

3ª  
Edición

Libro de los y las jóvenes

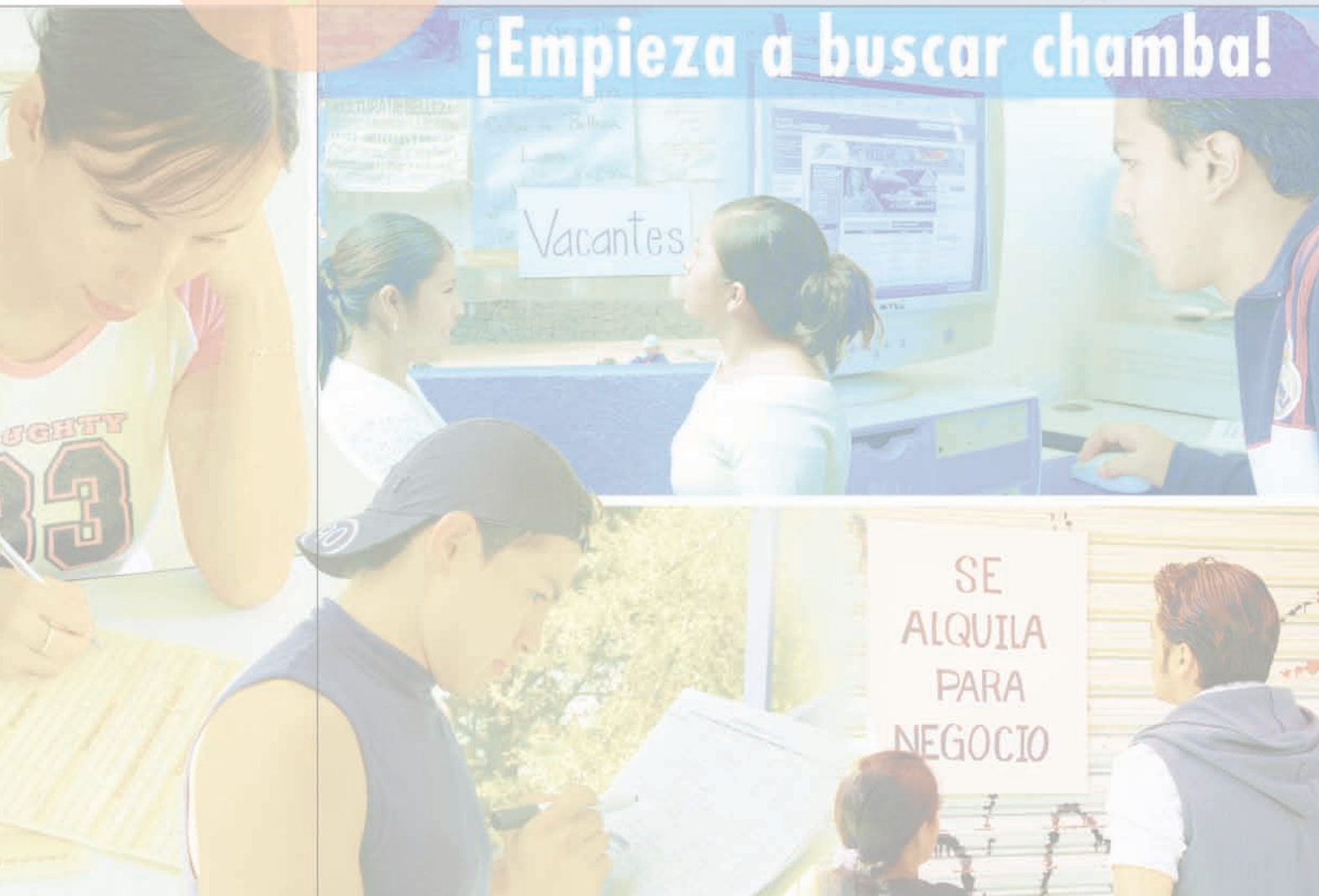
# Jóvenes y trabajo

¡Empieza a buscar chamba!



# Jóvenes y trabajo

¡Empieza a buscar chamba!



## Créditos a la presente edición

Actualización de contenidos  
Leticia Placencia Ordaz  
Olga Pliego Ramírez

Revisión editorial  
Betsy Adriana Granados Trejo

Coordinación gráfica  
y cuidado de la edición  
Greta Sánchez Muñoz  
Adriana Barraza Hernández

Diagramación  
Laura Sainz Olivares

Portada  
Ricardo Figueroa Cisneros

---

Reconocimiento primigenio: El contenido de este módulo tiene como antecedente los materiales producidos en la primera y segunda ediciones, cuyos créditos son:

### Primera edición

Coordinación académica  
Teresa Lanata Moletto

Autoría  
Flor María Vargas Frescas  
Esther Margarita Álvarez Holguín  
Francisco Javier Hernández Hernández  
Leticia Placencia Ordaz  
Miguel Luque González

Lectores  
Sara Elena Mendoza Ortega  
María Ivonne García Meléndez  
Hidelberto Loya Villalobos

Revisor de texto  
José Luis Chagolla Remigio

Coordinación gráfica  
y cuidado de la edición  
Greta Sánchez Muñoz

Diseño  
María Isabel del Castro Fernández  
Juan Manuel Morráz  
Berenice Hernández López  
Eduardo Macías Tovar

Ilustración  
Daniel Miranda Marure

Fotografía  
Sergio Montes  
Juan Sánchez  
Marco Antonio Cruz  
José Carlo González (La jornada)  
Jerónimo Arteaga (La jornada)  
Guillermo Sologuren (La jornada)  
Rosaura Pozos (La jornada)  
Guadalupe Pérez (La jornada)

Captura y apoyo técnico  
Ma. Azucena Obregón Gasque

### Segunda edición

Revisión de contenidos  
Filiberto Herrera Curiel

Revisión de textos  
Esther Schumacher García  
Águeda Saavedra Rodríguez  
Luz Pérez Moreno Colmenero  
Rocío González Díaz  
Socorro Martínez de la Vega

Revisión editorial  
Laura Sainz Olivares  
José Luis Moreno Borbolla

Coordinación gráfica  
y cuidado de la edición  
Greta Sánchez Muñoz  
Adriana Barraza Hernández

Diseño gráfico  
Humberto Brera

*Jóvenes y trabajo. ¡Empieza a buscar chamba!* Libro de los y las jóvenes  
D.R. © 2003. Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, INEA.  
Francisco Márquez 160, Col. Condesa, México D.F., C.P. 06140.  
Primera edición 2000. Segunda edición 2003. Tercera edición 2006.

Esta obra es propiedad intelectual de sus autores y autoras y los derechos de publicación han sido legalmente transferidos al INEA. Prohibida su reproducción parcial o total, por cualquier medio, sin la autorización por escrito de su legítimo titular de derechos.

ISBN Obra completa, *Modelo Educación para la Vida y el Trabajo*: 970-23-0274-9  
ISBN *Jóvenes y trabajo. ¡Empieza a buscar chamba!* Libro de los y las jóvenes: 970-23-0667-1  
Impreso en México.



# Índice

<b>CÓMO USAR LOS MATERIALES</b>	5
<b>PRESENTACIÓN</b>	8
<b>UNIDAD 1 ¿QUÉ TANTO ME CONOZCO?</b>	12
1. <b>¿Quién soy?</b>	14
1.1 Autoestima	15
1.2 Actitudes	36
2. <b>¿Cómo me relaciono?</b>	52
2.1 Comunicación	52
2.2 Relaciones humanas	69
<b>Recordemos lo aprendido</b>	84
<b>Qué aprendí y para qué me sirve</b>	88
<b>UNIDAD 2 ¿QUÉ QUIERO Y QUÉ PUEDO HACER?</b>	92
1. <b>Lo que quiero hacer</b>	92
1.1 Motivaciones	95
1.2 Expectativas	107
2. <b>Lo que puedo hacer</b>	114
2.1 Habilidades	115
2.2 Metas	127
<b>Recordemos lo aprendido</b>	140
<b>Qué aprendí y para qué me sirve</b>	144



<b>UNIDAD 3: ¿QUÉ ONDA CON EL TRABAJO?</b>	148
<b>1. El trabajo</b>	148
1.1 El trabajo es útil	149
1.2 Trabajo y desarrollo personal	153
1.3 Actitudes y valores en el trabajo	157
<b>2. Los jóvenes y las opciones de empleo</b>	162
2.1 ¿Hay opciones para los jóvenes?	162
2.2 Necesidades y opciones en mi comunidad	173
2.3 Empleo y autoempleo	178
2.4 Elige tu ruta	190
<b>Recordemos lo aprendido</b>	199
<b>Qué aprendí y para qué me sirve</b>	204
<b>Glosario de términos</b>	207

## CÓMO USAR LOS MATERIALES

El paquete de materiales para este módulo, está integrado por:

- El **libro** de los y las jóvenes
- El **cuaderno de trabajo**
- Un **folleto** sobre empleo, llamado *Buscar empleo*
- Un **folleto** sobre autoempleo, llamado *Trabajar por mi cuenta*

Los materiales se manejan de manera simultánea; el libro remite al **cuaderno de trabajo** y éste regresa al **libro**.

El **libro**, que tienes en tus manos, es el que guía el proceso de aprendizaje. Consta de 3 unidades.

**Unidad 1:** ¿Qué tanto me conozco?

**Unidad 2:** ¿Qué quiero y qué puedo hacer?

**Unidad 3:** ¿Qué onda con el trabajo?

Al final de la tercera unidad podrás escoger **uno** de los folletos que te presentamos a continuación, dependiendo de la opción laboral que selecciones.

El **folleto** *Buscar empleo*, contiene información para apoyarte en la búsqueda de un empleo.

El **folleto** *Trabajar por mi cuenta*, te proporciona orientaciones para crear tu propia ocupación.

Para evaluar los avances en tu aprendizaje, al término de cada unidad, encontrarás el apartado *Recordemos lo aprendido*. Realizar las actividades que allí se plantean, te permitirá reconocer:

- ***Tus avances en el aprendizaje de los contenidos***
- ***Los contenidos que necesitas reforzar***
- ***Los cambios en tu valoración como persona***

Esto último lo podrás hacer contestando las preguntas incluidas en el recuadro **Reflexión de mi persona** de esta sección.

Al terminar el módulo y como parte de la **evaluación final**, deberás realizar tu *Plan de búsqueda de empleo* o tu *Propuesta de autoempleo*, dependiendo de la ruta que elijas.

Al usar los materiales se recomienda:

- Reconocer el icono que se maneja para remitir al cuaderno.
- Leer con atención cada una de las unidades.
- Desarrollar todas las actividades y ejercicios que se plantean.
- Responder a las preguntas de manera clara, con tus propias palabras y considerando siempre tu experiencia personal.
- Seleccionar y estudiar **uno** de los folletos, aunque si te interesa, poder revisar los dos.





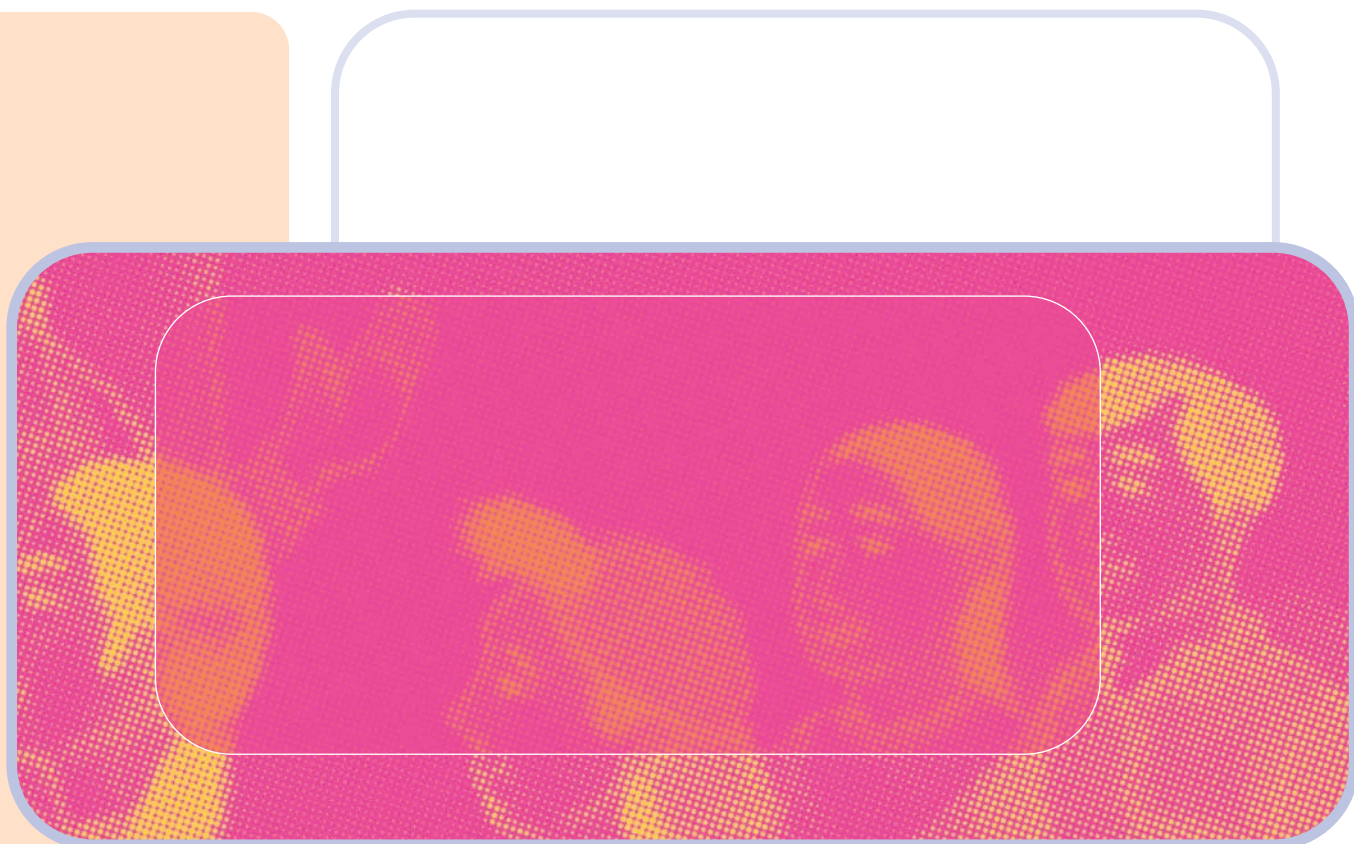
En el **cuaderno de trabajo** podrás realizar ejercicios que te ayudarán a revisar tu experiencia, así como a reforzar los contenidos del **libro**.

Recuerda que tú puedes consultar otros materiales que sean de utilidad para tu aprendizaje. Compártelos con los demás compañeros.

La parte final del libro está constituida por un **Glosario de términos** en donde hemos registrado aquellas palabras o expresiones que son poco comunes. Siempre que encuentres en tu lectura una de estas palabras, puedes investigar en el glosario, o en otras fuentes.

Esperamos que este módulo se convierta en un amigo más, aquel en el que puedes confiar y consultar cada vez que lo desees, sin importar que haya transcurrido un tiempo desde que terminaste el presente módulo. Por eso, consévalo y cuídalo como un objeto preciado. Sin más, te deseamos lo mejor.

***Los autores del libro.***



# Presentación

*Jóvenes y trabajo. ¡Empieza a buscar chamba!*, es la historia de un grupo de jóvenes de hoy, que buscan trabajo a través del reconocimiento personal, la convivencia y el estudio; que en la compañía de otros jóvenes con intereses, deseos y aspiraciones semejantes, construyen su propio aprendizaje para una vida futura.

Adrián, el joven asesor y los muchachos y muchachas del grupo, han coincidido en un punto de nuestro México. Ahí se han encontrado ambas voluntades: la de aprender, de los jóvenes y la de apoyar sus aprendizajes, del asesor.



Algunas tardes iremos con ellos al círculo de estudio del *punto de encuentro*, un centro de educación para adultos que el INEA ha organizado en alguna ciudad de nuestro país; en su compañía, realizaremos un viaje hacia el reconocimiento de nuestras capacidades personales y de las posibilidades ocupacionales que nos ofrece nuestro entorno.

Este módulo está dirigido a ti, joven, que estudias la educación básica en el INEA y buscas trabajo. Su propósito fundamental es que reconozcas, fortalezcas y desarrolles conocimientos, habilidades, actitudes y valores que te permitan encontrar una ocupación laboral de acuerdo con tus capacidades e intereses.

Este propósito será logrado a través de un proceso de aprendizaje en el que tú serás el principal responsable.

Para ello tendrás la oportunidad de revisar algunos aspectos importantes de tu propia persona que te lleven a conocerte mejor y valorarte como individuo que vive en un medio social.

A través de la revisión interna que hagas a tus actitudes y capacidades para comunicarte y relacionarte con los demás, fortalecerás tu imagen personal y tu autoestima. Ello te ayudará a enfrentar en mejores condiciones la búsqueda de trabajo.

También, mediante las respuestas que des a preguntas como: ¿qué quiero hacer? y ¿qué puedo hacer?, identificarás tus capacidades, fortalezas y debilidades; aclararás tus aspiraciones y expectativas con respecto a tu futuro laboral.

Un paso importante será el de establecer metas de acuerdo a tus necesidades e intereses y planear acciones para lograrlas.

Así mismo, avanzarás en la identificación de los bienes y servicios que se requieren en tu comunidad y las distintas posibilidades ocupacionales que ésta te ofrece, para que descubras en qué y cómo puedes ocuparte laboralmente.

Por último, tendrás información sobre cómo buscar empleo, así como algunos elementos que te ayuden a desempeñar eficientemente un empleo y a diseñar un proyecto de autoempleo.

El módulo *Jóvenes y trabajo. ¡Empieza a buscar chamba!*, es un viaje exploratorio que comienza desde el interior y culmina con el conocimiento de tu entorno. Tiene como meta el que tú logres incorporarte al medio laboral en condiciones más favorables a tu persona.

¡Buen viaje!



Adrián



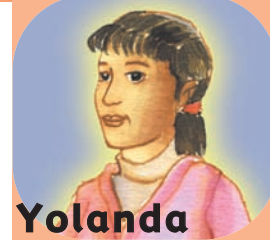
Alfredo



Juanita



Benjamín



Yolanda



# Unidad

# 1

## ¿Qué tanto me conozco?

### 1. ¿Quién soy?

1.1 Autoestima

1.2 Actitudes

### 2. ¿Cómo me relaciono?

2.1 Comunicación

2.2 Relaciones humanas

**Recordemos lo aprendido**

**Qué aprendí y para qué me sirve**



## ¿QUÉ TANTO ME CONOZCO?

*“...has de tener los ojos en quién eres,  
procurando conocerte a ti mismo, que es el más  
difícil conocimiento que puede imaginarse...”*

*Miguel de Cervantes Saavedra*

Cada uno de nosotros es único e irrepetible. Así es, desde el momento mismo del nacimiento, somos únicos y diferentes a cualquier otro ser humano. Cuando crecemos y nos desarrollamos, la educación que recibimos de nuestra familia y de la escuela, así como las experiencias que vivimos en el barrio, la ciudad o el pueblo donde crecimos, nos hacen ir construyendo una personalidad.

Somos *personas*, es decir, poseemos un conjunto de rasgos que nos hacen ser como somos y que tienen qué ver con el aspecto físico como el color de piel, estatura, cabello; con el psicológico, como la inteligencia, la memoria, el carácter; con la cultura, como son el idioma, las costumbres, las creencias y con el contexto histórico que nos ha tocado vivir: la situación social, los acontecimientos en los que participamos, la historia de nuestra familia y de la comunidad en la que convivimos. Todo esto contribuye a crear nuestra personalidad.

Gran parte de los rasgos de personalidad permanecen desconocidos para nosotros mismos y para los que nos rodean.

A todo lo anterior, también debemos agregar que somos inacabables, o sea que somos capaces de crecer, aprender, cambiar y transformarnos continuamente, a lo largo de toda la vida.



Escribe lo que piensas acerca de la frase de Miguel de Cervantes que está al inicio de la unidad.



"... has de tener los ojos en quién eres, procurando conocerte a ti mismo, que es el más difícil conocimiento que puede imaginarse..."

---

---

---

---

---

Efectivamente, conocer quiénes y cómo somos, será la base de nuestro crecimiento y desarrollo como personas. Por eso, en esta unidad, el primer propósito será el de empezar a conocernos, saber cuáles son nuestras capacidades y cuáles nuestras limitaciones; en otras palabras, **aprenderemos a valorarnos** para iniciar con paso firme la búsqueda de un trabajo.

Otro de nuestros propósitos será el de reconocer la importancia que tiene, para nuestro desarrollo personal, mantener **actitudes positivas y favorables al cambio**; de igual modo desarrollaremos nuestras capacidades para **relacionarnos** con los demás a través del mejoramiento de las habilidades para comunicarnos.

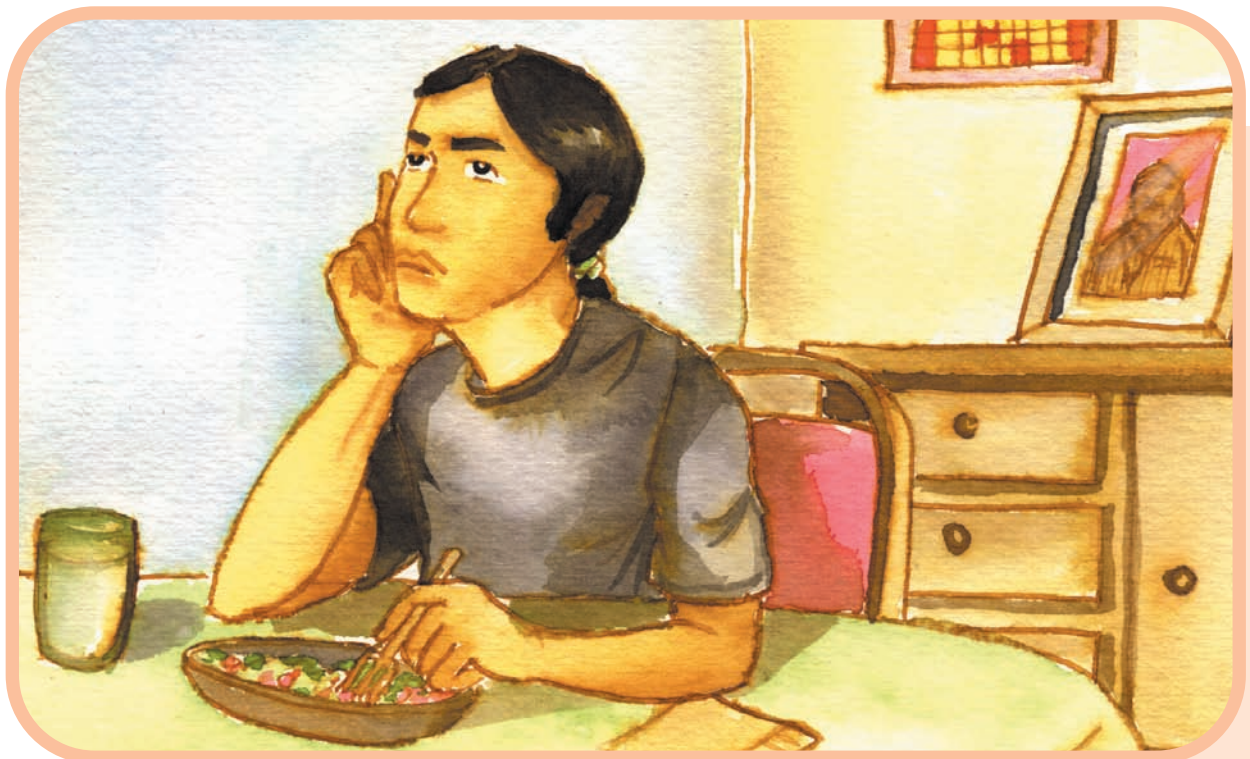
## 1. ¿QUIÉN SOY?

La mayoría de las personas tratamos de ver, juzgar y solucionar todo lo que está a nuestro alrededor, pero muy pocas veces volteamos hacia nosotros mismos.

Cuando estamos frente a un espejo, vemos nuestra imagen reflejada en él, pero en el fondo no sabemos bien quiénes somos pues desconocemos muchos de los procesos que ocurren en nuestro interior:

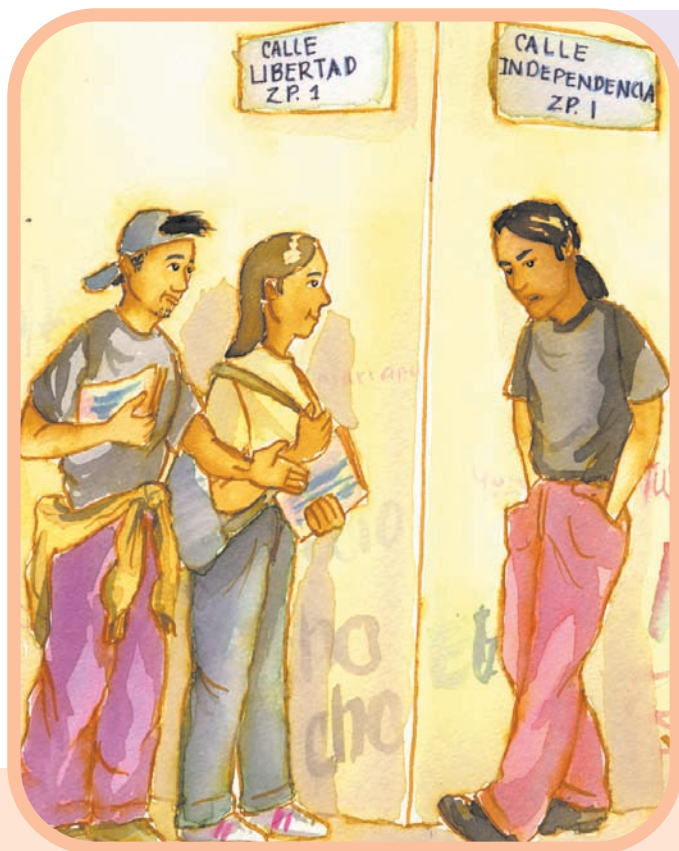
- ¿Cuánto nos queremos y respetamos a nosotros mismos?
- ¿Por qué reaccionamos de cierta manera?
- ¿Por qué mostramos ciertas actitudes?
- ¿Qué tanta capacidad tenemos para adaptarnos a los cambios que hay en nuestro alrededor?
- ¿De qué modo podemos hacer que cambie nuestra realidad?

En las siguientes páginas abordaremos temas como la **autoestima y actitudes** para responder a esas interrogantes y avanzar en el conocimiento de nosotros mismos.



## 1.1 Autoestima

Casi todas las tardes, los chavos del barrio se juntan en la esquina de las calles Libertad con Independencia. Una tarde, cuando venían de repartir propaganda comercial en los cruceros, Alfredo y Juanita se encontraron con Benjamín:



—Me siento muy deprimido —dijo Benjamín—. Nada me sale bien: las chavas no me hacen caso y en mi chamba como jardinero un día tengo trabajo y otro no. Yo quisiera poder hacer algo para salir de esta situación, como estudiar, superarme, trabajar en algo que me guste... ya ni hambre me da...

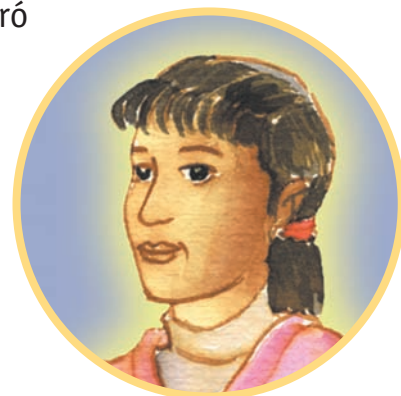
Alfredo y Juanita se vieron entre sí, no supieron qué decirle a Benjamín pues ellos sentían algo parecido. Así que se quedaron ahí los tres, sentados en la banqueta, tomándose un refresco.

Al rato pasó Yolanda rumbo al punto de encuentro:

—¿Qué onda chavos! ¿Qué haciendo?

—No, pos “acá” —respondió Alfredo y le tiró el rollo de lo que estaban hablando.

—¿Saben qué? —dijo Yolanda—  
Tú, Benjamín, ¡ya bájale, no es para tanto!  
Seguramente tuviste alguna bronca,  
por eso andas en la “depre”. Como dice  
mi asesor, traes la autoestima “por los suelos”.







—Pues yo no sé —contestó Benjamín— pero fíjate que solicité “chamba” en un lugar y me rechazaron.

Mis hermanos se la pasan “echándome” porque no tengo trabajo fijo; mis “jefes”, todo el día con la canción de que no tengo “oficio ni beneficio”; la lana no me alcanza... Se me hace que no sirvo para nada.

—No, mira, todos hemos pasado por situaciones difíciles que nos hacen sentir mal —dijo Yolanda. Luego nos entran unas crisis que nos provocan dudas hasta de nuestra existencia, de nuestras capacidades y de lo que creemos.

En esos momentos llegamos a pensar que no hay futuro. Además, la manera en que nos sentimos se refleja en nuestros actos y afecta las relaciones que tenemos con nuestra familia, los amigos y hasta en el trabajo, cuando lo tenemos, ¡claro!



Alfredo, Benjamín y Juanita miraban asombrados a Yolanda:

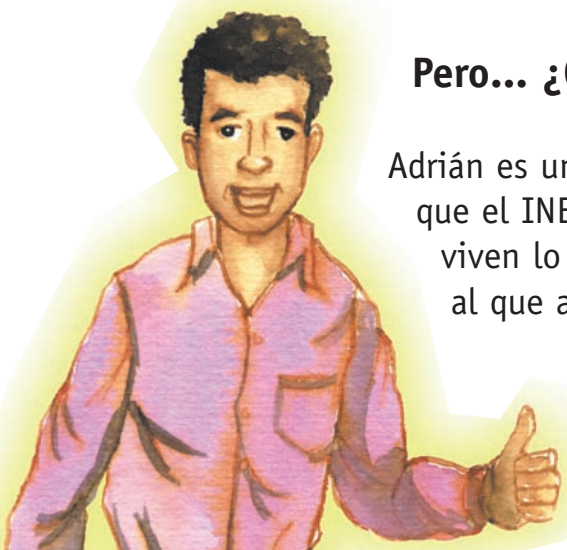
—¡Oye, tú! ¿De dónde sabes tanto? —le preguntaron—. ¿Y qué es eso de la autoestima?

—Autoestima es uno de los temas del módulo que estoy estudiando —contestó—. Vengan conmigo al punto de encuentro o a la Plaza comunitaria del INEA, ahí les pueden dar mayor información.



## Pero... ¿Qué es la autoestima?

Adrián es uno de los asesores del *punto de encuentro* que el INEA tiene establecido en la colonia donde viven lo muchachos. Él coordina el círculo de estudio al que asiste Yolanda. Esa tarde recibió a los muchachos, les dio la bienvenida y los invitó a sentarse.



En pocas palabras les informó de los propósitos del módulo *Jóvenes y trabajo*. ¡Empieza a buscar chamba!, y les comentó lo siguiente:

—A veces uno piensa que se le acaba el mundo, pero en realidad la forma de ver las cosas que nos suceden depende también de cómo nos veamos a nosotros mismos.

El INEA cuenta con libros para jóvenes donde se tratan algunos aspectos que nos ayudan a conocernos y prepararnos mejor, como por ejemplo, éste, —y les mostró el libro *Jóvenes y trabajo*. ¡Empieza a buscar chamba! Luego les preguntó:— ¿Han reflexionado ustedes qué tanto se conocen y se quieren a sí mismos?



También tú puedes responder a la pregunta de Adrián.

---

---

---

Adrián explicó a los muchachos que conocerse y sentirse satisfecho consigo mismo, son factores fundamentales para el desarrollo de la personalidad del ser humano.



—Por eso —comentó— es muy importante que las personas cuenten con la orientación debida para fortalecer su autoestima, ya que lograr su desarrollo puede ser un proceso lento y difícil. Aun así —añadió— cualquier avance que se logre es favorable a la persona.

—Pero... ¿Qué es la autoestima? —insistió Juanita. Todavía no me queda claro.



Adrián les mostró la siguiente definición:

**La autoestima hace referencia a cómo se siente una persona y qué opina de sí misma. En pocas palabras: es el grado en el que se quiere, se ve y se siente la persona consigo misma.**

—Si la persona no se quiere —continuó Adrián— difícilmente logrará abrirse paso en la vida ante las adversidades y obstáculos que se le presenten.

Ahora vamos a realizar un ejercicio para mejorar la autoestima.

Ponte frente a un espejo, obsérvate bien y distingue aquellos aspectos físicos de tu persona que te gustan y los que no te gustan.

Lo que me gusta de mí	Lo que no me gusta y puedo cambiar

Completa los siguientes enunciados:

La característica que más me gusta de mí es:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

La que menos me gusta y puedo cambiar es:


La que menos me gusta y debo aceptar es:


Cuando terminaron el ejercicio, Adrián continuó explicando:



—Así como podemos ver lo que nos gusta y lo que nos disgusta de nuestro aspecto físico, también en nuestro comportamiento o forma de ser tenemos cualidades y defectos que debemos conocer para poder manejarlos. Realicemos el siguiente ejercicio:

Escribe en las columnas de abajo cinco aspectos de tu forma de ser que consideres como tus cualidades y cinco aspectos que consideres tus defectos.

CUALIDADES	DEFECTOS

Responde a las siguientes preguntas:

¿Te pareció difícil identificar tus cualidades y defectos?

Sí (    )            No (    )

Explica por qué:

---

---

---

---

¿Qué te costó más trabajo identificar, cualidades o defectos?

---

---

---

¿Cuáles son aquellos aspectos que no te gustan y quisieras cambiar?

---

---

---

---

—Estas reflexiones —dijo Adrián— son el primer paso para llegar a reconocer aquellos aspectos de tu personalidad que te hacen sentir bien y los que te desagradan. Así mismo, aquellos que puedes mejorar o cambiar y los que debes aceptar.







Benjamín, que había permanecido muy callado, estaba pensando en su situación; se había dado cuenta de que tenía muy poca confianza en sí mismo y que ahí se encontraba parte de su problema. Que su inseguridad afectaba por completo sus actividades y lo reflejaba ante todas las personas que entraban en contacto con él.

—*Pues sí que tengo broncas* —dijo y preguntó de inmediato—*¿entonces, qué puedo hacer para alivianarme?*

—*¿Por qué no te integras con nosotros al círculo de estudio y lo platicamos?* —respondió Adrián—. *Y también ustedes serán bienvenidos* —les dijo a Juanita y Alfredo.

Los muchachos intercambiaron miradas y dijeron: —*bueno, pues ya que estamos aquí...*

—*Entonces, pónganse cómodos y hablemos un poco más sobre la autoestima. Veamos este cartel que tengo por aquí.*



**Todos tenemos cualidades especiales de las cuales debemos sentirnos orgullosos y aprovechar para buscar un trabajo.**

**La forma en que nos sentimos influye de gran manera en lo que hacemos.**

**Cuando estamos bien con nosotros, podemos actuar mejor y por lo tanto estar bien con los demás.**

—En este momento de tu vida —le dijo Adrián a Benjamín— tu autoestima se encuentra dañada por las experiencias que has vivido. Una vez que hayas tomado en cuenta lo anterior, debes trabajar en ti mismo para fortalecerla y hacerla crecer, es decir, reconstruirla. Veamos:



### ¿Cómo se construye la autoestima?

Adrián se dirigió a los muchachos: —Si ustedes quieren, podemos buscar más información sobre lo que es la autoestima. Para eso habrá que acudir a la biblioteca o entrevistar a expertos sobre el tema.

Los muchachos estuvieron de acuerdo y durante varios días se dedicaron a investigar. Yolanda interrogó a la psicóloga de la empresa donde trabaja; en la biblioteca municipal consultaron un libro Juanita y Alfredo.

En la siguiente sesión, los jóvenes compartieron la información que cada uno obtuvo.



Yolanda comentó: —La licenciada me explicó que la persona fortalece su autoestima a partir de la revisión constante de ella misma y de su capacidad de distinguir entre lo que se puede y lo que no se puede hacer. Esto no se logra de la noche a la mañana, sino que la persona aprende a través de su relación con los otros, de lo que hace y de las consecuencias de sus actos, lo cual muchas veces le hace cambiar a ella misma.



—Eso quiere decir —comentó Adrián— que no estamos solos. Aunque cada uno de nosotros es único y no puede haber alguien igual, vivimos en sociedad, en constante relación con otros; por eso lo que somos, lo que sentimos y lo que es importante para nosotros, se puede conocer únicamente por medio de la convivencia con los que están a nuestro alrededor. Además —agregó— la realidad que vivimos es muy compleja, siempre está cambiando y debemos adaptarnos a esos cambios.



Juanita y Alfredo leyeron a los demás la información que obtuvieron de un libro. He aquí:



## El proceso de la autoestima

La autoestima es un proceso que se da en cada persona a partir del conocimiento que tiene de sí misma. Sus componentes son:

### 1. Autoconocimiento

Nuestra personalidad está conformada por tres aspectos inseparables entre sí: el físico; la forma de pensar y sentir (o sea los conocimientos, valores, hábitos, etcétera); la forma en que actuamos y nos relacionamos con los demás y el lugar que ocupamos socialmente. Conocer a fondo esos tres aspectos de nuestra persona nos permite desarrollar mejor nuestras capacidades.

Para llegar a conocernos debemos preguntarnos:

- ¿Qué está pasando conmigo?
- ¿Qué es lo que necesito y quiero hacer?
- ¿Cómo me relaciono con los otros?
- ¿Cómo soy, qué tengo para dar y cuáles son los principios que sostienen mis actos?

Respondernos de una manera honesta puede ayudarnos a lograr el autoconocimiento.

Adrián les comentó que la forma en que nos vestimos, los objetos que cargamos y las cosas que usamos, dependen en gran parte de nuestra forma de ser y de pensar y, por lo mismo, a través de ellas se reflejan muchos de los rasgos que nos caracterizan.

Alfredo y Juanita continuaron su lectura con el segundo componente de la autoestima:





## 2. Autoconcepto

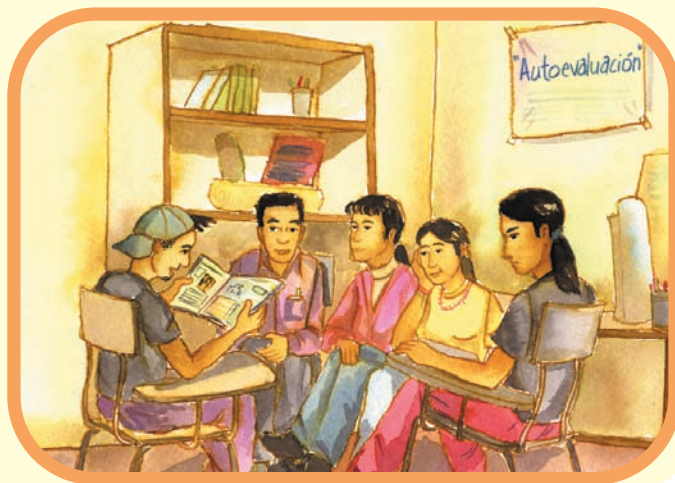
Es el conjunto de creencias que cada persona ha construido a lo largo de su vida y tiene que ver con la autoimagen que cada uno se forja. En otras palabras: ¿cómo se ve a sí misma la persona, cómo cree ser?

En ocasiones la imagen que se tiene de sí, no corresponde con la que se proyecta, o bien, se tiene un autoconcepto muy pobre o demasiado valorado. Por eso es importante tener un autoconcepto adecuado, ajustado a la realidad de la persona, que no se sienta menos o más de lo que es, pero que le permita mantener una imagen positiva.



—Ahora —interrumpió Adrián— *vayamos al cuaderno de trabajo, revisemos cuál es el concepto que tenemos de nosotros mismos, en el ejercicio 1, ¿Quién soy?*

Después de realizar el ejercicio, algunos de los muchachos y muchachas coincidieron en que la imagen que tienen de sí mismos es distinta a la que proyectan, o sea a la que dan a los demás. Después de comentar un rato, Alfredo reinició la lectura del tercer factor de la autoestima.



### 3. Autoevaluación

La persona, para llegar al conocimiento objetivo y realista de lo que es verdaderamente, debe realizar un ejercicio continuo de evaluación, poniendo en la balanza los errores y aciertos, defectos y cualidades, capacidades y limitaciones, siempre considerando el medio donde se vive y las circunstancias concretas a las que hay que enfrentarse.

Autoevaluarse no es fácil pues se requiere de una gran capacidad interna para valorar cada uno de los actos que se realizan con la justeza necesaria; sin embargo es indispensable hacerlo para mejorar y estar en posibilidad de resolver adecuadamente cualquier situación.



—Ningún ser humano está libre de cometer errores  
—opinó Yolanda al terminar esta parte de la lectura— *ya sea por hacer algo o por dejar de hacerlo.*



—Así es, pero también es cierto —añadió Adrián— *que muchas veces no valoramos lo que hacemos, nos creemos menos de lo que somos, pensamos que no sabemos hacer nada y que no encontraremos trabajo, o sea nos autodevaluamos. Por ello es conveniente ejercitar continuamente la autoevaluación.*



Realiza el ejercicio 2, **La estrella de la autoevaluación** en el cuaderno de trabajo. Después contesta la pregunta que sigue.

¿Fue sencillo reconocer tus errores y aciertos?

Sí (    )                  No (    )

¿Por qué?

---



---



---

Ya para concluir este punto Adrián les comentó que la autoevaluación no conduce a resultados definitivos, sino a procesos de cambio que continuamente reclaman una nueva evaluación.

—*La autoevaluación* —dijo— *es un proceso que dura toda la vida. Veamos ahora en qué consiste la aceptación de sí mismo. Sigamos leyendo:*

#### 4. Autoaceptación

**Autoaceptarse consiste en aprender a aceptar con orgullo, sinceridad y honestidad las cualidades y habilidades personales, al igual que las debilidades y limitaciones. La autoaceptación no significa estancarse en una idea sobre sí mismo que nos impida cambiar.**

**Por el contrario, al igual que los otros componentes de la autoestima, forma parte de un proceso dinámico en el que se debe buscar la identificación de las fortalezas personales, así como lo que es necesario cambiar para ser mejor.**

—*¿Eso quiere decir* —preguntó Benjamín— *que debemos conocernos y aceptarnos, tal y como somos, con cualidades y defectos?*

—*Yo diría* —intervino Yolanda— *que debemos aceptar lo que somos, reconociendo lo que podemos dar y hacer en nuestro beneficio y en el de los demás, cambiando a la vez lo que nos perjudica y es posible modificar.*

*Antes de continuar con esta discusión, hagamos otro ejercicio* —dijo Adrián—.



Realiza el ejercicio 3, ***Mi declaración de autoestima*** en tu cuaderno de trabajo.

Los jóvenes intercambiaron algunas de sus composiciones y opiniones acerca del ejercicio anterior. Adrián concluyó diciéndoles que autoaceptarse y reconocerse como personas únicas e irrepetibles es uno de los pasos más importantes para la autoestima de cada uno.



—A ver, a ver, ¡“pérense” tantito!, que todavía no se acaba,  
—intervino Alfredo para continuar la lectura— *se trata de la capacidad para respetarnos.*

### 5. Autorespeto

Para lograr el reconocimiento social y el desarrollo personal que se desea, la persona necesita tratarse con afecto y consideración, respetarse a sí misma. Es necesario identificar las necesidades propias para darles atención y satisfacerlas con base en el conjunto de valores que cada persona posee.

**El autorespeto es una constante valoración de lo que representa no ser mejor o peor, sino diferente a todos.**

Adrián añadió enseguida: —*Es cierto, ¿cuántas veces sucede que nos ponemos en situaciones que nos perjudican o que son riesgosas para la salud?, por ejemplo, cuando desobedecemos alguna indicación de seguridad en el trabajo o hacemos cosas arriesgadas nada más porque sí. En esos casos actuamos en contra de nosotros mismos por falta de respeto a nuestra persona.*



—*En conclusión* —intervino Yolanda— *¿Para obtener el respeto de los demás, es necesario que la persona se respete a sí misma?*





—¡Ajá! —dijo Adrián— *igualmente, estimarse a sí mismo, conduce al ser humano a estimar a los demás. Digamos que ahí está gran parte de los fundamentos del respeto mutuo.* Inmediatamente, Adrián felicitó a los muchachos y muchachas por la exposición de sus investigaciones: — *Todos lo hicieron muy bien, estoy seguro que con el trabajo de investigación que realizaron y los ejercicios que hemos desarrollado, ya tienen una idea más clara de lo que es la autoestima. Qué les parece si escriben cada uno de ustedes, un breve texto acerca de la autoestima.*

---

---

---

---

---

---

---

Cuando terminaron de escribir, todos leyeron y discutieron un buen rato sobre el tema. Cada uno fue aportando ideas que Adrián anotó en el pizarrón.

Comparte el texto que escribiste con tus compañeros de grupo, obtengan conclusiones y anótalas enseguida:

---

---

---

---

---

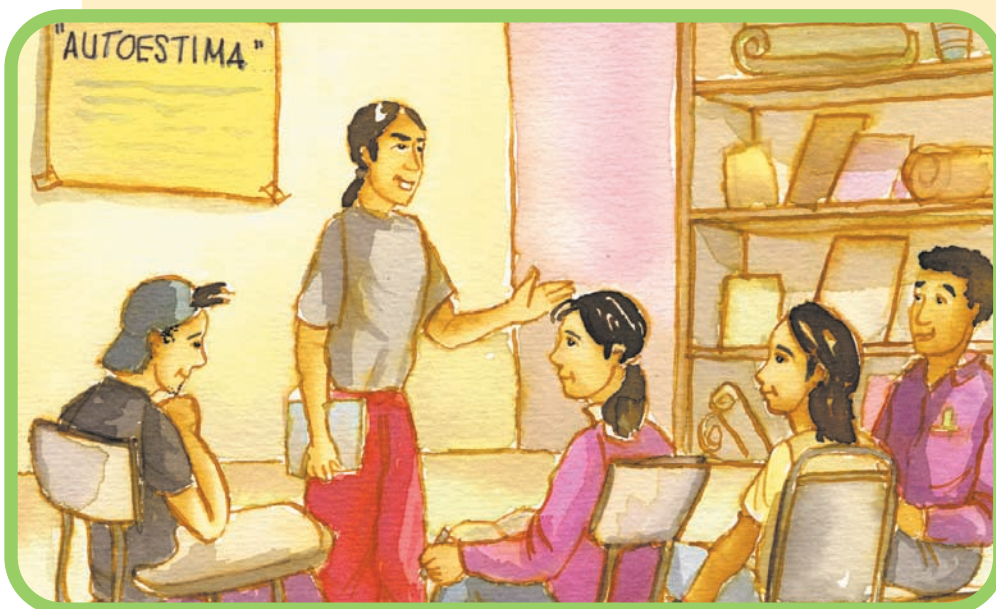
Adrián leyó la conclusión del grupo:

### **AUTOESTIMA**

El conocimiento que se tenga de sí mismo, un concepto adecuado, la evaluación constante, el respeto y la aceptación, en conjunto, son los elementos que componen la autoestima. Una persona tendrá una buena autoestima si se conoce bien y tiene la firme convicción de ir cambiando para mejorar. Si establece sus propios principios y aprovecha sus capacidades; si se acepta y respeta tal como es.

—Resumiendo —continuó el asesor— *en la medida en que la persona trabaja en los componentes de su autoestima y avanza en su proceso de crecimiento individual, los otros la aceptan y respetan, mejoran sus relaciones y, como consecuencia, se favorece su desarrollo personal.*

—Parece muy fácil —dijo Benjamín, que había estado muy callado— *tener una buena autoestima, pero yo no creo que sea tan sencillo. Al menos para mí no es fácil sentir o creer que todo lo puedo lograr cuando me suceden tantas cosas que me hacen dudar de mis capacidades. Me parece que todo me sale mal porque soy malo e incapaz de hacer las cosas bien y conseguirme un mejor trabajo.*





—De ninguna manera —respondió Adrián— debemos culparnos por todo lo que nos pasa; tampoco debemos creer que es buena o mala suerte. Somos producto del medio en el que nacemos y nos desarrollamos; lo que sucede a nuestro alrededor nos afecta y nos va marcando formas de pensar, de sentir y de actuar.

Pero también es cierto que somos personas con voluntad y personalidad propias, que podemos interactuar con el medio para transformarlo y cambiar nosotros mismos. Para esto es necesario sentir confianza y respeto por uno mismo al afrontar cualquier situación. Es decir, tener una buena autoestima.

Sin embargo —continuó Adrián—, la autoestima se ve influida en mucho por el estado de ánimo del momento, los sentimientos y las experiencias que se hayan vivido. Puede decirse que la autoestima de una persona no siempre es igual, sino que cambia y fluctúa entre lo que se conoce como alta y baja autoestima. Veamos unas cartulinas que Yolanda preparó para esta sesión:



### Autoestima alta

Una persona con una alta autoestima, no sólo tendrá una actitud positiva, sino que también transmitirá confianza, será capaz de compartir, comprender y amar a los demás; de afrontar situaciones difíciles, sentirá que es importante y tendrá seguridad para tomar decisiones.

**¡Una autoestima alta, favorece la búsqueda de trabajo!**

Sin embargo, no siempre es posible mantener la autoestima alta, todas las personas pasamos por momentos difíciles que dañan la confianza que tenemos en nosotras mismas. Lo importante es no perder de vista que en cada momento de la vida, debemos mantener actitudes que nos permitan elevar nuestra autoestima.

## Autoestima baja

En el transcurso de la vida se presentan muchas veces situaciones adversas que dejan huellas profundas en las personas y les pueden provocar sentimientos de inferioridad y una pobre autoestima.

Las manifestaciones de la autoestima baja suelen ser la desconfianza, soledad, aislamiento, apatía e indiferencia hacia sí mismo y hacia quienes los rodean. Generalmente las personas que pasan por estas situaciones son temerosas ante los problemas, inseguras, sienten tristeza, ansiedad, miedo, rencor, se deprimen y reaccionan con agresividad. En casos muy extremos, su comportamiento destructivo, agudizado por un medio que no les favorece, las orilla a cometer acciones inadecuadas.



—En las páginas anteriores —dijo Adrián— cada uno escribió algunas cosas sobre su autoestima. Es probable que ahora tengamos más claridad sobre cómo se manifiesta en las personas que nos rodean y en nosotros mismos la alta y baja autoestima. Hagamos algunos ejercicios de reflexión.



Resuelve en tu cuaderno de trabajo el ejercicio 4, **La autoestima de mis cuates.**



Ya reflexionaste sobre la autoestima alta y baja de tus cuates. Ahora escribe como andas tú. Responde las siguientes preguntas.

Creo que en estos momentos mi autoestima está:

---

¿Por qué?

---

---

---

¿Debo mejorarla? Sí ( ) No ( )

¿Por qué?

---

---

---

Lo que puedo hacer para mejorarla es:

---

---

---

Adrián retomó el tema: —*Una vez que se han identificado algunos rasgos de autoestima baja, es importante cambiar de pensamientos sobre sí mismo, ser positivos, modificar radicalmente las actitudes hacia nosotros mismos y hacia los demás. Si hemos llegado a extremos, es importante detenerse, reaccionar y tratar de salir. Esto lo podemos lograr por nosotros mismos, aunque a veces es necesario recurrir al apoyo de alguien más.*



*¡Si!, es cierto! —dijo Alfredo— hay veces que anda uno por ahí creyéndose mucho, que todo lo puede y luego “zas” se te cae el avión por cualquier cosa. El domingo pasado me fui a un “reven”, me llevé mis “trapos” nuevos y “bolié” los zapatos, hasta parecían espejos de lo que brillaban. Me bañé y me peiné. Llegué y vi a una chava que luego luego me “latió”. Yo bailo con ésa, me dije, y ahí voy a sacarla.*



*—¿Qué creen?, ¡“nomás” no quiso!, le insistí varias veces, pero nada. Me sentí “rete” mal. Había otras chavas pero yo quería con ésa y pos no. Entonces vi a unos “chavos” de otro barrio y se las hice de “tos”, luego, luego se armó el pleito. ¡Nooombre, quede todo golpeado! Pero quién me manda, ...¿no?*

*—¿Y qué piensas al respecto? —preguntó Adrián—*

*—Creo que no debí haberme sentido tan mal. Quién sabe, a lo mejor ella estaba esperando a su chavo o simplemente no quería bailar conmigo. Yo iba bien “prendidito”, podría haber bailado con otra. Había “un resto” de chavas con quien bailar. Del modo como reaccioné hasta se me echó a perder mi camiseta favorita.*



—¡Bien dicho Alfredo! —intervino Yolanda—  
 ¡Date cuenta de que estás evaluando tus actos y  
 señalando tus errores así como tus aciertos!

Después de este comentario, Juanita solicitó la palabra levantando la mano y dijo: —¿Entonces, después de haber leído todo esto y si nos esforzamos por fortalecer nuestra autoestima, ya no nos sentiremos así como se sentía Benjamín o como reaccionó Alfredo?

—Bueno —respondió Adrián—, debemos recordar que la autoestima no se construye en un día, sino a través de un proceso constante. El ser conscientes de lo que nos está pasando ayudará bastante en ese proceso, sin embargo desarrollar adecuadamente la autoestima puede ser algo lento y difícil. Como tú dices, hay que esforzarse en ello.

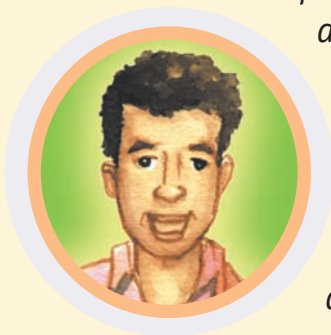


El primer paso a dar es el de creer firmemente que somos capaces de hacer un gran número de cosas, cumplir con nuestro propósito de buscar trabajo, alcanzar lo que deseamos y, básicamente, que somos capaces de cambiar para ser mejores.

Siempre que sea posible, debemos hablar sobre lo que está sucediendo dentro de nuestro interior y de aquellos sentimientos que nos conducen a la autoderrota para poder atacarlos de inmediato.

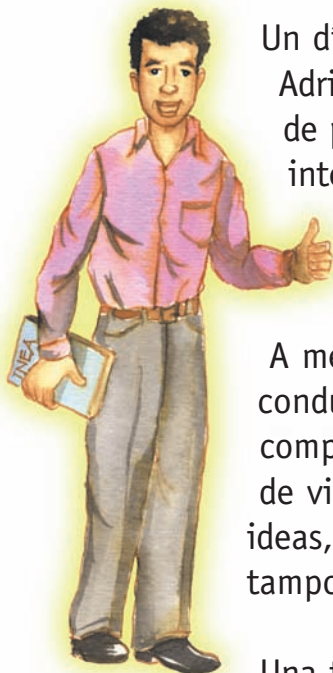
Pero, sobre todo, debemos tener presente que la vida nos ofrece muchas oportunidades, que debemos fortalecer la confianza, la seguridad y la estima en nosotros mismos para poder afrontarlas.

Así fue como los muchachos y las muchachas del barrio aprendieron lo que es la autoestima y cuáles son sus componentes. Aprendieron también que, adquiriendo un compromiso consigo mismo y con los demás, se abre la posibilidad de darle significado a la vida, de trascender y mejorarse a sí mismo y a su entorno social. Aquel día se despidieron de Adrián, el joven asesor del *punto de encuentro*, con el compromiso de continuar su aprendizaje para buscar trabajo y tener una vida mejor.





## 1.2 Actitudes



Un día en que los jóvenes regresaron al *punto de encuentro*, Adrián los esperaba acompañado de Gabriel, un muchacho de por el rumbo que había venido esa misma tarde para integrarse al grupo. Gabriel era un tanto distinto a los demás, se vestía diferente, algo más formal para su edad y también en su manera de hablar se notaba la diferencia.

A medida que pasaban los días, algunas expresiones y conductas de Gabriel le habían causado roces con sus compañeros: no colaboraba en las tareas, no aceptaba el punto de vista de los demás, trataba de imponer constantemente sus ideas, manifestaba desprecio por todo lo que les interesaba y tampoco convivía con ellos en los ratos libres.

Una tarde, al inicio de la sesión, Yolanda expresó su malestar por la actitud de Gabriel y el resto del grupo la apoyó. Gabriel, muy sorprendido, no pudo comprender qué es lo que estaba pasando.

—*Parece que tú nos consideras menos* —dijo Yolanda—. *Te burlas de la forma como nos vestimos, de lo que decimos y de todo lo que hacemos. Tampoco quieres juntarte con nosotros. Te crees mucho.*

—*¡No es verdad!* —exclamó Gabriel—.

—*Pues tus actitudes dicen lo contrario* —concluyó Yolanda.

—*Escuchen* —intervino Adrián—, *han hablado mucho de actitudes en esta conversación, pero ¿saben qué son las actitudes y cómo afectan nuestras relaciones con los demás?*





“Mnnsí” —afirmó Yolanda pero sin mucha seguridad, mientras que los demás se quedaron mudos.

—Bueno —continuó Adrián— *pensemos en qué es lo que hacemos o haríamos en determinadas ocasiones.*



Tú que harías si...

Una persona olvida su bolsa en el autobús.

---

---

---

Tu compañero de trabajo dejara siempre su lugar, que está junto al tuyo, muy sucio.

---

---

---

Tu pareja empezara a mostrarse ausente y lejana contigo.

---

---

---

Te quedaras atrapado en un elevador.

---

---

---

Durante un viaje tuvieras que compartir el asiento con una persona que huele mal.

---

---

---

Si eres testigo de que la policía detiene injustamente a un grupo de jóvenes.

---

---

---

Después de contestar el cuestionario anterior, los jóvenes intercambiaron sus respuestas y aportaron ideas para responder a la pregunta inicial de Adrián acerca de lo que son las actitudes.

Yolanda levantó la mano: —*Las actitudes vienen a ser algo así como una forma de decir lo que uno piensa o siente ¿no?*

*Y muchas veces, aunque no digamos nada, reflejan nuestra manera de pensar* —intervino Benjamín.

Adrián tomó la palabra: —*Como ven, sus respuestas a las preguntas anteriores, describieron muchas de sus actitudes. Asimismo, cada uno de nosotros respondió de manera distinta, es decir, tenemos actitudes diferentes ante situaciones semejantes. Todas esas respuestas, forman parte de las actitudes.*



Enseguida escribió en el pizarrón:

**Las actitudes son las tendencias a actuar y pensar de las personas frente a diversas situaciones, personas, objetos, ideas o valores.**

Adrián continuó: —*Para entender un poco más lo que son las actitudes vamos a realizar otros ejercicios.*

Pregunta a dos personas, qué opinan sobre los aspectos que se mencionan a continuación. Escribe sus comentarios en los recuadros.

Aspectos	Persona 1	Persona 2
Niños de la calle		
El sida		
El uso de anticonceptivos		

—*Seguramente, al hacer este ejercicio —dijo Adrián— observaron que existen diferencias en las opiniones de las personas, así es, debido a que cada persona tiene creencias, pensamientos, sentimientos, valores y tendencias a actuar aprendidas a lo largo de su vida.*



Reflexionemos ahora sobre las actitudes que asumieron las personas que entrevistaste.

Escribe a continuación las actitudes que observaste en...

la persona uno:

---



---

la persona dos:

---



---



Nuestras actitudes las aprendemos, ya sea a través de la imitación y observación en los grupos en los que nos desenvolvemos, como la familia, amigos, en la escuela, o por medio de experiencias propias.

—Y qué... ¿a poco son “pa” toda la vida?— preguntó Alfredo.

Yolanda comentó —No, yo leí que las actitudes pueden cambiar. Al tener nuevas experiencias, contactos y conocimientos, nuestras creencias, sentimientos y acciones cambian.



—Yo he escuchado que no importa de qué manera se hayan adquirido —complementó Benjamín— pero si tenemos actitudes que impiden nuestro desarrollo y son obstáculos para relacionarnos con los demás, debemos tratar de modificarlas.

—Pues sí, suena muy bien —interrumpió Gabriel— pero yo por ejemplo ¿cómo puedo modificar mis actitudes?

—Mira Gabriel —dijo Adrián— modificar actitudes, como cualquier proceso que involucre a nuestra persona, puede no ser sencillo. Pero, ¿qué les parece si invitamos a un profesionalista en el área y en la siguiente sesión continuamos con este tema?





## ¿Cómo son mis actitudes?

Adrián presentó al profesor Alberto Loya, quien imparte clases en una secundaria y trabaja con grupos de jóvenes en actividades para beneficio de la comunidad y de los jóvenes mismos. Antes de pedirle que hablara, Adrián solicitó a los muchachos que realizaran un ejercicio.

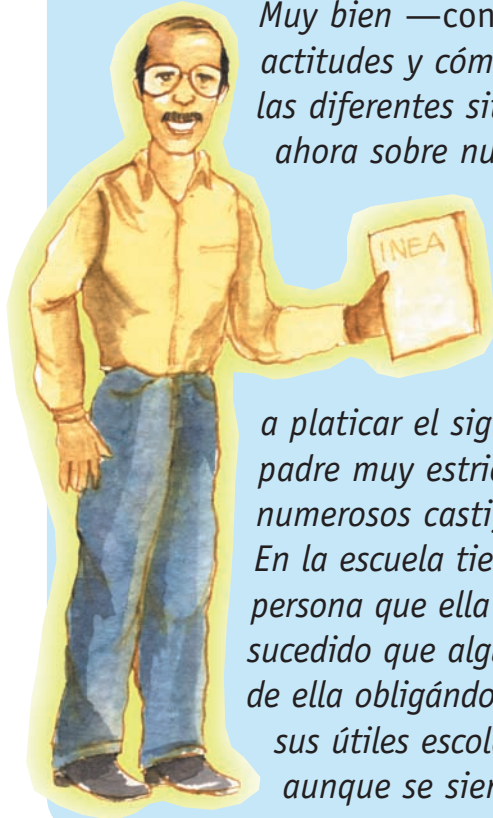


Realiza el ejercicio 5, **¿Cómo son mis actitudes hacia...?** del cuaderno de trabajo.

Una vez que terminaron el ejercicio, Loya tomó la palabra y comentó: —*Como se pueden dar cuenta, cualquiera que hayan sido sus respuestas son ejemplo de las creencias, sentimientos y acciones que mostramos ante diversas situaciones, éstas en su conjunto forman sus actitudes.*

*Las actitudes, como otros pensamientos, sentimientos y comportamientos en la vida, nos permiten manifestar lo que creemos y queremos, o bien protegernos de aquello a lo que tememos, que no entendemos o que no nos gusta. Por ejemplo, a veces mostramos una actitud de indiferencia o rechazo hacia alguien que se ve diferente a nosotros en la manera de vestir o hablar, simplemente porque no sabemos ni quién es, ni cómo piensa o actúa.*





*Muy bien —continuó Loya— ya vieron lo que son las actitudes y cómo las manifestamos para enfrentarnos a las diferentes situaciones que vamos viviendo. Reflexionemos ahora sobre nuestras propias actitudes para identificar, tanto aquellas que nos permiten crecer y ser mejores, como las que nos perjudican para tratar de modificarlas.*

*Con ese propósito —añadió Loya— les voy a platicar el siguiente caso: María, una prima, tiene un padre muy estricto y autoritario. Desde pequeña ha recibido numerosos castigos cuando no hace lo que su padre ordena. En la escuela tiende a someterse a los maestros y a toda persona que ella identifica como autoridad; incluso ha sucedido que algunos de sus compañeros se aprovechen de ella obligándola a hacerles sus tareas o quitándole sus útiles escolares, sin que ella proteste o se defienda aunque se sienta mal.*

De acuerdo al caso, contesta las siguientes preguntas:

¿Qué actitud toma María frente a los maestros?

---



---



---

¿Por qué crees que se somete a toda persona que para ella es autoridad?

---



---



---

¿Consideras que esa actitud afecta su manera de relacionarse?

Sí ( )      No ( )

Explica:

---

---

---

---

---

—Con esto llegamos a otro aspecto de las actitudes —comentó el Profesor Loya— *las actitudes positivas y negativas.*

### Actitudes positivas y negativas

*Generalmente acostumbramos decir que las personas manifiestan actitudes que calificamos de positivas y negativas de acuerdo a cómo se expresen, comporten o reaccionen frente a determinadas situaciones o personas y a las consecuencias que esto les acarrea. Como en el ejemplo de María, su actitud de sumisión le trae consecuencias negativas para su desarrollo. En otros casos, hay actitudes que favorecen el desarrollo de las personas, por ejemplo, ustedes al estar aquí dispuestos a aprender, están mostrando una actitud positiva.*





### Algunas **actitudes positivas**

—continuó Loya— *tienen que ver con la posición de la persona frente a la vida, así por ejemplo, se dice que ser optimistas, mostrar seguridad en nosotros mismos, tratar de ser amables, estar dispuestos a cumplir nuestros compromisos, procurar buenas relaciones con los que nos rodean, estar conscientes de nuestros defectos y estar dispuestos a cambiarlos pueden ser actitudes positivas, que favorecen la búsqueda de un trabajo.*

*En cambio —prosiguió— aquellas actitudes que nos crean conflictos, ya sea con nosotros mismos o con los demás, como la resistencia a reconocer nuestros errores, mostrarse apático, pesimista, violento, etcétera, se conocen como **actitudes negativas**, porque afectan e impiden el desarrollo de la persona.*

—Pues pensándolo bien —dijo Yolanda— *yo creo que tengo de las dos clases de actitudes.*

—Así es —respondió el profesor Loya— *todas las personas podemos mostrar actitudes positivas y negativas, depende de la situación o persona a la que está dirigida la actitud y hasta del estado de ánimo en que nos encontremos en ese momento. Por eso es importante reconocer cuáles consideramos que son nuestras actitudes positivas y cuáles son las negativas.*





Realiza los siguientes relatos.

Relata una situación en la que tu actitud te haya beneficiado.

Blank writing area with horizontal lines and a blue vertical margin on the left.

Relata una situación en la que debido a las actitudes que manifestaste, las cosas salieron mal:

Blank writing area with horizontal lines and a blue vertical margin on the left.



*Este ejercicio— prosiguió el profesor Loya—, nos ayudó a entender mejor el efecto que tienen las actitudes positivas y negativas en lo que hacemos.*

*Desde luego —concluyó el profesor Loya— nadie puede tener una actitud positiva todo el tiempo. El optimismo en exceso no es realista y no nos resolverá nuestros problemas, sin embargo es preferible conservar actitudes positivas, porque así es más fácil desarrollarnos y alcanzar las metas que nos hemos propuesto.*

Enseguida invitó a los jóvenes a que continuaran con el análisis de sus propias actitudes hacia diferentes situaciones, objetos o personas. Para ello, les pidió que realizaran la actividad de la página siguiente. Realízala tú también.

Dibuja tu mano derecha, escribe en los dedos las cinco actitudes positivas que más te gusten de tu persona, y en la palma, 5 actitudes que desees cambiar. Intenta poner hacia qué o quién va dirigida tu actitud.

## Mis actitudes

## ¿Cómo modificar mis actitudes?

Al concluir, el profesor Loya los invitó a realizar el siguiente ejercicio:

Escribe abajo, cómo vas a modificar tus actitudes negativas y reforzar las actitudes positivas que identificaste en el ejercicio anterior.

Voy a modificar mis actitudes negativas de esta manera:

1

---

---

2

---

---

3

---

---

4

---

---

5

---

---

Voy a reforzar mis actitudes positivas de la siguiente manera:

1

---

---

2

---

---

3

---

---



4

5

—Yo he intentado cambiar muchas veces —comentó Gabriel—, pero no lo he logrado, en realidad no sé como hacerlo.

—Mira Gabriel —respondió el profesor Loya—, cuando una actitud negativa está muy arraigada, puede ocasionar graves problemas para el desarrollo de las personas. Si salimos a buscar trabajo con la idea de que no servimos para nada, lo más probable es que no lo encontremos.



Lo primero que tenemos que hacer para cambiar nuestras actitudes —continuó—, es evaluarnos de una manera realista y honesta para identificar cuáles son las actitudes que debemos modificar y con qué fin queremos hacerlo. Por ejemplo, si se tienen actitudes de postergar las cosas o de rechazar compromisos importantes, eso nos puede afectar negativamente; de modo que si la finalidad es mejorar en el trabajo, deben sustituirse por otras que favorezcan la realización de las tareas.

—O sea, —dijo Yolanda—, mantener actitudes positivas es posible, sobre todo si se tiene la firme intención de cambiar.

—Así es —les dijo Adrián—, efectivamente, para obtener mejores resultados en todos los aspectos de la vida, es conveniente tratar de mantener una actitud positiva. Ésta sólo se logra haciendo un esfuerzo consciente; eso no significa que los problemas ya estén solucionados o que alguien vaya a tomar las decisiones por nosotros; sin embargo, una actitud positiva nos pone en un mejor estado mental para enfrentarlos y pensar con claridad.





—Para modificar actitudes, —retomó la palabra el profesor Loya— es importante buscar en nuestro interior qué es lo que debe cambiar, recordemos que en nuestra actitud está presente lo que conocemos o pensamos, lo que sentimos y cómo lo manifestamos. Por ejemplo, si tenemos una mala relación con alguno de nuestros padres, sería conveniente que tratáramos de entenderlo mejor, sus motivos, su historia, etcétera, para, de esta manera, poder transformar nuestros sentimientos hacia él o ella y por lo tanto nuestra actitud.

Otro buen remedio para cambiar nuestras actitudes negativas, consiste en mantener el sentido del humor, evaluar el problema que se nos presenta y como dicen: “al mal tiempo buena cara”.

Veamos el ejemplo de Alfredo —dijo el profesor Loya—, su chava lo cortó el sábado pasado. Al principio él sintió mucha tristeza, pero luego trató de ver la conveniencia de lo sucedido. Pensó que por fin tendría más tiempo para ver a sus cuates.

Después, ya más tranquilo, buscó maneras de solucionar el problema. ¿Qué les parece si realizamos otro ejercicio?



Realiza el ejercicio 6, **Cambia de cara** del cuaderno de trabajo.

Como conclusión, podemos decir que encontrar el lado positivo de las situaciones, no resuelve los problemas, pero puede ayudarnos a restablecer nuestro entusiasmo, tener un punto de vista más real, menos trágico sobre los inconvenientes diarios y buscar las soluciones.



Gabriel, Alfredo, Juanita, Yolanda y Benjamín intercambiaron opiniones. —*Fue realmente divertido hacer esto*—dijo Juanita— *me permitió darme cuenta de lo sencillo que es ver el lado bueno de las cosas. La vida no es fácil, pero poniéndole buena cara es más sencilla.*

—*Muy bien muchachos*—dijo para finalizar el profesor Loya— *son ustedes muy entusiastas, les aseguro que preparándose con tanto empeño llegarán lejos. Me dió gusto haber participado en este tema del módulo.*



—*Vamos a concluir*—intervino Adrián—. *Ahora que ya conocemos lo que son las actitudes y cómo tratar de mantener una actitud positiva, es necesario reflexionar de manera objetiva sobre la necesidad de cambiar para mejorar los aspectos importantes de nuestra vida. Las actitudes no sólo son nuestra carta de presentación ante los demás, son también reflejo fiel de nuestra autoestima, del conocimiento y valoración de nosotros mismos. El cambio de actitudes se da, no en la apariencia, en fingir una sonrisa, en cambiar el tono de voz, se produce en lo más profundo de nuestras creencias y valores.*





## 2. ¿CÓMO ME RELACIONO?

La comunicación es un proceso que permite el encuentro con nosotros mismos, con los demás y, en general, con el medio que nos rodea. No podemos vivir sin comunicarnos y, al hacerlo, nos relacionamos con otras personas, esto es, establecemos relaciones humanas. Todos necesitamos de todos, en un proceso de ayuda mutua y solidaridad, de interacción constante sobre la cual vamos enriqueciendo nuestras vidas, definiendo y madurando nuestra personalidad. En este tema abordaremos esos dos importantes aspectos: la comunicación y las relaciones humanas.

### 2.1 Comunicación

Una tarde, cuando el círculo de estudio se encontraba reunido, llegó Alfredo agitado y presuroso. Benjamín le preguntó si le pasaba algo.

—Sí —contestó Alfredo— es que cuando iba a la parada del camión me topé con un chavo de la colonia Insurgentes que ya me la tenía “sentenciada”; “enton’s” que lo veo y que me ve y que, “pues acá”, ¿qué?, le digo, ¿te crees muy, muy? El chavo así como que se me quería echar encima y como que no. Y yo como que quería salir corriendo porque se me hacía tarde y como que no; le dije “enton’s”: ya mejor deja de ponerte “acá” y vamos a darnos duro. Me resultó muy “sacatón” y mejor se fue.





*Ya cuando venía caminando para acá me acordé de todo lo que hemos visto en el módulo sobre autoestima y actitudes; mejor le hubiera dicho vamos a ser “carnales”, “hablando se entiende la gente” ¿no?*



Alfredo, mientras narraba su historia, manoteaba, silbaba, se acomodaba la cachucha constantemente y, cada vez que decía “acá”, torcía el cuerpo hacia la derecha y levantaba el brazo del mismo lado abriendo mucho los dedos de las manos.

Benjamín interrumpió la narración de su compañero:— *¿Ya “cálmala”, no? Ya estás aquí, así que “sereno moreno”.*

—*“Ora pues”* —contestó Alfredo—, *nomás déjenme agarrar aire.*

—*Una gran parte de los conflictos entre personas surgen por alguna dificultad de comunicación* —terció Adrián—. *El ejemplo más simple es el de los malos entendidos. Por eso es importante tratar de comunicarnos lo más claramente posible para poder relacionarnos adecuadamente con las demás personas.*

Cuando vio que Alfredo ya se encontraba un poco más tranquilo, Adrián se dispuso a iniciar la jornada.



—*Bueno* —dijo el asesor—, *si ya te calmaste un poco Alfredo, vamos a iniciar la sesión de hoy precisamente con el tema la comunicación. Empecemos por realizar algunos ejercicios: ¿Te ha pasado algo semejante a la situación de Alfredo?*

Recuerda un malentendido que hayas tenido con otra persona y escríbelo enseguida.

---



---



---



---

Comparte tu anécdota con tus compañeros y amigos.

¿Les ha pasado a ellos? Sí ( ) No ( )

¿Cómo crees que se deben resolver estos malos entendidos?

---

---

---

Después, Adrián sugirió a los jóvenes que escribieran su idea acerca de la comunicación.

Tú puedes hacerlo también.

Para mí la comunicación es:

---

---

---

---

Explica a tus compañeros de grupo, tu idea de la comunicación.



*Comunicarse —dijo Adrián— es una de las actividades más importantes que realizamos. Necesitamos comunicarnos para transmitir pensamientos, sentimientos y emociones; igualmente debemos comunicarnos para expresar deseos y necesidades y para convivir con otros. Sin comunicación el ser humano no podría vivir en sociedad.*

Los muchachos platicaron largamente sobre sus diferentes ideas de lo que es la comunicación y como conclusión escribieron en el pizarrón esta definición:

**COMUNICAR** significa "poner en común", es decir, repartir, compartir, hacer participar a los demás de nuestras experiencias, pensamientos y vivencias. La comunicación es un proceso, en el que una o varias personas le mandan un mensaje a otra u otras personas y éstas responden.

—Generalmente —les dijo Adrián—  
*ocupamos gran parte de nuestro tiempo en la comunicación. A través de la comunicación conocemos el mundo que nos rodea, entramos en contacto con otros semejantes y nos identificamos a nosotros mismos.*

*Es así porque el ser humano necesita convivir constantemente con otros seres para satisfacer sus necesidades. Ahora bien, aun cuando la comunicación es fundamental para poder sobrevivir y para nuestra convivencia social, no siempre es sencillo comunicarse. Piensen —indicó— en la forma como se comunican con las personas que les rodean.*



Analiza qué pasa con tu forma de comunicarte. Realiza el ejercicio 7, **¿Qué pasa con mi comunicación?** del cuaderno de trabajo.

Los jóvenes intercambiaron puntos de vista:

Yolanda comentó que comunicarse no resulta nada fácil: *—Hay veces que en mi trabajo no me entienden lo que quiero decir, o será que no sé decir bien las cosas.*

—También —intervino Alfredo—, *si la quieres "cotorrear" con alguien que te cae mal o que no te entiende, hasta le haces el feo; no es igual que si te cae bien, entonces hasta da gusto estar "acá" en el rollo.*

Durante la discusión se dieron cuenta de que en algunos ambientes y con algunas personas resulta fácil y agradable comunicarse; en cambio en otras circunstancias se tienen dificultades que impiden lograr una buena comunicación.

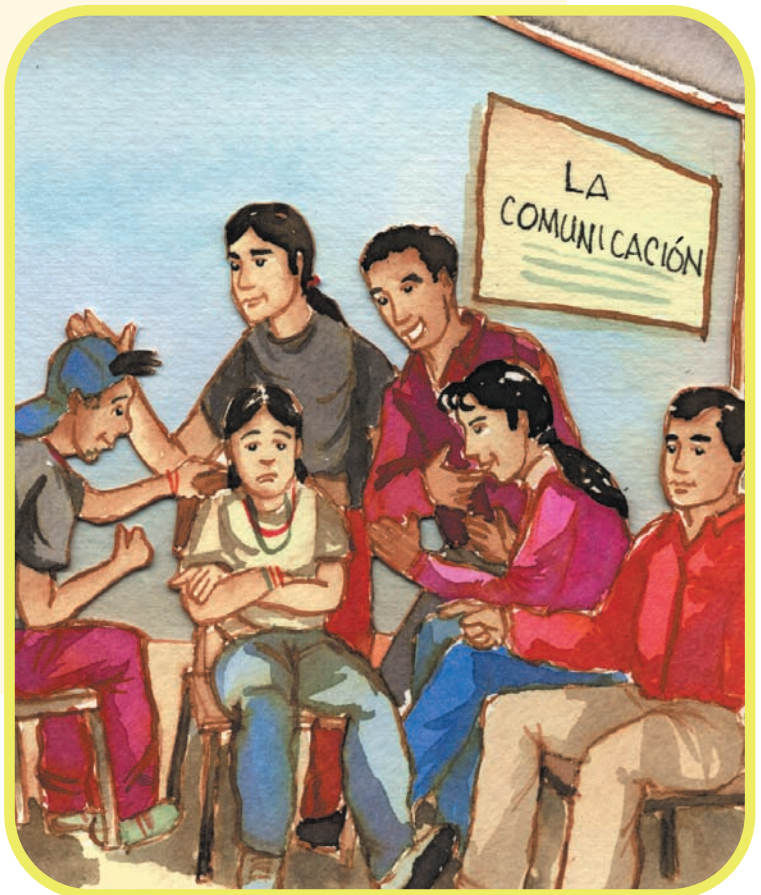
Juanita habló abiertamente sobre su experiencia. Comentó que ella tiene serios problemas de comunicación; incluso muchas veces prefiere quedarse muda antes que responder o decir lo que quiere; que tiene un gran temor a expresarse cuando no está de acuerdo con algo y, aun en el círculo de estudio, le avergüenza leer en voz alta.

Al principio de su comentario, la voz de Juanita era un susurro casi imperceptible. Era notorio su esfuerzo, le costaba hablar. A medida que avanzaba, su tono iba subiendo, demostrando así mayor confianza.

*—Esta dificultad —dijo Juanita— me ha traído muchos problemas, sobre todo para relacionarme y hasta para conseguir empleo. Ahora comprendo que debo cambiar y aprender a comunicarme mejor.*

Los muchachos la comprendían. Benjamín le palmeó el hombro y Alfredo, que siempre sonreía, interrumpió: *—“Híjole”, Juanita, como que se me atoró algo aquí en el pecho... yo también tengo “broncas” para decir las cosas; me pongo muy nervioso, así como ahora, y se me acaban las palabras. Entonces estoy muy “acá”, queriendo decir “qué onda”, pero no sé qué y... Bueno, pues ya vez me meto en cada “bronca”.*

*—Si tú crees firmemente que debes mejorar tu forma de comunicarte, seguramente lo lograrás —comentó Adrián—. Más adelante veremos otros aspectos sobre la comunicación que debemos tener en cuenta.*





## ¿Cómo se da la comunicación?

*La comunicación —agregó el asesor—, tiene como finalidad transmitir uno o varios mensajes y recibir una o varias respuestas, es decir, al comunicarnos intercambiamos ideas, pensamientos y sentimientos. ¿Qué les parece si investigamos, sobre esos aspectos de la comunicación y lo mostramos ante el grupo en las próximas sesiones.*

Varios días después, el grupo volvió a reunirse, casi todos los jóvenes habían preparado algún tema. Para iniciar, Adrián colocó un cartel.

### El proceso de la comunicación

Cuando las personas se comunican, establecen un proceso en donde intervienen los siguientes componentes:

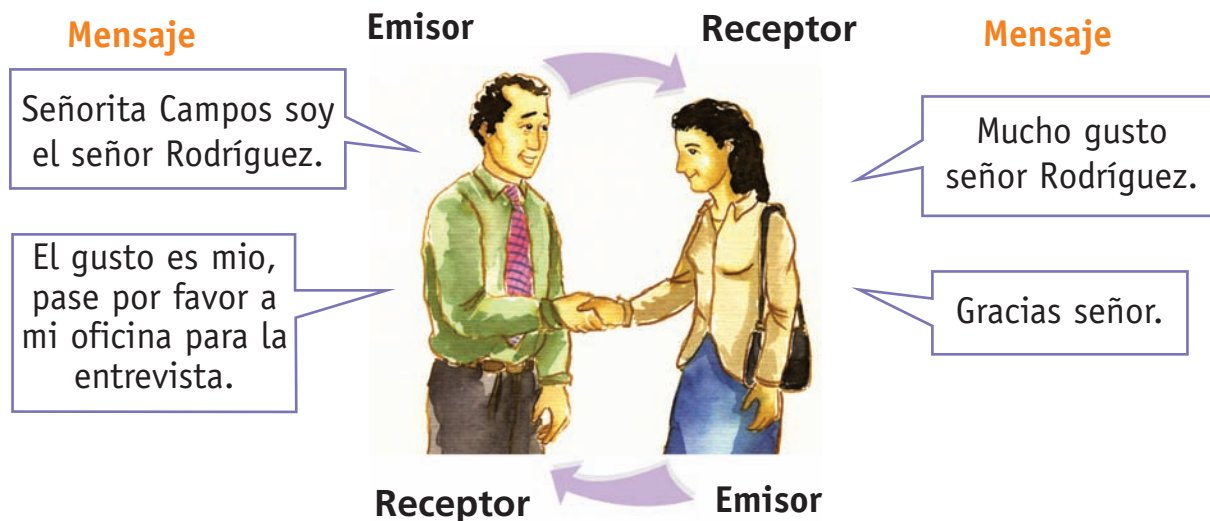
**Emisor:** Es la persona que transmite el mensaje o información por medio de un código.

**Código:** Es el medio que se emplea para transmitir el mensaje, puede ser a través de un lenguaje no verbal (signos, señales, etcétera) o mediante un lenguaje verbal (palabras)

**Mensaje:** Es lo que se dice, la información que se transmite.

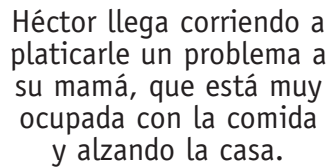
**Receptor:** Es la persona que recibe o escucha el mensaje, pero que al responder al mensaje recibido puede pasar a ser emisor.

Gráficamente se representa de este modo:

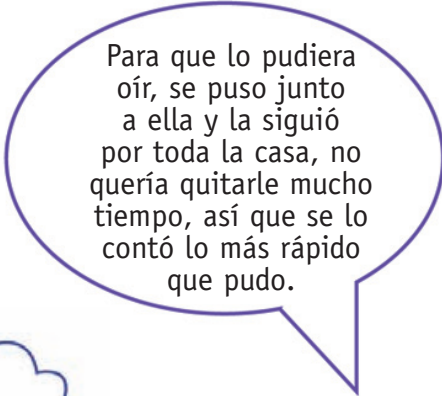


Sin embargo, la comunicación no siempre se logra.

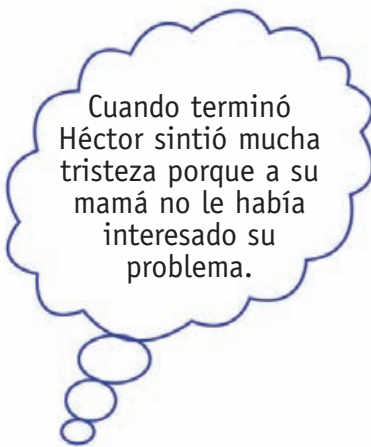
Veamos este caso:



Héctor llega corriendo a platicarle un problema a su mamá, que está muy ocupada con la comida y alzando la casa.



Para que lo pudiera oír, se puso junto a ella y la siguió por toda la casa, no quería quitarle mucho tiempo, así que se lo contó lo más rápido que pudo.



Cuando terminó Héctor sintió mucha tristeza porque a su mamá no le había interesado su problema.

Analicemos las partes de esta comunicación.

**Emisor:** El que habla, Héctor, venía agitado y con prisa. No supo transmitir su problema, no fue claro, pues obviamente su mamá no entendió y no le dio la importancia que él esperaba.

**Receptor:** Su mamá oyó sin escuchar el problema que Héctor le contó, pues estaba ocupada con las actividades de la casa.

**Mensaje:** Por la agitación y la prisa de Héctor y la reacción de su mamá de no darle importancia, el mensaje no fue transmitido con claridad o no fue recibido.

**Código:** Usó la lengua hablada para transmitir su mensaje, pero no de una forma clara. Además el contexto no era el adecuado (momento y lugar).

Por esto, es importante que siempre tomemos en cuenta los cuatro elementos de la comunicación, el emisor, el receptor, el mensaje y el código, si falla alguno, la comunicación no se da o no es buena.

*Como ven —explicó Adrián— este proceso tiene un doble sentido, es de carácter recíproco. O sea, para que la comunicación se dé, es necesario que al recibir un mensaje, el receptor responda. Al producirse la respuesta la comunicación se completa, como un circuito que fluye continuamente.*

*La comunicación —continuó— es un proceso de intercambio e interacción en el que entra lo verbal, lo no verbal, etcétera, y en el que es importante utilizar un código común, como en este caso, la lengua española.*

### Importancia del lenguaje

Benjamín comentó que lo que más le había llamado la atención de un artículo que leyó, es que existen también diferentes códigos y lenguajes para comunicarse, por ejemplo, los señalamientos de tránsito por medio de luces y símbolos gráficos, el lenguaje de gestos de los sordomudos, una gran diversidad de signos visuales, etcétera, —pero el código más completo y de uso más frecuente que tiene el ser humano —dijo— es la lengua (oral y escrita).



*También es muy importante en nuestra comunicación, el lenguaje no verbal, es decir, lo que expresamos con gestos, movimientos y posiciones del cuerpo. Por eso es conveniente estudiarla y conocer cómo funciona, pues muchas veces no encontramos las palabras adecuadas para expresar lo que queremos, es cuando decimos que “no nos alcanzan las palabras”.*

*—Esto sucede —agregó Adrián— porque no sabemos cómo utilizar correctamente el lenguaje.*

*—Así, por ejemplo, aunque Alfredo habla la misma lengua que nosotros, usa una forma muy particular de hablar (son formas dialectales o variables de la lengua) que no todos entendemos bien, eso le hace más difícil comunicarse con el resto del grupo.*



Enseguida Adrián comentó a los jóvenes que cuando un mensaje está mal organizado en sus ideas la comunicación se entorpece, o de plano, se interrumpe.



Yolanda expresó que para ella, siempre que se redacte un mensaje escrito, ya sea una carta de recomendación, un informe o un currículum, se debe cuidar el orden o secuencia con que exponemos nuestras ideas, al igual que la claridad de las palabras o términos que utilicemos.

*—Es claro —dijo Benjamín— que, en muchas ocasiones, no es fácil hacer que la comunicación se dé correctamente, sea por escrito o por otras formas. Por eso me gustaría conocer más acerca de aquellos aspectos que nos dificultan la comunicación.*

### **Barreras en la comunicación**

*—Efectivamente —dijo el asesor—, tal como tú lo mencionas, en los procesos comunicativos existen obstáculos o dificultades que impiden o entorpecen la comunicación. Se les conoce como “ruidos”, interferencias o barreras y se presentan de muchas maneras.*





*En algún momento —continuó— todos nos hemos encontrado en situaciones en las que no comprendemos lo que nos dicen o no logramos que nos comprendan. Pensemos en ello.*

Describe a continuación un caso en donde hayas tenido dificultades para entender o expresar un mensaje.



*—¿Entonces —preguntó Benjamín— gran parte de las dificultades en la comunicación se encuentran en nosotros mismos?*

*—Así es —respondió Adrián—, generalmente se derivan de las distintas formas de percibir y comprender el mundo, de los prejuicios, de las actitudes erróneas, de nuestra baja autoestima, de nuestros temores a cambiar, de nuestra resistencia a hablar o a escuchar.*

*Cuando alguna persona nos desagrada o le tenemos desconfianza, cuando somos agresivos o demasiado tímidos por tener una baja autoestima, podemos decir que existen en nosotros dificultades para comunicarnos.*

*Y continuó: —Cualquiera que sean las barreras en la comunicación, una vez que se detectan, es necesario tomar medidas para remediarlas, ya que suelen estar presentes en muchos de nuestros actos, manifestarse en nuestras actitudes, afectar nuestras relaciones familiares, laborales y sociales, interfiriendo con la realización de nuestras metas y entorpeciendo el ambiente que nos rodea.*

*Por ejemplo, Juanita nos ha dicho cómo su excesiva timidez le impedía expresar a otros lo que sentía y necesitaba, por lo que prefería quedarse callada antes que pedir o preguntar algo.*



### **Comunicación verbal y no verbal**

Como dijimos al principio, casi todos los jóvenes habían investigado sobre el tema.

—Adrián pidió a Juanita que iniciara la presentación—. *Aquí traigo un resumen que preparé: —comentó Juanita, —Regularmente, al establecer relaciones interpersonales acostumbramos utilizar dos formas de comunicación: la verbal y la no verbal.*

**La comunicación verbal es la que se basa en el uso de la lengua ya sea oral o escrita y es el instrumento más importante para relacionarnos con otras personas. Sin embargo, durante una conversación personal, mucha información se transmite también de manera no verbal, es decir se envían mensajes sin la intervención de las palabras.**

—*Ese lenguaje no verbal* —prosiguió Adrián—, *como son los gestos, posturas y ademanes, no sólo intervienen para apoyar o dificultar la comunicación, sino que por sí mismos comunican “algo”.*

—*Así es* —continuó—, *porque al comunicarnos de persona a persona, ponemos en juego, además del lenguaje verbal, muchos otros elementos, de hecho, ponemos todo el cuerpo, nuestras actitudes, el tono de voz, etcétera. Veamos lo que dice este cartel:*

## COMUNICACIÓN NO VERBAL

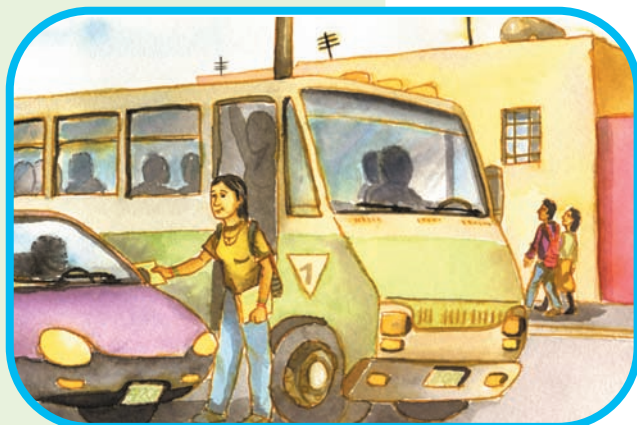
- Movimientos corporales, gestos, posturas y expresiones faciales.
- Bostezos, gruñidos, tono de la voz o características del habla.
- Movimientos de aproximación o alejamiento corporal.
- Olfato, tacto y otras percepciones.
- Forma de vestirse, los objetos de adorno, el uso de cosméticos, etcétera.

### ¿Cómo comunicarnos mejor?

Después del tema anterior los muchachos y muchachas del grupo debatieron un buen rato sobre el tema tratado y su importancia para el crecimiento personal y el desenvolvimiento social de las personas.

Posteriormente Benjamín opinó lo siguiente: —*Al inicio del tema leímos que comunicar es “poner en común”, o sea, compartir algo; eso, para mí, significa que las personas debemos darle la importancia que requiere esa actividad, pues de ella depende gran parte del éxito de las relaciones que establecemos. Es cierto que continuamente nos comunicamos con los demás, pero, ¿qué tan bien lo hacemos, si una gran parte de los problemas entre las personas se dan por la falta de comunicación?*

—*¡Así es!* —exclamó Juanita— *Para que entre las personas exista confianza mutua, colaboración y buenas relaciones en general, debe haber una buena comunicación entre ellas. En la familia, por ejemplo, es básico que sus miembros se comuniquen adecuadamente para convivir.*



—También en el trabajo es necesario que haya una buena comunicación para que éste se desarrolle lo mejor posible —agregó Yolanda.

—En cualquier ambiente o situación —reafirmó Adrián— es fundamental mantener un buen nivel de comunicación para que las cosas marchen como se desea. Hagamos un ejercicio.



Realiza el ejercicio 8, **Descubre cómo se comunican tus amigos** del cuaderno de trabajo.

Ahora escribe las conclusiones que te dejó la realización de este ejercicio.

---



---



---

Después de realizar esa actividad, los jóvenes intercambiaron algunas ideas sobre la capacidad comunicativa de cada uno de ellos.

Juanita comentó: —*Realmente tenemos una gran cantidad de problemas para comunicarnos bien, entonces: ¿cómo podemos mejorar nuestra comunicación?*

—*Primeramente* —les dijo Adrián— *tomando conciencia de tres aspectos de suma importancia en la comunicación:*

- **Saber escuchar.**
- **Saber interpretar y organizar las ideas correctamente para entender al otro.**
- **Saber expresar adecuadamente nuestras ideas.**





—Escuchar —agregó—, es de suma importancia. Todos “oímos” lo que se nos dice, pero pocas veces “escuchamos”. Para escuchar, hay que querer hacerlo, no basta con aparentar que se escucha, puesto que se trata de un proceso mucho más complejo que oír. Quién escucha, para reafirmar tal acción debe responder.

Juanita pidió la palabra y nuevamente preguntó: —¿Qué es saber escuchar?, y ¿cómo podemos aprender a escuchar?

En resumen, **saber escuchar**, es poner la atención y disposición mental en el mensaje que la otra persona intenta comunicar, para poder entender y dar respuestas claras y completas, con mensajes -verbales y no verbales- precisos, adecuados y convincentes.

—Básicamente, —respondió el asesor y les mostró un cartel— deben tomarse en cuenta las siguientes recomendaciones, sobre todo, al momento de realizar una entrevista de empleo:

- Tener una actitud abierta y activa que demuestre atención e interés verdadero por el mensaje que se está recibiendo.
- Mantener la mirada atenta en el rostro de quien habla.
- Considerar que se está frente a una persona única y diferente, no hacer comparaciones.
- Usar el mismo código que el **interlocutor**, para entender realmente lo que el otro está diciendo, esto quiere decir, hablar un mismo idioma.



Para interpretar correctamente un mensaje, debemos identificar rápidamente cuáles son sus objetivos, las ideas centrales, las intenciones reales de quien habla y valorar lo que dice.

—¿Y cuándo somos nosotros quienes transmitimos el mensaje?

—insistió Juanita—.

—Bueno —contestó Adrián—, algunas de las recomendaciones anteriores son válidas también para el emisor de los mensajes; recordemos que la comunicación es un proceso en dos sentidos.

—Entre lo que yo consulté —dijo Yolanda— encontré información sobre algunos factores que interfieren en la transmisión de un mensaje para favorecer o desfavorecer la comunicación y que complementan lo que ya hemos visto —y les mostró el siguiente texto.



## Factores que hacen efectiva la comunicación

### Las actitudes:

Las actitudes de quienes intervienen en un proceso comunicativo pueden favorecerlo o entorpecerlo, es decir, el agrado, desagrado, interés o desinterés, la confianza o inseguridad que se muestre, ayudará o dificultará la comunicación.

### El nivel de conocimientos:

Esto es la información que tenemos del mensaje que se va a transmitir. Por ejemplo, una persona que no sabe leer ni escribir, nunca podrá descifrar un letrero ni un recado por simple que sea. De igual manera, en otro nivel, para desempeñar un trabajo como electricista, antes de poder interpretar las instrucciones para el uso de cierta maquinaria, deberán tenerse conocimientos sobre ese tema.

### Habilidades para comunicarse:

Se trata de aquellas capacidades para hablar, escuchar, escribir y leer. Así como la habilidad para organizar y expresar claramente las ideas y el buen uso del lenguaje.

### Capacidades de pensamiento:

Para analizar, sintetizar, interpretar y elaborar los mensajes.

### La cultura:

El conjunto de valores, creencias, objetivos, intereses y gustos que poseemos de manera personal y social, puesto que esa cultura es la que va a determinar los códigos, los comportamientos y los contenidos de los mensajes.



—¡Caray! —dijo Juanita— ¡Qué complicado es todo eso!

—¿“P’sí,” verdad? —agregó Alfredo—. Si parece tan fácil. Nomás te paras a hablar con alguien y ya, o a escribir unas cuantas palabras. Pero no, resulta que para lograr una buena comunicación debemos tener cuidado en la forma como hablamos, como escribimos y hasta en la manera de escuchar. No se diga leer, porque luego en algunos libros se dicen cosas en lenguaje rete elevado que no entiendo nada.

—Creo —dijo Adrián a los muchachos—, que ya tenemos una idea propia de lo que es la comunicación y su importancia para nuestro desarrollo personal. Hagamos el siguiente ejercicio.



Diseña un cartel que exprese lo que es para ti la comunicación y la importancia que tiene en tu vida y para la sociedad.

Puedes utilizar crayones, marcadores, pinceles, lápices, recortes de revistas, etcétera.

Pégalo en la pared para compartirlo con tus compañeros y discute con ellos su significado.

Escribe lo que quisiste expresar con tu cartel:

---



---



---

—En conclusión —dijo Adrián—, mantener una correcta comunicación, contribuye al desarrollo integral de las personas. Recordemos que comunicar es poner en común, compartir ideas, sentimientos, necesidades. Siempre estamos comunicándonos con: nosotros mismos, nuestros conocidos, nuestros compañeros de trabajo, etcétera. Conocer cómo se da ese proceso nos ayuda a mejorar nuestra capacidad de comunicación y evitar las barreras que suelen presentarse en él. Veámos cómo nos relacionamos con los demás.





## 2.2 Relaciones humanas

Un domingo por la tarde, Paty, hermana menor de Gabriel, escuchó una conversación que sostenían su madre y una tía. Entre otras cosas, hablaban de una amiga de las dos, que casi no se llevaba bien con nadie, y por lo tanto tenía muy pocos amigos.

Paty quedó muy intrigada con este comentario y fue a preguntarle a Gabriel por qué una persona podía tener tan mala suerte con toda la gente. Él le contestó que todo ser humano, desde el inicio de su vida, tiene contacto con otras personas. —Por decirlo de algún modo, —dijo Gabriel— *las personas vivimos en un mundo de relaciones: en la familia, en la escuela, en el trabajo, entre vecinos y amigos.*

*Las relaciones van formando nuestro carácter, enriqueciendo nuestra personalidad y guiando nuestra persona hacia la madurez. Por ello juegan un papel fundamental en la vida del ser humano.*



*La forma en que aprendimos a relacionarnos —continuó Gabriel— cuando éramos pequeños, influye en cómo lo hacemos ahora. Se hace necesario, por tanto, entender a fondo cómo se dan las relaciones humanas, cómo las desarrollamos nosotros, cómo practicarlas y, sobre todo, cómo mejorarlas.*

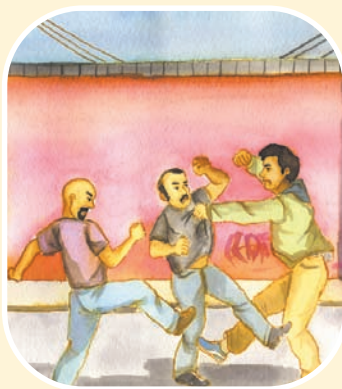
*Justamente con esos propósitos estamos estudiando en el círculo de estudio el tema de las relaciones humanas.*

Adrián, nuestro asesor, nos ha dicho que éstas se dan entre personas, grupos, organizaciones y aun entre naciones.

—Como ves —agregó Gabriel— las relaciones humanas comprenden un concepto muy amplio. En el círculo realizamos el siguiente ejercicio para identificar algunos ejemplos de relaciones humanas.

Hazlo tú también.

Observa las imágenes y encierra en un círculo las situaciones que tú creas que contienen ejemplos de relaciones humanas.



De acuerdo con las ilustraciones que seleccionaste, escribe:

¿Qué significan para ti las relaciones humanas?

---

---

---

¿Qué importancia tienen para ti las relaciones humanas? Explica:

---

---

---

Gabriel continuó explicando a Paty: —*Después, Adrián nos mostró algunas definiciones de relaciones humanas, léelas y contrástalas con tus respuestas del ejercicio anterior.*

- **Relaciones humanas puede ser cualquier relación entre dos o más personas, ya sea positiva o negativa.**
- **Todo acto en el que intervengan dos o más personas forma parte de las relaciones humanas.**
- **Cuando una persona tiene contacto con una o varias personas, en ese momento nace una relación humana. Esta relación se puede dar entre individuos y entre grupos.**

Analiza las definiciones y escribe tu idea de lo que son las relaciones humanas:

---

---

---

---

### ¿Qué son las relaciones humanas?

—Después de analizar las ilustraciones y las definiciones, para entender las relaciones humanas y su importancia —continuó Gabriel—, fuimos con el asesor a la biblioteca municipal, donde cada uno de nosotros buscó información sobre el tema en distintos libros.



Después nos reunimos y cada uno leyó una síntesis de sus lecturas. Hubo ideas muy interesantes, por ejemplo, Juanita nos recordó la importancia de la comunicación en la vida del ser humano, ya que éste comienza a formarse como persona cuando es capaz de comunicarse y establecer relaciones con los demás.





—Benjamín recalcó algo muy importante —continuó Gabriel—: la reciprocidad. Esto quiere decir, según nos explicó, que al establecer una relación, las personas buscamos escuchar ser escuchadas, dar pero también recibir, comprender y ser comprendidos. Todo esto tiene que ir acompañado de actitudes y valores como la confianza, la solidaridad, la tolerancia, entre muchas otras.

Yo encontré —siguió diciendo— que muchas de nuestras relaciones, se mueven en el campo de lo superficial, es decir, no profundizamos ni llegamos a conocer a los demás.

—¿Cómo?, no entiendo muy bien —dijo Paty—.

—Sí, mira —añadió Gabriel—, en esta clase de relaciones buscamos a la persona, no por ella misma, sino por el papel, función que desempeña o servicio que nos presta, por ejemplo, las que se dan exclusivamente entre compradores y vendedores, doctor—paciente, mecánico—cliente, profesor—alumno, etcétera.

—¡Ah! Ya entiendo —exclamó Paty—, pero también establecemos otras relaciones más cercanas, ¿no?



—Sí, así es —respondió Gabriel— existen las relaciones donde se trata a la persona por la persona misma, porque convivimos con ella en nuestra familia o porque nos gusta estar cerca y compartimos gustos, intereses, afinidades. Esas son las que satisfacen nuestras necesidades de afecto, de pertenencia, de seguridad, etcétera. Por ejemplo, cuando tenemos algún problema o nos sentimos tristes por algo, generalmente hablamos con algún amigo o pariente cercano.

—Por cierto, Adrián, nuestro asesor, comentó que ambos tipos de relaciones son importantes para nuestro desenvolvimiento social, por lo que debemos buscar mejorarlas, siempre que sea posible.

—Bueno —intervino Paty— pero hay personas con las que no me gustaría relacionarme porque me caen mal.

—¡Es cierto! —contestó Gabriel— según dijo Alfredo, las relaciones pueden ser agradables, desagradables o indiferentes. Lo más recomendable, es esforzarnos por hacerlas agradables. ¡Claro que a veces es muy difícil!

—Como te dije antes —comentó nuevamente Gabriel—, tal vez la amiga de mi madre ha tenido más relaciones desagradables e indiferentes que agradables.

—Si tú quieres —dijo por último—, mañana me acompañas al círculo; seguiremos hablando de las relaciones humanas y así podrás aprender más sobre el tema.

### ¿Cómo son mis relaciones humanas?

Al día siguiente Gabriel presentó a su hermana Paty en el círculo. Ella manifestó el motivo que la llevó ahí: aprender un poco más sobre relaciones humanas. Adrián y los muchachos le hicieron saber que era bien recibida, por lo que Paty se sintió de inmediato en un ambiente de confianza.

Para iniciar, Adrián les sugirió que realizarán un ejercicio.



Realiza el ejercicio 9, del cuaderno de trabajo, **Mis relaciones con los otros.**

De acuerdo con lo que contestaste en el ejercicio, ¿cómo calificas tu manera de relacionarte con los otros?

---

---

---

---

---

¿Qué aspectos debes mejorar?

---

---

---

---

---

Los jóvenes y las jóvenes contestaron su ejercicio y de esa manera hicieron una autoevaluación honesta del modo como se relacionan con sus familiares y amigos. Enseguida Adrián les sugirió realizar un análisis un poco más profundo sobre su disposición para relacionarse y les pidió que realizaran la siguiente actividad.



Realízala tú también.

En mis relaciones con los demás:

¿Qué es lo que me hace sentir más seguro?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué es lo que me hace sentir más inseguro?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué es lo que más me gusta encontrar en las personas?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué es lo que más rechazo de la gente?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

En mis relaciones más cercanas (familiares y amigos):

Con quién tengo una mejor relación es: \_\_\_\_\_

Nos entendemos bien porque:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



En cambio tengo una pésima relación con:

\_\_\_\_\_

Me llevo mal con esa persona porque:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Consideras que es necesario mejorar tus relaciones?

Sí (    )            No (    )

¿Por qué?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Cómo podrías mejorar tus relaciones?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Adrián concluyó diciendo: —Realizar reflexiones como éstas, nos permiten darnos cuenta de nuestras capacidades, habilidades y actitudes, así como de los valores que ponemos en juego para relacionarnos. Es decir, de la disposición que tenemos para escuchar y comprender los sentimientos de los demás. También nos ayudan a identificar lo que nos gusta y disgusta de la forma como nos relacionamos y a buscar la manera de mejorar nuestras relaciones.



Paty preguntó: —¿Y de qué manera vamos a mejorar nuestras relaciones?

—Bueno —respondió el asesor—, primeramente debemos reconocer en nosotros mismos cómo establecemos nuestras relaciones con el fin de identificar cuáles son nuestros aciertos y cuáles nuestras fallas.

### ¿Cómo establecemos nuestras relaciones?

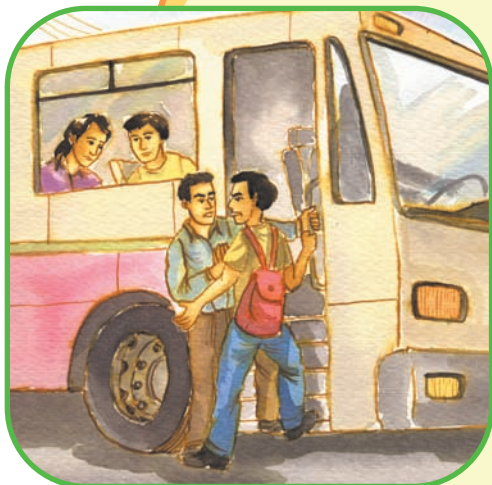
Adrián en este punto leyó a los jóvenes las siguientes reflexiones tomadas de una revista:

#### “Dar, igual a recibir”

Es bueno reconocer cómo establecemos nuestras relaciones. Algunas personas al relacionarse, buscan que los derechos, deseos y necesidades de los demás y los suyos propios se respeten.

Por otra parte hay personas que dan, sin pedir nada; otras, en cambio, sólo reciben, y nunca parecen satisfechas; hay, además, las que no saben dar ni recibir más que lo indispensable, no se involucran sentimentalmente en las relaciones y difícilmente se puede hablar con ellas.

Lo más conveniente podría ser, buscar aquéllas en las que se respete el derecho de cada quien, en las que ambas partes ganen, den y reciban de la misma manera.



Desafortunadamente existen relaciones que están muy alejadas de la reciprocidad, como aquéllas en donde una persona se somete a la otra o bien, donde ésta se conduce agresivamente con otra, o donde se pasa desapercibido para los demás.

De todas estas relaciones que podemos calificar como negativas, llaman la atención las que están basadas en la violencia o sea aquéllas donde predomina la agresividad verbal y los golpes como señal de autoridad y corrección; en las que el cariño, el respeto y el amor se han confundido y sustituido por la opresión y el miedo.

Al concluir la lectura hubo un intercambio de ideas. Benjamín, quien había mostrado un gran interés en el tema, hizo el siguiente comentario: —*Me doy cuenta de que las buenas relaciones no se dan así porque sí; como los árboles, requieren de cuidados para que crezcan, maduren y den fruto. Recuerdo — dijo—, que cuando llegó Gabriel; la mera verdad yo creí que ya no podría seguir, porque la “neta” no me caía muy bien, me parecía un poco creído.*

—*Ahora que lo he tratado, ya lo veo distinto. Me doy cuenta —afirmó Benjamín— de que fue necesario conocerlo mejor y, sobre todo, mantener yo mismo una actitud positiva y de respeto para mejorar, día con día, la manera de relacionarme con él.*



## Relaciones humanas dentro de un grupo

—Tu reflexión, Benjamín, nos lleva a otro aspecto muy importante de las relaciones humanas. Gran parte de nuestra vida —comentó enseguida Adrián— la pasamos en grupos de una u otra clase, por ejemplo, en la familia, en la escuela, en el trabajo, etcétera.



Una misma persona participa en diferentes grupos y desempeña distintos roles o papeles, de acuerdo a la tarea que tenga asignada socialmente, que pueden ser el de hijo, trabajador, padre, maestro, estudiante, etcétera.

Del mismo modo, cada persona asume o elige distintos roles o papeles de acuerdo con la forma en que se relaciona en los grupos donde interactúa, por ejemplo, el líder, el animador, el organizador, el chistoso o el negativo.

La gente permanece dentro de un grupo porque tiene un objetivo o interés común. Alrededor de ese objetivo o interés, las personas se agrupan, se comunican y relacionan.



—¡Claro! —interrumpió Alfredo— nosotros somos un grupo. Uno de nuestros objetivos en común, es estudiar y aprender nuevas cosas que nos permitan mejorar como personas, buscar un trabajo o mejorar el que ya tenemos.



—Así es —replicó el asesor—, y nosotros como integrantes de este grupo debemos tener bien claro que cada uno tiene un lugar propio, que los demás debemos respetar; de igual modo, sabemos que es nuestro deber mejorar la comunicación con los demás miembros, para facilitar todo lo que realizamos como grupo y el logro de nuestros objetivos y metas.



Para continuar, Adrián pidió a los jóvenes que contestaran 2 preguntas.

Contéstalas tú también.

¿En los grupos donde participo he aportado lo mejor de mí? Explica tu respuesta.

---

---

---

---

---

---

---

¿Qué más puedo aportar?

---

---

---

---

---

---

---



—De acuerdo con lo que hemos visto —intervino Benjamín—, para hacer un buen papel en cualquiera de los grupos a los que pertenecemos, debemos tener bien claros los objetivos y metas del grupo y el papel que en ellos desempeñamos, procurando siempre que nuestras relaciones sean las mejores, pero ¿de qué manera podemos lograr eso?

—Es posible —respondió el asesor— *interactuar adecuadamente dentro de un grupo y mantener un ambiente armónico siguiendo estas mínimas recomendaciones, que tomé de un libro de relaciones humanas:*



1. Respetar a los demás.
2. Cumplir con nuestras responsabilidades al interior del grupo.
3. Tratar de armonizar la actividad del grupo, estableciendo puntos de acuerdo y evitando que surjan tensiones.
4. Facilitar la comunicación, aclarando dudas, pidiendo más información, animando al grupo, etcétera.
5. Cuidar que no se pierda el objetivo.

Llegó el momento del cierre de la sesión. Paty dijo estar muy satisfecha por haber asistido ese día al círculo: —*No solamente aprendí lo que son las relaciones humanas, sino que también pude darme cuenta que ustedes son un grupo con un objetivo común.*

Yolanda, quien había estado muy callada durante el desarrollo de la sesión, dijo: —*Creo tener ahora más claro lo que son las relaciones humanas y su importancia para el desarrollo de las personas y de la sociedad. También aprendí que los individuos requieren de participar en grupos distintos para lograr sus metas; que es en esos grupos, ya sea familiares, laborales o de otros tipos, donde las personas desarrollan sus capacidades para relacionarse y van formando su personalidad.*



Adrián comentó: —*Tengamos claro que cuando establecemos relaciones de igualdad, no tenemos la necesidad de dominar a los demás, de estar en el centro de atención, de depender de otros o de tener siempre la última palabra.*

—*Recordemos también que nuestra autoestima es uno de los aspectos más relevantes para determinar el cómo nos relacionamos con los demás y en la forma cómo una persona se ve a sí misma influye en su percepción de lo que le rodea.*

Con este tema, Adrián y los jóvenes del círculo de estudio terminaron la primera unidad del módulo *Jóvenes y trabajo*. ¡Empieza a buscar chamba! Adrián quiso recordarles en ese momento la importancia de los aspectos vistos con anterioridad: —*Recuerden que poner en práctica los puntos que hemos revisado, ayudará a mejorar nuestra autoestima, a querernos, respetarnos y cuidarnos más; también nos ayudará a comunicarnos mejor con quienes nos rodean y, en consecuencia, nuestras relaciones con los demás resultarán favorecidas.*

Ahora detengámonos un momento a reflexionar sobre los avances hasta aquí logrados.

Para ello responde el apartado **Recordemos lo aprendido** y llena la hoja **¿Qué aprendí y para qué me sirve?**

**RECORDEMOS LO APRENDIDO**

Resuelve los siguientes cuestionamientos.

1. Escribe un párrafo sobre la autoestima y su importancia para buscar trabajo.



2. Describe dos situaciones donde hayas tenido problemas con tus **actitudes**.

---

---

---

---

---

---

---

---

3. ¿Cómo puedes mejorar tus **actitudes**?

---

---

---

---

---

---

---

---

4. Escribe tus sugerencias para mejorar tu **comunicación**.

---

---

---

---

---

---

---

---

5. Reflexiona y escribe qué puedes hacer para mejorar tus relaciones con...

tu familia:

---

---

---

---

tus amigos:

---

---

---

---

tu trabajo:

---

---

---

---

### Reflexión de mi persona

¿En qué he mejorado como persona?

---

---

---

---

¿Me valoro mejor ahora?

Sí ( )

No ( )

No sé ( )

Explica:

Four horizontal lines for writing an explanation, with a blue vertical bar on the left side.

¿Han mejorado mis actitudes ahora?

Sí ( )

No ( )

No sé ( )

Explica:

Four horizontal lines for writing an explanation, with a blue vertical bar on the left side.

¿Siento que han mejorado mis relaciones con los demás?

Sí ( )

No ( )

No sé ( )

Explica:

Four horizontal lines for writing an explanation, with a blue vertical bar on the left side.

¿Me comunico mejor ahora?

Sí (    )

No (    )

No sé (    )

Explica:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Si se te dificulta alguna pregunta, regresa nuevamente a tu libro y trata de resolverla. Llena la hoja **¿Qué aprendí y para qué me sirve?** y comenta con el asesor tus dudas y respuestas.

### ¿Qué aprendí y para qué me sirve?

Para que valores lo que has aprendido y si te ha sido de utilidad, en esta parte te sugerimos que marques con una paloma los contenidos que consideres necesario repasar. En la segunda parte contesta lo que se te pide:

Contenidos	Debo repasar
Autoestima	
Actitudes	
Comunicación	
Relaciones humanas	

¿Qué aprendí en esta unidad?

Four horizontal lines for writing, with a blue vertical bar on the left side.

¿Para qué me sirve lo que aprendí en esta unidad?

Four horizontal lines for writing, with a blue vertical bar on the left side.

¿Qué dudas tengo?

Four horizontal lines for writing, with a blue vertical bar on the left side.

¿Qué debo revisar con el asesor?

Four horizontal lines for writing, with a blue vertical bar on the left side.



# Unidad

## 2

### ¿Qué quiero y qué puedo hacer?

#### 1. Lo que quiero hacer

- 1.1 Motivaciones
- 1.2 Expectativas

#### 2. Lo que puedo hacer

- 2.1 Habilidades
- 2.2 Metas

#### Recordemos lo aprendido

¿Qué aprendí y para qué me sirve?







## ¿QUÉ QUIERO Y QUÉ PUEDO HACER?



Respondernos a las preguntas ¿qué quiero y qué puedo hacer?, nos permitirá ver mejor los caminos que están a nuestro paso para buscar y encontrar trabajo.

En esta unidad continuaremos el viaje interno que iniciamos en la anterior, viaje exploratorio que nos llevará a descubrir nuestras necesidades y aquello que nos mueve a actuar.

De igual modo, identificaremos alguna de las habilidades que podemos desarrollar en el medio social y laboral; también definiremos objetivos y metas que nos guíen en nuestro actuar futuro.

### 1. LO QUE QUIERO HACER

Frecuentemente vamos por ahí sin saber qué es lo que queremos realmente, ni a dónde queremos llegar. Sucede entonces que las cosas no nos salen bien, ocasionándonos sentimientos de fracaso y frustración.

Esa falta de definición sobre nuestros objetivos o propósitos suele convertirse en un serio obstáculo para nuestro crecimiento personal.

La intención de este tema es que nos adentremos aún más en nuestra persona para descubrir esos anhelos, aspiraciones y motivaciones más profundas, respondiendo así a la pregunta que todo ser humano se plantea en algún momento de su vida: ¿qué quiero hacer?

Y tú ¿sabes qué quieres hacer? Responde a las siguientes preguntas.

### Qué quiero hacer

1. ¿Sabes qué es lo que quieres hacer al terminar este módulo?

Sí ( ) No ( )

Explica:

---

---

---

---

2. ¿Sabes lo que vas hacer de aquí a una semana?

Sí ( ) No ( )

Explica:

---

---

---

---

3. ¿Sabes lo que vas hacer de aquí a un mes?

Sí ( ) No ( )

Explica:

---

---

---

---

4. ¿Sabes lo que vas hacer de aquí a seis meses?

Sí (    )    No (    )

Explica:

---

---

---

---

---

---

---

¿Cuántas preguntas pudiste responder?, ¿una?, ¿dos?, ¿tres?, ¿todas?

Comenta tus respuestas o inquietudes con tus compañeros o familiares, pregunta si ellos saben lo que quieren hacer.

Sigamos con nuestra historia.

Cada uno de los jóvenes respondió también a las preguntas y luego, comentaron entre ellos, sobre las dificultades que tuvieron casi todos al definir lo que querían hacer.



*-No se preocupen, — les comentó Adrián— si no tienen en este momento la claridad sobre lo que quieren hacer. Precisamente el propósito del tema que hoy iniciamos es tratar de identificar **lo que queremos hacer.***



## 1.1 Motivaciones

*Todos los días —dijo Adrián— tomamos decisiones. Generalmente estamos frente a varias posibles direcciones y para decidir cuál camino seguir, nos guiamos por nuestros **intereses, necesidades y valores**.*

*Para tener más claro qué es lo que queremos hacer y tomar decisiones —continuó—, sobre el rumbo que habremos de elegir, uno de los aspectos que todas las personas debemos revisar es el de **nuestras propias motivaciones**, es decir, la serie de intereses, necesidades, deseos o valores que nos mueven a ser o actuar de tal o cual modo. Todos actuamos motivados por algo, aun cuando no lo tengamos bien identificado.*



**Al conjunto de intereses, necesidades, deseos y valores que nos mueven a actuar, se les conoce como motivación.**



Enseguida les sugirió que hicieran un examen profundo de conciencia y describieran luego algunas de sus motivaciones personales para estar participando en este módulo.

Describe a continuación dos motivaciones que te impulsan a continuar estudiando este módulo:

1.

---



---



---

2.

---



---



---

Cada uno de los jóvenes dio lectura a sus motivos personales e intercambiaron opiniones. Juanita comentó que su necesidad de encontrar un buen empleo y vencer su timidez la habían motivado a participar en el módulo. Alfredo dijo que el ambiente amistoso en el círculo lo motivaba a seguir asistiendo. Yolanda reconoció que le gustaba venir porque estaba aprendiendo cosas que, además de ser interesantes, le habían ayudado mucho en su valoración personal.



—Las personas —dijo Adrián— adoptamos en nuestra vida diferentes conductas, hacemos determinadas cosas **movidas por fuerzas interiores**. Ya vimos algunos ejemplos de por qué ustedes desean continuar en este módulo. Veamos ahora otros:

—Juanita y su mamá se levantan muy temprano todos los días para preparar tortas y venderlas afuera de la escuela. La motivación de Juanita es ayudar a su mamá, que últimamente anda un poco mal de salud, en cambio la de su mamá es contribuir al ingreso familiar.





—Como podemos ver —continuó Adrián— la motivación es una **fuerza que nos mueve a actuar**, en este ejemplo, Juanita y su mamá actúan para satisfacer sus diferentes necesidades. ¿Pero qué son las necesidades?

### Las necesidades

—Las necesidades —prosiguió Adrián— pueden ser desde el hambre, sueño, sed, casa, vestido, trabajo, hasta las que se refieren a la relación con otras personas, como pertenecer a un grupo de amigos, tener una pareja, una familia, prestigio, etcétera.

Una vez que satisfacemos las necesidades más urgentes, como comer o dormir, buscamos satisfacer otras igualmente importantes, como estudiar o platicar con amigos. Algunas veces sacrificamos unas necesidades por otras, por ejemplo, cuando dejamos de cenar por terminar algún trabajo o de estudiar por trabajar.

—¡Sí, es cierto! —interrumpió Alfredo—. Antes yo iba todas las tardes a juntarme con mis cuates en la esquina del barrio. Para mí era una necesidad ir todos los días a “cotorrearla”, me estaba muy “acá” con ellos hasta bien tarde; nos echábamos una cascarita de “fut” o nomás ahí, a gusto, en “el cotorreo”.



—Ahora, pues no, como tengo que venir al círculo, nada más voy una o dos veces por semana. Pero “no le hace”, aquí también me la paso a todo dar, aprendo cosas nuevas y me preparo para encontrar un trabajo.

—Eso quiere decir —continuó el asesor— que Alfredo, sin dejar de reunirse con sus compañeros, le ha dado más importancia al círculo de estudio en estos momentos. Así pues, su **necesidad** de prepararse mejor lo **motiva** a permanecer con nosotros.

**Para entender cuáles son nuestras motivaciones debemos conocer las necesidades que las originan.**

—*Veamos ahora si podemos reconocer algunas de ellas dándole respuesta al ejercicio de abajo.* —señaló Adrián—.

Anota en la columna de la izquierda cuatro de tus motivaciones; en la columna de la derecha escribe a qué necesidades responden. Sigue el ejemplo.

## MIS MOTIVACIONES

Motivación	Responde a la necesidad de:
Ejemplo: Tener amigos	Afecto, compañía, esparcimiento



Esto nos da una idea más clara de cuáles son algunas de las necesidades que nos impulsan a actuar para lograr su satisfacción.

Cuando los muchachos intercambiaron los resultados de su ejercicio pudieron darse cuenta de que coincidían en algunos aspectos, pero no en todos. Especialmente en relación con su desarrollo personal hubo muchas diferencias. Aún cuando hay semejanzas, cada persona es distinta y busca satisfacer sus necesidades de diferentes maneras.

—A ver si entendí bien, —comentó Benjamín—, todos tenemos necesidades, eso nos lleva a hacer cosas con el fin de satisfacerlas, o sea nos motiva. Pero las necesidades no se presentan igual de una a otra persona. ¿Por qué?



—Depende de muchas cosas, —respondió Adrián—, como hemos visto cada persona tiene distintos gustos, intereses, deseos, aspiraciones y necesidades.

Por ejemplo, Alfredo se reúne con sus cuates varias veces por semana y casi todos los viernes va con ellos a fiestas; en cambio, Gabriel cada fin de semana visita a sus abuelos en el pueblo donde viven y regresa hasta el lunes por la mañana.





Responde a las preguntas:

¿Por qué crees que Alfredo actúa de ese modo?

---

---

---

¿Desde tu punto de vista qué es lo que mueve a Gabriel para ir cada semana al pueblo?

---

---

---

En este punto de la sesión, los muchachos intercambiaron sus opiniones acerca de las motivaciones de Alfredo y Gabriel.

—Me parece —dijo Yolanda—, que Alfredo y Gabriel actúan de modos distintos porque poseen **valores** diferentes. Mientras que para Alfredo la

amistad de sus amigos tiene un valor muy

alto, para Gabriel es muy importante convivir

con su familia; éste disfruta del campo y aquél de sus amigos.



—Así es —respondió Adrián—, tu comentario nos lleva a identificar otro aspecto de la motivación, los **valores**.

## Los valores

—Al inicio mencionamos —agregó el asesor— que el conjunto de motivaciones de una persona, está constituido, entre otros factores, por las **necesidades, deseos y valores**. Veamos.



Realiza el ejercicio 10, **Escrúpulos** del cuaderno de trabajo.

Al terminar el ejercicio, responde a la pregunta:

¿Cuáles fueron los valores que inspiraron tus respuestas? Escríbelos:

---

---

---

---

---



Seguramente, la forma como dimos respuesta a este ejercicio —tomó la palabra Adrián— está determinada por los valores que poseemos.

Los **valores** de una persona tienen que ver, como lo hemos mencionado antes, con sus intereses, placeres, gustos, preferencias, deberes, obligaciones, necesidades, atracciones, rechazos, etcétera. En otras palabras, reaccionamos y actuamos de una u otra manera, elegimos lo que nos parece más adecuado o tomamos una u otra decisión de acuerdo a nuestros valores. Valores que, a su vez, están determinados por la cultura en la que vivimos inmersos y que hemos desarrollado a través de nuestra convivencia en sociedad.

—Mediante estas reflexiones —añadió el asesor—, hemos identificado algunos valores que mueven a las personas para buscar el beneficio propio y de los demás. Nosotros **todos los días** actuamos conforme a nuestros propios valores. Por eso, es necesario tenerlos en cuenta y recapacitar sobre ellos.



—Por lo que veo —dijo Yolanda— algunos valores se adquieren desde la familia, otros los hemos aprendido en la escuela o construido a partir de nuestras experiencias y el contacto con otras personas. Aun cuando puede decirse que cada uno decide qué valores adopta para aplicarlos en su vida, éstos más bien son producto de la convivencia social, de la educación, la cultura, las tradiciones y normas que la sociedad nos impone.



—O sea, —dijo Juanita— que nuestros valores son los que nos “dicen” qué hacer y cómo relacionarnos con los demás.

—Los **valores** —complementó Adrián—, **son parte de nuestra personalidad** y por eso son importantes en nuestras motivaciones. Nosotros, también somos los protagonistas de nuestra verdadera historia y contamos con una serie de valores para guiarnos.



Escribe en las líneas de abajo cuáles son tus valores principales en orden de importancia.

Mis **valores** principales son:

1.

---

---

---

2.

---

---

---

3.

---

---

---

Adrián les comentó que casi siempre establecemos una escala de valores propia, la cual debe ser respetada por los otros al igual que nosotros debemos respetar a los demás. Para terminar, les pidió que retomaran el cuadro llamado *Mis motivaciones* y lo modificaran de acuerdo a las siguientes indicaciones.

De las motivaciones que definiste en el cuadro de la página 100, selecciona las tres más importantes para tí, así como los valores que las orientan.

Recuerda que un mismo valor puede dar sustento a valores, motivaciones y necesidades. Observa el ejemplo.

## MIS PRINCIPALES MOTIVACIONES Y VALORES

MOTIVACIONES	NECESIDADES	VALORES
Encontrar un empleo	<ul style="list-style-type: none"><li>• Seguridad e ingreso</li><li>• Sustento, casa, comida y vestido</li><li>• Desarrollo personal</li></ul>	Orden, disciplina, tenacidad, responsabilidad, constancia, disposición, etcétera.
1.		
2.		
3.		



Al concluir este ejercicio, Adrián les dijo que distinguir cuáles son nuestras necesidades y con qué valores vamos a guiar nuestras acciones, nos llevará a determinar y cumplir los objetivos que nos propongamos. Enseguida los muchachos hablaron sobre las motivaciones, necesidades y valores de cada uno de ellos.



Juanita fue la primera en hablar: *—Ahora comprendo que lo que me inclina a actuar de cierta manera, muchas veces se debe a las motivaciones que tengo, o sea, como dice Adrián, a las necesidades, deseos, ideas, emociones o valores personales. Mis motivaciones explican mi comportamiento.*

*—Yo creo —dijo Benjamín— que la motivación es como el deseo de hacer algo, de lograr una meta y la principal motivación para mí será la creencia firme de que esa meta se va a lograr.*

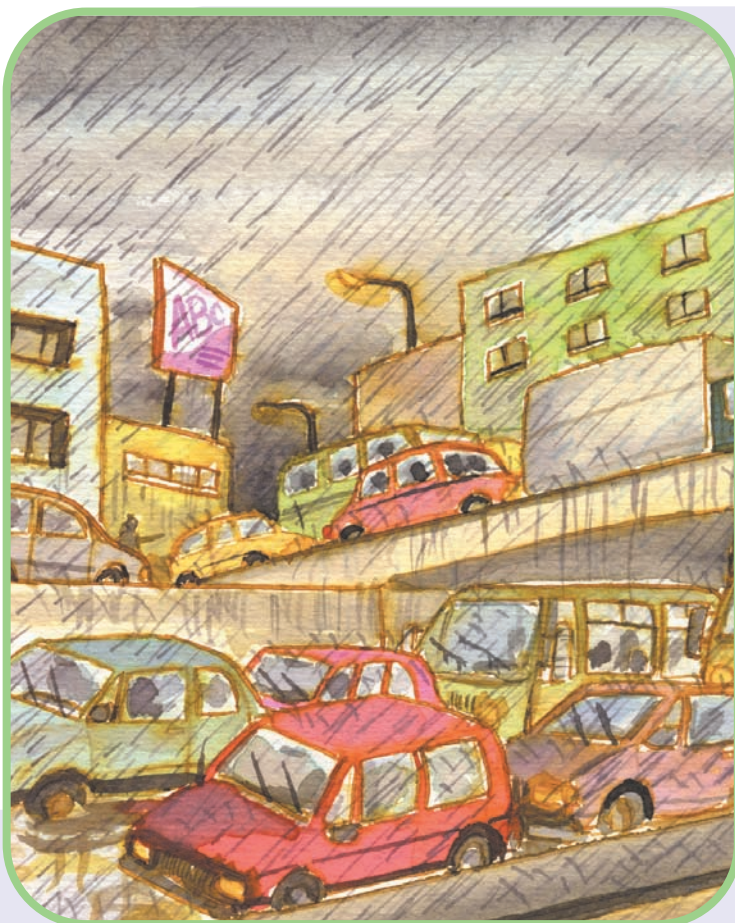


—Efectivamente —concluyó Adrián— las motivaciones son esas fuerzas interiores que nos movilizan a hacer lo necesario para obtener lo que queremos.

Reconocer y comprender —continuó— cuáles son nuestras motivaciones más profundas nos ayudará a saber qué es lo que queremos hacer y qué es lo que podemos esperar. Una vez que tengamos claro esto y definamos qué es lo que sabemos hacer, podremos establecer los pasos a seguir para alcanzar las metas que nos proponemos.



## 1.2 Expectativas



Este año la temporada de lluvias se adelantó algunas semanas a lo previsto. Frecuentemente llueve por las tardes y los muchachos del círculo deben darse prisa para llegar al *punto de encuentro* antes de que inicie el aguacero. Muchas veces alguno de los jóvenes es sorprendido por la tormenta y se presenta a la sesión todo mojado y escurrido.

Una de esas tardes, Alfredo, que iba un poco tarde, tuvo que protegerse de la lluvia bajo el techo de un estacionamiento. Unos cuantos segundos después se acercaron dos personas que también querían resguardarse del aguacero.

En sólo veinte minutos Alfredo y sus acompañantes vieron cómo el agua corría por las calles como si se tratara de verdaderos ríos, mientras que en el cruce de la avenida cercana, había un accidente entre varios vehículos que entorpecía el tráfico, ya de por sí afectado por la tormenta. Los semáforos parpadeaban enloquecidos y las bocinas de los automóviles producían un ruido más tormentoso que el del agua.





—*¡Esto es un caos!* —exclamó uno de los hombres que, por su apariencia, representaba una edad aproximada de sesenta años. Por su forma de vestir y su presencia parecía un profesor retirado o algo así—. —*¡Mira nada más cuánto desorden! Y eso que apenas comienza la temporada, no quiero pensar en cómo se va a poner esta ciudad dentro de unas semanas.* —*¡Adónde vamos a parar! ¿Qué futuro le vamos a dejar a nuestros hijos?*

—*Pues ni modo de impedir que llueva* —comentó el hombre joven, probablemente empleado de una oficina cercana. Usaba pantalón de vestir y camisa de manga larga; llevaba también una corbata de colores llamativos—. *Total, mientras no me moje, que llueva todo lo que quiera. Yo vivo el presente, no me importa lo que pueda pasar mañana.*

Justo en ese momento, llegaron corriendo tres mujeres para tratar de protegerse bajo el techo, sin embargo, el hombre joven señaló; —*¡Ya no caben señoras, vayan a otro lado!*

Alfredo se quedó mirando fijamente y con enojo al hombre joven. Dejó de llover y caminó hasta el *punto de encuentro*. En cuanto llegó les platicó a sus amigos lo sucedido.



Los jóvenes hicieron distintas reflexiones.



—*¡Qué mala onda ese señor!* —dijo Juanita—. *¿Y qué va a pasar con nuestra ciudad?, ¡tantos problemas que tiene!*

—*“Pos” está en chino* —dijo Alfredo— *al rato no vamos a caber, mejor hay que ir buscando por otro lado ¿no?*



—*Pues más bien hay que preguntarnos qué onda con nosotros ¿no?* —dijo Benjamín—.



—*¡Claro!* —comentó Adrián, que había estado muy atento escuchando las reflexiones de los muchachos—. *Nosotros formamos parte de la ciudad.*



Gabriel dijo:







—*Discúlpame que te interrumpa* —señaló Yolanda, que había estado muy callada—, *pero fíjense que ahorita que Gabriel decía esas cosas me acordé que John Lennon, tiene una canción muy bonita que se llama “Imagina” y hay un pedacito que dice así:*

**...Imagínate a toda la gente viviendo la vida en paz, tu puedes.**

**Tu puedes decir que soy un soñador pero yo siento que no soy el único.**

**Y espero que un día te nos unas.**

**Y el mundo será uno solo...**

—*¡Pues sí que está bonita!* —dijo Juanita—, —*cuando uno oye esas frases como que lo motivan a hacer cosas positivas y a soñar pero... con los pies en la tierra.*

Adrián retomó la discusión, señaló lo siguiente: —*Efectivamente, yo creo que hay mucha gente que piensa como Gabriel y que estaría dispuesta a luchar por un mundo mejor, y no esperar que las cosas simplemente sucedan. Si nos lo proponemos, las personas podemos lograr cambios; en nosotros y en el lugar donde vivimos.*



Adrián tomó nuevamente la palabra: —*Todos nosotros tenemos una serie de ideas, sueños, anhelos, aspiraciones o propósitos para realizar en un futuro, que puede ser próximo o lejano. Ésas son las expectativas y forman parte de las motivaciones para hacer tal o cual cosa. En resumen:*



**A las ideas acerca de lo que esperamos que suceda tanto en una situación actual como futura, lo deseemos o no, las llamamos expectativas.**

—Por cierto —agregó Adrián—, *nuestras expectativas personales no surgen como por encanto, son resultado de nuestras experiencias previas, de nuestras necesidades y deseos y son una importante fuerza motivadora que nos impulsa a actuar. Aparentemente puede ser difícil identificar, con claridad, cuáles son nuestras expectativas, pero no lo es tanto. Hagamos un ejercicio.*



Realiza en tu cuaderno de trabajo el ejercicio 11, **Historia de vida.**

Juanita dijo que a ella se le hacía muy difícil imaginarse a sí misma en un tiempo tan lejano. —*Pero sí puedo saber qué es lo que me gusta y no me gusta y partir de ahí para definir qué es lo que espero que suceda en cuanto a mí y a mis actividades actuales o futuras.*



—Así es —comentó Adrián— *a veces empezar por reconocer lo que nos agrada y lo que nos desagrada es un paso más para identificar a dónde queremos llegar. Pensemos ahora en nuestras expectativas laborales.*

*Para definir nuestras expectativas laborales —continuó— debemos tomar en cuenta varios aspectos: en primer lugar, la satisfacción de nuestras necesidades y motivaciones, seguido por los valores que poseemos y los objetivos que nos proponemos. Estos van a ser determinantes para saber cuál o cuáles caminos elegiremos en el terreno laboral. Enseguida debemos preguntarnos qué es lo que nos gustaría hacer y para eso realizaremos el ejercicio siguiente.*

Hazlo tú también.

### Mis expectativas

1. ¿En qué te gustaría trabajar?

2. ¿Por qué te gusta esa ocupación?

3. ¿Crees que cuentas con la experiencia, los conocimientos, habilidades, actitudes y valores necesarios para desempeñar ese trabajo?

Sí (    )    No (    )

Explica:

4. Si no cuentas con la experiencia, conocimientos, habilidades, actitudes y valores necesarios para desempeñar ese trabajo, ¿qué piensas hacer?

5. ¿Existe en tu localidad la posibilidad real de dedicarte a esa actividad laboral?

Sí (    )    No (    )    ¿Por qué?



Al terminar este ejercicio los muchachos intercambiaron comentarios. Juanita afirmó que es necesario seguir capacitándose: *—Yo por mi parte pienso seguir capacitándome, quiero estudiar contabilidad y computación, claro que después de terminar la secundaria.*

Alfredo les confesó que aún no tenía claro cuál podría ser una ocupación que le gustara en todos los sentidos. *—La “neta” —dijo— no sé qué hacer. Como que no veo claro el “rollo”.*

*—No te preocupes Alfredo —intervino Adrián— quizás todavía sea muy pronto para que sepas bien qué es lo que vas a hacer, todos tenemos dudas acerca de nuestro futuro y de nuestras capacidades, puede suceder incluso, que algunos de ustedes modifiquen sus expectativas cuando logren identificar sus habilidades, así como las posibilidades reales de trabajo que ofrece la localidad. Para entonces, es muy probable que su perspectiva o visión del futuro sea más amplia todavía y tengan un poco de más claridad al respecto. Así es que como decía el héroe de una vieja revista de historietas “serenidad y paciencia...”.*



*En los siguientes temas abordaremos aspectos que nos permitirán ir avanzando en el esclarecimiento de lo que podemos hacer en el terreno laboral. Continuemos.*

## 2. LO QUE PUEDO HACER

En el apartado anterior avanzamos en la definición de lo que queremos hacer, identificamos algunas de las motivaciones y expectativas que nos impulsan a actuar; ahora continuaremos nuestro camino en la búsqueda del reconocimiento de nuestras potencialidades y capacidades personales que podemos aprovechar para buscar y desarrollar un trabajo, es decir, definiremos, **¿qué podemos hacer?**

Una vez definidas cuáles son las habilidades y conocimientos con los que contamos, trabajaremos en la definición de **metas**. Esto quiere decir que, sabiendo quiénes somos, lo que queremos y lo que podemos hacer, estaremos en posibilidad de definir y planear nuestra búsqueda de trabajo.





## 2.1 Habilidades



La temporada de lluvias pasó rápido y los avisos de que el otoño se encontraba cerca se dejaron sentir. Las noches eran cada vez más frías y, durante varios días, el atardecer había sido testigo de un hermoso espectáculo: la luna en el horizonte, enorme, blanquísima, parecía una gran cara sonriente que protegía con su amable sonrisa a la ciudad entera.

Una tarde los jóvenes interrumpieron su sesión para verla. Asombrados ante la belleza de aquel fenómeno natural, permanecieron un buen rato fuera. Ese gesto colectivo los

había hecho sentirse todavía más unidos como grupo, como amigos, como hombres y mujeres con muchas cosas en común: la juventud; las aspiraciones; el ser habitantes de una ciudad con todos sus problemas y todas sus ventajas.

La mayoría vivía en la misma colonia o cerca de ahí. De alguna manera se habían dado cuenta de que compartían intereses y valores semejantes.

Esa noche, al término de la sesión, Yolanda y Benjamín se fueron caminando juntos. Platicaron de muchas cosas, algunas de las cuales no podemos saber aquí, sin embargo, en un momento de la conversación Benjamín habló sobre sus expectativas.

—Tú sabes —le dijo— que no estoy conforme con lo que hago ahora. Yo deseo hacer algo más, aprender un mejor oficio o estudiar una carrera que me permita darle cuerda a mis capacidades. Claro que eso último es “requete” difícil ¿no? Me falta mucho para eso.

Yolanda quiso darle ánimos y le dijo:

—Mira, no se vale darse por vencido, pues como dicen por ahí “no hay peor lucha que la que no se hace”. Fijate que una vez leí en una revista que en 1968 los jóvenes estudiantes de la ciudad de México pintaban en las paredes una frase que fue algo así como uno de sus principios, ponían: **“Seamos realistas, pidamos lo imposible”**. Para mí esa frase dice mucho y como que me “llega” en serio.

—Como siempre dice Adrián, yo creo que tú, yo y todos nosotros tenemos un montón de potencialidades, como tú mismo has dicho, capacidades probablemente ignoradas que, con trabajo y disciplina podremos desarrollar. Si a eso le sumamos el deseo de lograr algo, será más fácil.

Al día siguiente, Benjamín comentó a los muchachos lo que le había dicho Yolanda. Por supuesto todos dieron su punto de vista. Pronto aquello se convirtió en una polémica y Benjamín tomó las riendas del debate. Uno de los temas que más discusión provocó fue el de si, efectivamente, **todos tenemos o no capacidades** para desarrollar.



## El saber hacer



—Además de repartir volantes en el cruceo —dijo Alfredo— yo creo que no sé hacer nada, mis jefes dicen que no sirvo para nada, que soy un inútil. Por eso me fui el año pasado al otro “laredo” a la pizca de la manzana, porque me contaron mis cuates “qu’eso” era bien fácil, pero “noohombre” ya no me la acababa en ese “rollo”, estaba “cañón”, mejor me “retaché”.

Adrián le pidió a Alfredo que hiciera un ejercicio para valorar por sí mismo si sabía o no sabía hacer algo. El resto de los muchachos también lo realizó.

Menciona 5 actividades para las que tú consideres que eres bueno o que sabes hacer bien, puede ser cualquier actividad. Observa el ejemplo.

Yo soy bueno para...

Ejemplo: organizar equipos deportivos.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

Después de realizar esta actividad, los muchachos continuaron discutiendo si sabían hacer algo o no. Alfredo insistía en que no sabía hacer nada.

Gabriel pidió la palabra: —*Por muy jóvenes que nosotros seamos, a lo largo de nuestra vida, hemos aprendido a hacer distintas cosas. Son conocimientos y habilidades que ahí están, aunque en ocasiones no los veamos con claridad, pero si los reconocemos y los cultivamos, igual que se cultiva una planta, podemos lograr que se desarrollen.*



—*Sí, miren —continuó Adrián—, Alfredo hace unos dibujos en su cuaderno muy bonitos. Él tiene habilidades para el dibujo y si estudia algunas técnicas para dibujar mejor, es probable que pueda desarrollar más ese aspecto. Yolanda, quien todo el tiempo está participando y dando sus opiniones durante las sesiones, puede decirse que tiene habilidades para la expresión verbal*

*de sus ideas y más adelante, quizás pueda explotar esa cualidad para su desarrollo personal y cambiar de empleo, si lo desea.*



—*Estoy segura —agregó Yolanda— que **todos tenemos habilidades** para hacer bien muchas cosas y desarrollar un trabajo. Cuántas veces hemos tenido la sensación de ser buenos para algo especial y no lo logramos identificar sino hasta que lo ponemos en práctica.*

*Tú Juanita, por ejemplo, has dicho que luego le ayudas a tu mamá en el negocio de las tortas ¿no?*



Benjamín intervino, les dijo: —*Bueno todos ustedes han hablado mucho aquí de saber hacer y de habilidades ¿pero qué significa todo eso?, ¿podrían explicarlo en pocas palabras?*



## Habilidades

—*Veamos primero, **qué es una habilidad*** —dijo Adrián— *construyamos una definición entre todos.*

Tú puedes participar aportando tus ideas. Con tus palabras, escribe ¿qué es habilidad?

---

---

---

Cada uno de los jóvenes leyó su definición y Adrián escribió en el pizarrón la siguiente síntesis:

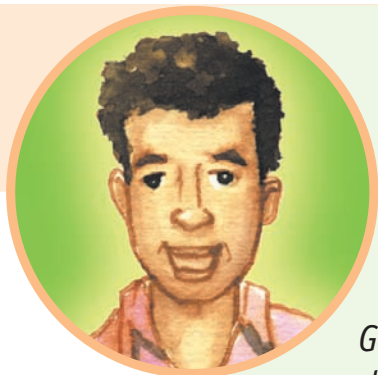
**Habilidad es la capacidad y disposición para realizar bien una tarea o resolver problemas. Lo que alguien ejecuta con destreza. Saber hacer bien algo.**

—*Antes de continuar con el tema, hagamos un ejercicio de observación* —les sugirió Adrián a los muchachos y los invitó a salir un rato a la calle para observar cómo realizaban su trabajo algunas personas.



Cerca de ahí encontraron un albañil trabajando en la construcción de los muros de una casa y, en la esquina de la avenida, vieron cómo un oficial dirigía el tránsito de vehículos. De regreso al *punto de encuentro* analizaron en conjunto qué es lo que hacían el albañil y el oficial, **con qué** herramientas, **cómo**, **para qué** lo hacían y qué **conocimientos** y **habilidades necesitaron** para hacerlo; con esa información elaboraron el siguiente cuadro:

Quién	Qué hace	Con qué lo hace	Cómo lo hace	Para qué lo hace	Qué necesita saber
Albañil	Construye la pared de una casa.	Ladrillos, mezcla y herramientas de albañilería.	Uniando ladrillos con mezcla.	Para edificar una casa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cálculos básicos y proporciones para hacer mezcla.</li> <li>- Medir.</li> <li>- Medidas de seguridad.</li> </ul>
Oficial de tránsito	Dirige el tráfico de vehículos.	Con el cuerpo, brazos, manos y un silbato.	Hace señas a los conductores de los vehículos.	Para controlar el tráfico y evitar accidentes de tránsito en el lugar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Código de vialidad.</li> <li>- Reglamento de tránsito.</li> <li>- Ser amable, respetuoso, etcétera.</li> </ul>



*Como ven —dijo Adrián—, las habilidades están presentes en todas las actividades que realizamos los seres humanos. Se requieren para la ejecución de cualquier tarea así se trate de actividades como pintar una pared o tejer una prenda de vestir, arreglar autos, hacer muebles, etcétera; o bien, otras como estudiar o realizar una investigación científica.*

*Generalmente las habilidades combinan ambas posibilidades, se requiere de inteligencia y destreza, por ejemplo, para cocinar, escribir, limpiar y un gran número de actividades más.*

*—Creo que ustedes están en lo cierto —dijo Yolanda— todos poseemos algunas habilidades que aplicamos en diferentes lugares o medios en los que nos desenvolvemos, ya sea en casa con la familia, en el trabajo o en la escuela y hasta en las diversiones. Sin embargo, una buena cantidad de ellas no las sabemos distinguir como tales, es decir, como habilidades; quizá nos parecen cosas sin importancia. Quisiera encontrar una manera para identificarlas y enterarnos bien de qué es lo que sabemos hacer.*



*—Para eso —comentó Adrián— debemos profundizar en la revisión de lo que nos gusta hacer. Realicemos un ejercicio.*





Desarrolla el ejercicio 12, *Mis habilidades* del cuaderno de trabajo.

Una vez que termines el ejercicio, compara las habilidades que acabas de identificar con las cinco que anotaste en el cuadro **Yo soy bueno para...** de este libro y contesta las preguntas siguientes:

1. ¿Son iguales?

---

2. ¿Cuáles son las más importantes?

---



---

3. ¿Cuáles de esas habilidades pueden serte útiles para desempeñar una actividad laboral?

---



---

Al terminar este análisis, Benjamín comentó que había reconocido que sus habilidades para la jardinería le habían proporcionado muchas satisfacciones, sobre todo cuando veía florecer sus jardines. Alfredo platicó con lujo de detalles cómo aprendió a pizcar manzanas sin que se maltrataran. Juanita por su parte describió las habilidades que aplicaba para hacerle las cuentas a su mamá.





—Por lo general, —explicó Adrián— las personas hacemos cosas para las cuales tenemos habilidades, es decir, las hacemos bien, con rapidez, calidad, precisión, etcétera, por ejemplo, es común escuchar que se diga de alguna persona que es buena para cantar, pintar o para las matemáticas. A lo largo de nuestra vida y a través de la aplicación de esas habilidades, las vamos desarrollando.

Como quiera que sea, las habilidades requieren ser practicadas de manera constante para lograr desarrollarlas y convertirlas en instrumentos útiles para nuestro beneficio.

Hasta ahora —agregó— únicamente hemos analizado nuestros puntos fuertes. Es necesario que revisemos también los puntos débiles para corregirlos. Repitamos el ejercicio anterior, sólo que en esta ocasión reflexionaremos sobre tres actividades o eventos que no sepamos realizar o no hayamos tenido resultados positivos y que creamos son importantes para nosotros.

Revisa tu experiencia y piensa en tres actividades o acontecimientos en donde no hayas obtenido resultados positivos, anótalos en los renglones:

1.

---

---

2.

---

---

3.

---

---

Reflexiona sobre lo que deberías haber hecho para que salieran bien y qué **habilidades necesitabas** para realizarlas eficazmente; enuméralas a continuación:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Identifica ahora, **tres habilidades que no tengas**, pero consideres que es importante desarrollar:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

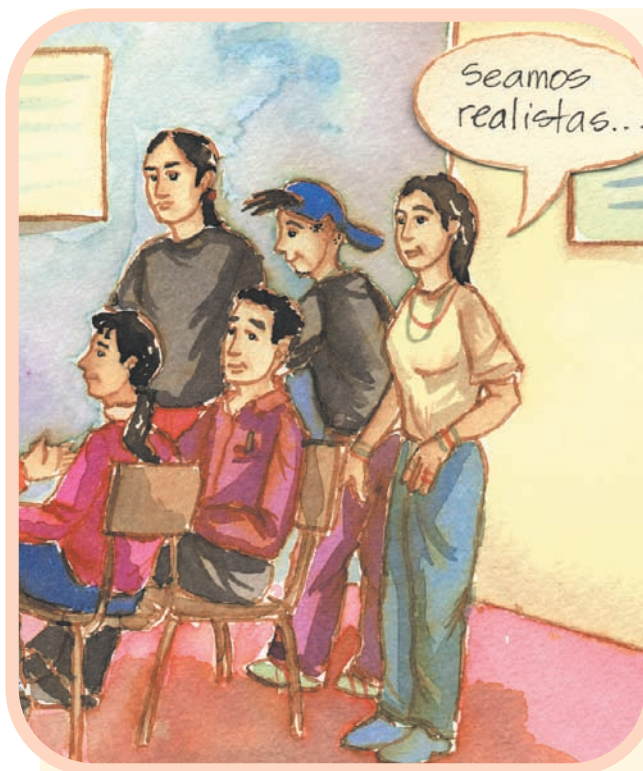
Al concluir el ejercicio Adrián dijo: —*Ésto nos da una idea de lo que no sabemos hacer bien, es decir, de **aquellas habilidades en las que debemos trabajar** para desarrollarlas mejor.*

*Recordemos que, identificar tanto nuestras fortalezas como nuestras debilidades, nos ayudará a mantener un autoconcepto equilibrado, lo cual favorece nuestra autoestima y también nos marca las pautas a seguir con el fin de reforzar o mejorar las habilidades que necesitamos para mantenernos en pleno uso de nuestras capacidades.*

—*Nuestras capacidades* —concluyó Adrián— *dependen tanto de las habilidades como de otros factores que ya hemos visto.*



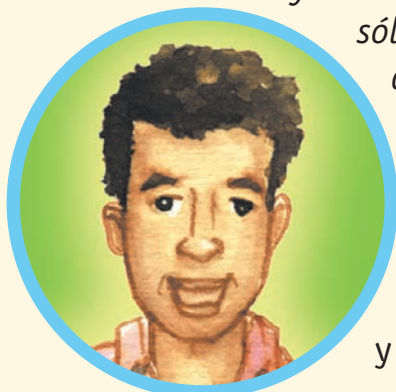




La sesión estaba por concluir, Juanita recordó algo: —Yolanda habló de una frase que decía algo así como “Seamos realistas, pidamos lo imposible”. Me parece rara y contradictoria. No lo entiendo bien.

—Esta frase —dijo Benjamín— según le entendí a Yolanda, se refiere a que, para llegar a donde queremos, debemos fijarnos metas o propósitos que, aunque nos parezcan muy lejanos y difíciles, podremos alcanzar, siempre y cuando trabajemos para ello.

—Esa idea no me parece tan lejana, —agregó Gabriel— a estas alturas del módulo, tenemos más claridad acerca **de qué es lo que queremos hacer** y sabemos **con qué contamos** para hacerlo, sólo nos resta ponernos metas. Una vez que lo hagamos podremos planear, es decir, pensar en lo que hay que hacer para lograr esos propósitos.



Para cerrar el tema, Adrián pidió a los muchachos que recapitularan sobre el asunto de las habilidades y realizaran la siguiente actividad.

Realízala tú también. Completa el texto del recuadro.

### Mis habilidades para el trabajo

Las habilidades que tengo y me pueden ser de utilidad para el trabajo son...

---

---

---

Las habilidades que no he desarrollado, pero me pueden ser de utilidad para el trabajo son..

---

---

---

Lo que debo hacer para desarrollar estas habilidades es...

---

---

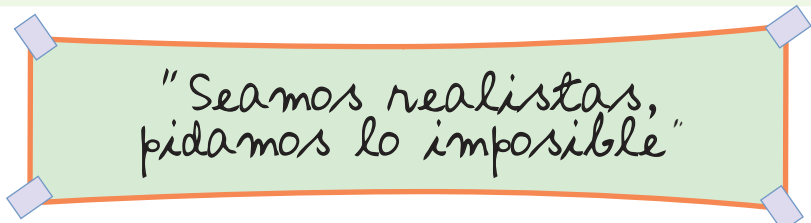
---

—Recuerden —concluyó Adrián—, que el factor decisivo es estar dispuestos a realizar el trabajo que se requiere para alcanzar las metas propuestas. A partir de la próxima sesión planearemos lo que queremos que sea nuestro futuro, basados en nuestras habilidades, así como en nuestras motivaciones, valores y expectativas que ya revisamos. Es decir definiremos: **nuestras metas**



## 2.2 Metas

Unos días después, Alfredo dibujó en una cartulina, con letras muy bonitas, el lema que habían discutido en el grupo. Esa frase quedó ahí, junto con otras que los muchachos habían colocado con anterioridad, "Seamos realistas, pidamos lo imposible", rezaba el letrero.



"Seamos realistas,  
pidamos lo imposible"

Sin duda, era una frase que les había causado una gran impresión debido al mensaje en apariencia contradictorio que contenía. Sin embargo, casi todos estuvieron de acuerdo en que, para mejorar su realidad actual, cualquier persona, grupo o nación, debía plantearse objetivos de cambio y transformación, por muy descabellados que parecieran.

—*El primer paso es el deseo, el **querer hacer*** —había dicho Yolanda—, *eso lo tenemos muy claro. Luego es el definir **¿qué es lo que puedo hacer?** y **¿cuándo lo voy a hacer?**, es decir, fijarse metas y plazos para lograrlo y, por supuesto trabajar muy duro para conseguirlo.*



Uno de esos días, cuando Adrián se disponía a iniciar la sesión, sacó de su mochila los libros que iba a utilizar esa tarde, una guía del asesor, libretas de apuntes y un folleto, cuyo título decía: **La importancia de establecer metas.**

Mientras realizaba esta tarea había comenzado a decirles que, si los temas anteriores habían sido muy interesantes por las ideas que aportaban acerca de nuestro interior, el tema de ese día sería igualmente importante.

—Viene a ser el complemento de lo que hemos visto hasta ahora, pues el ejercicio de establecer metas y objetivos a lograr, nos ayudará a darle sentido a nuestros actos. Dejaremos —enfaticó— de andar “a ciegas” por ahí sin saber qué y cuándo hacer.



Benjamín, que estaba muy atento a las palabras del asesor, lo interrumpió para comentar que esa mañana había escuchado en la grabadora una canción —ya viejita y muy conocida —dijo— pero hasta hoy me fijé en el contenido de su letra. Si quieren la leemos y luego me dicen su opinión.

Lee con detenimiento la letra de la canción, analiza y discute con amigos, compañeros, etcétera.

### ***Cuando seas grande***

*Soy un chico de la calle,  
camino en la ciudad con mi guitarra  
sin molestar a nadie.*

*Voy rompiendo cadenas.  
Estoy luchando contra la miseria  
y alguna que otra pena.*

*Pero pierdo el control,  
llego a casa y escucho tu voz,  
siempre la misma canción.*

*Nene, nene, dí ¿qué vas a hacer?  
Cuando seas grande:  
estrella de rocanrol,  
presidente de la nación,  
uoo, uoo,*



*Estoy casi condenado  
a tener éxito para no ser  
un perro fracasado.*

*Así, así me lo enseñaron.  
Generaciones tras generaciones  
marchan a mi lado.*

*Pero pierdo el control.  
Llego a casa y escucho tu voz  
siempre la misma canción.*

*Nene, nene, dí ¿qué vas a hacer?  
Cuando alguien apriete el botón,  
cuando alguien apriete el botón,  
uoo, uoo.*

*(Cuando seas grande, Miguel Mateos/ BMG ARABELLA MEXICO, S.A.)*



Enseguida contesta a las preguntas:

1. En tu opinión. ¿Cuál es el mensaje de la canción?

---

---

---

---

2. ¿Crees que lo que narra la canción tiene algo que ver contigo?

Sí ( ) No ( )

¿Por qué?

---

---



---

---

3. Agrega algunos otros comentarios que desees expresar acerca de la canción y discute con alguien más.

---

---

---

---

Durante un buen rato, los chavos del círculo discutieron sobre el mensaje de la canción. Realizar esta actividad les gustó bastante pues les dio oportunidad de reflexionar sobre una de las cosas que tienen en común: el gusto por la música. Hablaron de canciones y algunos de ellos se acordaron de letras con contenidos semejantes a la de *Cuando seas grande*.

Si recuerdas alguna canción cuya letra tenga un mensaje parecido, escríbela en el recuadro, compártela con tus amigos y por qué no, cántala con ellos.

Al cabo de un rato, Adrián retomó la palabra:



—El personaje de la canción de Miguel Mateos, es un chavo que vive al día tratando de sobrevivir a lo cotidiano: luchando contra la miseria, dice, y una que otra pena. Sin embargo, también le preocupa lo que suceda después. Él vive con el conflicto entre poner su atención en el presente o mirar hacia adelante. Entre hacer lo que a él le gusta o darle gusto a los demás. Ser él mismo o lo que los otros quieren que él sea. Algo parecido nos sucede a nosotros.

Cotidianamente debemos tomar decisiones al respecto de lo que queremos, hacemos y vamos a hacer después.

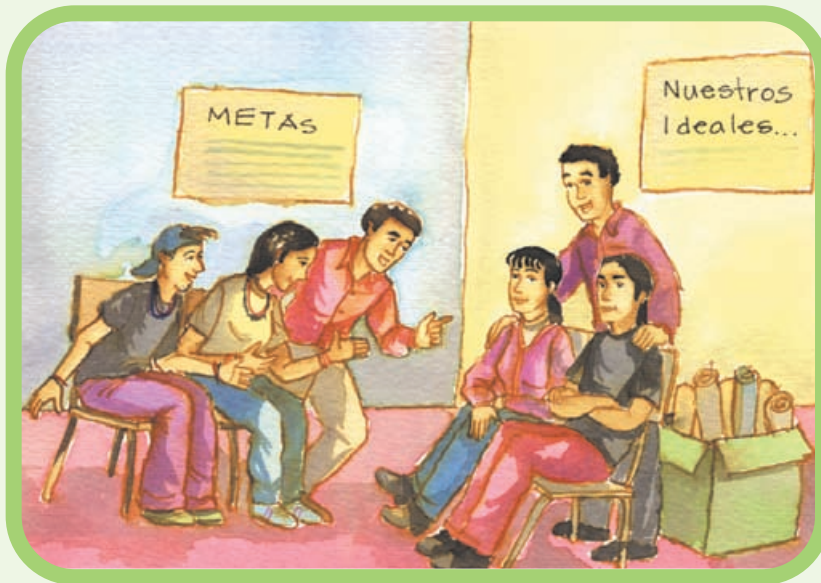
Afortunadamente —agregó— somos seres humanos y por tanto, racionales. Sentimos y también pensamos. Para decidir qué hacer, podemos elegir pues tenemos libertad para escoger lo que consideremos mejor para nosotros. Esa capacidad de elección, tal y como lo mencionamos antes, también nos hace responsables de nuestras acciones.

Reflexionemos ahora sobre aquellas personas que han logrado trascender o destacar en la historia. Muchas de ellas fueron hombres y mujeres que tuvieron, ante todo, claridad sobre qué era lo que querían para sí y para los demás, sabían de qué manera lograr sus propósitos y actuaron en consecuencia.

—Nosotros no somos héroes —dijo Juanita—.

—Tal vez no lo somos —comentó Yolanda—, pero sí podemos ser los protagonistas de nuestra propia historia. ¿Por qué no plantearnos objetivos o metas que satisfagan nuestras expectativas y luchar por ellas?





Adrián, mientras los muchachos expresaban sus ideas, estuvo observándolos con gran curiosidad. ¿Qué es lo que pensaba en esos momentos? No lo sabemos, pero era notoria la mirada de orgullo con que los veía. Probablemente recapacitaba en las transformaciones sufridas por ellos: ya no eran los mismos que llegaron al círculo de estudio meses atrás.

Ahora se veían más entusiastas y animados, sobre todo, más unidos y participativos. Ninguno quería quedarse atrás a la hora de opinar y expresar sus ideas. Igualmente, todos colaboraban para realizar las tareas, el clima era de respeto y armonía.



—Me parece —dijo Adrián—, que ha llegado el momento de reflexionar sobre nuestros objetivos y plantearnos metas para definir los planes a seguir. Veamos: ¿Ustedes creen que es importante ponernos metas y hacer planes?

Responde a la pregunta:

¿ Para mí es importante establecer metas y hacer planes?

Sí ( ) No ( ) ¿Por qué?

---

---

---

Comparte tu respuesta con tus amigos o familiares y discute con ellos.  
Escribe las conclusiones a que llegaron:

---

---

---

—*Pues bien* —prosiguió Adrián—, *tener una respuesta sobre esa interrogante es un paso indispensable para avanzar en nuestros planes.*

### ¿Cómo establecer metas?

—*Creo* —respondió Adrián—, *que ya estamos listos para reflexionar sobre nuestras metas. Hagamos un intento y pensemos en alguna meta en especial, algo que deseamos fervientemente y que tenga que ver con nuestras expectativas, intereses y valores en relación con la familia, los estudios o alguna actividad laboral. Realicemos el siguiente ejercicio.*



Realiza el ejercicio 13, ***Establecimiento de metas*** del cuaderno de trabajo.

Al terminar el ejercicio contesta:

¿Qué sucedería si yo alcanzara esa meta?

---



---



---

—¡Qué padre! —exclamó Alfredo—, yo creía que ponerme metas iba a ser más difícil, pero no fue así, ya hice un compromiso conmigo mismo, miren... —y mientras esto decía, mostraba en lo alto un papel que decía “Contrato conmigo mismo”, en donde había plasmado una de sus metas principales: terminar sus estudios de secundaria en un plazo no mayor de seis meses y la prepa en dos años.

—Bien —continuó Adrián—, siguiendo ese mismo proceso podemos fijarnos otras metas y llenar un cuadro que nos permita apreciarlas mejor.



Escribe en el esquema siguiente tres metas específicas para cada una de las áreas que se encuentran señaladas ahí. Piensa en metas a corto, mediano y largo plazo que incluyan tus expectativas de desarrollo personal, laboral, familiar, etcétera.



## CUADRO DE METAS

Área	Primera meta (corto plazo) menos de 1 año	Segunda meta (mediano plazo) de 1 a 5 años	Tercera meta (largo plazo) 5 a 10 años
Familia:			
Estudios:			
Trabajo:			
Otra:			

Al terminar el ejercicio Juanita mencionó que le había resultado muy fácil establecer metas ahora que entendía el procedimiento para hacerlo y que veía mejor cuáles eran sus necesidades y cómo satisfacerlas. Comentó que, sin embargo, no había llenado todas las casillas, en algunos aspectos aún no tenía claro qué es lo que iba a hacer. —Creo —dijo— *que debo esperar hasta tener más claridad sobre algunos asuntos.*



—Mira Juanita, —agregó el asesor— *no hay que preocuparse tanto por esto. Si sentimos que aún no estamos preparados para establecer algunos de nuestros propósitos, lo más recomendable es tomarlo con calma, no desesperarse, ante todo hay que echar a andar el plan recordando que nuestras capacidades crecerán en la medida que vayamos obteniendo las metas intermedias. Mientras más trabajemos para lograr las metas, mayores oportunidades se nos presentarán.*

Benjamín tenía una duda y levantó la mano para pedir la palabra. —*¿Y qué sucede —dijo— cuando nuestra forma de ver la vida cambia y nuestras metas también? Hago esta pregunta porque yo, hasta hace unos meses, tenía otras metas, ahora veo las cosas de distinta manera y me estoy poniendo nuevas metas. ¿Quién me dice que en un futuro no cambie mi manera de pensar?*



—Así es —respondió Adrián—, es probable que eso suceda y está bien, no hay de qué preocuparse. Las metas, con el paso del tiempo, puede ser que ya no correspondan con nuestras expectativas, entonces habrá que replantearlas. Lo importante es tener claro qué es lo que queremos hacer y no quedarse sin metas.



Adrián colocó una cartulina en la pared con las siguientes conclusiones:

### **METAS DE VIDA**

**Una meta es un objetivo, algo que deseamos alcanzar, una motivación, una aspiración.**

**Las metas de vida son personales y se puede o no querer compartirlas con los demás.**

**Cada uno debe proponer su propia meta, nadie más puede hacerlo porque sale del interior de la persona.**

**Las metas de vida no son fijas, se van modificando en la medida que se van alcanzando o las condiciones varían.**

**Otras veces se retrasan. En ese caso deben replantearse.**

Luego les pidió que analizaran el cuadro de metas e hicieran los ajustes necesarios.

Hazlo tú también, revisa tu *Cuadro de metas* y realiza los ajustes que consideres necesarios. Después escribe en el siguiente recuadro qué acciones necesitas llevar a cabo para cumplir tus metas.

Las acciones que debo realizar para cumplir con mis metas son...

Empty space for writing actions to achieve goals.



Ya para cerrar, Adrián les recordó que confiando en que las cosas se pueden realizar, si hacemos el esfuerzo necesario, actuando con iniciativa y aplicando la creatividad, nuestras posibilidades y alcances llegarán muy lejos.

*—Ponernos metas servirá para aclarar nuestras ideas respecto de la dirección que va a tomar nuestra vida. Fijar metas y luchar por ellas puede traer grandes recompensas, —señaló Adrián—.*

*—Más adelante —dijo— retomaremos las metas para elaborar nuestros planes.*

Con este pensamiento cerramos la primera parte de nuestro viaje, quizás la más profunda y difícil, la que realizamos hacia nuestro interior. En adelante nuestra preocupación tendrá como objetivo mirar hacia afuera, hacia nuestra comunidad y la importancia que, para el desenvolvimiento de los individuos y de las sociedades en general, tiene el trabajo como producto del esfuerzo y de la inteligencia humana.

En la siguiente unidad, revisaremos también las **posibles alternativas de trabajo** que nos ofrece nuestra comunidad, para identificar aquellas que puedan satisfacer nuestras expectativas y que sean acordes con nuestras capacidades.



Para valorar tus aprendizajes, responde el apartado **Recordemos lo aprendido** y llena la hoja **¿Qué aprendí y para qué me sirve?**



**RECORDEMOS LO APRENDIDO**

Resuelve las interrogantes.

1. ¿Por qué es importante reconocer las **motivaciones** para identificar lo que uno quiere hacer?

---

---

---

---

2. ¿Qué le recomendarías a una persona para que lograra definir sus **expectativas**? Revisa el subtema.

---

---

---

---

---

---

3. ¿Qué pasos o sugerencias le recomendarías a un joven para que identificara sus **habilidades**? Revisa el subtema.

---

---

---

---

---

---

---

4. Escribe tres acciones para alcanzar tus **metas**.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Reflexión de mi persona

¿En qué he mejorado como persona?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Me valoro mejor ahora?

Sí (    )

No (    )

No sé (    )

Explica:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Han mejorado mis actitudes ahora?

Sí ( )

No ( )

No sé ( )

Explica:

---

---

---

---

¿Siento que han mejorado mis relaciones con los demás?

Sí ( )

No ( )

No sé ( )

Explica:

---

---

---

---

¿Me comunico mejor ahora?

Sí ( )

No ( )

No sé ( )

Explica:

---

---

---

---

Si se te dificulta alguna pregunta, regresa nuevamente a tu libro y trata de resolverla. Llena la hoja *¿Qué aprendí y para qué me sirve?* Comenta con el asesor tus dudas y respuestas.



## ¿QUÉ APRENDÍ Y PARA QUÉ ME SIRVE?

Para que valores lo que has aprendido y si te ha sido de utilidad, en esta parte te sugerimos que marques con una paloma los contenidos que consideres necesario repasar. En la segunda parte contesta lo que se te pide:

Contenidos	Debo repasar
Motivaciones	
Expectativas	
Habilidades	
Metas	

¿Qué aprendí en esta unidad?

---



---



---

¿Para qué me ha servido lo que aprendí en esta unidad?

---



---



---

¿Qué dudas tengo?

---



---



---



Para revisar con el asesor:

A large yellow rounded rectangle containing a vertical blue bar on the left side and horizontal lines for writing. The lines are evenly spaced and extend across the width of the rectangle, providing a space for notes or a checklist.

# Unidad

# 3

## ¿Qué onda con el trabajo?

### 1. El trabajo

- 1.1 El trabajo es útil
- 1.2 Trabajo y desarrollo personal
- 1.3 Actitudes y valores en el trabajo

### 2. Los jóvenes y las opciones de empleo

- 2.1 ¿Hay opciones para los jóvenes?
- 2.2 Necesidades y opciones en mi comunidad
- 2.3 Empleo y autoempleo
- 2.4 Elige tu ruta

### Recordemos lo aprendido

### Qué aprendí y para qué me sirve

### Glosario







## ¿QUÉ ONDA CON EL TRABAJO?

Durante el estudio de este módulo, hemos aprendido, entre otras cosas, a reconocernos y a distinguir lo que queremos y podemos hacer, así como hasta dónde queremos llegar y lo que nos gustaría hacer de nuestra vida, particularmente en el ámbito laboral.

En esta unidad, analizaremos el trabajo como uno de los mejores vehículos para lograr nuestra realización como individuos y como miembros de una comunidad.

También investigaremos en cuáles ocupaciones podríamos desarrollar habilidades y contribuir a satisfacer las necesidades de la comunidad. Veremos que, contribuyendo a satisfacer las necesidades de la comunidad, podemos resolver las nuestras. Por último, hablaremos del **empleo** y del **autoempleo**, sus ventajas y desventajas.

### 1. EL TRABAJO

El trabajo es una actividad vital. Con el trabajo ponemos en movimiento nuestra energía y nuestra inteligencia para transformar la naturaleza en nuestro provecho y, al hacerlo, adquirimos y desarrollamos habilidades y conocimientos que nos ayudan a crecer y madurar como personas.

También, en el trabajo compartimos ideales e ideas con las personas que nos rodean, nos relacionamos y creamos lazos de amistad con los demás.

Por ello revisaremos en este tema lo que es el trabajo y el trabajo como desarrollo personal.



## 1.1 El trabajo es útil

Disfrutar la música es una de las actividades que más gusta a los muchachos del círculo. Se les volvió costumbre dedicar un día a la semana para escuchar música y comentarla. Gabriel resultó un excelente compositor de canciones, además tocaba la guitarra y podía acompañarse muy bien. Juanita tenía una aptitud natural para componer letras graciosas y divertidas. Alfredo y Yolanda, por su parte, tampoco “cantaban mal las rancheras”.



Esa rutina semanal les procuraba un espacio para la convivencia. Se la pasaban muy a gusto, sin embargo, a veces alguno se entristecía pensando que esa convivencia se iba a terminar un día no muy lejano.

Una tarde, Benjamín les comentó: *Es casi seguro que cuando se acabe este módulo, cada uno de nosotros tome rumbos distintos, entonces se acabarán estos ratos felices.*





—¡Ay tú! —reaccionó Juanita—, *que terminemos nuestro compromiso aquí, no quiere decir que rompamos nuestra amistad. Yo los quisiera seguir viendo y que seamos amigos mucho tiempo.*

—Yo también —dijo Alfredo—, *y los demás estuvieron de acuerdo.*

Yolanda comentó que aunque cada uno tendrá distinto trabajo, siempre podrán encontrar la manera de verse.



—Además, —dijo—, *la razón de que estemos aquí es prepararnos para encontrar un trabajo apropiado y satisfactorio para nosotros.*

—Es cierto —confirmó Benjamín—, *todos queremos trabajar, por eso estamos aquí.*



Adrián interrumpió la charla de los muchachos y muchachas:

—*Sus palabras me recuerdan que hoy debemos iniciar un nuevo tema, el del trabajo.* Una vez que los jóvenes estuvieron preparados, Adrián comenzó diciendo:

—*Todos tenemos la necesidad de trabajar; por medio del trabajo satisfacemos gran parte de nuestras necesidades: de vestido, comida, recreación, diversión y expresamos nuestras capacidades personales. El trabajo es una actividad humana indispensable para sobrevivir.*

Yolanda opinó que el ser humano por medio del **trabajo ha transformado la naturaleza**, ha desarrollado su inteligencia, y creado muchas cosas, desde la rueda, el fuego, grandes monumentos y obras de arte.





Benjamín dijo que debemos ver al trabajo como un medio de **desarrollo del conocimiento**, por ejemplo, las vacunas, la electricidad y hasta cosas de ciencia ficción.

Juanita comentó que el trabajo permite a las personas desarrollar habilidades y conocimientos, —*por ejemplo, —dijo— un albañil sabe cómo hacer su trabajo, lo hace bien y con rapidez. Un vendedor conoce su mercancía, su mercado y cómo obtener ganancias.*



—*Creo —añadió Gabriel—, que todos trabajamos, al hacer cosas útiles para nosotros y los demás, por ejemplo, en la casa aunque no nos paguen, estamos trabajando porque realizamos algo que es necesario y útil para la familia y para toda la sociedad.*

—*Así es —continuó Adrián— el trabajo de unos, ayuda a satisfacer las necesidades de otros y las propias. Es por eso que existen tantas y tan variadas ocupaciones. Ahora —les dijo— lean la siguiente definición:*

**El trabajo es la acción del hombre para transformar la naturaleza, obteniendo la producción de un bien, objeto o servicio que satisface una necesidad socialmente útil y permite al hombre su realización personal.**

—*Y después cada quien construye una definición —Propuso Yolanda.*

Ahora escribe tu definición

*El trabajo es:*

—Con nuestra definición —comentó Yolanda—, podemos observar que el trabajo es muy importante para nosotros y para todos; miren —continuó— hice un resumen, a ver qué opinan:

Toda persona ha realizado o realiza algún tipo de trabajo, entendido éste como toda actividad física o intelectual con el objetivo de producir un bien o servicio útil para la sociedad. Diariamente hacemos actividades que son necesarias para nosotros o para alguien más, por ejemplo, arreglar algo descompuesto, sacar adelante un trabajo de oficina, de una fábrica vender o comerciar productos, esto nos ayuda a adquirir y mejorar habilidades y conocimientos.

La capacidad para trabajar y desenvolverse, se adquiere, fortalece y enriquece constantemente. Por eso es importante, **para nuestro desarrollo como personas**, seguir capacitándonos y estudiando, ya que esto nos da mayores posibilidades para encontrar un trabajo o emprender un negocio u oficio que satisfaga nuestras necesidades.

—Los demás le echaron porras y Adrián exclamó, —¡Hey, no coman ansias! Eso lo veremos en la próxima.



## 1.2 Trabajo y desarrollo personal

Alfredo y Juanita acostumbraban caminar juntos, desde la esquina de Independencia y Libertad hasta el *punto de encuentro*. En el trayecto les dio tiempo para platicar sobre el nuevo empleo de Juanita en el supermercado.



—*Qué... ¿no es muy difícil tu trabajo?* —preguntó Alfredo a Juanita.

—*Soy cajera,* —respondió Juanita— *entro a las nueve de la mañana y salgo a las cinco de la tarde. Casi todo el tiempo estoy frente a una caja registradora y cobro la mercancía que compran los clientes.*

Caray —dijo Alfredo—, *pero... ¿no es difícil?*

¡Claro que no! —contestó Juanita— *no es un trabajo sencillo, pero antes de empezar me dieron un curso de capacitación en el uso de las cajas y algunas otras cosas muy interesantes.*

Además, —continuó Juanita— *estoy viendo que es un trabajo donde hay posibilidades para superarme y si me preparo un poco más, subir de puesto y ganar más. Es un trabajo que me gusta.*

—¡Qué padre!, *“buenísima onda”* —dijo Alfredo— *eso de tener un trabajo que te gusta. Me “cae” que a mí también me gusta eso de andar repartiendo propaganda en los cruceros, pero a veces me canso; tiene sus lados buenos, claro, gracias a ese trabajo he conocido casi toda la ciudad, pero como que ya quiero otra cosa que sea más segura y que me deje tiempo libre.*

—*¿Tú quieres estudiar, no?*

—*Sí, pero también debo hacer algo más para sentirme totalmente a gusto. Deseo encontrar un trabajo que me sirva para pagarme los estudios.*

—Alfredo y Juanita llegaron al círculo de estudio y siguieron platicando.



En cuanto llegó Adrián, le platicaron el tema de su charla y le recordaron que a propósito, ese día tenían que hablar sobre el **trabajo como desarrollo personal**.

—*Está bien*— dijo Adrián—, *vamos a abordar el tema, ¿todos estamos listos? Iniciemos con una actividad.*



Realiza el ejercicio 14, **La escalera personal** de tu cuaderno de trabajo.

Después de realizar el ejercicio, Adrián sugirió que dieran respuesta a unas preguntas.

Contéstalas tú también.

1. En el ejercicio anterior, el conocido con el que charlaste ¿en qué mejoró como persona?

---

---

---

2. ¿Qué hizo para mejorar?

---

---

---

3. En este caso, ¿el trabajo es una forma de desarrollo personal?

Sí (    )      No (    )

A los muchachos les parecieron difíciles las preguntas.



—¡Órale! —dijo Benjamín—, *no es fácil describir en qué se mejora como persona.*

—Bueno, tampoco es tan difícil —dijo Yolanda—, *sobre todo si lo vives.*

*Por ejemplo, en la situación de Juanita, —comentó Adrián— ella logró obtener este empleo, gracias a que cuenta con una serie de conocimientos básicos, por ejemplo sumar, restar, multiplicar y dividir, además de conocer bien el uso de la moneda. Por otra parte, posee habilidades suficientes para aprender el manejo de la registradora y otras máquinas que requiere para su puesto. Ahí, Juanita encontró el lugar donde inicialmente las puede desarrollar.*

—¡Pero no sólo eso! —indicó Juanita—, **también aprendo nuevas cosas, me relaciono** y tengo oportunidad de **capacitarme**, y eso me hace ser mejor como persona.

—Sí, además tienes el dinero que ganas y un trabajo seguro,  
—comentó Gabriel, que había estado muy callado. Después dijo:—  
—Bueno, ¿y no podríamos hablar ahora de nuestras experiencias?

—¡Claro, claro! Vamos a hacer un ejercicio —exclamó Adrián—, en donde deben tener en cuenta tanto sus habilidades como sus debilidades. Veamos.

Escribe en la columna *Trabajo* dos actividades laborales que tú hayas realizado o te gustaría desarrollar, ya sea como empleado o como trabajador por tu cuenta.

Enseguida escribe los beneficios que aportan para ti, sigue el ejemplo.

Trabajo	Beneficios para mi persona
Cajera de un supermercado.	<p>Sueldo que ayuda a cubrir mis necesidades.</p> <p>Opciones de capacitación.</p> <p>Posibilidad de subir de puesto.</p>

Adrián y los muchachos comentaron sobre los beneficios que aporta el trabajo. Yolanda comentó que cada individuo tiene el derecho de encontrar una actividad que proporcione lo necesario para vivir, que le permita desarrollarse y colaborar con el bienestar propio y de los demás.



—Para mí, —expresó Benjamín— *eso está claro, mi trabajo como jardinero me aporta beneficios, aunque no me pagan muy bien, aprendo más sobre el oficio; estoy pensando en capacitarme y, más adelante, poner un negocio de jardinería.*

—A eso se le llama **actitud positiva** —señaló Adrián—, *es necesario ver más allá y capacitarse más y mejor; así como mantener **actitudes** y **aplicar** valores que nos permitan crecer y desarrollarnos como personas. El trabajo es una buena oportunidad para ello.*



### 1.3 Actitudes y valores en el trabajo

*De las actitudes —continuó el asesor— hemos hablado en otras ocasiones. Recordemos que es indispensable mantener actitudes que nos ayuden a fortalecer la autoestima y mejorar nuestras relaciones con los demás. Asimismo, las actitudes positivas hacia el trabajo nos ayudarán no sólo a permanecer en una posición, sino más que todo, a desarrollar ese trabajo con eficiencia y, en consecuencia, a desarrollarnos, crecer y superarnos.*

*También en el trabajo van a influir nuestros valores. Tomemos el ejemplo de Juanita; ella posee una serie de valores que repercuten en su desempeño laboral. Juanita es honesta, responsable y cumplida, cualidades que para ella son valores significativos de su persona. Muestra también actitudes positivas como son la amabilidad y disposición a colaborar. Esto en conjunto, favorece su trabajo y la hace competente.*



Observa las ilustraciones y relaciónalas por medio de una línea con las actitudes y valores de la derecha, que **no se cumplen**. Puedes relacionar cada ilustración con más de una actitud.



Actitudes y valores

Puntualidad



Disciplina

Atención



Responsabilidad

Cuidado

Amabilidad



Colaboración

Cualquier actividad laboral exige la aplicación de actitudes y valores acordes con la naturaleza misma de la actividad. Reflexionemos sobre lo que hemos visto. Hagamos ahora un ejercicio relacionado con nuestra persona.

Supongamos que el día de mañana entras a trabajar a un lugar en donde son muy exigentes **en todo**. Reflexiona y escribe las actitudes y valores más importantes que debes mostrar en tu trabajo y la forma en que las expresarías. Sigue el ejemplo.

1.	Puntualidad	Llegar siempre temprano al trabajo.
2.		
3.		
4.		
5.		

Adrián indicó a los jóvenes que realizaran enseguida un análisis de las actitudes y valores que han aplicado ellos mismos al desempeñar ciertos trabajos, o cualquier actividad productiva.

Los jóvenes intercambiaron sus respuestas y comentaron acerca de la importancia de las actitudes y valores en el trabajo.



Adrián les dijo: —*Recuerden que las actitudes y valores surgen de nosotros mismos, de nuestras convicciones, intereses, creencias y experiencias; que las actitudes y los valores positivos son importantes para desarrollar nuestras potencialidades en el trabajo.*

—*Pero, a veces nuestras actitudes positivas son obstaculizadas por las actitudes negativas de otros. Las actitudes positivas en el trabajo tienen que ser compartidas por los compañeros y jefes.* —dijo Yolanda.



—*En efecto* —opinó Adrián—, *imaginemos a nuestro país como una nave donde cada uno de nosotros forma parte de la tripulación y tiene a su cargo un trabajo.*

¿Cuál trabajo desempeñas tú en esta nave?

---



---

¿Qué otro trabajo te gustaría desempeñar?

---



---

¿Qué pasaría si varias personas de la tripulación no desempeñarían su función o lo hicieran mal?

---



---

Luego de escribir sus respuestas, Juanita concluyó: —*Las actitudes positivas tienen mucho que ver con la consciencia que tenemos del lugar que ocupa nuestro trabajo, en colaborar, ser responsables y respetuosos de los intereses y tiempo de los demás, es útil para tener buenos resultados.*



Ya para terminar la sesión, Alfredo comentó: —*Ahora comprendo mejor por qué es necesario el trabajo del agricultor, del maestro, del empleado, del obrero, del vendedor. Cada uno aporta un grano de arena para satisfacer las necesidades de la sociedad en su conjunto.*

Benjamín, por su parte, comentó: —*Me di cuenta de que para mejorar a través del trabajo, es necesario capacitarse, tener actitudes y valores positivos, estar dispuesto a ayudar a los demás. Estoy seguro de que con mi trabajo mi comunidad puede progresar y yo también.*

—*Tus intenciones son buenas, Benjamín* —comentó Adrián—*ojalá que en un futuro logres tus propósitos. Para eso, tú sabes que debes trabajar duro.*



## 2. LOS JÓVENES Y LAS OPCIONES DE EMPLEO

Lo que hemos visto hasta ahora nos será de utilidad para localizar las ocupaciones más comunes en nuestra comunidad con el fin de valorarlas como posibles fuentes de empleo.

También conoceremos algunos procedimientos útiles para identificar o reconocer las necesidades de bienes y servicios que existen en nuestra comunidad, para orientar nuestras intenciones de implementar algún **negocio propio** o **servicio profesional** que responda a lo que hace falta en la comunidad y que satisfaga nuestras aspiraciones.

Por tal motivo, analizaremos, de manera general, algunas ideas acerca del **empleo** y del **autoempleo**.

Iniciemos con el análisis de lo que llamaremos el mercado ocupacional.

### 2.1 ¿Hay opciones para los jóvenes?

El trabajo, su utilidad y el desarrollo personal, despertaron muchas inquietudes entre los muchachos del círculo de estudio, precisamente el asunto más importante para ellos en este momento es qué opciones tienen en su localidad para obtener un trabajo en el que logren un desarrollo personal satisfactorio.

#### Indaguemos las opciones.

Adrián encontró en plena discusión a los muchachos. Escuchó a Benjamín decir con firmeza: —*En esta ciudad hay muy pocas oportunidades para los jóvenes*—. Alfredo y Gabriel movieron la cabeza en señal de asentimiento.



Adrián intervino en la conversación.

—*Efectivamente las opciones de trabajo son mayores para algunas personas y son difíciles para otras. A veces influye la edad, pero también la capacidad, experiencia, preparación y las actitudes.*

*¿Creen que sería importante que averiguáramos cuáles son las opciones de trabajo para las personas en nuestra comunidad?*

A todos les pareció buena idea y Adrián propuso una actividad.



Realízala con ellos, en el ejercicio 15, **¿Hay o no hay?** del cuaderno de trabajo.



La actividad fue realizada de varias formas. Yolanda y Juanita preguntaron en sus trabajos, Alfredo preguntó a los cuates del barrio, Gabriel y Benjamín consultaron el periódico.

—*Bueno* —dijo Adrián—, *veamos cómo nos fue con la información que juntaron, contestemos las siguientes preguntas.*

Hazlo tú también.

¿Hay oportunidades de trabajo para los jóvenes? Cruza con un tache.

Sí hay

No hay

Más o menos

¿Sólo a los jóvenes se les dificulta conseguir opciones de empleo?  
Explica.

---

---

---

## Ocupaciones y opciones

El grupo consideró muy interesante el ejercicio anterior y opinó que era necesario reflexionar sobre otros aspectos a partir de él.

Alfredo comentó, —*Lo que me dijeron mis cuates, es que las “chambas” que han visto son casi siempre de obreros generales y poco “billete”, aunque bueno, no exigen muchos estudios ni experiencia.*



Gabriel estuvo de acuerdo, pero Yolanda señaló; —*no, no, en la fábrica de embutidos donde trabajo, también se solicitan jóvenes que sepan de electricidad, plomería, mecánica, almacén y otros oficios; y no pagan tan mal.*



Adrián continuó: —*Todas estas chambas que ustedes identificaron, y muchas más, pertenecen a las actividades económicas que predominan en nuestra comunidad, y así ocurre en todo el país; unas actividades predominan sobre otras. Y es en las actividades predominantes, donde se dan más opciones de empleo.*

—*A ver, a ver, no me quedó muy claro,* —intervino Gabriel.

—*Vayamos entonces por partes* —dijo Adrián—, *veamos primero el asunto de los **sectores económicos**.*



Luego, les mostré una cartulina con el siguiente contenido:



(1)



(2)



(3)

Describe lo que ves en las ilustraciones.

En la primera:

---

---

---

En la segunda:

---

---

---

En la tercera:

---

---

---

Adrián les regaló unas tarjetas con una explicación de lo que son los sectores económicos, de acuerdo a las ilustraciones para que las leyeran. Estas son las tarjetas:

**1a. Ilustración:** Corresponde al **sector primario** o actividades primarias.

Este sector está directamente relacionado con la naturaleza. Mediante este tipo de actividades se obtienen varios productos y materias necesarias e indispensables para la vida como: cereales, fruta, carne, madera, fibras naturales, verdura, etcétera. Abarca todas las actividades agrícolas, la explotación de los bosques, la ganadería y la pesca.

**2a. Ilustración:** Corresponde al **sector secundario** o actividades secundarias.

Son aquellas actividades que están relacionadas con la industria. Caben aquí industrias como la del acero, cemento, alimenticias, etcétera, y también la elaboración de productos manufacturados. La transformación del petróleo en diversos artículos y la generación de energía eléctrica, son algunos ejemplos.

**3a. Ilustración:** Corresponde al **sector terciario** o actividades de comercio y servicio.

Se relaciona con todas aquellas actividades cuyo producto no es un bien físico o que se consume al momento de realizarse. Incluye, por ejemplo, servicio de transporte, de comunicación, los servicios de salud, etcétera.

—Si les interesa saber más acerca de este tema —dijo Adrián—, pueden consultar el folleto **México, nuestro país**, de la serie **Educación para la vida**, del INEA.

Luego de este comentario, Adrián continuó la sesión: —Hay lugares donde predominan las actividades primarias, en otras, en cambio, hay más industria de la transformación o bien, de servicios; en fin, la diversidad es el factor que prevalece en nuestra nación. Preguntémosnos ahora ¿cuáles son las actividades económicas que existen en nuestra comunidad?



J. Guadalupe Pérez / La jornada

Anota en la columna de la derecha, cuáles son las actividades que existen en tu comunidad.

Yo vivo en: \_\_\_\_\_ ,  
 estado de: \_\_\_\_\_.

Las principales actividades económicas de mi comunidad son:

Sector económico	Actividades
Sector primario	

Sector industrial	
Servicios	

De acuerdo a tus reflexiones, ¿cuáles son las **cinco actividades** económicas más importantes en tu localidad?

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_

Benjamín, al terminar su cuadro se rascó la cabeza y dijo: —Bueno, bueno, pero esto ¿qué tiene que ver con nosotros y las opciones de empleo?

¿Cómo que qué mi buen? —dijo Alfredo—, o sea, que en las actividades más **importantes**, es donde hay más “chance” de encontrar trabajo.

—Sí claro, en los sectores económicos con mayor desarrollo, se producen más opciones de empleo —señaló Adrián—. Sin embargo, en cada actividad podemos encontrar muchas ocupaciones.

—Pues, ¿qué tal si lo vemos más en directo? —propuso Benjamín.

—Está bien, —dijo Adrián—, realicemos algunas labores de investigación en nuestra comunidad para enterarnos de cuáles son las ocupaciones que existen en ella, así como los rasgos que las caracterizan.

### Ocupaciones en mi comunidad

Se levantó Benjamín y se dirigió al grupo: —Yo propongo que entrevistemos, ayudándonos de cuestionarios, a varias personas que se dediquen a diferentes ocupaciones para tener una idea de las actividades productivas que existen en la localidad.

Los muchachos estuvieron de acuerdo y por medio de una lluvia de ideas, elaboraron un cuadro para captar los datos más importantes de posibles fuentes de trabajo.





Una vez que los muchachos captaron los datos, se reunieron con Adrián y en grupo, dibujaron en una cartulina un esquema para organizar la información que habían recabado.



Con la información que obtuviste en tu comunidad llena el cuadro. Sigue el ejemplo.

Empresa, negocio o actividad	Descripción de la actividad	Bien o servicio que produce	Puestos	Número de trabajadores
Embutidos mexicanos.	Procesamiento de carnes para la elaboración de embutidos.	Jamón, salchicha, queso de puerco, salami, etcétera.	Almacenista, cortadores, medidores, empacadores, supervisores, electricistas, mecánicos, oficinistas, etcétera.	40

Si requieres más espacio, utiliza tu cuaderno.

De la información que acabas de obtener, señala si alguno de los puestos o habilidades significan una opción de desarrollo personal para tí.

---

---

---

---

—¿Ya ven? —dijo Juanita—, *dentro de un mismo trabajo, puede haber distintos tipos de “chambas”.*

—Sí, —dijo Benjamin—, *pero una cosa es que haya muchos puestos y otra que necesiten gente..*

—En efecto, —comentó Adrián—, *pero estos elementos nos sirven para orientarnos, para ver por dónde anda la cosa. Claro que requerimos ser más precisos, necesitamos ver la segunda parte que consiste en obtener información en instituciones especializadas. ¿A dónde creen ustedes que podemos acudir?*



Para ello realizaremos la siguiente actividad.



Busca el ejercicio 16, ***Ocupaciones en mi comunidad*** del cuaderno de trabajo.

De acuerdo con la información que obtuviste, contesta las siguientes preguntas:

1. La ocupación que consideraste una posible opción, ¿se encuentra entre las 10 más solicitadas?

Sí (    )            No (    )

2. ¿A qué crees que se debe?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3. De acuerdo a tus habilidades y expectativas laborales, ¿cuál o cuáles de estas ocupaciones que investigamos representarían para ti opciones de desarrollo personal?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 2.3 Necesidades y opciones en mi comunidad

—Cuando pensamos en una actividad por nuestra cuenta, —dijo Adrián, es importante considerar lo que la gente necesita para poder ofrecer nuestro trabajo con perspectiva de éxito. Las preguntas clave aquí pueden ser:

*¿Qué necesidades se pueden cubrir con mi trabajo?*

*¿Quién necesita lo que yo sé hacer?*

—A mi, por ejemplo —dijo Benjamín—, me interesa ofrecer servicios por mi cuenta, pero no tengo claro dónde, a lo mejor en unos edificios que he visto por ahí...



### Investigación de necesidades

—A ver Benjamín, —dijo Adrián—, con lo que acabas de decir, estás planteando justamente la primera pregunta, es decir, **¿quién necesita en mi comunidad lo que yo sé hacer?** Tratemos de darle respuesta entre todos.

—¡Ah! Pues la tienes fácil —dijo Alfredo—, en todos los lugares donde hay jardines necesitan lo que tú sabes hacer: las casas, las escuelas, los parques, los fraccionamientos...

—Incluso donde no hay jardines, —dijo Juanita—, porque tú podrías ponérselos.

—Hasta podrías poner un vivero para cultivar y vender plantitas, —señaló Yolanda.

—¿Ya ven cómo se van abriendo las opciones? Realicen un ejercicio similar al de Benjamín para encontrar las posibles opciones de ocupación. —sugirió Adrián.



Hazlo tú también, ve a tu cuaderno de trabajo y realiza el ejercicio 17, **¿Quién necesita lo que hago?**

Una vez que terminaron el ejercicio, analizaron entre todos lo que cada quién había hecho. A Yolanda le pareció muy buena idea esto de revisar y enriquecer los resultados de cada quien, pues de esa forma se fortalecen los lazos entre el grupo y todos aprenden de todos.

—Sí, —dijo Adrián—, *de hecho es una técnica de aprendizaje.*

—Yo —dijo Alfredo—, *descubrí que le puedo entrar al rollo de la rotulación en una empresa o haciendo volantes y anuncios por mi cuenta para los negocios de la zona. Hay muchos que no se hacen propaganda.*



Juanita escribió opciones en comercios, bancos y de recepcionista; Yolanda pensó en trabajos escolares en sus ratos libres, auxiliar o técnico administrativo y hasta colaborar con Alfredo en el diseño de propaganda comercial.

Entre todos hicieron la conclusión de este ejercicio y la escribieron en una cartulina:

**Lo que hacemos es necesario para muchas personas, pero hay que saber buscar más allá de lo inmediato. Nuestro trabajo es útil para la sociedad.**

—¿Qué tal un cafecito o un chocolatito bien caliente para celebrar nuestras conclusiones y quitarnos el frío?—propuso Juanita.

—¡Ándale, sí! ¿Dónde lo vamos a comprar? —repuso Alfredo irónico—. *Aquí ni un café, ni un puestito siquiera.*

—Sí, es cierto ¿verdad? —secundó Yolanda.





Adrián intervino para relacionar la charla con el tema. —*Pues esto que comentan, tiene que ver con la segunda pregunta que mencionamos hace rato. Es el otro lado de la moneda: ¿qué necesidades se pueden cubrir con mi trabajo?*

A propósito de que no existen establecimientos, hagamos un ejercicio rápido de memoria y recordemos algunos bienes y servicios de los que se carezca en nuestra comunidad.

Enumera cinco bienes o servicios que tú creas necesarios en tu comunidad o ciudad y que puedas contribuir a satisfacer, guíate por tu experiencia.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

—*Como se habrán dado cuenta, —dijo Adrián— de un vistazo rápido a nuestro alrededor es posible apreciar algunas de las carencias de bienes y servicios de la comunidad donde vivimos. Sin embargo, no es suficiente si lo que pretendemos es encontrar una actividad productiva que satisfaga nuestras expectativas y sea útil a los demás.*



*Necesitamos tener información más amplia y confiable. Para lograr esto, podríamos valernos de algunos procedimientos y acciones.*

## Procedimientos para conocer las necesidades de mi comunidad

Como ya vimos, nuestra experiencia inmediata es de utilidad para formarnos ideas iniciales. Otros elementos de los que podemos valernos son la **observación** y la **consulta**.

**La observación** La simple observación de la localidad puede aportar datos valiosos sobre necesidades de bienes y servicios. Sin embargo, es importante que la observación tenga un propósito bien establecido; que sea objetiva; que siga un orden y que de ella se puedan obtener conclusiones. Para eso es conveniente realizar las observaciones estableciendo un horario, una ruta y definiendo los aspectos que deseamos observar y, lo más importante, registrar por escrito los datos observados.

**Consultas** “Preguntando se llega a Roma” dice un refrán. Así es, interrogando de manera directa a posibles clientes e informantes diversos, se pueden obtener los datos de interés para nuestros propósitos.

Las consultas deben ser lo más sistemáticas y ordenadas posible. Podemos preguntar en entrevistas cara a cara con las personas, o por teléfono, o bien, aplicando cuestionarios. Una de las formas más usuales es la encuesta.

Adrián sugirió que se hiciera un ejercicio, aprovechando el fin de semana, para detectar las necesidades de la comunidad que les pudieran significar diferentes opciones de trabajo.



Realiza el ejercicio 18, ***Negocios que no hay y que hacen falta***, de tu cuaderno de trabajo.

Los chavos comentaron sus experiencias y presentaron sus conclusiones. Estaban muy satisfechos con los resultados obtenidos.

—*Este cartoncito está chido* —dijo Alfredo—, *porque podemos ver nuestras **habilidades, en qué podemos aplicarlas y qué necesidades satisfacen.***

—*O sea, lo que tenemos en el cartón son nuestras opciones de trabajo,* —exclamó Yolanda.



—*Pues hay que cuidarla como si fuera una hermana...*  
—comentó Benjamín.

—*Pues más bien como si fuera una brújula, ¿no?*  
—expresó Juanita.

—*Bueno, sí tenemos opciones de trabajo; pero si la pensamos bien éstas pueden estar orientadas en dos sentidos: hacia un empleo asalariado con un patrón o una empresa, o bien, a intentar un trabajo por nuestra cuenta,* —intervino Adrián.

—*¡Chin!* —dijo Alfredo—, *ya que estábamos tan contentos, esa decisión está difícil.*

—*Bueno, pues yo creo que entonces debemos entrarle a analizar las ventajas y desventajas de cada uno,*  
—concluyó Yolanda.



## 2.3 Empleo y autoempleo



Rosaura Pozos / La jornada

En el círculo de estudio, los muchachos se encontraban reunidos esperando la llegada, siempre puntual, del asesor. Era una tarde un tanto fría y sin embargo los ánimos de continuar aprendiendo no decaían.

Benjamín y Yolanda se encontraban aparte del grupo, conversando acerca del futuro que les esperaba.

*Con lo que hemos visto en el círculo, creo que tienes ideas sobre muchos elementos para lanzarte a poner un negocio por tu cuenta —comentó Yolanda.*

*—Sí, yo espero que en esta reunión se nos aclaren las dudas que traemos y entrarle. ¡Mira, allá viene Adrián con los cuates! —dijo Benjamín.*

Adrián entró y presentó a su acompañante: *—Les presento al licenciado Omar Rodríguez, Jefe del Servicio Estatal de Empleo.*

*Le platicué del módulo que estamos estudiando y le pedí que viniera con nosotros para ampliar la información o ayudarnos a resolver algunas dudas.*



José Carlo González / La jornada

—Por favor, llámenme Omar, —dijo el licenciado Rodríguez— y ténganme confianza para expresar cualquier duda. Adrián, su asesor, me mostró los materiales con los que están trabajando, y me parecen muy interesantes.



—Ustedes díganme por dónde quieren que empecemos, —se hizo un silencio un tanto nervioso, Yolanda volteó a ver a todos y decidió intervenir.

—Pues ahorita, la duda más fuerte que tenemos es qué nos conviene más, si emplearnos en un trabajo asalariado o trabajar por nuestra cuenta. Sobre todo aquí mis ojos, —dijo volteando a ver a Benjamín.

—Bueno, no nomás soy yo, todos tenemos dudas, —contestó Benjamín, algo apenado.

—Para ver de qué tamaño son las dudas, vamos a iniciar con un pequeño sondeo. —intervino el licenciado Omar y con una sonrisa maliciosa dijo: *no venía preparado pero...* —y les entregó unas tarjetas con las preguntas que siguen, para que todos las contestaran.





Contéstalas tú también.

1. ¿Qué significa estar empleado?

---

---

---

---

2. ¿En qué consiste el autoempleo?

---

---

---

---

3. ¿Qué diferencias hay entre emplearse con un patrón y autoemplearse?

---

---

---

---

4. ¿Qué características tiene un negocio propio?

---

---

---

---

5. Menciona tres formas de emplearse con patrón y tres maneras de autoemplearse.

Empleo con patrón	Autoempleo

Después de compartir las respuestas al ejercicio, Omar puntualizó: —Veo que ya tienen muchos elementos, sugiero que veamos dos cosas: una, que precisemos un poco los conceptos y otra, que demos respuesta a su duda principal sobre las ventajas y desventajas de cada forma de emplearse.



Guillermo Sologuren / La jornada

Adrián acotó; —*Nuestra decisión también dependerá de la evaluación que hagamos de nuestra situación personal, es decir, de los recursos, conocimientos, habilidades, motivaciones y metas que nos hayamos propuesto.*

*Bueno, pues qué tal si revisamos estas tarjetas con las definiciones de empleo y autoempleo y luego las comentamos una por una.*

Lee tú también cada una de las tarjetas y realiza las actividades que se te indiquen.

### Empleado por un patrón

Es aquella opción en la que la persona se compromete a prestar su servicio personal, a cambio de un sueldo y las prestaciones que marca el Artículo 123 de la Constitución y de la Ley Federal de Trabajo, ocupando un puesto en alguna empresa, institución, fábrica, etcétera; esto bajo el régimen de un contrato laboral.

Estar empleado bajo contrato ofrece ventajas para el trabajador.



Jerónimo Arteaga / La jornada

Un sueldo fijo, prestaciones tales como: vacaciones, aguinaldo, bonos, etcétera, gratificación y utilidades, jubilación, entre otros, también privilegios como gratificaciones extras, más días de vacaciones y capacitación constante dentro de la empresa.

¿Qué les pareció? —preguntó Omar.

—Es importante —dijo Yolanda— que las personas que buscan emplearse en alguna empresa, estén enteradas de los compromisos y derechos que se establecen al iniciar una relación de trabajo y firmar un contrato por escrito.



—Oigan, pues sí que tiene ventajas, —dijo Gabriel.

—Bueno sí, —expresó Juanita—, pero también tiene sus cosas, porque luego hay patrones que no cumplen.



Adrián intervino. —Ya le comenté a Omar que hicimos una investigación de nuestras habilidades, conocimientos y opciones de empleo, que están en estos cartoncitos, — entrega uno a Omar y éste señala—, —Ello nos ahorra trabajo, lo que podemos ver entonces son las **ventajas** y **desventajas** de un trabajo asalariado, por lo pronto.

Escribe las ventajas y posibles desventajas que para ti implica emplearte en alguna empresa o institución, como **asalariado**.

Ventajas	Desventajas

Al terminar esos ejercicios, los muchachos tuvieron una gran cantidad de comentarios y dudas sobre las ventajas y desventajas de emplearse. Algunos estaban satisfechos con la idea de contar con un empleo formal de ese tipo. Otros en cambio, preferían otras opciones. Omar propuso continuar con la lectura de la siguiente tarjeta.



José Carlo González / La jornada



## Autoempleo

Existen otras actividades productivas realizadas por muchas personas, como son: el comercio, la prestación de servicios personales, las ventas casa por casa, etcétera, que constituyen formas de autoempleo. Es decir, la persona se emplea a sí misma sin depender de terceros, aunque tampoco emplea formalmente a nadie.

De ese modo, obtiene ventajas como: decidir qué hacer, cómo y cuándo; sus ingresos dependen de su actividad y esfuerzo y no dar cuentas a nadie más.

Dedicarse a una actividad de este tipo implica el conocimiento del oficio y poseer las herramientas necesarias para realizarlo y dedicarle tiempo y esfuerzos considerables.

En el autoempleo se dan mucho las características de lo que se llama la informalidad: no se tiene local fijo, trabajadores de planta o registros formales, lo que suele provocar dificultades para obtener créditos, licencias, permisos, etcétera.



—Bueno, finalmente lo que ahí importa es la lana, ¿no?  
—comentó Benjamín.

—Pues sí, la cosa nomás está en aventarse, —comentó Gabriel.

—Aventarse es muy importante, pero aventarse bien preparado, es más importante todavía. —acotó Adrián.

*Pues déjenme decirles, que la mayoría de los pequeños establecimientos que hay en nuestro país, tienen problema, incluso desaparecen por falta de preparación, entre otras cosas. Pero veamos cuáles son las ventajas y desventajas de emplearnos por nuestra cuenta. —señaló Omar.*

Escribe las ventajas y desventajas de **emplearte por tu cuenta.**

Ventajas	Desventajas

Igual que en la anterior, los chavos comentaron la actividad.

A Yolanda y a Gabriel, como que les parecían demasiadas responsabilidades y muy arriesgado. Juanita y Alfredo, opinaban que valía la pena intentarlo porque luego no hay de otra. Benjamín, por su parte, se quedó muy pensativo y dijo en voz alta:

—A ver, ahorita estoy trabajando para doña Sofía, si le hecho ganas, podría trabajar por mi cuenta ya más en forma... Si la hago, hasta pongo mi empresita.

### Si tu negocio crece...

En relación a lo que murmuró Benjamín, Omar expuso lo siguiente:  
—Es probable también que, en algunos casos, para cumplir nuestros propósitos pensemos en crear un **negocio propio** o crear una empresita. Quizá la diferencia básica con el autoempleo es que en la empresa se emplea a otros, se pasa a ser patrón con los derechos y obligaciones que ello implica.

—Una opción de este tipo, implicaría para nosotros asesorarnos lo más ampliamente posible. Diferentes instituciones ofrecen información al respecto y asesoría.

—Si elegimos esa opción podemos estar seguros de que no estaremos solos, existen instancias oficiales que ofrecen algunos apoyos a la microempresa dando, por ejemplo, asistencia técnica, financiamientos, etcétera, o reduciendo el pago de impuestos en los primeros años de la empresa.

—Si esta opción es de su interés, antes que nada, debemos interrogarnos acerca de nuestras posibilidades reales para instalar un negocio propio.

Demos respuesta al siguiente cuestionario.



Realiza tú también el ejercicio, contesta las preguntas que se presentan a continuación.

1. ¿Te gustaría ser tu propio patrón y disfrutar de todos los beneficios que esto representa, así como también de toda la dedicación, esfuerzo y riesgos que trae consigo un negocio propio? Explica tu respuesta.

---

---

---

2. Si es así, ¿qué tipo de negocio te gustaría tener? Escribe tres opciones.

---

---

---

3. ¿Qué necesitas para empezar tu negocio?

---

---

---

4. ¿Qué nombre le pondrías a tu negocio?

---

---

---

5. ¿En dónde ubicarías tu negocio?

---

---

---

Después que intercambiaron sus respuestas, Omar concluyó que:

**Cualquier opción de empleo implica preparación y esfuerzo; organizarse, planear actividades y evaluar con mucha serenidad y objetividad nuestras condiciones para evitar resultados indeseados.**

Se despidió diciendo que, si tomamos en cuenta lo que hemos aprendido hoy y durante este módulo, y lo aplicamos correctamente, podremos llegar a donde nos hemos propuesto.

Para terminar, Adrián planteó lo siguiente: —*En este momento, ustedes ya tienen los elementos suficientes para decidir la opción de trabajo que consideren más adecuada a sus actuales condiciones y a las metas que se han planteado. Esta es una decisión relevante, por lo que no hay que tomarla a la ligera, piénsenlo muy bien y nos vemos dentro de una semana.*

Se despidieron con aire de satisfacción.





## 2.4 Elige tu ruta

El momento de la verdad había llegado. En esta sesión cada uno tenía que decidir, definir su opción de trabajo y, por tanto, dedicarse a buscarlo.

Adrián inició con las siguientes consideraciones.

—*Bueno muchachos, vamos a tomar una de las decisiones más importantes del módulo. Para ello, propongo que antes hagamos una recapitulación de todo lo que hemos visto y evaluemos si hemos mejorado o no en este período.*

*Para decidir una opción de empleo a la que dedicaremos tiempo, recursos y esfuerzo, necesitamos considerar todos los aspectos.*

*Primero revisaremos algunas de las preguntas que ya nos hemos hecho al final de las dos unidades anteriores.*



Contesta las preguntas que aparecen en la sección **Reflexión de mi persona**, del apartado **Recordemos lo aprendido** de esta unidad.

Al exponer al grupo sus respuestas se hicieron mutuos reconocimientos de los cambios positivos logrados durante su permanencia en el círculo.

Juanita dijo que Alfredo seguía siendo el de siempre, pero con bases y mayor seguridad.

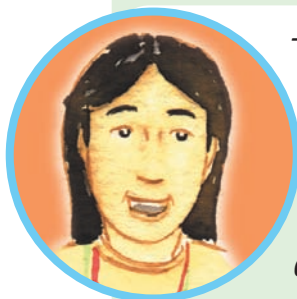
—Tú en cambio te has hecho más bandosa —bromeó Alfredo—, no, no es cierto, pero la neta que lo que hemos hecho en el módulo nos ha pegado en serio: como que ahora estamos más puestos a entrarle a las broncas, tenemos más confianza en nosotros.



—Nos valoramos mejor como personas —expresó Yolanda con aire concluyente.

—Hay cosas de nuestro carácter, forma de ser y de relacionarnos, que debemos revisar de manera permanente. —comentó Gabriel.

—A mí —dijo Juanita—, el participar en el círculo me ha ayudado a relacionarme mejor en el trabajo y también con mis cuates.



—Yo he observado —exclamó Yolanda—, que en los casos de Benjamín y Alfredo, ahora tienen más claras sus expectativas y metas. A lo mejor valdría la pena que todos valoráramos nuevamente nuestras metas y expectativas.

—Está bien, —dijo Adrián—, las siguientes preguntas pueden ayudarnos.

Da respuesta a las preguntas que siguen.

1. ¿Han cambiado mis expectativas?

Sí ( )      No ( )

Compáralas con las que expresaste en la segunda unidad y explica.

---



---

¿Son iguales mis metas?

Sí (    )                  No (    )

Compáralas con las que formulaste en la segunda unidad y explica.

---



---

Los resultados no sorprendieron. Algunos tuvieron leves modificaciones en sus expectativas, como Benjamín y otros las confirmaron.

A propósito del tema de discusión y del frío que hacía, Juanita bromeó:

—*Yo no revisé mis metas, porque como ustedes saben, las metas y los propósitos se revisan en año nuevo, y yo todavía no pongo mi arbolito de navidad.*

—*El invierno* —exclamó Adrián—, *simboliza el fin de un ciclo y el comienzo de otro, que viene a ser la primavera.*

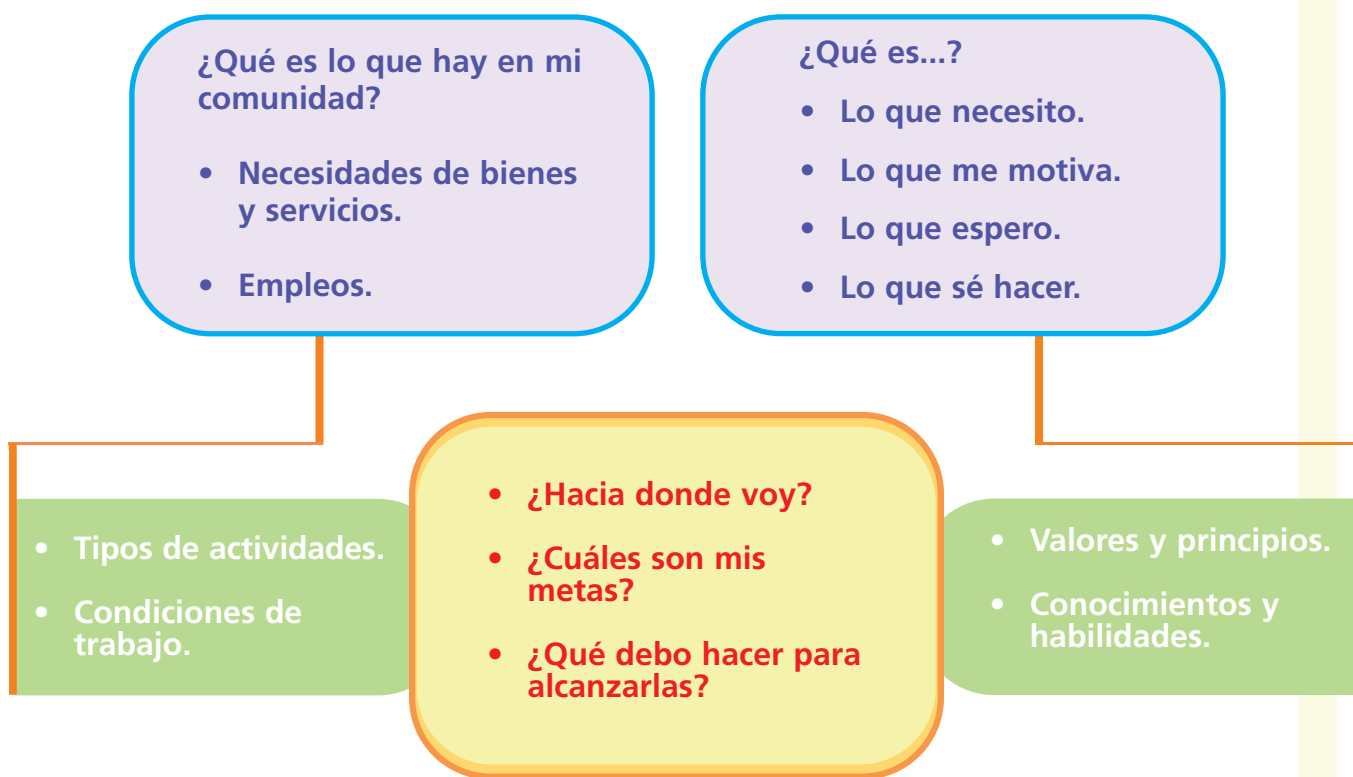
*Y para cumplir con nuestro ciclo, es decir, para terminar nuestro **módulo**, nos queda un objetivo por cumplir: **definir nuestra mejor opción laboral y lanzarnos al mercado.***



Para ello, integraremos todos los aprendizajes que hemos obtenido.  
—¿Y cómo los integramos Adrián? ¿tienes alguna sugerencia? —preguntó Gabriel.

—Pues puede ser algo parecido al siguiente esquema. —respondió Adrián.

Adrián, dibujó y explicó el esquema que se muestra a continuación:



Pero para que cada quien los integre de manera organizada, —continuó Adrián—, les propongo el siguiente ejercicio que preparé.

Mientras Adrián distribuía unas hojas a los muchachos, explicaba el ejercicio.

## Yo elijo...

A continuación se plantean las indicaciones que dió Adrián. Síguelas y realiza el ejercicio.

1. En las tres primeras columnas de **ocupaciones laborales** escribe las ocupaciones que te gustaría desempeñar en orden de preferencia y marca con una cruz si es trabajo asalariado (TA) o trabajo por tu cuenta (TC), en un plazo más o menos corto; en la cuarta columna, registra una ocupación que sea para ti un sueño o una meta a largo plazo.
2. En la columna **criterios** se encuentran anotados los aspectos que hemos revisado a lo largo del módulo y que son los que debes tomar en cuenta para valorar esas ocupaciones laborales.
3. Compara enseguida cada una de las ocupaciones que elegiste con los criterios señalados y anota en cada recuadro un valor (1,2,3) de acuerdo a lo siguiente:
  - Para la ocupación que cumpla mejor con el criterio, 3 puntos.
  - Para la ocupación que cumpla regularmente, 2 puntos.
  - Para la ocupación que menos cumpla, 1 punto.
4. Finalmente, suma los valores de cada ocupación y registra el resultado en el renglón de totales.





Yo elijo...

<h1>Criterios</h1>	Ocupaciones laborales							
	Ocupación		Ocupación		Ocupación		Meta a largo plazo	
	TA	TC	TA	TC	TA	TC	TA	TC
1. Lo que sé hacer (conocimientos y habilidades).								
2. Lo que me motiva (necesidades, intereses, expectativas, valores y principios).								
3. Lo que hay en mi comunidad (empleos y necesidades de bienes y servicios).								
4. Condiciones de trabajo que deseo (sueldo, prestaciones, horario, distancia, etcétera).								
5. Metas que quiero lograr (personales, laborales, familiares, económicas, etcétera).								
<b>TOTAL</b>								

Revisa los resultados que obtuviste y contesta las siguientes preguntas:

¿De las ocupaciones que elegiste, cuál obtuvo mayor puntuación?

---



---

¿Es ésta tu mejor opción?    Sí (    )    No (    )    ¿Por qué?

---



---

De las opciones restantes, ¿cuál te satisface o te agrada más?  
¿Por qué?

---



---

—Bueno, ya dimos el primer paso y no me siento diferente —comentó Gabriel—. Creo que ya estábamos preparados. A mi me sirvió mucho la semana en la que estuve pensando.

—O sea que, con este ejercicio pudimos organizar muy bien lo que hemos visto en el módulo y elegir una opción de manera razonada. Ahora lo que sigue es cómo lo concretamos ¿no Adrián? —dijo Yolanda.

—Eso ya cada quien lo ve por su cuenta. Al fin ya estamos listos —se ufanó Alfredo medio en broma.

—N' hombre, todavía falta ver cómo le vamos a hacer para aventarnos —refutó Benjamín—. Por lo menos a mi me importa mucho aclararme cómo puedo poner un negocio por mi cuenta a partir de mi situación.



—Sí es cierto —reconoció Alfredo—.

—Pues el módulo todavía cuenta con dos materiales para acompañarlos en su elección. Se trata de estos folletos —comentó Adrián—, mientras los mostraba.



—El primero —continuó Adrián—, nos orienta sobre el modo de organizar nuestra búsqueda de empleo y nos proporciona también algunas recomendaciones generales para el trabajo; el segundo se refiere a las opciones para autoemplearnos, ya sea al desempeñar un oficio, prestar un servicio, etcétera. Contiene además información general sobre **cómo instalar un negocio**.

*En cada uno de los folletos, van a encontrar un planteamiento específico de planear y llevar a la práctica las acciones que les permitan concretar sus expectativas y metas. —concluyó Adrián.*

Cada quien tomó de su paquete de materiales el folleto de su **elección**. Benjamín sacó los dos, por si acaso.

Adrián concluyó diciendo lo siguiente: —*La experiencia que van a obtener al leer los folletos les abrirá nuevas dudas, pero también nuevos horizontes. Aunque vamos a seguir juntos todavía y ya saben que pueden contar conmigo... ¡les deseo mucha suerte!*

**¡¡Elige uno de los dos folletos, de acuerdo al trabajo que quieras desarrollar!!**

Antes de continuar con los folletos, completa el apartado **Recordemos lo aprendido** y llena la hoja **¿Qué aprendí y para qué me sirve?**

**RECORDEMOS LO APRENDIDO**

Resuelve los siguientes cuestionamientos.

1. Resume en las siguientes líneas lo que aprendiste respecto a los puntos que se indican.

El trabajo como desarrollo personal:

---

---

---

---

---

---

---

---

Las actitudes en el trabajo:

---

---

---

---

---

---

---

---

Las necesidades de la comunidad con relación a tu trabajo:

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

La utilidad de tu trabajo:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ventajas y desventajas del empleo y autoempleo:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2. ¿Por qué crees que elegiste la mejor opción?

Lined writing area with a blue vertical margin bar on the left side.

**Reflexión de mi persona**

¿En qué he mejorado como persona?

Lined writing area with a blue vertical margin bar on the left side.

¿Me valoro mejor ahora?

Sí ( )

No ( )

No sé ( )

Explica:

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Han mejorado mis actitudes ahora?

Sí ( )

No ( )

No sé ( )

Explica:

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Siento que han mejorado mis relaciones con los demás?

Sí ( )

No ( )

No sé ( )

Explica:

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Me comunico mejor ahora?

Sí ( )

No ( )

No sé ( )

Explica:

---

---

---

---

---

---

---

---

## ¿Qué aprendí y para qué me sirve?

Para que valores lo que has aprendido y si te ha sido de utilidad, en esta parte te sugerimos que marques con una paloma los contenidos que consideres necesario repasar. En la segunda parte contesta lo que se te pide:

Contenidos	Debo repasar
El trabajo es útil	
Trabajo y desarrollo personal	
Actitudes y valores en el trabajo	
¿Hay opciones para los jóvenes?	
Necesidades y opciones en mi comunidad	
Empleo y autoempleo	
Elige tu ruta	

¿Qué aprendí en esta unidad?

---



---



---

¿Para qué me ha servido lo que aprendí en esta unidad?

---



---



---



¿Qué dudas tengo?

Lined writing area for notes.

Para revisar con el asesor:

Lined writing area for notes.

Así llegamos al final de nuestro relato. La historia de Adrián, el asesor del *punto de encuentro* del INEA y de un grupo de chavas y chavos que convivieron, trabajaron y aprendieron juntos con el módulo:

**Jóvenes y trabajo. ¡Empieza a buscar chamba!**

Lo que cada uno hizo después y qué rumbo tomaron, “esa es otra historia...”

**Ahora, sólo importa lo que tú decidas hacer,  
y la chamba que desees buscar.**

**Fin**

## GLOSARIO

**"acá"** Indica un lugar menos definido que aquí. Alfredo, personaje de la historia del módulo, utiliza la expresión "acá" de manera continua.

**ademán** Movimiento o actitud con que se manifiesta un sentimiento y se apoya el acto comunicativo.

**"alivianar"** Ayudar.

**artículo** Cualquiera de los escritos de mayor extensión que se insertan en los periódicos y revistas.// Cualquier escrito publicado en periódicos y revistas.

**asesor** Facilitador.// Persona que apoya y orienta los procesos de reflexión y aprendizaje de las personas jóvenes y adultas. // Persona cuya función es motivar, promover y facilitar el trabajo de un círculo de estudio.

**asistencia técnica** Ayuda que se recibe de dependencias especializadas públicas o privadas, con el propósito de orientar en el manejo y utilización de nuevos procedimientos o tecnologías.

**bienes** Utilidad, beneficio.// Cualquiera de las cosas susceptibles de satisfacer necesidades humanas.

**"bronca"** Problema.

**cascarita** Juego informal de fútbol.

**círculo de estudio** Grupo de personas que se reúnen regularmente con el propósito de aprender en forma cooperativa, solucionar problemas, intercambiar experiencias y apoyarse mutuamente.

**clientes potenciales** Son las personas, empresas o instituciones que requieren los productos o servicios que ofrecen otros, reconocidos como proveedores.

**colectividad** Conjunto de personas reunidas o concertadas para un fin.// Comunidad humana.// Sociedad.

**“collage”** Técnica de pintura que consiste en diseñar cuadros pegando objetos diversos y recortes de papel.

**conflictivas** Que causan conflictos o problemas.

**consciente** Que siente, piensa, quiere y obra con cabal conocimiento y plena posesión de sí mismo.// Lo que se hace en estas condiciones.

**correspondencia** Acción o efecto de corresponder o corresponderse.

**"cotorrear"** Platicar.

**crear** Producir algo de la nada. // Inventar. // Establecer, fundar, introducir por vez primera una cosa.// Producir una obra, imitar, fundar, componer.

**creatividad** Es la facultad o la facilidad para crear.

**criterio** Norma para conocer la verdad.// Juicio o discernimiento. // Conjunto de elementos con que uno juzga una situación.

**cronograma** (de actividades). Documento que tiene como propósito organizar las acciones de un plan y en el que se plasman la duración de cada una de las acciones a realizar, así como los responsables de llevarlas a cabo y los recursos que se emplearán para el cumplimiento de determinados objetivos.

**"cuate"** Amigo, compañero, camarada.

**"chamba"** Trabajo o empleo.

**"chance"** Oportunidad.

**"chavo"/va** Muchacho/a.

**"depre"** Depresión.

**derechos humanos** "Son los derechos que la persona tiene por su calidad humana..(..) los privilegios fundamentales que el hombre posee por el hecho de serlo, por su propia naturaleza y dignidad. Son derechos que le son inherentes y que, lejos de nacer de una concesión de la sociedad política, han de ser por ésta consagrados y garantizados..." (Hernández y Fuentes, 1991: 7 y 15, citado por Barba: *Educación para los derechos humanos*, Fondo de Cultura Económica, México 1997).

**desgarbado** Falta de garbo. Torpe, feo, sin gracia ni desenvoltura en los movimientos del cuerpo.

**diagnóstico** Resultado de diagnosticar algo.// Reconocimiento o identificación básicos para saber qué ocurre y plantear con ellos las estrategias y actividades a realizar.// Procedimiento a partir del cual se determina la naturaleza de un trastorno o problema, estudiando su origen a partir de la comparación de la situación real con la ideal o normativa.// Conocimiento, descripción precisa y calificación de las características de una situación dada, con el fin de solucionar un problema.

**dinámico/ca** Relativo a la fuerza con que se produce el movimiento.



**dinamismo** Energía, cualidad o actividad de la persona dinámica.

**eficiencia** Virtud y facultad para lograr un efecto determinado.  
// Acción con que se logra este efecto.// Utilización racional de los recursos productivos, adecuándolos con la tecnología existente.  
// Capacidad de producir el máximo de resultados con el mínimo esfuerzo; es una relación entre el valor de la producción y el costo de la misma.

**empresa dinámica** Es aquella empresa que cambia continuamente tratando de mejorar sus procesos y su organización.

**"enton's"** Entonces.

**expectativas** Anticipación y actualización imaginativa de sucesos venideros en relación con los objetivos de nuestras aspiraciones.  
// Esperanza de conseguir una cosa, si se depara la oportunidad que se desea.// Esperanza fundada en promesas o posibilidades.  
// Posibilidad de lograr algo previsto.

**estado de ánimo** Estado emocional. Ejemplo: triste, alegre, temeroso, etcétera.

**estrategias** Arte, traza para dirigir un asunto//. Principios y rutas fundamentales que orientan un proceso para alcanzar los objetivos a los que se desea llegar.// Combinación y organización en el tiempo, del conjunto de métodos y medios elegidos para lograr determinados objetivos en una situación dada.

**factor** Cada uno de los elementos que forman un producto.  
// Elemento, con causa.// Elemento que interviene en el proceso de producción de un bien.

**flexibilidad** Disposición que tienen algunas cosas para doblarse fácilmente sin romperse.// Disposición del ánimo a ceder y acomodarse fácilmente a un dictamen.

**fundamental** Que sirve de fundamento, de cimiento.// Que es lo esencial o principal.

"**híjole**" Expresión que denota sorpresa. (Un sinónimo puede ser el de ¡Caray!)

**inacabable** Que no se puede acabar, que no se le ve el fin.  
// Interminable.

**iniciativa** Derecho de hacer una propuesta.// Acción de adelantarse a los demás en hablar u obrar.// Calidad personal que inclina a esta clase de acción.

**integral** Aplícase a las partes que entran en la composición de un todo.// Total.

**intereses** (Interés) Provecho, utilidad.// Lo que le conviene a uno.  
// Rédito.// Inclinação que se siente por una persona o cosa.  
// Valor que tiene en sí una cosa.// Inclinação del ánimo hacia un objeto, persona o narración que le atrae o conmueve.// Conveniencia o necesidad de carácter colectivo.

"**jefes**" Padres.

**limitantes** Aquello que pone límites a la persona.

**limitación** Acción y efecto de limitar o limitarse.

**limitar** Determinar el límite.// Restringir dentro de ciertos límites.  
// Lindar o confinar.

**metas** (Meta) Fin a que se dirigen las acciones o deseos de una persona.

**microempresa** Empresa de pequeñas dimensiones, que cuenta de uno a diez trabajadores.

**Miguel de Cervantes** (1547—1616) Escritor español, uno de los principales representantes de las letras universales y según muchos estudiosos, el primero que escribió una novela. En 1585 publicó la primera parte de *El ingenioso hidalgo Don Quijote de la Mancha*, obra maestra de la literatura universal, cuya segunda parte apareció en 1615.

"**neta**" Verdad.

"**p'al**". Para el.

**palmeó** Golpeó suavemente con la palma de la mano.

**patrimonio** Bienes propios adquiridos por cualquier título.  
// Conjunto de elementos culturales, sociales, etcétera, comunes a una colectividad.

**plan** Producto del proceso de planeación.// Acciones por medio de las cuales se espera obtener el cumplimiento de los objetivos.  
// Disposición general de una obra.// Intento, proyecto, estructura.  
// Extracto escrito en que por mayor se apunta una cosa.  
// Determinación de algunos objetivos precisos y de los medios que deben emplearse para alcanzarlos en un plazo dado.

**planear** Trazar o formar el plan de una obra.// Hacer planes o proyectos.

"**pos**" Pues.

**potenciales** (Potencial).—Características que no están presentes o manifiestas en un organismo en el momento, pero que pueden desarrollarse o aparecer más tarde.// Capacidad.

**"prepa"** Preparatoria, bachillerato.

**procedimiento** Acción de proceder.// Método para ejecutar algunas cosas.// Sucesión definida de condiciones, medios y etapas para lograr un fin determinado o el modo característico de enfrentar una labor.

**proceso** Progreso, acción de ir hacia delante.// Transcurso del tiempo.// Serie de fases de un fenómeno.

**procesos de cambio** Es el conjunto de fases o etapas sucesivas en los que un objeto, fenómeno o persona, va modificando sus características.

**productividad** Relación que se establece entre el volumen o calidad de la producción o prestación de servicios y la cantidad de recursos utilizados para su obtención.// Calidad de productivo.// Facultad de producir.// Incremento de la producción por la mejora moderna de los métodos de trabajo.

**promoción en el trabajo** Ascenso.// Subir de puesto.

**proyectar** Preparar un plan.// Hacer visible sobre un cuerpo o superficie la figura o sombra de otro.// Efectuar una proyección.// Idear, trazar, disponer o proponer el plan y los medios para la ejecución de una cosa.

**punto de encuentro** Lugar de reunión donde se organizan y concentran varios círculos de estudio para atender a personas adultas que no han iniciado o concluido su educación básica (INEA).

**"qué onda"** Qué pasa.

**rasgos** Facción de la cara.// Aspecto distintivo del carácter de una persona.

**recapitular** Recordar sumariamente lo que se ha expuesto.// Resumir lo que por escrito o de palabra se ha expresado con extensión.

**reciprocidad** Correspondencia mutua de una persona o cosa con otra. // Intercambio mutuo de bienes y servicios entre personas o grupos.

**recopilar** Juntar en compendio, recoger o unir diversas cosas.

"**rete**" Mucho, muy.

**rol** Papel, carácter, representación.

"**rollo**" Discurso, explicación, película, cosa, historia etcétera, largo, pesado y aburrido.

"**sacatón**" Miedoso, cobarde.

**selectivo, va** Que implica selección.

**sentimientos** Acción y efecto de sentir o sentirse.// Estado afectivo que causan en el ánimo las cosas espirituales.// Aflicción.// Aptitud para recibir las impresiones exteriores.// Conciencia íntima que se tiene de una cosa.

**subordinado** Personas o cosas que están bajo la dependencia de otras.

**sesión** Cada una de las juntas de un concilio, asamblea u otra corporación.// Conferencia o consulta entre varios.



**sistema** Colección de componentes relacionados entre sí, dependientes unos de otros y que interactúan dentro de ciertos límites.// Conjunto de reglas o principios sobre una materia relacionados entre sí.  
// Conjunto de cosas que, ordenadamente relacionadas entre sí, contribuyen a un fin determinado.

**tianguis** Paraje donde se realiza la instalación de puestos de venta de artículos diversos.

**trámite** Paso de una parte a otra o de una cosa a otra.// Cada una de las diligencias que exige la conclusión de un negocio.// Paso de una parte a otra, o de una cosa a otra.

**transmitir** Trasladar, transferir.

**trascender** Empezar a ser conocido algo que estaba oculto.  
// Comunicarse los efectos de unas cosas a otras.// Traspasar los límites de la experiencia posible.// Penetrar, averiguar alguna cosa que está oculta.

**valores** Se definen como principios éticos respecto a los cuales las personas sienten un fuerte compromiso emocional y que emplean para juzgar las conductas. Pueden ser: personales, sociales, universales, cívicos, nacionales, etc.// Conjunto de principios que guían las acciones de los hombres, las mujeres y el grupo social. Los valores son guías para evaluar o juzgarse a sí mismos y a otros.

**vida laboral** Es la cantidad de tiempo que una persona dura dedicándose a realizar cualquier actividad productiva.// Los acontecimientos que se dan dentro del ambiente laboral.

**virtudes** Actividad o fuerza de las cosas para producir o causar sus efectos.// Fuerza, vigor o valor.// Integridad de ánimo y bondad de vida.// Acción virtuosa.

**NOTAS**

A large green rounded rectangle containing a blue vertical bar on the left and horizontal lines for writing notes.















Nombre de la persona joven o adulta: \_\_\_\_\_

Apellido paterno \_\_\_\_\_

Apellido materno \_\_\_\_\_

Nombre(s) \_\_\_\_\_

Marque con ✓ los temas que se hayan completado satisfactoriamente de cada unidad.

RFE o CURP \_\_\_\_\_

### UNIDAD 1

¿Qué tanto me conozco?

Actividades y productos clave

- C** Ejercicio 2 La estrella de la autoevaluación. ●
- L** Mis actitudes. ●
- L** ¿Cómo modificar mis actitudes? ●

Hago constar que se completó satisfactoriamente este tema.

Fecha: \_\_\_\_\_

Nombre y firma del asesor/a \_\_\_\_\_

### UNIDAD 2

¿Qué quiero y qué puedo hacer?

Actividades y productos clave

- L** Mis motivaciones. ●
- L** Mis principales valores. ●
- L** Mis principales motivaciones y valores. ●
- L** Mis expectativas laborales. ●
- L** Yo soy bueno para... ●
- C** Ejercicio 12 Mis habilidades. ●
- L** Mis habilidades para el trabajo. ●
- L** Cuadro de metas. ●

Hago constar que se completó satisfactoriamente este tema.

Fecha: \_\_\_\_\_

Nombre y firma del asesor/a \_\_\_\_\_

### UNIDAD 3

¿Qué onda con el trabajo?

Actividades y productos clave

- C** Ejercicio 16 Ocupaciones de mi comunidad. ●
- C** Ejercicio 17 ¿Quién necesita lo que hago? ●
- C** Ejercicio 18 Negocios que no hay y que hacen falta. ●
- L** Yo elijo... ●

Hago constar que se completó satisfactoriamente este tema.

Fecha: \_\_\_\_\_

Nombre y firma del asesor/a \_\_\_\_\_

**Hoja de avances**  
*Jóvenes y trabajo. ¡Empieza a buscar chamba!*  
Trabajo

**Autoevaluación final**

¿Qué aprendí?

¿Para qué me sirve?

<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

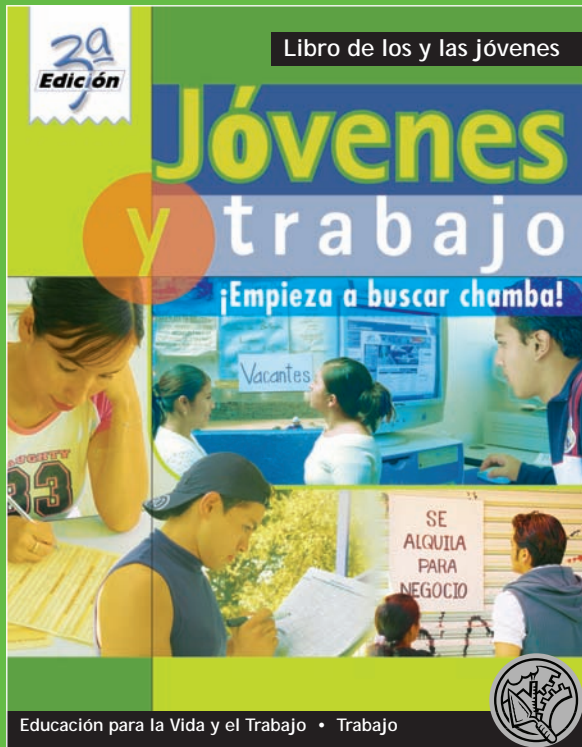
Nombre y firma de la persona joven o adulta \_\_\_\_\_

**Datos de la aplicación:**

Fecha: \_\_\_\_\_

Lugar de la aplicación: \_\_\_\_\_

Nombre y firma del aplicador/a \_\_\_\_\_



El módulo *Jóvenes y trabajo, ¡Empieza a buscar chamba!* narra la historia de un grupo de jóvenes que como tú, decidieron iniciar el camino de la búsqueda de trabajo, a partir del reconocimiento y desarrollo personal del estudio y la convivencia.

Los temas tratados en el presente libro, se desarrollan por medio de un relato, en donde tú, con los personajes de la historia, podrás revisar, investigar, reflexionar, construir y concluir sobre aspectos que van desde el reconocimiento y

valoración de tu persona, hasta el análisis de tus expectativas, habilidades, posibilidades y preferencias laborales.

Al analizar la historia y el estudio del libro, contarás con mayores elementos para definir la ruta laboral que deseas seguir, e iniciar el recorrido para incorporarte al mundo del trabajo, ya sea en un empleo formal o en un trabajo por tu cuenta.



DISTRIBUCIÓN GRATUITA