



Reconectar con mis estudiantes de secundaria a través de la Neuroeducación Proyecto de Transformación de la Práctica

Formato de entrega del PTP 2

Nombre del participante:

Indicaciones: Con base en el estudio y análisis del módulo 2, redacta tus conclusiones del PTP 2.

Conclusiones

Escribe aquí

A la mayoría de los docentes y padres de familia les preocupa que los adolescentes se sientan más ansiosos y tengan una menor autoestima debido a las redes sociales y al uso de mensajes de texto en las distintas plataformas de mensajería instantánea. Hay diferencias importantes en la socialización en línea. Los adolescentes pierden de vista en mayor medida cosas como el lenguaje corporal y las expresiones faciales. Esto puede conducir a más malentendidos y sentimientos heridos. También puede hacer que hablar en persona se sienta más intimidante. En la vida real, no hay tiempo para elaborar la respuesta perfecta. No podemos asegurarnos de que nuestro aspecto sea exactamente el que queremos proyectar. Si tenemos un desacuerdo, tenemos que saber cómo responder en tiempo real.

Otro gran problema es que suele ser bastante común que los adolescentes se sientan mal consigo mismos cuando ven a todo el mundo en Internet luciendo un aspecto perfecto. Los adolescentes a menudo intentan compensar esto al compartir fotos que los hacen parecer perfectos a ellos también. Entonces, cuando su identidad en las redes sociales no coincide con cómo se sienten en realidad, pueden acabar sintiéndose peor.

La aceptación de los adolescentes es extremadamente importante para los jóvenes. Es fácil dejarse llevar por el recuento de cuantos “me gusta” consiguen en las redes sociales. Los adolescentes pueden acabar tomándose cientos de fotos, en búsqueda de la que más les guste a los demás. Y si los “me gusta” no llegan, puede que lo sientan como algo personal.

Los padres pueden ayudar al dar un buen ejemplo de cómo utilizar la tecnología para ayudar a desarrollar la autoestima, involucrar a los adolescentes en algo que realmente les interese. Cuando los adolescentes aprenden a sentirse bien por lo que pueden hacer, en lugar de por cómo lucen o por lo que poseen, son más felices.

Ahora en cuanto al consumo de alcohol puede afectar la autoestima de los jóvenes de varias maneras.

Euforia inicial: Al principio, el alcohol puede causar una sensación de euforia o confianza, pero cuando los efectos del alcohol desaparecen, puede provocar sentimientos de depresión y disminución de la autoestima.

Riesgo de dependencia: Tanto la autoestima alta como la baja pueden contribuir al desarrollo de la dependencia del alcohol.



Cambios en el cerebro: El alcohol puede alterar los procesos de memoria y aprendizaje, y causar cambios cerebrales.

Otros efectos del consumo de alcohol en los jóvenes son:

Aumento del riesgo de depresión, ansiedad y pensamientos suicidas.

Comportamientos de riesgo, como conducir bajo los efectos del alcohol, tener relaciones sexuales sin protección, pelear, robar o faltar a la escuela.

Alteraciones en el crecimiento y la pubertad.

Algunos factores de riesgo que pueden influir en el consumo de alcohol en los adolescentes son: Presión grupal, Desintegración familiar, Estrés, Cambios asociados al desarrollo.

La relación que existe entre el nivel de autoestima y consumo de alcohol, se encuentra en una relación negativa y significativa entre la autoestima y el consumo de alcohol; esto indica que a menor nivel de autoestima mayor será el consumo de alcohol en los adolescentes.



Instrumento para evaluar el PTP 2

EVIDENCIA:

INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
Reflexión sobre experiencias previas	No reflexiona sobre experiencias previas de desmotivación en su enseñanza.	Reflexiona superficialmente sobre experiencias previas de desmotivación.	Reflexiona adecuadamente sobre experiencias previas de desmotivación, pero falta profundidad.	Reflexiona profundamente sobre experiencias previas de desmotivación, proporcionando ejemplos claros y detallados.
Implementación de estrategias nuevas	No menciona nuevas estrategias para captar el interés de los estudiantes.	Menciona algunas estrategias nuevas, pero sin detalles específicos.	Menciona varias estrategias nuevas y específicas, pero falta alguna explicación de cómo se implementarán.	Menciona e implementa varias estrategias nuevas de manera específica y detallada, explicando claramente su aplicación.
Impacto de emociones y actitudes	No reflexiona sobre el impacto de sus emociones y actitudes en la cultura de sus alumnos.	Reflexiona superficialmente sobre el impacto de sus emociones y actitudes.	Reflexiona adecuadamente sobre el impacto de sus emociones y actitudes, pero falta profundidad.	Reflexiona profundamente sobre el impacto de sus emociones y actitudes, proporcionando ejemplos claros y detallados.
Fomento de un ambiente Positivo	No menciona estrategias para fomentar un ambiente positivo que estimule el aprendizaje.	Menciona algunas estrategias para fomentar un ambiente positivo, pero sin detalles específicos.	Menciona varias estrategias específicas para fomentar un ambiente positivo, pero falta alguna explicación de cómo se implementarán.	Menciona e implementa varias estrategias específicas y detalladas para fomentar un ambiente positivo, explicando claramente su aplicación.