



*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. La motivación en el estudio
2. Fijándome metas
3. La Autoestima
4. Pensando en la profesión que quiero ser - Semana de la Orientación Vocacional
5. Búsqueda de la Identidad
6. ¿Respeto y cuido mi cuerpo?
7. Adolescencia y amistad
8. Claves para evitar el fracaso escolar
9. Evaluación de la Tutoría



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

**La motivación en el estudio**

- Reflexionar sobre los motivos que tienen los alumnos para estudiar.
- Conocer los tres requisitos básicos para el estudio (querer, poder y saber).
- Proponer pequeñas metas y recompensas como impulsores de la motivación.

**Actividad a desarrollar**

- 1) Motivación por parte del tutor de la actividad indicando los objetivos que se pretenden.
- 2) A continuación se llena el cuestionario de manera individual. Se les pide que saquen un lápiz y hoja. El tutor va leyendo las preguntas y ellos en su hoja, escriben las respuestas. 15 minutos.
- 3) Puesta en común de las respuestas individuales de aquellos estudiantes que deseen compartir.
- 4) Elaboración individual de un plan para elevar la motivación hacia el estudio.
- 5) El tutor realizará unas conclusiones finales.

**Llena el siguiente cuestionario**

**Siempre      A veces      Nunca**

Me esfuerzo todo lo que puedo para obtener buenos resultados			
Me gusta estudiar para ampliar mis conocimientos.			
El estudio me resulta muy gratificante.			
En casa dedico todo el tiempo posible al estudio.			
Me resulta fácil estar un buen rato estudiando.			
El estudio me resulta entretenido.			
El esfuerzo que realizo me servirá para mi futuro profesional.			
Me interesa mucho lo que los profesores exponen en clase.			
Me ilusiona aprobar el curso y pasar al siguiente.			
Cuando una tarea me sale bien me elogio por haberlo conseguido.			



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**Departamento de Orientación**  
**2017**

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

**A continuación valora el cuestionario.**

Anota 2 puntos por la cruz marcada en “Siempre”.

Anota 1 punto por la cruz marcada en “A veces”.

Anota 0 punto por la cruz marcada en “Nunca”

Puntuación total: \_\_\_\_\_

¡ATENCIÓN! Si tu puntuación queda por debajo de 10, tu motivación para el estudio es poco favorable. Conviene que trabajes sobre ello. Lo recomendable sería que anotases los aspectos señalados en la columna de “Nunca” de cada una de las tablas para corregirlos.

Para estudiar son necesarios tres requisitos. Puntúate de 0 a 10 en cada uno de ellos.

SABER (Métodos de estudios)

QUERER (Actitud, motivación)

PODER (Capacidades, aptitudes...)

Proponte pequeñas metas y comunícaselas a alguien, pueden ser BUENOS IMPULSORES DE LA MOTIVACIÓN.

¿Te animas a proponerte metas para organizar y planificar tu tiempo de estudio? Es interesante que te recompenses con algo si las alcanzas (descanso, escuchar música, paseo etc.).

**Video: <https://www.youtube.com/watch?v=TyWF1xjZ5d0>**



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**Departamento de Orientación**  
**2017**

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

### **Fijándome metas**

#### **Para reflexionar**

¿Qué tienen en común?

- ✓ Un ganador de la medalla de oro en las olimpiadas.
- ✓ Una persona que se recibe de Médico Pediatra.
- ✓ Una persona a quien se le dificulta la matemática y logró pasar el curso.

**Lo que tienen en común todas estas personas es que son unos GANADORES.**

Ser ganador en la vida implica fijarnos metas y un camino para alcanzarlas, así como ser perseverantes para lograr aquello que nos propusimos.

Cuando nos fijamos una **meta** es importante determinar que sea real, es decir al alcance de nuestras posibilidades.

Fijarse una meta adecuada a nuestras posibilidades reales no es sencillo, pues si la meta es demasiado difícil, probablemente nunca la alcancemos y nos podemos decepcionar y abandonarla, sin embargo, si es demasiado fácil podemos perder interés en ella.

Una meta tiene que ser realista en cuanto a lo que podemos hacer y a las circunstancias que nos rodean.

Debemos ser congruentes con el camino que vamos a tomar para alcanzarla. SI Yo quiero ser muy buen estudiante, pero no estudio, no pongo atención a la case y no cumplo con mis tareas, por más que mi meta sea llegar a ser un buen estudiante, no lo voy a lograr.

**Lee el siguiente fragmento.**

Fijarse una meta, luchar para alcanzarla y ser perseverante en ella son características de un ganador. Un ganador siempre mantiene una actitud positiva frente a la vida, asume la responsabilidad de sus actos y busca aprender de sus errores en lugar de juzgarse.

**Un ganador dice: “Yo me equivoqué y aprenderé de la lección”.**



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

Un perdedor dice: “No fue mi culpa”.

**Un ganador sabe que los resultados dependen de él.**

Un perdedor le echa la culpa a la suerte.

**Un ganador enfrenta los retos.**

Un perdedor evita los retos y no vuelve a intentarlo si falló en el primer intento.

**Un ganador se compromete, da su palabra y la cumple.**

Un perdedor hace promesas, no asegura nada y cuando falla lo justifica.

**Un ganador dice: “Yo soy bueno, pero puedo ser mejor”.**

Un perdedor dice. Yo no soy tan malo como otros.

**Un ganador es parte de la solución.**

Un perdedor es parte del problema.

**Actividad de Aprendizaje.**

- Reflexiona sobre tus metas y el camino para alcanzarlas.

<b>Metas</b>	<b>Las voy a alcanzar de esta forma ...</b>	<b>Sabré que la alcancé cuando...</b>

**UN GANADOR SE FIJA METAS Y LUCHA POR ALCANZARLAS.**

**Y TÚ... ¿ERES UN GANADOR?**



### **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 a los elefantes cuando son cachorros a un arbusto, o a algún otro lugar. 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 mismos?
  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?

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



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**“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!”**

## **Pensando en la profesión que quiero ser**

### **Objetivos**

- Propiciar el reconocimiento de intereses, habilidades, capacidades, valores, personalidad, en fin, hacer que el estudiante se conozca y reconozca de manera integral, para identificar y elegir las distintas opciones educativas y laborales que ofrece el mercado.

En su origen etimológico “Vocación” viene del latín “Vocatio, Vocationis” que significa “llamado”, “Invitación”; es decir, la vocación no se deriva en el interior del individuo, sino que se da dentro de él/ella, ayudándolo a decidir y a cómo elegir una profesión, un trabajo o una carrera.

La Orientación Vocacional en otras palabras es la ayuda sistemática, la técnica ofrecida a un individuo, para que llegue a un mejor conocimiento y aceptación de sus características y potencialidades, de su propia realidad y del medio que le rodea.

El ser humano está llamado a desarrollarse plenamente como persona y a buscar todo aquello que le permita crecer como tal. Las personas no pueden dejar de cuestionarse por cuál será el rumbo de su vida, es decir, se hacen preguntas como tales: ¿quién soy? ¿Cuáles son mis metas y aspiraciones? ¿Qué espero para mi vida? etc.

### **Para reflexionar**

Incentivarlos para que inicien ese proceso de discernimiento y puedan descubrir cuáles son sus propias capacidades, sus habilidades, su rendimiento, sus motivaciones e intereses, su inteligencia y aptitudes y su personalidad, para que pueda cuando llegue ese momento tomar la decisión libre y acorde a sus características y las del entorno para una adecuada elección de su profesión.

- Generar espacios para que ellos puedan conversar sobre las diferentes profesiones.
- Preguntar quiénes, ya más o menos, han pensado en alguna profesión.
- Motivar a los que aún no saben, o no tienen ninguna opción.
- Invitarlos a la feria que realiza el Departamento de Orientación.



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**Departamento de Orientación**  
**2017**

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

## **Búsqueda de la Identidad**

### **Introducción.**

La identidad es un conjunto de rasgos propios de un individuo o un grupo que permite diferenciarlos del resto.

La búsqueda de identidad es la característica principal de la adolescencia. Las profundas transformaciones que experimenta el adolescente lo llevan a preguntarse respecto a sí mismo, para reconocerse en medio de tantos cambios, y adaptarse gradualmente a ellos.

El adolescente es fundamentalmente *alguien que está en busca de su identidad*. La pregunta **¿quién soy yo?** es la más importante en esta etapa, y atraviesa las diversas características.

Al final de la adolescencia, la identidad comienza a actuar como una fuerza moldeadora que orienta **los planes y proyectos de vida**.

A diferencia de lo que ocurría en su niñez, en la cual su identidad se basaba en la imitación y la identificación con los padres y otras figuras significativas como profesores y personajes de los dibujos animados, en la adolescencia ocurre un proceso inverso. Durante esta etapa necesitan diferenciarse de lo que fueron anteriormente, especialmente de sus padres. Es así como empiezan a elaborar una imagen de sí mismos.

Un aspecto estrechamente ligado al desarrollo de la identidad es el proceso de elección vocacional. **¿Qué quiero ser? y ¿Qué quiero hacer?**, que no es fácil de responder dado que durante la adolescencia la identidad está en proceso de consolidación. No obstante, en ella se deben establecer los fundamentos de este proceso, ayudando a los adolescentes a examinar sus aptitudes, intereses, valores y personalidad en conjunción con las posibilidades familiares y las oportunidades y necesidades del medio; para que puedan decidir en función a ello.

### **Actividad de aprendizaje.**

- Se les pide que saquen una hoja y a manera personal contesten las interrogantes **propuestas**.
- El tutor puede escoger las que considere.



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**Departamento de Orientación**  
**2017**

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

- De manera voluntaria y abierta se sugiere si alguien desea compartir lo que escribió.

**Algunas preguntas que nos ayudan a buscar y descubrir nuestra identidad.**

¿Quién soy?

¿Qué quiero ser?

¿Hasta el momento, me siento satisfecho con lo que he logrado?

¿Qué cosas valoro de mí?

¿En qué creo debería cambiar?

¿Qué me hace diferente a los demás?

**Conclusión**

Se les hace ver que la identidad se consolida hacia el final de la adolescencia, y continúa evolucionando a lo largo de la vida.



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**Departamento de Orientación**  
**2017**

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

## **¿Respeto y cuidado mi cuerpo?**

### **Importancia del cuerpo**

Nuestro cuerpo es sumamente importante, no solo porque nos permite caminar, comer, ver, tocar, sino también porque es nuestra principal herramienta de comunicación. A través del cuerpo nos relacionamos, conocemos el mundo y a nosotros mismos. No se debe pensar que el cuerpo es solo una estructura biológica, porque este se encuentra cargado de sentimientos, significados y experiencias.

Por eso, cuando te miras en el espejo, ves más que una masa de carne y hueso, para mirar quién eres, cómo eres y qué eres capaz de hacer.

Durante la adolescencia, los cambios que experimentas en el cuerpo, así como la forma en que enfrentas y vives dichas transformaciones, afectan la percepción que tienes de tu cuerpo, o sea la imagen corporal.

### **Esta imagen se compone de dos aspectos: el cognitivo y el subjetivo.**

El primero tiene que ver con la información que manejas, tanto de la anatomía como de los cambios físicos vividos. Lo subjetivo se relaciona con las valoraciones, juicios y sentimientos que tienes sobre tu cuerpo.

De esta forma, la imagen corporal se relaciona directamente con la autoestima (el aprecio que se siente por uno mismo).

También la imagen corporal se ve afectada por las demandas y exigencias sociales que se construyen sobre el cuerpo. Los ideales de belleza y delgadez pueden generar sentimientos de insatisfacción, incomodidad y rechazo del propio cuerpo por no poder cumplir con estos prototipos.

La posibilidad de hablar con naturalidad sobre el cuerpo y los cambios que se experimentan, así como sobre todo aquello que sentimos, nos abre el camino para aprender a querer más nuestro cuerpo y por supuesto cuidarlo. Esto es indispensable para vivir la sexualidad de una forma sana, placentera y responsable.



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**Departamento de Orientación**  
**2017**

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

## **El Aseo Personal**

Estás en la edad de esos fuertes olores corporales que no sabes cómo controlar. Y es que son tus hormonas las que hacen que las glándulas sudoríparas desprendan sudor para eliminar las toxinas y mantener estable la temperatura del cuerpo.

Hay que prestar más atención a ciertas zonas que retienen más el sudor como son:

Las axilas, los órganos genitales y el cabello, pero piensa, no obstante, que estos problemas son transitorios y cuando los cambios hormonales se asienten, todo volverá a la normalidad.

¿Por qué hay que cuidar la higiene?

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

**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.

**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.

**Por estética.** La imagen personal es importante y una buena higiene es imprescindible para mantenerla.



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**Departamento de Orientación**  
**2017**

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

## **Adolescencia y amistad**

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.

Los varones, tanto adolescentes como adultos, suelen tener un mayor número de amigos que las mujeres, pero las amistades entre ellos rara vez son tan cercanas como las femeninas. Entre las mujeres, un aspecto fundamental de la amistad consiste en brindarse apoyo emocional y compartir experiencias.

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 comentario

### **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=4LE69LxeIoE](https://www.youtube.com/watch?v=4LE69LxeIoE)**



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**Departamento de Orientación**  
**2017**

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

## **Claves para evitar el fracaso escolar**

### **Desarrollo del tema.**

¿Qué se entiende por fracaso escolar? ¿Puede hablarse de fracaso escolar cuando el alumno no alcanza los objetivos académicos fijados para su edad y nivel escolar?

### **¿Se puede evitar el fracaso escolar?**

La respuesta es **afirmativa**. Hay algunas pautas que si se implementan pueden ser muy efectivas para prevenir los malos resultados académicos.

### **Los problemas escolares pueden ser de mucha naturaleza:**

- Ausencia de técnicas de estudio eficaces. NO hay un plan de acción a seguir.
- Falta de motivación del alumno: La MOTIVACIÓN es la energía, el combustible que nos mueve a conseguir lo que deseamos.
- Falta de concentración.
- Falta de sueño y descanso: no duermen lo suficiente, lo que no les permite en la jornada siguiente rendir bien para asimilar las materias que dan en el colegio.
- La desorganización.
- Ansiedad ante un examen.
- Problemas emocionales.

### **Enfoquémonos en la: concentración y motivación.**

Algunas estrategias para lograr una mayor concentración.

**Ambientación del lugar de trabajo:** para evitar distracciones, es esencial contar con un lugar de estudio aislado, libre de ruidos y sin elementos que puedan favorecer la falta de atención.

**Pauta de estudio:** para evitar la desconcentración que causa el cansancio, es recomendable establecer una pauta horaria estructurada que combine el descanso y el estudio. Se recomienda estudiar en intervalos de 40-45 minutos y hacer un corte entre ellos de 10-15 minutos. Este descanso ayuda a despejar la mente y la prepara para el siguiente periodo de concentración. Depende de cada situación.





**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**Departamento de Orientación**  
**2017**

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

**Organizar el material:** levantarse por una regla o tener que buscar el sacapuntas son algunas de las distracciones que afectan la concentración. Se pueden evitar si antes de comenzar a estudiar se organiza el espacio de estudio.

**¿Solo o acompañado?:** a muchos, la sola presencia de un compañero en el mismo espacio de estudio les distrae. Para otros resulta motivador, siempre que el acompañante tenga la misma actitud.

**Intercalar técnicas de estudio:** dedicar una jornada completa de estudio a hacer resúmenes y esquemas puede llegar a cansar y provocar que te desconcentres. Para evitarlo, conviene combinar durante la misma sesión de trabajo diferentes técnicas de estudio.

**Cambiar de materia:** si la falta de concentración es inevitable, una buena alternativa es cambiar de materia de estudio. Es probable que cuando cambie de nuevo, vuelva a concentrarse de manera adecuada en la materia anterior.



**Colegio Javier**  
*En todo amar y servir*

**Departamento de Orientación**  
**2017**

**“En el 2017... ¡Activa tu Fe!”**

### **Motivación**

**Interésate por el tema de estudio:** Es mucho más fácil aprender algo que te gusta y te interesa; que algo que no te interesa en absoluto.

Sin embargo depende de ti encontrar el modo de lograrlo. Para ello has de empezar por tener una mente más abierta al aprendizaje de todas las materias. De ello depende que puedas pasar el año escolar con éxito.

**Plantéalo como un reto:** Por ejemplo, si no te gustan las matemáticas y parece que no se te dan bien, proponte como reto dominar algún tipo de ejercicio en particular. Para ello, centra toda tu atención en dicho ejercicio, lee el tema del libro donde se explica, busca información, pregunta al profesor o compañeros. Tal vez descubras que no se te da tan mal como creías.

**Tú puedes moldear tus gustos y capacidades:** Tus gustos y tus capacidades no solo pueden cambiar, sino que se relacionan con tú manera de pensar. **Por ejemplo**, si ves un alimento determinado y piensas que te desagrada, nunca lo probarás y no sabrás si realmente te gusta o no. Y algunos alimentos que no te gustan pueden llegar a gustarte si se cocinan de un modo determinado o diferente. Algo parecido pasa con tus gustos en todo lo demás: puedes hacer que la física o las matemáticas o cualquier otra materia llegue a gustarte si te acercas a ella con la actitud adecuada y te esfuerzas.

### **Conclusión**

- Preguntar a los estudiantes a manera general o en grupo a que atribuyen los fracasos escolares.
- Generar espacios para que ellos puedan sentir la confianza de preguntar.
- Que se comprometan, que en ellos está el pasar el año escolar y lograr muchos éxitos.



**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

<b>Preguntas</b>	<b>Valoración de 1 - 5</b>
¿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](http://mrwonderfulshop.es)