON “NO DES LATA”, ¿CÓMO, OTRA VEZ?; NO, NADA DE LLORAR, QUIERES LLORAR, TE VOY A DAR MOTIVOS PARA LLORAR; ¿NO VEZ QUE ESTOY MUY OCUPADO; A VER, ¿QUÉ TE FALTA? LE CUESTA TRABAJO DECIR: ME HACES FALTA TU. **ENTONCES APRENDE A NO VINCULARSE, YA PERDIÓ LA ESPERANZA, PARA ESE NIÑO SU MUNDO ES FRIO Y GRIS.** ES MUY DOLOROSO QUE NO PUEDES DARME TU MIRADA, TU ATENCIÓN. SI ME DEJAS TE VOY A ODIAR TODA MI VIDA, **ESE NIÑO QUE ESTABA SUPPLICANDO AMOR, DE PRONTO LO RECHAZA**, PORQUE ES UN NIÑO QUE SUFRIÓ MALTRATO, ABUSO. **ES UN APEGO DESORGANIZADO, MUY CONFUSO. YA DE ADULTO CUANDO VA A TRABAJAR TIENE REACCIONES, VIOLENTAS, AGRESIVAS, EXPLOSIVAS; CUANDO SIENTE QUE HAY PELIGRO, AMENAZA, REACCIONA CON MIEDO.**
- EN EL APEGO SEGURO, SE FOMENTA LA CONFIANZA
- EN EL APEGO ANSIOSO ES LA ANGUSTIA.
- EN EL APEGO EVITATIVO ES LA DESEPERANZA
- EN EL APEGO DESORGANIZADO ES EL MIEDO, A QUE SI YO PIDO ALGO ME VAN A CASTIGAR, VIVIRÁ CON UNA GRAN NECESIDAD DE SER AMADO.
- A LOS APEGOS LES FALTA RELACIONES PÚBLICAS