

# TUTORÍA Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Sesión 4 - Unidad III

3ro

SECUNDARIA

RAMAS DE AMOR



# NORMAS DE CONVIVENCIA



Guardar silencio mientras el docente está realizando la explicación



Levantar la mano para participar o preguntar



Respetar la opinión de los compañeros.

# Dinámica : TOCA ALGO AZUL!!



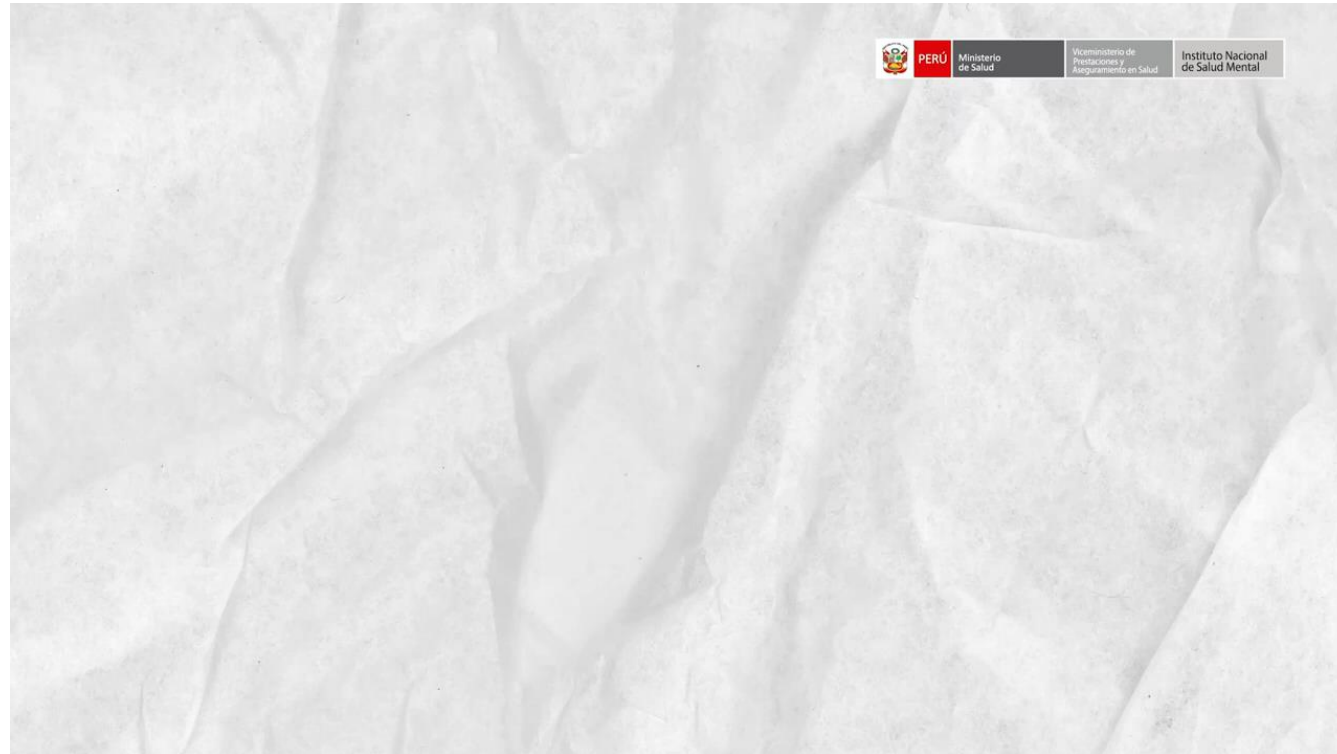
Pida a los participantes que se pongan de pie. Explíqueles que les va a pedir que encuentren algo azul y que ellos tienen que ir a tocarlo. Esto puede ser una camisa azul, un bolígrafo, un zapato o lo que sea

# CONTESTEMOS



✓ ¿Qué son redes de apoyo?

# Observemos el siguiente video



# REDES DE APOYO

Las personas en las que nos apoyamos y a quienes apoyamos, conforman nuestras redes de apoyo social. Estas redes se dan en lo cotidiano, es decir, en la familia, el trabajo, la escuela, la comunidad, y son lazos permanentes, asimismo, las redes pueden crecer o debilitarse, conforme quienes las integran cambien sus relaciones, con el paso del tiempo.



designed by freepik.com

# TIPOS DE REDES DE APOYO

**Emocionales:** afectos, confianza, compañía, empatía, reconocimiento, escucha. Pueden ser a través de visitas, llamadas telefónicas, invitaciones, abrazos, etc

**Instrumentales:** Ayuda para transportarse, labores del hogar, hacer las compras, el cuidado o acompañamiento.

**Cognitivos.** Intercambio de experiencias, información, consejos que permitan entender o recordar una situación, etc.

**Materiales.** Dinero, alojamiento, comida, ropa, donaciones, etc

**Primarias.** Están conformadas por la familia, amigos y vecinos. Cumplen funciones de socialización, cuidado y afecto, reproducción y estatus económico, entre otras.

## APOYO INFORMAL

---

**Secundarias.** Es el mundo externo a la familia: grupos recreativos, organizaciones civiles y sociales que operan en la comunidad, organizaciones religiosas, relaciones laborales o de estudio. Algunas de sus funciones son la compañía social, el apoyo emocional, la guía cognitiva y de consejos, la regulación social, dar ayuda material y de servicios y la posibilidad de acceder a nuevos contactos.

---



## APOYO FORMAL

Formales: Son las redes conformadas por organizaciones del sector público en los diferentes niveles de gobierno (federal, estatal y municipal), que cumplen funciones de orientación, información, capacitación, promoción y atención a la salud, alimentación, defensa de derechos, recreación, cuidados.

---

# ACTIVIDAD : DINÁMICA DE ROLES



**Los participantes representan diferentes situaciones donde pueden necesitar apoyo, y practican cómo pueden acudir a sus redes de apoyo para obtener ayuda y orientación**

# ACTIVIDAD : DINÁMICA DE ROLES

Situación 1: Problemas Familiares Escenario: Un adolescente está experimentando dificultades en casa debido a problemas familiares. Él está confundido y estresado, pero no sabe cómo hablar sobre sus sentimientos con sus padres

Situación 2: Conflicto con un Profesor Escenario: Un estudiante tiene un desacuerdo con un profesor sobre una calificación injusta. El estudiante se siente intimidado y no sabe cómo abordar la situación con el profesor

## Casos

Situación 3: Presión de Grupo Escenario: Un grupo de amigos invita a un estudiante a participar en actividades riesgosas, como consumir alcohol o drogas. El estudiante se siente tentado a unirse al grupo para encajar, pero sabe que estas decisiones pueden tener consecuencias negativas

Situación 4: Problemas Emocionales Escenario: Una estudiante está experimentando altos niveles de estrés y ansiedad debido a las presiones académicas y sociales. Ella no se siente cómoda hablando con su familia sobre sus emociones y no sabe a quién acudir en busca de ayuda

Situación 5: Bullying Escolar Escenario: Un estudiante está siendo acosado en la escuela por un grupo de compañeros. Él se siente avergonzado y temeroso de hablar con alguien al respecto.



**"En la red de la vida, las conexiones que cultivamos son los hilos que nos sostienen en tiempos difíciles y nos elevan hacia nuestros sueños más altos."**

# REFLEXIONANDO



✓ ¿Qué aprendí hoy?