

## Experiencia profesional

Conalep Cuautla  
Yessica Salgado Lunar  
8º semestre

La experiencia que viví en mi práctica educativa en el plantel Conalep en Cuautla, fue muy enriquecedora a nivel personal y académico, la participación con los adolescentes en un ámbito donde existen muchas dudas sobre su personalidad, objetivos y metas, relaciones familiares, etc., el apoyo académico es valorado, pues es la época donde desertan al estudio.

Principalmente, los alumnos de ese plantel presentan una mayor desubicación emocional, ya que un 80% de ellos son reubicados por no haber sido aceptados en sus primeras opciones al realizar su examen de ingreso a nivel bachillerato y, en su gran mayoría, provienen de familias con desintegración, violencia, alcoholismo, drogadicción, etc.

En el plantel se observa deserción escolar en los primeros semestres, incluso, más gravemente en las primeras evaluaciones, donde la mecánica de evaluación les hace reprobar por falta de compromiso académico. La orientación y apoyo psicológico es vital en este tipo de planteles, sin embargo, tristemente, a pesar de conocer e implantar programas de apoyo como Construye-T, que es un programa de la SEP para apoyar a los alumnos y profesores, debido a la planeación educativa y la falta de ingreso económico, la asesoría psicológica se realiza muy superficialmente. La existencia de un solo psicólogo para todo el turno, ya sea matutino o vespertino, aunada a las actividades que se les exige que cumplan para mantener el programa de calidad educativa que le exige la SEP, limita su atención.

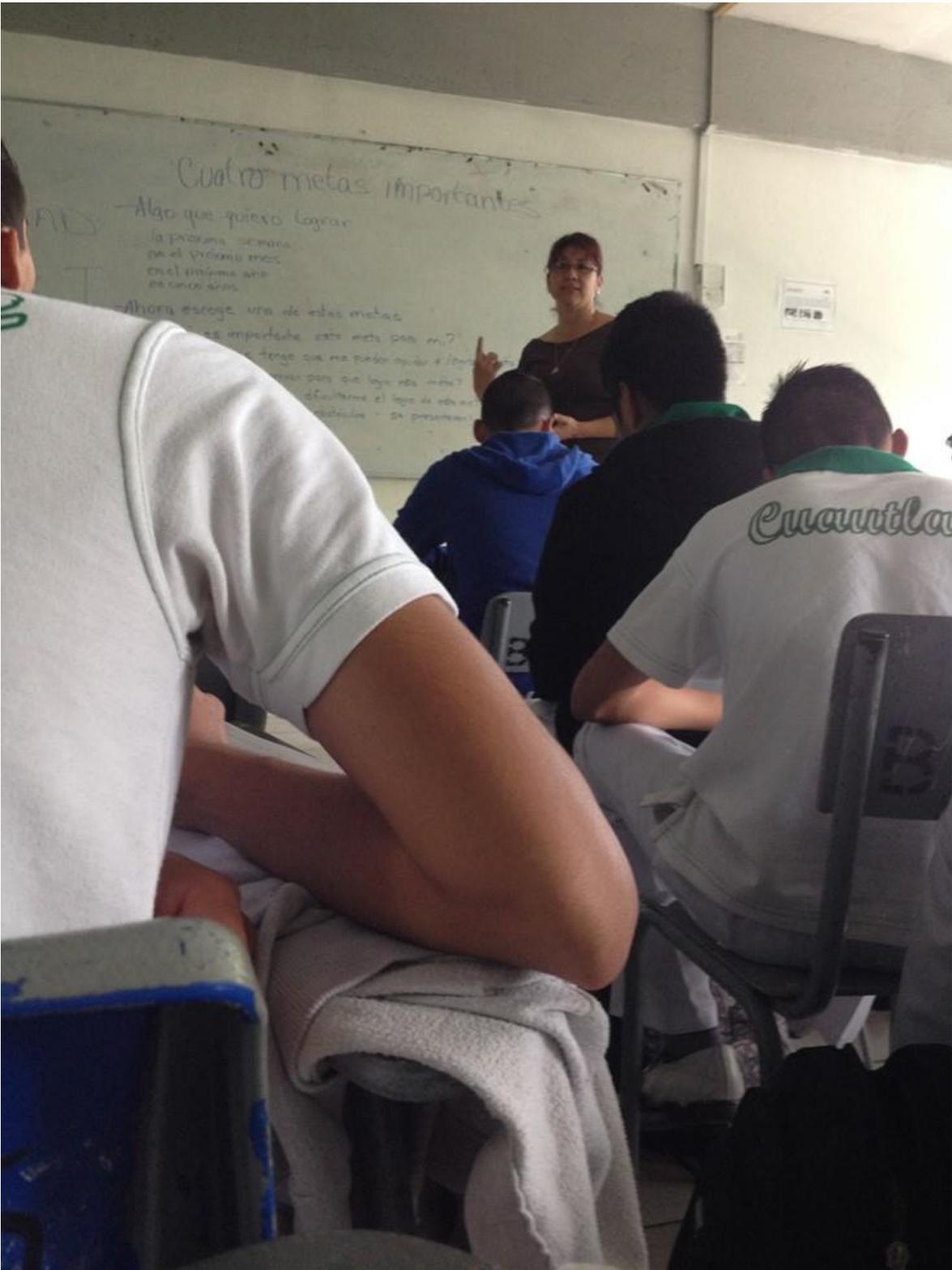
En mi experiencia como apoyo a las tutorías psicológicas, apliqué en su mayoría las actividades que pide el programa Construye-T, lo que me dio la oportunidad de convivir con los adolescentes y observar sus avances y retrocesos durante el semestre; también tuve un mayor acercamiento con un grupo en particular, el cual al inicio estaba muy disperso y conforme pude realizar las actividades del programa, logré avanzar en cuanto a la fusión con el grupo y descendió el nivel de agresión que manifestaba al inicio, aunque, lamentablemente, el tiempo que podía dedicarles era limitado por sus actividades escolares y las horas que asistía a la práctica.

Al finalizar el semestre, los chicos me regalaron sus comentarios finales. Fueron muy emotivos sus agradecimientos por haberlos apoyado y haber trabajado con ellos en las actividades, dándoles la oportunidad de “estar bien” en la escuela y, algunos de ellos, con sus familias. La satisfacción de poder lograr un cambio en ellos fue de gran valor personal y profesional.

Sé que se pueden lograr mayores cambios con la dedicación que merecen los adolescentes y mi compromiso como psicóloga.







Cuatro metas importantes

- Algo que quiero lograr

la próxima semana  
de el próximo mes  
en el próximo año  
en cinco años

Ahora escoge una de estas metas

¿es importante esta meta para mí?

¿tengo que hacer cosas para lograrla?

¿cómo voy a lograr esta meta?

¿cuánto tiempo me va a tomar?

¿qué recursos necesito?

¿cómo voy a medir mi progreso?

¿cómo voy a celebrar cuando la logre?

¿cómo voy a compartirlo con otros?

¿cómo voy a mantenerlo?

¿cómo voy a evaluarlo?

¿cómo voy a mejorar?

¿cómo voy a aprender?

¿cómo voy a crecer?

¿cómo voy a contribuir?

¿cómo voy a ser feliz?

¿cómo voy a ser exitoso?

¿cómo voy a ser libre?

¿cómo voy a ser saludable?

¿cómo voy a ser rico?

¿cómo voy a ser poderoso?

¿cómo voy a ser sabio?

¿cómo voy a ser fuerte?

¿cómo voy a ser valiente?

¿cómo voy a ser generoso?

¿cómo voy a ser humilde?

¿cómo voy a ser paciente?

¿cómo voy a ser perseverante?

¿cómo voy a ser disciplinado?

¿cómo voy a ser responsable?

¿cómo voy a ser comprometido?

¿cómo voy a ser honesto?

¿cómo voy a ser justo?

¿cómo voy a ser equitativo?

¿cómo voy a ser respetuoso?

¿cómo voy a ser amigable?

¿cómo voy a ser simpático?

¿cómo voy a ser agradable?

¿cómo voy a ser encantador?

¿cómo voy a ser atractivo?

¿cómo voy a ser exitoso?

¿cómo voy a ser libre?

¿cómo voy a ser feliz?

¿cómo voy a ser exitoso?

¿cómo voy a ser libre?

¿cómo voy a ser feliz?

¿cómo voy a ser exitoso?

¿cómo voy a ser libre?

¿cómo voy a ser feliz?