



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

SEGUNDO TRIMESTRE





Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

Índice

II Trimestre

1. Autoestima
2. Cuido mi cuerpo: higiene personal
3. Respeto en las relaciones interpersonales
4. Las amistades
5. El Bullying
6. Conflictos familiares
7. El uso de internet y las redes sociales
8. Evaluación de tutorías



Autoestima

Introducción:

La **autoestima es la valoración que tenemos de nosotros mismos**. Se desarrolla progresivamente desde que nacemos, teniendo particular importancia en este proceso la familia y las personas significativas de nuestro entorno. Relaciones marcadas por el afecto, el respeto y la confianza, contribuyen a la formación de una autoestima positiva.

Actividad a desarrollar.

- Contamos la siguiente historia:
En la India, es costumbre amarrar, en un arbusto o en algún otro lugar, a los elefantes cuando son cachorros. Al intentar moverse, descubren que no pueden hacerlo. De esa manera, aprenden a permanecer en un lugar, cuando el dueño así lo requiere. Cuando son mayores, pese a contar con la fuerza como para moverse a donde lo deseen, no lo hacen. El recuerdo de las experiencias primeras, en las que se le hizo sentir que no era posible, los detiene, más que el propio arbusto.
Sugerencia de preguntas:
 1. ¿Qué sucederá con las personas si les decimos siempre comentarios “negativos” sobre sí mismo?
 2. ¿Qué solemos decirnos en el aula?

El tutor evitará, en todo momento, decir cosas negativas sobre los estudiantes.

- El tutor luego de dialogar y comentar el tema leído, les dirá a los estudiantes que presten atención al cuadro que se muestra abajo y que cada uno de manera personal evalúe como se encuentra su autoestima.
- Motivarlos a que se atrevan a soñar en grande y a no limitarse por los obstáculos y los comentarios de los demás.

¿En qué estado se encuentra tu autoestima?

AUTOESTIMA ALTA	AUTOESTIMA BAJA
Tienes confianza en ti mismo.	Eres inseguro.
Tomas decisiones en forma	No tomas decisiones por ti mismo.



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

independiente.	
Estás orgulloso de lo que hasta hora has logrado.	Sientes que no logras nada de lo que te propones.
Sabes tolerar la frustración, aprender de tu error y volver a empezar.	Ante un fracaso, sientes que estás perdido y no te esmeras en volver a intentarlo.
Asumes la responsabilidad de tus acciones.	Culpas a los demás de lo que te pasa.
Afrontará nuevos retos con entusiasmo.	Temor de no saber qué hacer ante los cambios y nuevos retos.

Recuerda que la autoestima no es algo permanente y que no puede cambiar, mejorar tu autoestima es un trabajo personal y constante que dura toda la vida.

Anexo-Desarrollo del tema

Las personas con una autoestima positiva tienden a desarrollar más sus potencialidades, establecen mejores relaciones interpersonales y enfrentan de mejor modo situaciones nuevas así como diversas dificultades que puedan encontrar en la vida. Por su parte, las personas con una autoestima negativa, al ser inseguros respecto a sí mismos y sus potencialidades, ven disminuidas las posibilidades de desenvolverse adecuadamente en la vida y tienen un mayor riesgo de caer en diversas problemáticas, como el consumo de drogas, el embarazo adolescente, entre otras.

Esto no significa que la autoestima sea una “varita mágica” que evita todas las dificultades. Considerarla así nos podría llevar a descuidar otros aspectos que también son sumamente relevantes en la tarea formativa.

Ejemplo:

Tienes un examen difícil, pero como confías en ti mismo y posees una actitud positiva, estudias y obtienes triunfos lo que te hace sentir seguro. Si en algún caso no lo lograste, en lugar de pensar que hay algo malo en ti, buscas cuál fue tu error o en qué fallaste y te propones lograrlo la próxima vez, eso es que tienes buena autoestima. Es muy importante la manera en la que te relacionas con el fracaso, si tienes baja autoestima, pensarás que no sirves para nada y nunca volverás a iniciar algún proyecto.



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

Mi higiene personal

Introducción

Una correcta higiene durante la adolescencia es fundamental. No sólo por razones estéticas, sino sobre todo para mantener una buena salud. Pero no siempre es fácil. Los adolescentes a veces se olvidan del baño o no hacen excesivo caso al cepillo de dientes. Y eso se une a que en esta etapa de su vida con todas las alteraciones hormonales de la pubertad llegan los olores fuertes, el exceso de grasa y el aumento de la sudoración.

¿Mal olor?

Muchos adolescentes notan que tienen un nuevo olor debajo de los brazos y en otras partes del cuerpo cuando comienzan la pubertad - ¡y que no es un buen olor! Ese olor desagradable lo tienen todas las personas. Cuando entras en la pubertad, las hormonas afectan las glándulas de la piel y esas glándulas producen sustancias químicas que tienen mal olor. Los adolescentes también sudan más durante la pubertad y la piel se les vuelve grasienta.

¿Qué puedes hacer para no tener mal olor? Lo más importante es estar limpio. Date duchas diarias, por la mañana antes de ir a la escuela o por la noche antes de acostarte. También es una buena idea darte una ducha después de hacer deportes o ejercicios. Otra manera de controlar el mal olor es usando desodorante. También es bueno usar un desodorante con antiperspirante.

Dándole la cara a los cambios

Durante la pubertad, todas esas hormonas trabajando en tu cuerpo te causan acné (granitos). Por lo general, esos granitos salen cuando comienza la pubertad y es posible que los tengas durante la adolescencia. Los granitos pueden salir en la cara, en la parte superior de la espalda o la parte superior del pecho. Para controlarlos, debes mantener la piel limpia. Tu médico también puede darte sugerencias para eliminar el acné.



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

Por qué hay que cuidar la higiene

Los motivos por los que hay que cuidar la higiene son varios:

1. **Por salud física.** Un exceso de suciedad o una mala limpieza provocan que aumenten los gérmenes y eso puede llevar a la aparición de enfermedades.
1. **Por salud mental.** Cuando uno está limpio y libre de olores desagradables se siente mucho más seguro de sí mismo y eso, sobre todo durante la adolescencia, es muy importante para las relaciones sociales.
2. **Por estética.** La imagen personal es importante y una buena higiene es imprescindible para mantenerla.

Cómo pueden mantener una buena higiene los adolescentes

Es bueno prestar especial atención a estas partes del cuerpo:

- **Cabello.** El cuero cabelludo suele producir más grasa durante la adolescencia, por ello es recomendable que los chicos y chicas laven su cabello con champú siempre que lo tengan sucio.
- **Cara y cuello.** Es bueno que laven su cara y su cuello con agua y jabón, además de mantenerlo limpio de esa manera podrán evitar espinillas o un exceso de acné.
- **Orejas.** Es bueno también que se laven las orejas con agua y con jabón.
- **Pies.** Para evitar malos olores es imprescindible una correcta higiene de los pies. Hay que lavarlos con agua y jabón y secarlos muy bien. Además hay que cambiar de calcetines al menos todos los días y limpiar zapatos y zapatillas.
- **Boca.** El uso del cepillo de dientes tras cada comida es una buena ayuda para combatir las caries y el mal aliento. Además no hay que olvidar las visitas periódicas de revisión al dentista.
- **Genitales.** Tanto chicas como chicos deben lavar bien sus partes genitales. Es preferible no usar jabón, sobre todo en el caso de las chicas porque destruye la flora vaginal, a no ser que se trate de un jabón específico para la parte genital. También es importante secarse muy bien para combatir la aparición de infecciones.
- **Ropa.** No sólo el cuerpo, también deben cambiarse de ropa y lavar esta con frecuencia. Si la higiene personal es importante, no lo es menos la higiene de la casa. Los adolescentes deben saber que la casa hay que mantenerla limpia, incluida su habitación. También deben entender que ellos deben cooperar con la limpieza y el orden de la casa con el resto de la familia.

Actividad: *realizar una lluvia de ideas para agregar más hábitos de higiene personal al listado y poder así complementar la información brindada*



Respeto en las relaciones interpersonales

Objetivo

Abordar el valor del “respeto” dentro de las relaciones interpersonales

Introducción

¿Qué son los valores?

- Los **valores** son las **normas** de conducta y actitudes según las cuales nos comportarnos.
- **Los valores** se jerarquizan por criterios de importancia. Cada persona construye su escala de valores personales.
- Los **valores** son las **propiedades, cualidades o características** de una acción, una persona o un objeto considerados positivos o de **gran importancia**.

Amor	Honestidad	Felicidad	Confianza	Cooperación	Paz
Respeto	Vida	Unidad	Igualdad	Generosidad	Tolerancia

Desarrollo:

¿Qué es el respeto? Acto mediante el cual una persona tiene consideración por otra y actúa teniendo en cuenta sus intereses, capacidades, preferencias, miedos o sentimientos.

- ✓ **Para tener una sana convivencia es necesario establecer límites de lo que podemos y no hacer y dónde comienzan los de los demás.**
- ✓ **El respeto supone que todos debemos tolerar nuestras diferencias, nuestras posibles limitaciones o complicaciones, aquello que nos hace únicos e irremplazables.**
- ✓ **El respeto es una forma de reconocimiento y de aprecio a las cualidades de otros, primero que nada, por su valor como personas y segundo, por su conocimiento y experiencia.**
- ✓ **Ejercer este valor permite que la sociedad viva en paz, en una sana convivencia con base en normas sociales**
- ✓ **La importancia del respeto por el otro tendrá que ver entonces con la posibilidad de construir una mejor sociedad en la que la violencia, la agresión, la discriminación o el abuso no existan.**



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

¿Qué situaciones demuestran irrespeto y respeto en el salón de clases hacia los compañeros?

Actividades

¡PONTE EN EL LUGAR DE LOS OTROS!

- Se dividirán en grupos de 5 estudiantes
- A cada grupo se le planteará una situación o problema.
- El equipo analizará el problema, expresarán cómo se sentirían en dicha situación y las posibles soluciones.

La presión de grupo es el sentimiento (real o imaginario) de que necesitas estar de acuerdo con una persona o grupo o sufrir alguna consecuencia como el rechazo, apodos, o pérdida de autoestima.

Caso #1

Me dicen con burlas que no soy bonita y me hacen sentir que no soy inteligente y por eso me insultan y dicen cosas feas. A veces pienso que me odian.

Caso #2

A veces hacen comentarios fuera de lugar y no respetan mi espacio.

Caso #3

A veces me dicen cosas sarcásticas por no ser igual a todos los demás e insultan a mi familia. También me roban la comida y algunas de mis cosas.

Caso #4

Me dicen que no sirvo para algunas cosas, como para algunas materias y deportes. Me juzgan a veces porque me toma tiempo terminar algo o porque saco malas notas. Me quieren hacer sentir inferior a ellos.

Caso #5

Una vez me pegaron un balón en la cara y a veces me pegan sin razón. Se burlan de mí porque soy pequeño y me ponen apodos.

Caso #6

A veces le quiero hablar a mis compañeros bien y solo me miran y se apartan. Dicen cosas incorrectas de mí y hablan a mis espaldas. También me echan de un lugar sin ninguna razón y me ignoran.



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

SABER DECIR “NO” ES UN DERECHO

- Escribe en una hoja de papel una expresión o situación, en las que tu grupo de amigos te haya puesto en una situación difícil, porque estaba en contra de sus deseos.
- Analizar en grupos algunas de estas situaciones de presión grupal con las alternativas que para no ceder a la presión.

Comentarios para finalizar la actividad



- No debemos sentirnos "culpables" por los problemas con los que otros nos presionan.
- La persona que nos aprecia debe manifestarlo respetando nuestras decisiones.
- Los amigos de verdad te aceptan como eres
- Piensa a qué le temes. ¿Que te insulten? ¿Verte diferente, raro o no natural ante tus compañeros? ¿No ser parte de un grupo?
- Una vez que hayas decidido a qué le temes, trabaja en decirte a ti mismo que no hay nada de qué preocuparte.
- Forma tu propia opinión sobre las cosas.

Conclusiones

El respeto es primordial para el adecuado desarrollo de relaciones interpersonales saludables. Una de las formas más sinceras de respeto es escuchar lo que otros tienen que decir. -Bryant H. McGill.



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

Las amistades

Objetivos

- Explorar la idea que tienen sobre la amistad
- Explicar la importancia de la amistad
- Diferenciar una amistad buena de una mala

La amistad es una relación afectiva entre dos o más personas, es una de las relaciones interpersonales más comunes en el transcurso de la vida de los seres humanos.

Es un sentimiento convenido con otra persona, donde se busca confianza, consuelo, amor y respeto. Se da en distintas etapas de la vida y en diferentes grados de importancia.

Importancia de los amigos

En la adolescencia, las amistades entre compañeros de la misma edad, ocupan un lugar muy especial y cumplen una función muy importante, en comparación con otras interacciones más amplias y más generales. Se caracterizan por ser más íntimas, los sentimientos son más intensos y francos, no hay preocupaciones extremas lo que da lugar a una mayor aceptación social entre iguales, lo que contribuye al desarrollo de su personalidad.

Los adolescentes son capaces de expresar mejor sus pensamientos y sentimientos, compartiéndolos con sus amigos. También son más capaces de entender el punto de vista, emociones y pensamientos de otras personas.

La amistad puede ayudar en ese proceso de descubrimiento sobre una misma esencia para el desarrollo de nuestra identidad personal. Sin embargo, la dependencia puede desvirtuar esas relaciones en una amistad, las opiniones deben de ser respetadas. Pero muchas veces preferimos callar y solo seguirla. No obstante, una identificación excesiva con los amigos siendo como ellos o imitándoles en forma constante dificulta la identidad propia como personas.



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

UNA MALA AMISTAD

- ✓ Te hace sentir incómoda con esa persona
- ✓ No te sientes en confianza de expresar libremente tus opiniones
- ✓ No te alienta
- ✓ Se alegra por tus fracasos
- ✓ No pregunta ¿cómo estás?
- ✓ No guarda tus secretos
- ✓ Te juzga y hace sentir mal con sus comentarios

UNA BUENA AMISTAD

- ✓ Te apoya siempre en las buenas y en las malas
- ✓ Te sientes libre de expresar tus opiniones y sentimientos
- ✓ Nos acepta como somos
- ✓ No te juzga
- ✓ No sólo habla de sus problemas, también te escucha y pregunta ¿cómo estás?

COMPONENTES DE LA AMISTAD

- ✓ Empatía y simpatía
- ✓ Fidelidad
- ✓ Lealtad
- ✓ Agrado por compartir una o más actividades, ideas, recuerdos o la vida
- ✓ Amor
- ✓ Confianza: facilita el hablar y actuar
- ✓ Sinceridad
- ✓ Reciprocidad: apoyarse en las buenas y en las malas
- ✓ Comprensión: aceptación de los caracteres del otro
- ✓ Respeto: valorar su opinión, no imponer pensamientos, no chantaje

La amistad es un valor universal, sin el cual, una persona difícilmente podrá sobrevivir.

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=4LE69LxeloE>



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

El Bullying

Introducción:

¿Sabes que las palabras pueden ser tan duras como un puñetazo? Así es, lo que decimos y nos dicen tiene valor, tiene peso. Una palabra maliciosa puede hacer mucho daño a una persona, así como un halago puede hacerle mucho bien. Un apodo puede ser cariñoso o puede ser vergonzante.

Actividad

Leer la siguiente historia. Al finalizar, que los chicos/as respondan las preguntas para poder reflexionar sobre este caso.

Una historia como muchas

Jessica es una chica de 14 años. Tiene un perfil en una conocida red social, donde se conecta para chatear con otros chicos y chicas de su edad.

A través de esta red, recibió una solicitud de amistad de Federico, un chico de 16 años que concurre a su escuela. Jessica se emocionó, estaba muy feliz porque un chico se había fijado en ella y empezó a mantener con él una relación virtual. Chateaba, le explicaba cosas, le hacía confesiones, hablaba de sus amigas...

Todo parecía ir bien. Había conocido a un chico que la encontraba bonita, estaba contenta, pero su relación siempre fue virtual. Nunca se hablaron en la escuela, ni se relacionaron personalmente. Federico lo había solicitado y ella lo respetaba.

Pero un día recibió un mensaje de él que decía:

- Me han dicho que no eres buena onda, que andas diciendo cosas sobre mí. ¡No quiero saber nada más de ti!

De nada sirvieron los intentos de Jessica para continuar la relación, ni los ruegos, ni las súplicas. No lo podía creer, no entendía qué había pasado. Por si fuera poco, Federico empezó a publicar mensajes atacándola: que era mala persona, que nadie la soportaba, que andaba con todos los varones de la escuela...

Ella nunca supo que Federico no era Federico. Unas “amigas” suyas habían creado un perfil falso para ganar su confianza, burlarse de ella y saber lo que Jessica pensaba realmente de ellas.



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

Preguntas:

1. ¿Piensan que es una historia muy poco probable o sucede a menudo?
2. ¿Qué palabras o frases resultan ofensivas para los chicos/as?
3. ¿Has utilizado alguna de estas frases o apodos?
4. ¿Conocen a personas que hagan cosas así?
5. ¿Qué motivaciones pueden tener algunos/as chicos/as para molestar a otros?
6. ¿Qué consecuencias negativas puede tener lo ocurrido para Jessica?
7. ¿Imaginen un buen final, donde todo termine bien? ¿Cómo sería?

Conclusión

Generalmente, las palabras que se utilizan para insultar o para agredir están vinculadas a características físicas, a cuestiones referidas a la sexualidad, a la nacionalidad u origen social de una persona. Es importante ser responsables en el uso del lenguaje, porque todos los ejemplos mencionados son **discriminación**. Cuando una persona es discriminada por sus pares o compañeros, se siente vulnerable, confusa y atemorizada. A veces, se siente avergonzada y culpable. Lo cierto es que sufre una situación injusta porque quien está equivocado es aquel o aquella que agrede y discrimina.

La mayoría de las veces, la discriminación está apoyada en estereotipos sociales o culturales sobre cómo tienen que ser o actuar los demás. No toman en cuenta que la diversidad enriquece y fortalece al grupo, que todas las personas si bien son diferentes tienen los mismos derechos, y que el ser diferentes permite aportar ideas y experiencias de vida variadas para construir un proyecto compartido.

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=f-8s7ev3dRM> (10 minutos)



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

Los conflictos familiares

Objetivo:

- Orientar sobre los conflictos familiares y la resolución de los mismos
- Explicar la importancia de las familias y el papel del conflicto dentro de las mismas

Desarrollo

La familia, como toda institución social, está sometida a procesos de crecimiento, momentos de crisis y de estancamiento. La familia suele ser un factor de protección y cuidado de las personas, pero también es fuente de conflictos cuando desconoce o no satisface los deseos y necesidades de alguno de sus miembros.

El término “conflicto” suele recibir una carga negativa, asociado a problemas y enfrentamientos. Ciertamente, ese es su significado primero y más habitual. Pero, cuando de relaciones familiares se trata, el conflicto es mucho más que eso: es una oportunidad para salvar las diferencias y crecer juntos.

Los conflictos no son expresión de enfermedad, sino una muestra de que la familia está viva, con personas que pueden tener muchas coincidencias pero que son diferentes más allá de que formen parte de un mismo grupo familiar.

Actividad:

Estudio de casos. A continuación se plantearán 3 casos de conflictos familiares y en 6 grupos de 6 personas buscarán posibles soluciones a dichos conflictos. Se les asignará el mismo caso a dos grupos. Se les concede 10 minutos para esta actividad y posteriormente, 3 minutos por grupo para exponer sus soluciones.

Caso #1: Ana quiere ir al cine con sus amigos y decide pedirle permiso a su papá quien le dice que no porque al día siguiente hay escuela. Ana va a hablar con la mamá y esta le dice que sí puede ir. El papá se molesta por la situación. ¿Cuál crees tú que es la mejor opción para resolver lo sucedido o qué debieron hacer tus padres y tú?

Caso #2: Están en la cena y mamá y papá empiezan a discutir sobre un tema político del cual desconoces pero están haciendo de la cena desagradable. ¿Qué harías ante esta situación?



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

Caso #3: Tienes tu computadora y tu mamá te revisa todo el contenido que tienes, sin consultarte. Cuando llegas del colegio te das cuenta y te diriges hacia ella...¿Qué harías en ese momento?

Luego que todos los grupos expongan sus ideas, se procede a discutir el tema planteándoles a los estudiantes sus errores y cuáles fueron las ideas más acertadas tomando en cuenta que todas las familias son distintas y que en muchos casos una solución para una no es la misma que para otra. Sin embargo; siempre cabe la posibilidad de resolver un conflicto sin dañar u ofender a otros y para ello es sumamente importante la comunicación abierta dentro del hogar, la confianza y sobre todo conocer a cada miembro de la familia para así llegar al acuerdo que mejor beneficie a la familia completa ya que tenemos que tomar en cuenta que somos seres individuales, pero al final la familia se ve como un todo.

Consejos para resolver problemas familiares

1º Todo problema necesita resolverse, aprendamos a ser responsables. La única manera de enfrentar los problemas y resolverlos, es como se dice vulgarmente: “tomando el toro por los cuernos”, no hay otra manera. Para que usted pueda ver cambios en su familia, usted tiene que *promover* el cambio.

2º Los padres de familia son los adultos responsables de que se resuelvan adecuadamente los conflictos familiares

Finalmente son papá y mamá los que están al frente de la familia y son quienes tienen que velar para que los conflictos se resuelvan correctamente. Pero recuerda que formas parte de la familia y puedes aportar teniendo en cuenta los límites.

3º Un problema no resuelto se hace mayor o genera más problema. Lo ilustraré con un ejemplo muy sencillo: tiene usted una gotera en el fregadero y no la atiende; al principio nada más es incómodo, una gotera que está molestando, pero al rato esa gotera le oxida la lámina, se le pudre, se le viene todo abajo, se le cae el mosaico, se le echa a perder la madera que tenga del mueble, y al rato ya tiene ahí un desastre en la cocina. Todo por no arreglar una simple gotera.



Uso de internet y las redes sociales

Objetivos

- Aprovechar las herramientas que están disponibles en las redes sociales para ayudarles a proteger a los estudiantes en su uso.
- Ayudar a los estudiantes a ser responsables con el contenido publicado y con el uso general de las redes.

Introducción

Las **redes sociales** son sitios de internet que permiten a las personas conectarse con sus amigos, realizar nuevas amistades, de manera virtual, y compartir contenidos, interactuar, **crear comunidades** sobre intereses similares: trabajo, lecturas, juegos, amistad, relaciones amorosas, relaciones comerciales, etc.

Su origen se remonta a 1995, cuando el estadounidense Randy Conrads creó el sitio Web classmates.com. Con esta red social pretendía que la gente pudiera recuperar o mantener el contacto con antiguos compañeros del colegio, instituto, universidad.

En las redes sociales en internet se promueve ante todo la posibilidad de **interactuar con otras personas**, aunque no se conozcan personalmente. El sistema es abierto y dinámico y se va construyendo con lo que cada suscripto a la red aporta. Cada nuevo miembro que ingresa aporta lo propio al grupo y lo transforma.

Su auge se ha producido hace no más de cinco años, gracias al avance de las conexiones a internet y al aumento en la cantidad de personas con acceso a una computadora. Instagram Facebook, Twitter y Youtube son las **redes sociales más populares**.

Para educar en su uso	
Ventajas	Desventajas
<ul style="list-style-type: none"> • Puede usarse para hacer publicidad de servicios y/o productos. • Se pueden realizar actividades escolares en equipo, aún si los integrantes están en diferentes 	<ul style="list-style-type: none"> • La privacidad es un tema de discusión en muchos ámbitos. • Cualquier persona desconocida y/o peligrosa puede tener acceso a información personal.



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

<p>lugares.</p> <ul style="list-style-type: none">• Se puede usar para mantener comunicación con familiares y amigos que se encuentran lejos con un bajo costo.• Interacción con personas de diferentes ciudades, estados e incluso países.• Envío de archivos diversos (fotografías, documentos, etc.)• Reencuentro con personas conocidas.• Foros de discusión y debate.• Permite el aprendizaje colaborativo.	<ul style="list-style-type: none">• Aleja de la posibilidad de interactuar con gente del mismo entorno, lo que puede provocar aislamiento de la familia, amigos, etc.• Posibilidad de crear varias cuentas con nombres falsos.• Posibilidad de volverse dependiente a ésta.• Propicia un alejamiento de la propia realidad.• Contacto con personas potencialmente peligrosas.
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Algunas recomendaciones para el uso de redes sociales

1. Toma decisiones responsables sobre qué información compartes y con quién.
2. Protege tu privacidad y seguridad.
3. Usa siempre la opción de “denunciar” que te ofrece Facebook si detectas cualquier actividad o contenido ofensivo.
4. Utiliza el Centro de Ayuda para resolver cualquier duda que tengas. En él encontrarás respuesta a preguntas sobre cualquier tipo de información relacionada con el funcionamiento de la plataforma.
5. No trates con desconocidos.
6. Evita el uso de la webcam.
7. Ten claro quiénes son tus amigos.
8. Compórtate como en la vida real y usa el sentido común en todo momento.
9. Si en algún momento te sientes acosado, comunícaselo a algún adulto cercano a ti (familia, profesor...)

Evita subir fotos privadas o que revelen tu vida personal.



Evaluación de la Tutoría

Objetivos

- Evaluar el funcionamiento de la Tutoría a lo largo del trimestre.
- Valorar las aportaciones que la tutoría ha aportado al grupo.
- Finalizar el trimestre con una actividad que contribuya a robustecer el clima de amistad y compañerismo que debe reinar en el grupo.

Actividad

1. El tutor debe presentar la sesión invitando a todos a hacer una valoración de la tutoría objetiva, responsable y constructiva.
2. Reunión en pequeños grupos para llenar el cuestionario o se le pide al Edil que dirija la sesión y todo el grupo participa. El tutor los deja unos minutos solos para que la llenen.
3. Un representante expone lo que escribieron.
4. El tutor podrá tomar apuntes con vista a consolidar lo positivo en el siguiente trimestre y mejorar lo negativo.

Cuestionario

1= nada 2= poco 3= más o menos 4= mucho 5= bastante

Preguntas	Valoración de 1 - 5
¿Las tutorías expuestas te aportaron conocimientos?	
¿El profesor tutor abarco en cada tutoría temas de tu agrado?	
¿Crees que se debería cambiar la metodología de la tutoría?	
¿Crees que se creó un ambiente de confianza dentro de la tutoría?	
¿Crees que existen aspectos positivos de las tutorías?	
¿Crees que existen aspectos negativos de las tutorías?	

**Escribe los aspectos positivos y negativos que encontraste dentro de las tutorías

**Escribe 3 recomendaciones para el futuro



Colegio Javier
En todo amar y servir

Departamento de Orientación
2017

“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”

.....
Si NO te EQUIVOCAS
.....
de VEZ en CUANDO,
ES QUE NO LO
INTENTAS

frase: Woody Allen *mr. wonderful** mrwonderfulshop.es