



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 092 AJUSCO

LICENCIATURA EN PEDAGOGIA

LA IMPORTANCIA DEL AUTOESTIMA EN PADRES DE FAMILIA

Propuesta: Taller para fortalecer la autoestima de padres de familia Con adolescentes en secundaria.

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADO EN PEDAGOGÍA

PRESENTA:

ERICK ORTIZ PEREZ

ASESOR:

FELIPE RODRÍGUEZ DURAN

MEXICO, D.F.

JUNIO 2009

AGRADECIMIENTOS

A mis abuelos: Roman y Concepción la promesa está cumplida.

A mi Madre:

A la mujer que con su entereza me enseñó lo que es vivir; a saborear el triunfo y la Derrota, y que con su ánimo y consejo volvió a darme el empuje para seguir adelante.

A ella, que supo ser Madre y Padre, y aunque hubo momentos difíciles, siempre tuvo Su apoyo incondicional en la adversidad. A ella, que siempre estuvo a mi lado, y que Comprendió mis convicciones por lo que consideraba una lucha justa. A ella, que tuvo la paciencia necesaria para que terminara mis estudios. A ella, por ser siempre ella: mi Madre.

Gracias a ti, hoy veo realizado lo que hace poco era solo una ilusión.

A mi padre:

A ti dedico estas palabras como un pequeño reconocimiento al esfuerzo y apoyo incondicional que me has brindado en el transcurso de mi vida y mis estudios... A ti, porque has constituido un poderoso estímulo capaz de obligar a mi pluma, disponer mi mente, ocupar mi tiempo y dedicar el mejor de mis esfuerzos en pro del logro de mis objetivos. Gracias, papá.

A mis hermanas: Marlen, Claudia y Zorayma. El agradecimiento por ser ejemplo a seguir en todas sus carreteras culminadas, por que sin ustedes yo jamás sería la persona que soy hoy.

Itzel picazo: gracias infinitas por aparecer en mi vida y darle un rumbo diferente a ella, por confrontar mis temores y enseñarme lo que es la humildad en las personas. Por aprender conmigo, por creer en mí, por tu amor y tu paciencia, gracias mi amor.

Natalia y Alelji Picazo :Dedicatoria especial a estas dos mujeres que mas que amigas fueron y serán parte de mi familia toda la vida .Natalia gracias por confiar en mi y darme la fuerza y el apoyo como una hermana esto es de ustedes .

Oswaldo Cerón Arana: Hermano y compañero de viaje tu amistad me fortaleció en muchos aspectos este trabajo lo comparto de corazón.

A mi asesor: Todo mi respeto y admiración en su trabajo, por su entrega, paciencia, confianza, pero sobre todo por su amistad y el interés que provoco en mí para tener convicción en la vocación que elegí y ejercer de ella como todo un profesional.

Gracias a la Universidad Pedagógica Nacional, por brindarme el espacio educativo y las condiciones para obtener un conocimiento. A todo su personal en todas las áreas, pues los años más grandiosos los pase aquí en esta mi casa.

A mis tías, Ricarda (qepd), Rosa, Catalina, Juliana, Juana, Adela, y mi tía chilena Mi profundo respeto y admiración.

Durante el proceso de elaboración de esta investigación, muchos familiares y amigos contribuyeron con un 'granito de arena' brindando en el momento oportuno las palabras de aliento y de confianza que uno requiere. Narrar todas las anécdotas o listar sus nombres sería obviamente imposible, pero cada uno de ellos sabrá que aunque no aparezca aquí su nombre, pensé en él o en ella cuando redactaba estas líneas y con ellas queda mi más sincero agradecimiento, por ello me limito a la forma más simple: Mil gracias.

Presión es lo que convierte al carbón en diamante.

ERICK ORTIZ PEREZ

Í N D I C E

pág.

CAPÍTULO 1

LA ORIENTACIÓN.

Introducción.....	1
Objetivos	4
1.1. Historia breve de la orientación educativa.....	5
1.2. La orientación educativa en México	7
1.3. La orientación educativa en escuela secundaria.....	10
1.4. Concepto de la orientación educativa	12
1.5. Tipos de orientación.....	15
1.5.1. Orientación escolar	16
1.5.2. Orientación vocacional.....	17
1.5.3. Orientación profesional	28
1.5.4. Orientación ocupacional.....	29
1.6. Funciones de la Orientación Educativa dentro del nivel secundaria	30
1.7. Función del orientador en el nivel medio superior	31

CAPÍTULO 2

2.1. Concepto de adolescencia	33
2.2. Etapas de la adolescencia	40
2.3. Aspectos cambiantes en la adolescencia.....	43
2.4. El Adolescente y su entorno en secundaria	53

CAPÍTULO 3

La Familia

3.1. Origen y concepto	57
3.2. Definición de familia	59
3.3. Función de familia	64
3.4. Tipos de familia	67
3.5 Familia y escuela.....	72

CAPÍTULO 4

La Autoestima definición y componentes.

4.1 Concepto de autoestima	77
4.2 Elementos que conforman la autoestima	82
4.2.1 Autoconocimiento.....	82
4.2.2 Autoconcepto	84
4.2.3 Autoevaluación.....	85

4.2.4 Autoaceptación.....	86
4.2.5 Autorrespeto	87
4.2.6 Autoestima	87
4.3 Factores vinculados a la autoestima características	88
4.3.1 Autoestima alta.....	89
4.3.2 Autoestima baja.....	92
4.4 autoestima en la adolescencia.....	95
Presentación del curso.....	96
Objetivos	97
Contenidos	99
Metodología	100
Evaluación.....	101
Propuesta de Intervención del Orientador Educativo	102
Cartas descriptivas del taller	118
Conclusiones.....	127
Bibliografía	130
Anexos	

INTRODUCCIÓN

La posibilidad de un aprendizaje eficaz, se da a partir de motivación, creatividad y potencial de la propia persona, pero ésta a su vez se ve influida por la motivación externa. Es en ese punto, donde la participación de los padres en la formación de sus hijos como modelo y guías puede ser un punto importante de apoyo en el crecimiento de una persona en camino del desarrollo de su autorrealización.

Para que el ser humano pueda autorrealizarse debe experimentar periodos de gran relevancia entre sentimientos de plenitud y armonía en su entorno que le permita formar una mejor identidad personal, este constructo se dará a partir de la educación constante, los hábitos de aprendizaje, pero sobre todo a través del cultivo de sus habilidades dentro de la practica de la vida cotidiana y su respuesta favorable en momentos de presión.

La perspectiva Humanista subraya el papel de los aspectos afectivos en el aprendizaje tanto de habilidades como de valores sociopersonales. Concede una especial importancia al desarrollo de la autoestima, y la comunicación interpersonal. Según esta perspectiva, toda persona tiene necesidades básicas destacando sentirse valorado, reconocido, capaz de controlar las situaciones, que intenta satisfacer. De hecho, gran parte del comportamiento que una persona manifiesta está motivado por la búsqueda de afirmación, control y efectividad en lo que hace.

En el escenario actual, con las brechas sociales existentes, los problemas de violencia, drogas, vinculadas a la poca claridad en cuanto a la identidad personal, la carencia de valores que protejan sirviendo como guía a un propósito de vida; el tema de la educación emocional y el fortalecimiento de la autoestima, cobra una gran trascendencia de impacto personal y social.

Aprovechar el espacio educativo formal para fomentar habilidades de orden socio afectivo como parte de la formación escolar de las y los adolescentes, es fundamental como respuesta y contrapartida a esa agobiante realidad, en la que las escuelas secundarias tienen una responsabilidad innegable.

La peculiar relación existente entre escuela y familia exige de ellas una exquisita coordinación, del mismo modo, la necesidad de personalización para una verdadera formación, a la reciprocidad de la relación establecida, solicitan crecientes grados de participación y comunicación entre ambas instituciones.

La autoestima en la adolescencia juega un papel muy importante, pues es un espacio de partida para ir desarrollándose como un ser humano integral, en cuanto a sus relaciones con los demás, en el interés de aprendizajes nuevos y de propias responsabilidades, por el contrario, si el joven no goza de autoestima no será capaz de alcanzar sus metas.

Considero en demasía importancia en este sentido, necesario estimular la autoestima de los adolescentes, desde el núcleo familiar y social, pues en la realidad educativa los orientadores carecen de estrategias para atender a los alumnos y padres de familia que presentan problemas relacionados con su autoestima.

Por cada una de estas razones es que propongo una alternativa pedagógica y de orientación familiar en el trabajo con padres de familia de alumnos en secundaria o propiamente con adolescentes en formación escolar. El tema, autoestima; la finalidad principal, crear un taller vivencial de fortalecimiento y crecimiento para mejoras en el rendimiento global en la persona del estudiante y directamente del padre de familia cuya imagen será prioridad en esta tesina.

Por todo lo anteriormente citado, el presente trabajo de investigación documental comprende en su primer capítulo, la definición de orientación educativa,

orientación escolar, así como la orientación vocacional, se mencionan algunos conceptos y enfoques de la misma, sin dejar de considerar las estrategias de aprendizaje, hábitos de estudio y las funciones del orientador, el enfoque rogeriano desde los enfoques que presenta Rivas en psicología vocacional se emplea para sustentar el marco teórico de la propuesta que se elaboró.

Para el segundo capítulo me enfoco en la familia, sus estilos, los roles de juego, su influencia, y los retos educativos por cumplir. En el tercer capítulo el tema de adolescencia, destaca por los cambios que caracterizan dicho periodo de crecimiento. De la misma forma, la relevancia del papel tan importante que juega la familia en la vida del adolescente.

Definidos los anteriores, conceptualizo el autoestima en el capítulo cuarto, sus definiciones, aproximaciones, su conformación y los tipos de la misma. El último apartado de esta tesina se refiere a la propuesta de intervención del orientador educativo. Considerando los temas anteriormente mencionados, nuestra finalidad es plasmar una propuesta útil y de beneficio en el uso cotidiano del orientador o asesor a manera alterna de un taller de padres.

En este taller se tratan aspectos relacionados a la construcción de la autoestima que pueden ser vivenciados por medio de un proceso de orientación que, en este caso en particular, toma como base los planteamientos de Carl Rogers y la orientación centrada en la persona, que se construye a partir de la psicología fenomenológica, y que de acuerdo con Walsh citado por Naranjo (2004:53), tiene como constructos principales el concepto de sí mismo, la capacidad del individuo para dirigirse a sí mismo, la idea de que lo que se percibe constituye la realidad para el individuo, logrando satisfacer sus necesidades de autoestima y autorrealización.

OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES:

Presentar una propuesta de intervención por parte del orientador educativo mediante la cual el padre de familia con hijos en la etapa de la adolescencia logre reconocer la importancia de la autoestima en la adolescencia y la manera en que influye dentro del entorno escolar así como la trascendencia de éxito que esta forma al construirse de una manera positiva.

Complementar la educación integral del alumno desde la orientación vocacional, desarrollando el aspecto afectivo del adulto con la finalidad de apoyarlo en su lucha por alcanzar su autorrealización como eje familiar, para que esta traiga como efecto la mejora académica y social del adolescente.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Reconocer la importancia de la autoestima para un óptimo desarrollo familiar y social, mostrando que a partir de una autoestima sana desde el seno familiar, el adolescente construya una identidad con capacidad de solventar por si mismo y como persona una vida mejor tanto en un aspecto social, como en un aspecto académico.

Señalar la importancia del papel que juega la familia en la autoestima del adolescente tanto en el descubrimiento de su identidad como en el proceso de enseñanza académica y vida social.

Mencionar la importancia de la orientación educativa, las funciones del orientador como asesor, guía y facilitador de la autoestima. Desde la posición escolar en la que contribuye a formar adolescentes consumados en cada uno de los aspectos de la vida a que se enfrente.

CAPITULO 1

LA ORIENTACIÓN

1.1. Historia breve de la orientación educativa

Los surgimientos de la orientación son varios, y estos van desde a. C. Con los griegos, hasta por el siglo XVIII en donde destacan diferentes educadores como: Pestalozzi, Montessori, entre otros; de esta manera bien podríamos decir que estos vienen desde tiempos atrás, tal vez no indicados específicamente como tal la orientación pero si ve una leve tendencia hacia orientar y considero que uno de ellos podría ser el pensamiento de Sócrates <<conócete a ti mismo>> ya que es esto "... unos de los objetivos de la orientación" (Bisquerra, 1996:16). Con esto se puede decir que se comienza a ver la existencia de la orientación.

En sus orígenes la orientación tenía como finalidad proporcionar a los sujetos técnicas y herramientas que le ayudaran a desarrollarse plenamente en su vida cotidiana. Retomando el modelo establecido por la sociedad Norteamericana, la cual le daba importancia a la libertad de ocupaciones las cuales mejorarían el estilo de vida de los individuos y de los modos de producción.

La orientación educativa como tal surge a partir del siglo XIX con el acontecimiento de la revolución industrial que dio origen al capitalismo y nuevas necesidades ligadas a diferentes formas de trabajo que hicieron que el orientador tuviera que adoptar el papel de preparador de los jóvenes para contribuir al crecimiento y desarrollo de la sociedad industrial, ello dio inicio al surgimiento de la orientación vocacional.

Los principales precursores de la Orientación fueron:

Parsons, Davis y Kelly.

Parsons, es considerado el pionero de la orientación vocacional establece de primordial importancia, ofrecer información a los sujetos acerca de la elección de las profesiones, acorde a las necesidades individuales y sociales regidas bajo el desarrollo de la industrialización.

Parsons proponía tomar en cuenta tres aspectos primordiales para una adecuada elección profesional, el autoanálisis para conocer al sujeto, la información para conocer el mundo laboral, y el ajuste del hombre a la tarea mas adecuada.

Posteriormente el modelo parsoniano de orientación vocacional fue complementado con el de orientación educativa planteado por Jesús b. Davis, el cual consideraba que la institución educativa era el medio más idóneo para desarrollar en los sujetos habilidades y aptitudes a lo largo de su trayectoria escolar, que le servirían para su futuro social y profesional.

Truman Kelly utilizó por primera vez el término orientación Educativa, el cual define como una “actividad educativa, de carácter procesual dirigido a proporcionar ayuda al alumno, tanto en la elección de estudios como en la solución de problemas de ajuste o de adaptación a la escuela”. Truman consideraba necesaria la integración de la orientación Educativa a la vida académica. (Bisquerra, 1996:26).

La orientación fue en gran medida, fruto de la evolución social e histórica en la que intervinieron muchos factores.

Los modelos antes nombrados dieron paso al esparcimiento de la orientación educativa en el mundo, uno de los principales en adoptarlo fue nuestro país.

1.2. La orientación educativa en México

En la segunda década del siglo XX dio surgimiento la orientación en México, con la reestructuración de la enseñanza media y con la separación entre la escuela secundaria y la escuela preparatoria en 1926, se organizaron en la Secretaría de Educación Pública (SEP), las áreas de investigación psicopedagógica, de clasificación de la información profesiográfica y de métodos de selección escolar, a través de las siguientes instancias: El Departamento de Psicopedagogía e Higiene Mental, La Sección de orientación Educativa y Vocacional y el Instituto Nacional de Pedagogía. Debido a lo anterior, se quiso dar a los dos años que quedaban en la preparatoria una orientación profesional, se entendía como un puente entre la enseñanza secundaria y las escuelas superiores, apareciendo entonces el bachillerato especializado.

Dentro de este marco de reformas en la educación, la sep. puso en marcha en 1932, el proyecto de servicio de orientación vocacional en la preparatoria técnica, con el fin de dar oportunidades a los alumnos con mayor capacidad para acceder a cursos de postgrado, en el mismo año se puso en marcha el proyecto de orientación vocacional, las tendencias marcadas por la orientación profesional llevaron a que, en 1937, la escuela nacional de maestros, iniciara la selección de aspirantes a la carrera de profesor, aplicando métodos de selección profesional y en 1939, inicia sus funciones el instituto nacional de pedagogía, con su sección de orientación profesional. La necesidad por contar con profesionales en el terreno de la orientación, condujo a la preparación de especialistas dedicados a esta actividad.

En 1939, inicia sus funciones el instituto nacional de pedagogía, el cual contaba con una sección de orientación profesional, incluyéndose en los programas este tipo de orientación en el tercer curso de enseñanza secundaria.

En 1942, se crea la especialidad de técnicas de la educación en la escuela normal superior, iniciándose así la formación profesional de los primeros orientadores en nuestro país.

El primer programa de orientación educativa y vocacional se presentó en 1950, en la obra del Prof. Luís Herrera y Montes “La Orientación Educativa y Vocacional en la segunda enseñanza”, publicado por la SEP (Nava, 1993: 22).

En México, se debe a Luís Herrera y Montes el establecimiento de la primera oficina de Orientación Educativa y Vocacional en la escuela secundaria anexa a la escuela Normal Superior de México en el D.F., en 1952 desde entonces se ha venido integrando el cuerpo académico de la orientación.

El primer programa de orientación educativa y vocacional se presentó en 1950 y alrededor de 1951 y 1952, las actividades de orientación se instituyen, tanto en el (IPN) Instituto Politécnico Nacional, en el Instituto Nacional de Pedagogía, como en la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

La orientación se realizaba mediante la aplicación de estudios sociotécnicos, diagnóstico y un pronóstico, de casos personales enfocados desde el ambiente social. También se incluía orientación sobre mercado de trabajo y actividades que llevaran al alumno a la reflexión de sus capacidades y limitaciones, con el fin de lograr una elección vocacional acertada, de acuerdo con sus intereses, además, se trataba de evitar la deserción y el fracaso profesional para lo cual, se exploraba también, el núcleo familiar social.

En 1960 se crea la Comisión Especial de Orientación Profesional con ello se pretende llevar a cabo un plan de formación de orientadores del magisterio. Ese mismo año se incrementaron las investigaciones acerca de los problemas psicopedagógicos y ambientales, con el propósito de explicar las fallas escolares de los alumnos, así como, de los factores psicológicos, académicos y

socioculturales, que afectan a los estudiantes de las escuelas profesionales, también, aquellos relacionados con problemas de la personalidad que interfieren el desarrollo de la potencialidades de los alumnos.

La reforma del plan de estudios de bachillerato, llevada a cabo en 1964, incorpora el ciclo de 3 años, y por las características del plan de estudios cobra especial relevancia el papel de la orientación en el apoyo a la toma de decisión del estudiante.

La reforma educativa de los 70 incluía entre otras cosas la importancia de que la evaluación de los conocimientos no solo se hiciera de manera cuantitativa, sino también cualitativa, se enfatizó así la relevancia de la orientación en todos los niveles de la enseñanza.

A inicios de 1980 la orientación en México toma la denominación de orientación educativa, en donde se proponen alternativas para dar solución a problemáticas sociales, con herramientas y acciones concretas, enmarcadas en programas, técnicas y procedimientos ubicadas en la realidad de la nación.

“Sin embargo, la orientación se ha ido desarrollando de manera práctica, al incorporar estrategias y técnicas de corrientes pedagógicas, psicológicas, sociales etc.; como las que recientemente han impactado los ámbitos educativos en nuestro país, dándoles un carácter psicopedagógico debido a la influencia del enfoque curricular, con lo cual, se ha conseguido la integración de la orientación en los planes de estudio en torno a un objetivo: la formación integral de los alumnos con un enfoque constructivista para que los alumnos aprendan a aprender” (Ríos, 2002: 15).

Como podemos ver la orientación Educativa ha atravesado por diversas etapas y modificaciones en su desarrollo debido a los acontecimientos históricos dando con ello importantes progresos en la Orientación ya que en un principio se veía como

una forma de reproducir a sujetos con características indispensables para introducirlos al mercado laboral y satisfacer así las necesidades que en materia de producción requería el país. Posteriormente se dio mayor atención a las capacidades, necesidades e intereses de cada sujeto.

1.3. La orientación educativa en escuela secundaria

Como se comentó en el punto anterior, la inserción de la Orientación Educativa, se da gracias a la elaboración del Programa para la Modernización Educativa, uno de los postulados que maneja para el nivel de educación secundaria es el de “formar individuos críticos y reflexivos, lo que plantea la necesidad de enmarcar la educación con un enfoque crítico, abierto a la participación y de compromiso”. (SEP. Guía Programática de Orientación Educativa, p. 6).

De acuerdo a lo anterior se busca que el alumno que ingresó a este nivel, pueda tener acceso a satisfacer las necesidades que se presenten en su etapa adolescente, la cual está llena de cambios y cuestionamientos presentes en sus aspectos biológicos, intelectuales, emocionales, sociales, etcétera. Estas necesidades deben ser orientadas y atendidas para que el alumno pueda alcanzar lo que se plantea en el Programa para la Modernización Educativa y actualmente en el Programa Nacional de Educación 2001- 2006 donde se expresa que una educación básica de buena calidad está orientada al desarrollo de las competencias cognoscitivas fundamentales y a brindar a los alumnos los elementos necesarios para conocer el mundo social y natural en el que viven, la capacidad para reconocer, plantear y resolver problemas; y formar en ellos el interés y la disposición a continuar aprendiendo a lo largo de la vida de manera autónoma y auto dirigida.

La escuela secundaria tiene que cumplir, no sólo las demandas que la sociedad exige, sino también con el desarrollo de competencias y aprendizajes que deben

ser el propósito de docentes y directivos, los cuales deben dirigir su esfuerzo para contribuir a la formación de los futuros ciudadanos.

De la escuela secundaria se demanda un servicio educativo que responda a los intereses y necesidades de los alumnos donde se privilegien los rasgos y características de cada adolescente, pues se debe tener claro que es con ellos con los que se trabaja diariamente y, por lo tanto, se le debe dar respuesta a sus necesidades tanto presentes como futuras.

Consideramos por lo anterior que la orientación tiene una importancia fundamental en la escuela secundaria, pues con su inserción a dicho ámbito educativo se ha logrado que los alumnos consigan un óptimo desarrollo en su proceso de maduración biopsicosocial y además les ha permitido ir conformando su identidad personal.

El campo de la orientación educativa en la escuela secundaria se circunscribe a la asistencia a los educandos en el desenvolvimiento armónico de su personalidad, en su adaptación al medio escolar, familiar y social asimismo aspira a desarrollar progresivamente su aptitud de autodeterminación.

De tal forma se busca que la orientación educativa dé apoyo a los educandos para que sean capaces de poner en práctica actitudes positivas con sus compañeros, profesores y con el resto de la institución escolar, así como también en su ámbito familiar y con la comunidad. Esto puede lograrse si el alumno reflexiona sobre sus derechos y obligaciones, su aceptación hacía sí mismo, hacía los demás, por consiguiente pueda elegir los estudios posteriores facilitando la toma de sus decisiones.

Por tanto, en esta etapa la orientación puede definirse como la fase del proceso educativo que consiste en el cálculo de las capacidades, intereses y necesidades del individuo para aconsejarle acerca de sus problemas, asistirle en la formulación

de planes para aprovechar al máximo sus facultades y ayudarle a tomar las decisiones y realizar las adaptaciones que sirvan para promover su bienestar en la escuela, en la vida y en su realidad.

Pará tener un mejor apoyo el siguiente apartado nos conducirá a aproximaciones teóricas y conceptuales de la orientación definiendo a esta lo más cercana a nuestra realidad.

1.4. Una aproximación al concepto de orientación educativa

De acuerdo con Martínez de Codes (1998:3), el concepto de orientación, sus funciones y el modo de planificarla fueron, desde el comienzo, imprecisos, problemáticos y, con frecuencia, contradictorios.

Según este, autor, la orientación ha sido tratada desde diversos enfoques: como proceso que ayuda a la persona a tomar decisiones vocacionales, como forma de asesorar al individuo para la resolución de problemas personales y/o sociales, como sistema o modelo de intervención que brinda asistencia al sujeto, y, más recientemente, como eje transversal del currículo, presente en los actos que emprende el docente en el contexto escolar y extraescolar.

Dada la complejidad de este término, la comprensión del mismo exige recurrir a una diversidad de fuentes y perspectivas que nos ayuden a aproximarnos a su definición. Por ello, realizamos una exhaustiva revisión y análisis del significado, funciones, principios, áreas o dimensiones de la orientación.

El concepto de orientación educativa ha sufrido diversas interpretaciones, originadas por los cambios y necesidades del contexto social en los que se ubica. Prueba de esto es que a lo largo de nuestra investigación nos hemos enfrentado con autores que conciben a la orientación desde diversos enfoques, con características propias y semejantes que contribuyen a la expansión y mejora de los fines de la práctica orientadora.

Repetto concibe a la orientación como: “El proceso de ayuda sistemática y profesional a un sujeto/s mediante técnicas Psicopedagógicas y factores humanos, para que se comprenda y acepte más a si mismo y a la realidad que le rodea, alcance una mayor eficiencia académica, profesional y humana, para que se relacione más satisfactoriamente consigo mismo y con los demás que con el conviven” (Repetto, 1998:189).

“La función de la orientación educativa, misma que tiene su origen en la búsqueda de soluciones para aquellos problemas que interfieren en la formación integral de los jóvenes que ingresan al sistema educativo, poniendo en práctica de manera sistemática, una serie de alternativas de solución a la problemática de los educandos, condicionadas por las características y necesidades educativas, sociales e institucionales” (García, 2001: 73).

El conocimiento de sí mismo y del mundo que rodea al individuo constituye elementos esenciales en la conceptualización siguiente: “orientar es, fundamentalmente, guiar, conducir, indicar de manera procesual para ayudar a las personas a conocerse a sí mismo y al mundo que los rodea; es auxiliar a un individuo a clarificar la esencia de su vida, a comprender que él es una unidad con significado capaz de y con derecho a usar de su libertad, de su dignidad personal dentro de un clima de igualdad de oportunidades y actuando en calidad de ciudadano responsable tanto en su actividad laboral como en su tiempo libre” (Rodríguez, 1990:11).

En cambio Rogers, concibe a la orientación como no directiva “el llegar a conocerse a sí mismo y al mundo, consiguiendo ciertas cotas de conciencia de la identidad personal y de experiencia de los contenidos del entorno y del medio donde la persona vive enmarcada para llegar a la madurez en la comunicación interpersonal” (Rogers, 1973:65).

El mismo Rogers en su terapia centrada al cliente, afirma que el alumno promoverá su propio aprendizaje en cuanto éste llegue a ser significativo para él mismo. Esto sucede cuando en la experiencia se involucra a la persona como totalidad, cuando se incluyen sus procesos afectivos y cognitivos, y cuando, además, el aprendizaje tiene lugar en forma experimental en este sentido, reviste gran importancia que el alumno considere el tema a tratar como algo relevante para sus objetivos personales y que el aprendizaje se promueva con técnicas participativas, a través de las cuales el alumno tome decisiones, movilice sus propios recursos y se responsabilice de lo que va a aprender. Simultáneamente, la creación de un ambiente de respeto, comprensión y apoyo para los alumnos es de igual manera sobresaliente.

Para culminar revisaremos un último punto de vista integral, según Santa Cruz (1990:15), una definición completa del proceso de orientación debe contener los siguientes elementos:

- La naturaleza de la orientación: ¿qué es?, un proceso que no escapa de la posibilidad de definirlo como una actividad, como técnica, pasando por considerarla una relación (que es la tendencia más frecuente), restando así importancia a otros aspectos de la orientación.
- La justificación del proceso: ¿por qué? atiende a una situación que no es abordada por otros procesos dentro de la estructura social.
- El propósito: ¿para qué se orienta?, la intención y la justificación contribuirán a definir el objetivo, tanto de la sociedad como del individuo.
- El método: el ¿cómo? significa la manera de abordar el proceso de asesoría, según los procedimientos, técnicas e instrumentos utilizados para ofrecer orientación preventiva.

- El momento del proceso responde a la pregunta ¿cuándo se orienta?, que se refiere a un proceso permanente, a lo largo de toda la vida.

Bajo estas concepciones amplias de la orientación que incluye las áreas de atención y la integración de las mismas en su operacionalización, consideramos que la ayuda al individuo se debe ofrecer en las áreas básicas vocacional, pedagógica, universitaria, profesional, económica, social, política, y cultural, las cuales no podrán ser atendidas de forma independiente ya que los problemas que confronta el sujeto difícilmente corresponden a una sola área.

Concluimos que la orientación educativa es un proceso que encauza las capacidades del individuo y posibilita su integración en el contexto social, así como la adquisición de aprendizajes significativos para construir un plan de vida. Es un espacio de reflexión y acción que busca desarrollar los valores y habilidades, así como la autodeterminación y la creatividad del estudiante.

1.5. Tipos de orientación

La Orientación Educativa es un proceso integral que abarca todos y cada uno de los elementos de la labor educativa, pues no solo le interesan las aptitudes, intereses y posibilidades del alumno sino también las condiciones organizativas y ambientales del centro escolar, los programas de enseñanza, la actuación de los profesores y todos los demás factores que intervienen en el proceso educativo; el alumno no es una persona aislada, sino inmersa en un contexto del ámbito escolar y en el de su medio familiar y social.

Los problemas de la práctica de la orientación educativa tienen como centro de interés al alumno, que es el interesado en orientarse y constituye el campo de labor del orientador. Las acciones que centran su atención en el apoyo de su desarrollo personal y proyección vocacional-profesional son tareas prioritarias que compete realizar al orientador. Sin embargo, existe un gran vacío que no logra

llenar la intervención porque los problemas de la práctica que impactan a los alumnos, no se comprenden, ni pueden ser explicados en la práctica misma, debido a que responden a una lógica diferente es preciso darles la palabra a los alumnos, profesores, padres de familia y los mismos orientadores, para que sean ellos los que expresen sus opiniones, testimonios, percepciones, actitudes, etcétera., sobre diversas problemáticas que atañen a la orientación para comprender y explicar por qué suceden estas cosas, qué significa para ellos la orientación personalizada y vocacional, los elementos que se juegan en cada problemática particular. Estos y otros problemas pueden ser interpretados en la realidad de la vida cotidiana del actor con el objeto de comprender su naturaleza y razón de ser y, en el mejor de los casos, sugerir posibles soluciones.

Los tipos de orientación y de intervención van de acuerdo a las etapas que tiene el individuo en su vida, es decir, la orientación que se le dará estará encaminada a la necesidad que requiere el sujeto en ese momento, para así darle alternativas que pueda elegir el camino que más le concierte, por ello se explicará cada una de las áreas de intervención de la orientación en el siguiente apartado.

1.5.1. Orientación escolar

Es un proceso de ayuda al alumno en cuestiones relacionadas con su situación escolar, para que en el trayecto de su recorrido, realice elecciones acordes con sus intereses, capacidades y situación personal. El carácter de proceso de toda orientación tal vez se perciba mejor al referirse a la orientación escolar, como el carácter procesal de la propia educación formal, la evolución del alumno, así como de las características en las estrategias que utiliza.

La Orientación Escolar, incluye las características del medio escolar donde se desenvuelven los alumnos, a la adaptación de éste al entorno escolar, el tipo de intervención, la planeación curricular y la programación de las actividades.

Es la orientación básica y cíclica del alumno desde su educación básica hasta la conclusión misma de una carrera, en donde el orientador adecua y comprende sin excluir el mostrar todas y cada una de las oportunidades de éxito del escolar (Mora, 1998:40).

1.5.2. Orientación vocacional

En esta área de la Orientación Educativa no se ve únicamente en el estudiante a la persona y al alumno sino también esta ve su futuro profesional y que por el momento el estudiante se encuentra en un período de formación y preparación en el camino de ocupar un puesto en la sociedad.

“La orientación vocacional tiene como objetivo acompañar a los sujetos en el planteamiento de sus reflexiones, conflictos y anticipaciones sobre su futuro, donde el intentar la elaboración de un proyecto de vida personal, éste deberá incluir una mayor conciencia de sí mismo y de la realidad socioeconómica, cultural y laboral permitiendo que al elegir una ocupación la lleve a cabo en el futuro con éxito” (Muller, 1990: 11).

La orientación debe centrarse en el alumno por la trascendencia que para éste va a tener la elección vocacional en su estilo de vida, en función de la carrera que elija, es enseñar al alumno a saber tomar decisiones ya que el poder tomarlas acertadamente no se improvisa, es un proceso complejo en donde influyen creencias, pensamientos, actitudes, valores, informaciones de todo tipo, aceptación de posibles riesgos en la toma de estas y la responsabilidad de aceptar las consecuencias que puedan llegar a ver. Por lo que es responsabilidad de la orientación brindar al alumno de actividades e información correctas para que

cuando este se encuentre en situación de decidir entre unos estudios u otros, o entre el estudio y el trabajo, cuente con la preparación necesaria para poder hacerlo.

“Preparar a los alumnos para su subsiguiente transición del medio escolar al mundo laboral y para el ajuste personal que esto supondrá” (Rodríguez. 1995:23).

Rodríguez señala que los adolescentes apenas conocen el mundo de trabajo que les espera y que no están preparados para planificar su futuro. El rápido cambio en las profesiones y en las sofisticadas exigencias instructivas obstaculizan su decisión vocacional e incapacitan aún más el enfrentamiento a las tareas de desarrollo profesional; por ello recomienda en la enseñanza, como tema urgente proporcionar más asistencia a la Orientación Vocacional; señalando la necesidad de imponer un cambio en los diseños de programas de orientación, estos cambios aconsejan entre otras cosas que los orientadores se acerquen a los centros escolares; que ofrezcan servicios menos correctivos y más personalizados; que eviten los rezagos de prejuicios sociales; que se centren en el conocimiento de la conducta y que sus acciones puedan ser evaluadas; brindar un servicio que se extienda a todos los niveles escolares y que atienda a la multiplicidad de las necesidades de los adolescentes.

Por lo que esta área debe de facilitar el desarrollo vocacional ayudando y apoyando al estudiante en la comprensión de sí mismo y del medio con las oportunidades ocupacionales que la sociedad le ofrece.

Bisquerra desde una posición constructivista y de desarrollo considera que toda educación desarrolla el potencial de la persona, dotando al sujeto de competencias necesarias para afrontar las demandas de cada etapa y facilitando el progreso de los esquemas conceptuales de uno mismo, la concibe como proceso dirigido al desarrollo integral de la persona, al clarificar valores, y tomar decisiones en los objetivos a perseguir durante el proceso educativo formativo.

Antes de iniciar una propuesta desde la orientación vocacional es necesario analizar cuál es la justificación teórica y metodológica de las acciones para organizar las relaciones del proceso de orientación. Entre todas las opciones epistemológicas, se encuentra el término de enfoque de asesoramiento, utilizado para referirse al conjunto de fundamentaciones teóricas aplicadas que se dan dentro de la Psicología Vocacional respecto al proceso de ayuda vocacional individual.

Revisando y comprendiendo la lectura de Francisco Rivas: “el asesoramiento vocacional es un proceso técnico par ayudar a las personas a desarrollar y aceptar una adecuada imagen de sí mismo, de su rol en el mundo laboral, contrastar este concepto con la realidad y revertirlo o conseguirlo eficazmente con satisfacción para sí mismo y para su entorno social” (Rivas, 2001: 30).

La ayuda técnica se presenta como asesoramiento vocacional para adecuar los planes personales con las exigencias del mundo laboral. En el proceso de toma de decisiones se pueden caracterizar distintos períodos, que van desde la toma de conciencia en la elección a la realización profesional.

El concepto de enfoque incluye dos elementos básicos: la teoría y procesos. La primera se refiere a los fundamentos del asesoramiento: la segunda a la traducción de éstos al campo de la práctica.

Para justificar la propuesta planteada al inicio de este trabajo plantearemos los cinco enfoques de Francisco Rivas de manera general, dando realce al enfoque rogeriano que es el adecuado a la línea de trabajo que pretendemos desarrollar.

Consideramos indispensable que todo orientador vocacional reconozca las características de cada enfoque del asesoramiento, ya que al asimilarlas podrá identificarlas de una mejor manera, eligiendo posteriormente aquél enfoque con el

cual esté de acuerdo y que se adapte a sus necesidades y al del asesorado o alumnado.

Enfoque vocacional desde la teoría de rasgos

La Teoría de Rasgos considera que el proceso orientador es en la práctica un proceso de diagnóstico y predicción para producir alternativas de elección.

Lo importante de este enfoque es el de encontrar un equilibrio entre las características de la persona (capacidades, intereses y aptitudes) y las variadas exigencias del mundo laboral. Es aquí donde surge el auge de la Psicometría, ya que gracias a ella se permite el estudio de las diferencias individuales y del comportamiento humano en identificaciones en unidades de comparaciones estables.

Una ventaja que señala dentro de esta teoría, es que a través del uso de la psicometría, tiene una capacidad predictiva y no de suspenso. Justificar de esta manera, la gran ventaja de conocer los rasgos necesarios para la aplicación de un trabajo exitoso y el de lograr medir, si la persona cuenta con esos rasgos.

Las personas dentro de este marco son vistos como un conjunto de tendencias y predisposiciones duraderas (rasgos) resultantes de la herencia y el aprendizaje.

Se consigue entender que los rasgos son heredados, sin embargo, éstos pueden cambiarse en la aplicación de nuevos aprendizajes y vivencias, no obstante estos rasgos pueden llegar a ser estables en la adolescencia.

“El proceso de ayuda se estructura de manera que todas las acciones van dirigidas a contrastar las características individuales con las de la profesión o puesto de trabajo al que se opta. El ajuste es el objetivo principal de este proceso” (Rivas, 2001:62).

Un rasgo implica una disposición estable a comportarse de manera parecida en varias circunstancias. Para los teóricos de los rasgos de personalidad, estos nos permiten hacer predicciones sobre nuestra conducta y la de los otros.

Enfoque vocacional desde la teoría psicodinámica

El enfoque psicodinámico explica la elección vocacional partiendo de factores endógenos o internos del individuo, dando gran importancia a la motivación y a la satisfacción de necesidades. Las teorías psicodinámicas entienden el trabajo y la conducta vocacional como una sublimación de los impulsos infantiles para satisfacer necesidades la elección vocacional es considerado un acontecimiento o acto.

Un ejemplo de esta aproximación fue la obra de Ana Roe y Siegelman (1964), para estos autores las experiencias de la infancia son las que mas influyen en las necesidades de más alto rango, y por tanto, inciden en el desarrollo profesional. La afectividad y el clima en la vida familiar producen que los niños estén orientados hacia las personas o que tiendan a alejarse de las personas, ligadas profundamente al psicoanálisis desde la jerarquía de satisfacción de las necesidades que desemboquen la autorrealización, hasta la influencia del clima familiar , en la orientación de sus intereses.

“La fuerza de las necesidades es de origen principalmente subconsciente y la tendencia a su satisfacción, es el determinante principal de la motivación humana” (Rivas, 2001:100).

En resumen, este enfoque psicoanalítico y de la personalidad sienta sus bases en la teoría de la satisfacción de las necesidades, el psicoanálisis, y el concepto de si mismo. Establece una relación entre la conducta vocacional y el desarrollo de la personalidad en forma concreta, la elección vocacional consistirá en satisfacer las

necesidades ligadas a las experiencias de la infancia, desde el supuesto que cada sujeto nace con una carga genética desarrollada en un contexto y ambiente.

Enfoque vocacional rogeriano

El proceso de ayuda se basa en la comunicación interpersonal, la libertad, la aceptación mutua, y la afectividad. Para este enfoque, la autorrealización es la finalidad de la conducta humana, y el proceso de ayuda es una sucesión de etapas que permite al sujeto clarificar su problema, aceptar la situación y encararse o adaptarse a la misma de forma creativa y responsable.

Encaminada a esa autorrealización se ve encaminada la propia autoestima, En palabras de Rogers (1984:78) "El individuo posee en sí mismo potenciales recursos para su propia comprensión, para cambiar su autoconcepto, sus actitudes, y para dirigir su conducta, y estos recursos pueden ser liberados a condición de que un determinado clima de actitudes psicológicas facilitadoras pueda ser logrado".

Identificado como no directivo y propiamente fenomenológico, comienza el desplazamiento de la responsabilidad del proceso de ayuda, en lo que a toma de decisiones se refiere, al propio sujeto.

El taller propuesto tiene también una orientación rogeriana en cuanto a su fin: facilitar la clarificación y actualización del autoconcepto con los roles vocacionales compatibles y con las posiciones del individuo como persona responsable. El proceso de ayuda se basa en la comunicación interpersonal, la libertad, la aceptación mutua y la afectividad; el asesoramiento rogeriano destaca los aspectos afectivos, como medio facilitador de la relación personal. Así pues, son las actitudes del asesor, mas no sus técnicas, es lo que constituye la clave del proceso. El influjo de esta teoría ha afectado, fundamentalmente, las actitudes del

asesor a la hora de enfrentar los problemas de la relación de ayuda y al proceso de comunicación implícito en la misma. (Rogers, 1984:114).

El punto crucial de todo asesoramiento vocacional, la toma de decisiones, se resuelve en este enfoque; si el individuo está bien ajustado psicológicamente, será capaz de resolver por sí mismo los problemas vocacionales, pues éstos no son sino una parte de su vida sobre la que tiene dominio. Con el enfoque Rogeriano se inicia el desplazamiento de la responsabilidad del proceso de ayuda, en lo que a toma de decisiones se refiere, hacia el propio sujeto.

Para este enfoque, la autorrealización es la finalidad de la conducta humana, y el proceso de ayuda es una sucesión de etapas que permiten al sujeto clarificar sus problemas, aceptar la situación y encararse o adaptarse a la misma, de forma creativa y responsable.

Aunque todos los enfoques del asesoramiento tienen como punto central la toma de decisiones del sujeto respecto al problema vocacional, no todos inciden en destacarlo por igual. Nuestra propuesta de Programa parte del conocimiento de sí mismo y de la realidad, he allí la tarea del orientador, y sobre esa base la toma de decisión adecuada, y al respecto, es el enfoque conductual - cognitivo el que más énfasis pone en la toma de decisiones y la solución de problemas en la conducta vocacional.

La finalidad del proceso es la solución del problema vocacional específico que una persona concreta percibe y acepta como problema y para el que voluntariamente requiere ayuda. La clave del proceso está en el autoconocimiento, el análisis de la situación problemática y en general el tratamiento de cuanta información se crea pertinente. Este enfoque es la forma más actual de plantear el asesoramiento vocacional.

En resumen este enfoque engloba teóricamente cada una de las necesidades de nuestra propuesta pues hemos considerado las siguientes características que a continuación comentamos.

Este tipo de orientación trasciende la elección de carrera influyendo positivamente en la autoestima y valoración que la persona tiene de sí misma desde que se favorece el autoconocimiento, el auto aceptación, la comprensión de sí mismas, reconocen sus logros y necesidades y existe una mejora en distintos ámbitos de relación, como son la escuela y la familia.

La orientación puede ser verdaderamente un espacio de crecimiento y desarrollo, puesto que permite una exploración profunda de sí mismas, de sus cualidades, limitaciones, historia, contexto, pensamientos, sentimientos, significados, etc.; intencionalmente favorece la toma de conciencia y construcción de su identidad o concepto personal; y facilita la toma de decisiones libres, tanto al ser partícipes activas de su proceso, como al hacerse responsables de la decisión de carrera que toman.

Sin ser terapia, puede ser una experiencia terapéutica que propicia la responsabilidad y madurez y que favorece el desarrollo de potencialidades creativas, estancadas o maniatadas por los miedos y ansiedades. Permitiendo que la orientación sea un verdadero proceso de ayuda.

Reconoce el gran valor de cada persona, promoviendo que el acompañamiento sea personal, atendiendo y adecuándose a las necesidades individuales, respetando el tiempo y el proceso de cada adolescente.

Las experiencias terapéuticas, de consejería y orientación, desde la perspectiva rogeriana, abarcan una amplia gama que va del trato de personas normales, en condiciones pedagógicas o vocacionales, hasta la psicoterapia en psicóticos esquizofrénicos (Rogers.1980).

Hay aplicaciones de esta concepción en diversas áreas como la clínica, la educación, las relaciones de pareja, la ludo terapia, la dinámica de grupos (los famosos grupos de encuentro), etcétera. Cubre un amplio espectro de edades, desde niños de dos años hasta ancianos. Por ello trasciende los linderos del consultorio para conformar una teoría sobre el "buen vivir", esto es, sobre el vivir plenamente, en constante superación, abiertos a todas las experiencias, sin miedo, con capacidad de elección y de responsabilizarnos por lo elegido.

Quizá, el valor más grande de este enfoque reside en el hecho de haber captado un principio básico de la naturaleza íntima de todo ser vivo: la necesidad que tiene de un ambiente, una atmósfera, un clima propicios y adecuados, y que, cuando se le ofrecen (en el caso humano, a través de las características de la autenticidad, la aceptación incondicional y la comprensión empática), activan su "tendencia actualizante", es decir, despliegan su máxima potencialidad de desarrollo y creatividad, y llegan a niveles de excelencia difíciles de imaginar en esta evolución perenne de la vida, en general, y, de los seres humanos, en particular. En este sentido, este enfoque es, por excelencia y esencialmente, emancipatorio. De aquí nacerán, lógicamente, ciertas resistencias al mismo, de naturaleza social y, especialmente, política. En el fondo, señala que "no se trata sólo de una psicoterapia, sino de un punto de vista, de una filosofía, de un enfoque de la vida, de un modo de ser..., que se expresa ya sea en una orientación psicológica no-directiva, en una terapia centrada en el cliente, en una enseñanza centrada en el estudiante o en un liderazgo centrado en el grupo" (Rogers, 1980: 114).

Hasta aquí el enfoque rogeriano y sus múltiples características que darán forma a nuestra propuesta mas adelante.

Enfoque vocacional evolutivo

Enmarcado en las teorías del desarrollo, considera la elección vocacional no como un suceso preciso en un momento determinado de la vida, sino que forma parte de un proceso continuo de sucesivas elecciones a lo largo del ciclo vital de la vida, mediante el cual el sujeto evalúa como conseguir mejorar el ajuste entre sus metas cambiantes y las realidades del trabajo. “Es el modelo que estudia a la persona como un ser de crecimiento continuo, que se desarrolla gracias a una serie de estímulos apropiados para sacar lo mejor de sí mismo a través de tareas de entrenamiento y perfeccionamiento” (Rivas ,2001:175).

Aun cuando los autores de la teoría visualizan el proceso de elección de las carreras como efectuándose dentro del marco descrito, reconocen que pueden ocurrir variaciones individuales en los patrones, debido a razones de orden biológico, psicológico y ambiental.

Tales variaciones ocurrirán en dos campos posibles del comportamiento. Los individuos variarán con respecto al rango de las elecciones que expresen a través del tiempo. Algunas personas seleccionarán una ocupación muy temprana en la vida y jamás variarán significativamente de ella, mientras que otras realizarán una serie amplia de diversas elecciones ocupacionales antes de llegar eventualmente a implementar una.

Ginzberg y sus colaboradores sugieren que la naturaleza específica de las habilidades de un individuo influirá parcialmente en el rango de sus elecciones. De esta manera, si una persona posee una habilidad altamente desarrollada con implicaciones ocupacionales específicas y si esa habilidad emerge

tempranamente en su vida, existe gran probabilidad que él manifieste un rango muy estrecho en su patrón de elección.

Enfoque vocacional conductual cognitivo

El enfoque conductual-cognitivo conjunta dos orientaciones psicológicas modernas, enriqueciendo con sus respectivas aportaciones teóricas y aplicadas el tratamiento adecuado del asesoramiento vocacional individual.

La finalidad del proceso es la solución del problema vocacional específico que una persona concreta percibe y acepta como tal problema y para el que voluntariamente demanda ayuda. La clave del proceso está en el autoconocimiento, el análisis de la situación problemática y en general el tratamiento de cuanta información se crea pertinente.

La doble contribución teórica permitirá la consideración de informaciones y procesos de muy distinta índole; en concreto, tanto aspectos subjetivos como objetivos al comportamiento individual, así como los pensamientos y procesos externos o los condicionamientos contextuales del medio.

La eficacia en el proceso de toma de decisiones, admite aspectos de ajuste personal, valoración personal de opciones ocasionales y alternativas de acciones que se ponen en funcionamiento, bajo la responsabilidad del propio sujeto dentro de un proceso altamente estructurado (Rivas, 2001:228).

El asesoramiento vocacional se estructura como un proceso técnico de ayuda capaz de ser guiado por medios de relación no estrictamente interpersonal, sino acudiendo a programas informáticos que facilitan información al sujeto le ayudan en la toma de decisiones según muy diferentes modelos y resultados empíricos.

El enfoque conductual cognitivo esta activando la investigación moderna en psicología vocacional, incorporando sujetos teóricos congruentes con la definición del hecho vocacional como interacción del individuo con su medio profesional mediato.

La toma de decisiones debe ser contemplada como una ayuda verdaderamente educativa, dirigida al alumno con el fin de capacitarle para que realice con responsabilidad y madurez su propia toma de decisión, en un proceso que le conduzca a la autoorientación. Por lo tanto toma de decisiones ha de realizarse como una parte integrante del proceso educativo y formativo de los alumnos, con la finalidad de lograr la mayor armonía posible entre las capacidades, actitudes, valores e intereses de la persona.

1.5.3. Orientación profesional

El trabajo es una actividad de gran significado para la vida humana adulta, a la cual se le dedica la mayor parte de nuestro tiempo obteniendo una satisfacción personal y profesional; pero para poder entender el sentido de este profesionalismo es necesario, el análisis de las condiciones en las cuales el orientador desempeña su trabajo, con la finalidad de esclarecer los obstáculos institucionales, laborales, administrativos, etcétera.

Es decir, aquí estamos hablando de una orientación profesional, la cual según Germain es una actuación "... Destinada a conseguir que cada sujeto de dedique con libertad, pero conocimiento al tipo de trabajo profesional para el cual esta más dotado, y en el que con menos esfuerzo pueda conseguir mayor rendimiento y mayor provecho, así como mayor satisfacción para sí mismo, al tiempo máximo mayor éxito en el ambiente social" (Mora, 1998:14).

La orientación profesional guía al sujeto en el conocimiento de sí mismo y de la sociedad en que vive para que alcance una autonomía propia y una madura integración social.

1.5.4. Orientación ocupacional

La orientación ocupacional surge para dar respuesta a las diversas problemáticas que se originan en relación con el empleo y la formación para ocupar de manera más o menos inmediata un puesto de trabajo.

Hoy en día el encontrar un empleo y mantenerlo resulta difícil puesto que cada vez se exige más gente que este “preparada” y los trabajadores con bajo rendimiento intelectual son sustituidos por nuevas tecnologías por lo consiguiente desaparecen puestos de trabajo.

El dominio del orientador en el flujo de ofertas y demandas, acceso e interpretación de los perfiles y exigencias del puesto de trabajo como banco de datos del movimiento de ofertas de empleo (observatorio permanente del mercado de trabajo). El conocimiento de las ocupaciones y de su evolución permite detectar las ocupaciones en forma de perfiles ocupacionales y conocer las exigencias de las ocupaciones en orden a una posible calificación profesional, proceso algo difícil pero imprescindible para una correcta labor de orientación para la inserción o formación.

Como es visto la Orientación Educativa puede incluir diferentes áreas de trabajo extendiéndose hacia una gran cantidad de perspectivas; asimismo el orientador, a partir de su formación profesional y su ideología, tendrá su propia perspectiva de

la orientación, por ejemplo, ante los diferentes puntos de vista desde los cuales se puede enfocar la Orientación.

1.6. Funciones de la Orientación Educativa dentro del nivel secundaria

Orientación Pedagógica

Va dirigida a atender a los alumnos en sus necesidades académicas con respecto a hábitos, técnicas de estudios, problemas de motivación y bajo rendimiento escolar y mediante técnicas participativas se promueve la actuación del educando en la búsqueda de su superación.

Sus principales aprendizajes van dirigidos al autodescubrimiento de sus habilidades para el aprendizaje, adopción de actitudes positivas hacia el estudio y fomento de hábitos para el trabajo y la colaboración.

Orientación Psicosocial

Busca desarrollar en el estudiante actitudes y sentimientos de seguridad en sí mismo, lograr un autoconocimiento más pleno cada día, expresar sus actitudes aprovechar adecuadamente sus propios recursos y establecer relaciones positivas con los demás para colaborar en la superación propia y de la comunidad.

Orientación Vocacional y para el trabajo

Enseña al alumno a descubrir sus intereses, aptitudes y otras cualidades personales ofreciendo información relacionadas con las oportunidades educativas y ocupacionales que existen en la sociedad, con el fin de establecer un equilibrio entre las aspiraciones personales y las necesidades del mercado laboral. Conduce

a los estudiantes a la valoración de sus propios recursos ante los perfiles profesionales para decidir su futuro ocupacional.

Es decir la Orientación Educativa debe brindar a los alumnos un apoyo para que estos formen sus propios criterios y puedan tomar decisiones maduras relacionadas con aspectos primordiales de su desarrollo cognitivo, emocional, social, personal, moral y educativo debido a que en esta etapa de constantes cambios tanto físicos y emocionales por la que atraviesan los estudiantes es en donde se les debe de prestar una mayor atención y ayuda para un mejor desarrollo integral de estos.

1.7. Función del orientador en el nivel medio superior

Las funciones del orientador han ido evolucionando a lo largo de todos estos años, desde que la orientación empezó a considerarse como una actividad que debía integrarse en el proceso educativo. En un principio, el orientador realizaba dos funciones principales: el diagnóstico y el asesoramiento. La primera, implicaba una exploración sistemática y completa de los escolares y tenía como finalidad conocer al alumno para ayudarlo a comprenderse y a resolver sus problemas. La segunda, consistía en ayudar al alumno a conocerse a sí mismo, de manera que pudiera tener conciencia de sus aptitudes, posibilidades y limitaciones, y en proporcionarle información sobre estudios o retenciones acordes con sus condiciones personales.

Posteriormente esta función, empezó hacerse más educativa, lo cual implicó ampliar el abanico de funciones. Esta ahora se dirige a todos los alumnos, con el objetivo de conseguir la mayor eficacia posible en la consecución de los objetivos educativos del centro formativo, y, aunque los destinatarios últimos de la orientación sean los alumnos, las funciones se extienden también a la actividad

educativa que se realizan con los padres, los profesores y la propia institución escolar.

Podemos decir que el trabajo del orientador con los estudiantes del nivel medio superior consiste en “ayudar a los alumnos de bachillerato a desarrollar el conocimiento de sus propias potencialidades y debilidades, comprender la relación entre ellas y la elección profesional, la elección de papeles no ocupacionales y las elecciones educativas e instructivas y además a desarrollar estrategias afectivas para la toma de decisiones y las habilidades para llevarla a cabo y propiciar la reflexión a los alumnos sobre sus propios intereses, aptitudes, características físicas, personales, valores y circunstancias sociales” (Rodríguez, 1991:81).

Así como apoyar el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes a través de diversas actividades que permitan perfeccionar y /o desarrollar sus habilidades y estrategias de aprendizaje para un mejor desempeño escolar. Para ello el orientador recopila, organiza y analiza todos los datos posibles, manteniendo un registro de información acerca del estudiante y provee al adolescente de una amplia gama de materiales relacionados con las áreas educacional, ocupacional, vocacional y personal, para que pueda tomar decisiones adecuadas en sus planes futuros.

CAPÍTULO 2

2.1. Concepto de adolescencia

Hablar de adolescencia es hablar de una gran variedad de conceptos y es que a lo largo de la historia se ha hablado tanto de ella por una infinidad de autores, en donde sus definiciones son variadas según el enfoque que cada autor tenga que este puede ser desde el punto de vista biológico, antropológico, psicológico, de la orientación, etcétera. Nosotros solo daremos una breve explicación de la adolescencia desde los diferentes puntos de vista y haremos más hincapié en el aspecto psicológico, que es el enfoque que utilizaremos y nos servirá a lo largo de todo el trabajo.

Antes de empezar el apartado de trabajo con padres determino la finalidad del taller que propongo a partir de definir un concepto de adolescencia actual, pues esta propuesta centrada en padres, es para el adolescente una alternativa de apoyo directo en la mejora del autoestima desde un enfoque familiar.

Adolescencia es un término que, etimológicamente, tiene al menos dos acepciones distintas que interesan para el propósito de describirla. Por un lado, del latín «adoleceré» que significa «crecer», y manifiesta el crecimiento corporal de la persona que, hasta su entrada en esta fase del desarrollo, era un niño. En ese crecimiento está implicado, por un lado, el cuerpo humano, con la puesta en marcha de todo un mecanismo hormonal muy complejo, que condiciona cambios hacia una morfología que va a variar la estructura exterior del cuerpo en crecimiento y en nuevas formas y funciones y en el que las hormonas sexuales tienen una actuación especialmente destacada.

Por otro lado, «adolescencia», según otra perspectiva etimológica viene de «adolecer», que significa estar en carencia de algo. Y en este caso significaría estar en trance de poder conseguir algo, de lo que hasta ese momento se carece.

Es, pues, un período de transición en el que, al que abandona la niñez, le falta algo que tiene que conseguir o adquirir.

Aunque se atribuye a Rousseau el término, la adolescencia ha sido definido por autores de todos los tiempos, en general se describe como una etapa de cambios en la que el niño deja de serlo para convertirse en adulto, es un momento en el cual el individuo debe adaptarse al mundo que lo rodea y formar una identidad propia.

Es importante resaltar la existencia de diversas concepciones de adolescencia, con enfoques diferentes, entre las cuales podemos encontrar las siguientes:

Para Piaget la tarea fundamental de la adolescencia es lograr la inserción en el mundo de los adultos. Para lograr este objetivo las estructuras mentales se transforman y el pensamiento adquiere nuevas características en relación al del niño: comienza a sentirse un igual ante los adultos y los juzga en este plano de igualdad y entera reciprocidad. Piensa en el futuro, muchas de sus actividades actuales apuntan a un proyecto ulterior. Quiere cambiar el mundo en el que comienza a insertarse, tiende a compartir sus teorías (filosóficas, políticas, sociales, estéticas, musicales, religiosas) con sus pares, al principio sólo con los que piensan como él. La discusión con los otros le permite, poco a poco, el descentramiento (aceptar que su verdad es un punto de vista, que puede haber otros igualmente válidos, y que puede estar equivocado). La inserción en el mundo laboral promueve (más aún que la discusión con los pares) la descentración y el abandono del dogmatismo mesiánico (mi verdad es la única verdad) (Piaget, 1985:89).

Los proyectos y sueños cumplen en esta etapa la misma función que la fantasía y el juego en los niños: permiten elaborar conflictos, compensar las frustraciones, afirmar el yo, imitar los modelos de los adultos, participar en medios y situaciones de hecho inaccesibles. La capacidad de interesarse por ideas abstractas le

permite separar progresivamente los sentimientos referidos a ideales de los sentimientos referidos a las personas que sustentan esos ideales.

Aberastury Arminda definía adolescencia como .la etapa de la vida durante la cual el individuo busca establecer su identidad adulta, apoyándose en las primeras relaciones objétales–parentales internalizadas y verificando la realidad que el medio social le ofrece, mediante el uso de los elementos biofísicos en desarrollo a su disposición y que a su vez tienden a la estabilidad de la personalidad en un plano genital, lo que sólo es posible si se hace el duelo por la identidad infantil” (Aberastury, 1980:67).

Para esta misma autora lo que caracteriza a la adolescencia es:

- a) La búsqueda de sí mismo y de la identidad
- b) La tendencia grupal
- c) Necesidad de intelectualizar y fantasear
- d) Ateísmo o misticismo
- e) Desubicación temporal
- f) Evolución sexual (Del autoerotismo a la heterosexualidad)
- g) Tendencias anti o asociales
- h) Contradicciones en todas las manifestaciones de la conducta
- i) Una separación progresiva de los padres
- j) Constantes fluctuaciones del humor y del estado de ánimo.

El adolescente, afirmaban Aberastury y Knobel hace ya más de veinte años, debe realizar cuatro duelos: por su cuerpo infantil, por su identidad de niño, por los padres sobrevalorados de su infancia y por su bisexualidad, que debe abandonar. Pensamos que si bien es cierto que la adolescencia es un momento de duelos, no es únicamente eso. Esta etapa vital, a diferencia de otras, no implica sólo tristeza por lo que se deja atrás, sino también alegría por lo nuevo, por lo que se gana: una mayor libertad, empezar a tomar decisiones, posibilidad de acceso al campo de la sexualidad plena.

El adolescente quiere sentirse grande, independiente, dueño del mundo. El duelo por el cuerpo se transforma así en un lento proceso de identificación con la nueva imagen de sí. El duelo por los padres permite desprenderse de ellos como objeto de amor, como ideal y como autoridad y buscar nuevos objetos fuera del círculo familiar. El duelo por la identidad perdida incluye la aceptación y la renuncia a la bisexualidad.

Para Peter Bloss (1971:29) “La adolescencia es la suma total de todos los intentos para ajustarse a la etapa de la pubertad, al nuevo grupo de condiciones internas y externas –endógenas y exógenas- que confronta el individuo.”

La adolescencia se encuentra entre el inicio de la pubertad y la juventud. Es una etapa que conlleva cambios de tipo biológico y de tipo emocional, ambos conforman el proceso adolescente. En ninguna de las etapas del ser humano se puede dejar de lado la importancia del marco histórico social para poder pensar un período de la vida pero en especial en la adolescencia se presenta una gran influencia por este aspecto sin embargo también existe aspectos que pueden ser considerados como universales dentro de este proceso.

Es importante señalar que la adolescencia no sólo puede ser considerada una etapa en tanto que dentro de esta se viven una serie de aspectos psíquicos, emocionales y biológicos por lo que podemos considerarla como un proceso. El

adolescente deberá atravesar por cada momento de la adolescencia que le permitirá una transformación psíquica. Y dentro de este proceso se presentan una serie de cambios que podemos considerar difíciles y llenos de avatares, es un proceso complejo y arduo en muchas ocasiones violento y doloroso que habrán de ser vividos en algunos casos con sufrimiento pero que permitirán la conformación de la identidad adulta.

“Por medio de este proceso de integración se preserva la continuidad en la experiencia del yo que facilita la emergencia de una sensación de estabilidad en el ser –o sentido de identidad” (Bloss, 1971:83).

El adolescente se muestra como alguien lleno de confusión ya que por un lado necesita su propio espacio para poder crear su propia identidad pero también hay una parte que se resiste a ello ya que implica una separación emocional con su familia, experiencia que sin duda es dolorosa.

Podemos pensar a la adolescencia como un puente entre la niñez y la etapa adulta, que permitirá el devenir de un sujeto ahora como adulto lo que implica la diferenciación de esos padres sin dejar de lado que mucho de lo que es ahora ese adulto está relacionado con las identificaciones parentales. Es un período que se caracteriza por las contradicciones entre el deseo de crecer y seguir siendo niño, de salir del espacio parental y de continuar en ese lugar por lo tanto es un momento en el que se presenta la confusión y la ambivalencia.

El psicoanálisis por su parte tiene distintos autores y cada uno lo va desarrollando distinto y a la vez con similitudes. Erikson expresa “La adolescencia siempre a sido vista como una etapa intermedia...y desconcertante de un pasado definido en extremo que debe ser abandonado y de un futuro aún por identificar, y con el cual identificarse.” etapa en la cual el adolescente sufre una crisis de identidad, por lo que no saber con precisión quien es con sus cambios son para llevarlo a la madurez esta no esta dada por completo. (Erikson, 1972:119),

Kurt Lewin considera que el contexto social es determinante en el desarrollo de la adolescencia, dice que el concepto de sí mismo del adolescente muchas veces está determinado por su imagen corporal, por otro lado también es importante para el adolescente el tiempo ya que se va planteando metas vocacionales que podría determinar su vida adulta. De allí que para Lewin la adolescencia la entiende como una área donde dos regiones de la niñez y la edad adulta se traslapan.

Sin olvidar el eje central de este tema no podíamos dejar de incluir a un autor de perfil psicoafectivo como Branden quien nos dice que las principales características de crianza, para lograr adolescentes y adultos más seguros de sí mismos y con un buen nivel de autoestima, son:

El tacto. Mediante el tacto enviamos una estimulación sensorial que ayuda al niño a desarrollar su cerebro. Mediante el tacto expresamos amor, cariño, confort, apoyo y protección. Mucho antes de que un niño, pueda comprender palabras comprende el tacto.

El amor. Un niño tratado con amor podrá interiorizar este sentimiento y a experimentarse a sí mismo como alguien digno de cariño.

La aceptación. Un niño cuyos pensamientos y sentimientos son tratados con aceptación tiende a interiorizar la respuesta y a aprender a aceptarse a sí mismo. Si se aceptan las diferencias, puede crecer la autoestima.

El respeto. Un niño que recibe respeto de los adultos tiende a aprender a respetarse a sí mismo (Branden1991:37).

El interés en Branden y en este capítulo, es la importancia de la adolescencia una etapa de aspecto fundamental en la construcción del autoconcepto, propio y de familia, es decir la trascendencia mas allá de encontrar una identidad surge en encontrar un rol autentico con una visión de vida.

A partir de estas definiciones, entendemos que , la adolescencia no puede explicarse tan sólo como una faceta cronológica comprendida entre los 10 y 20 años de edad, puesto que tal encuadre apenas da una idea vaga y hasta esconde el verdadero significado de esta etapa fundamental en el desarrollo del ser humano y, sobre todo, involucra desatención en todas sus facetas de sus propias características, y del papel y proyección que tal etapa tiene en la sociedad actual, tan trascendente como para constituir el gran desafío global de los adultos de nuestros días.

No quiere decir lo anterior que el hecho fenomenológico de la adolescencia sea diferente al presentado a través de toda la historia de la humanidad, pero lo que pasa con la adolescencia de hoy es que en ella sobresalen ciertos rasgos y se hacen aparentes y hasta turbulentos algunos de sus aspectos, como consecuencia de los grandes cambios sociológicos y culturales de la actualidad.

Finalmente cabe agregar que el adolescente vive un tiempo de cierto hermetismo en donde se cierra al diálogo y observa sobre todo lo que le rodea en la familia y en la escuela. Quizá su único escape sea su grupo de amigos y compañeros que se acompañan en el despertar de su vida durante todo el proceso escolar.

Pero desde el punto de vista pedagógico y de orientación en donde participamos con tareas de cuidado y atención de sujetos que atraviesan tal etapa, debe implantarse una definición de aplicación corriente y de enfoque integral, diciendo que es el período del desarrollo del ser humano durante el cual se realizan una serie de cambios o de integraciones bio-psico-sociales y afectivas .suficientes y necesarios como para que el niño se transforme y asuma el papel del adulto integrado a la sociedad; esto es, que tanto niñas y niños asuman con responsabilidad su situación de hombres en sociedad.

2.2. Etapas de la adolescencia

Peter Bloss (1971) define algunas etapas que el joven atravesará, en ocasiones con gran rapidez e inevitablemente:

1. Pre adolescencia (de 9 a 11 años). En este periodo cualquier experiencia puede transformarse en estímulos sexuales; de hecho, los pensamientos, fantasías y actividades que no tienen connotaciones eróticas obvias tienen la función de descarga. Hombres y mujeres no dirigen tanto su curiosidad a la anatomía y contenido del cuerpo, en cambio el interés se acentúa en la función y el proceso del mismo. En esta etapa aumenta el significado de la creación de grupos. Se presentan características de descargas emocionales, como frecuentes dolores de cabeza y de estómago, morderse las uñas, taparse la boca, tartamudear, jugar con el cabello, tocar constantemente las cosas y, en algunos casos, chuparse el pulgar.

Asimismo, los hombres tienen conductas típicas como ser hostiles con las mujeres: las atacan, tratan de evitarlas y junto a ellas se vuelven presumidos y burlones, tratando de negar la angustia que les produce estar con ellas, antes de intentar establecer una relación. Las mujeres tienen una actividad intensa donde son relevantes la actuación y el portarse como "marimacho" (mostrar sus capacidades y habilidades masculinas en extremo). Otra diferencia en los géneros es que los hombres dirigen su atención a la genitalidad propia, y las mujeres centran su atención en el género opuesto.

2. Adolescencia temprana (de 12 a 15 años). En esta etapa los cambios fisiológicos se presentan en forma brusca. La característica principal es el inicio

del alejamiento de los objetos primarios de amor (madre y padre) y la búsqueda de nuevos objetos; se establecen nuevas relaciones.

El interés se centra en la genitalidad; en la amistad se mezclan la idealización y el erotismo en un sentimiento especial. La adopción de valores, reglas y leyes adquiere cierta independencia de la autoridad parental. El autocontrol amenaza con romperse, ya que se experimentan sentimientos de vacío y tormento internos, donde se suele recurrir a pedir ayuda del medio con la idea de encontrar el alivio.

En cuanto a la amistad, se idealiza al amigo y algunas de las características de éste son amadas y admiradas; se obtiene una sensación placentera al pensar que le pertenece. En los hombres se da la idealización y se combina con el erotismo, dando como resultado una sensación de perfeccionamiento de lo que se carece. En las mujeres se vive como un "flechazo", la falta de amistad provoca desesperación y la pérdida causa depresión y falta de interés en la vida.

3. Adolescencia media (de 16 a 18 años). Aquí el hallazgo, en la mayoría de los casos, es un objeto heterosexual, y se abandonan las posiciones bisexuales y narcisistas, característica del desarrollo psicológico de la adolescencia. Se desarrolla la capacidad para un amor heterosexual maduro, la vida emocional es intensa y profunda. Ocurren dos procesos afectivos: "el duelo" y "el enamoramiento". La elaboración del duelo deberá llegar a la aceptación de la pérdida de los objetos de amor (padres), hasta la liberación. El proceso de estar enamorado dará la pauta al acercamiento a nuevos objetos de amor, dando como resultado un sentimiento de estar completo, acentuándose los rasgos masculinos o femeninos.

Los procesos cognitivos parten del principio de realidad, se vuelven más objetivos y analíticos. En la mayoría de los casos pueden descubrirse, cultivarse y desarrollarse intereses, capacidades, habilidades y talentos individuales que ayudan al mantenimiento de la autoestima; comienzan a aparecer las ideas de la

elección vocacional. La recurrente pregunta del adolescente de "¿Quién soy yo?", cambia al final de esta etapa por "Ese soy yo".

4. Adolescencia tardía (de 19 a 21 años). Es una fase de consolidación, un punto de cambio decisivo en un tiempo de crisis. Las principales metas del individuo son: lograr una identidad del Yo (o sentido del ser) e incrementar la capacidad para la intimidad.

El individuo gana una integración social, constancia en sus emociones y estabilidad de la autoestima, a pesar de que en ocasiones sólo está definida superficialmente, al igual que la capacidad del pensamiento abstracto. Se presenta una actitud crítica frente al mundo externo y a los adultos en general; él no quiere ser como determinados adultos, a quienes rechaza con vehemencia, y elige en cambio un ideal. El mundo interno que ha ido desarrollando a través de toda su infancia, identificándose con aspectos de sus padres, maestros o figuras sustitutivas de ambos, le servirá de "puente" para reconectarse con un mundo externo que es nuevo para él, a consecuencia de su cambio de estado.

5. Post adolescencia (de 21 a 24 años). Esta fase es la precondition para el logro de la madurez psicológica; a quienes están en esta etapa se les conoce como "adultos jóvenes". El rol social tiene metas definidas para la vida, las relaciones personales se tornan permanentes, así como la selección del medio donde se quiere interactuar. Se mantiene el énfasis en los valores, que se consolidan de acuerdo con las experiencias pasadas y la planeación del futuro. El joven adulto se anclará sólidamente a la sociedad de la cual se siente parte integral; es una fase intermedia con la futura etapa de la edad adulta.

Existen ciertas etapas dentro del periodo adolescente que según Peter Blos "son escalafones progresivos como parte de la madurez que son condición previa para pasar a niveles más altos de diferenciación: pre adolescencia, adolescencia

temprana, adolescencia medía y adolescencia tardía.” De las cuales nos enfocaremos a la adolescencia medía para el desarrollo del presente trabajo.

2.3 Aspectos cambiantes en la adolescencia

El comienzo de la pubertad está asociado con cambios drásticos en varios aspectos aquí los más relevantes:

Aspecto Físico

Uno de los cambios físicos por los que atraviesan los adolescentes es el aumento acelerado de la estatura, el cual es llamado por algunos autores “el arranque del crecimiento” en este punto influyen varios aspectos por ejemplo “la genética, la nutrición y las estaciones del año, y en un grado mucho menor el clima y la raza” (Prieto, 2004:20).

El arranque del crecimiento en los adolescentes varía entre las mujeres y los hombres. Por ejemplo en el caso de las niñas empieza a los 10 años y medio en adelante y en los hombres comienza entre los 12 y medio años en adelante aproximadamente.

Debido a que los cambios que se presentan en esta etapa son diferentes en el caso del sexo femenino y masculino se presentarán primero los aspectos del crecimiento de las adolescentes y enseguida de los adolescentes.

Los aspectos de crecimiento y desarrollo consisten generalmente en el crecimiento esquelético, el desarrollo del vello axilar, comienzo de la menstruación, etc. Estos son algunos cambios que sufren las adolescentes; existen factores que influyen en dichos cambios por ejemplo los rasgos familiares hereditarios afectan a la estructura corporal y la distribución del peso.

Las niñas sufren grandes cambios durante la adolescencia como es el aumento de estatura, aquí la aceleración del crecimiento se inicia más o menos a partir de los 10 años y medio y los 11, por lo general a los 17 años alcanzan su estatura adulta.

Otro cambio importante son los botones mamarios, se va dando el desarrollo del pecho y ocurre entre los 8 y los 13 años, en algunos casos éste cambio se manifiesta a los 11 años, dos o tres meses antes que la aparición del vello pubiano.

El vello axilar aparece en las últimas etapas del crecimiento del vello pubiano, éste se asocia con las glándulas sudoríficas, la edad promedio en que se presentan estos cambios es entre los 11 y 16 años y dentro del mismo periodo se desarrollan las caderas de la mujer.

La menarquía o inicio de la menstruación es uno de los cambios internos de la adolescencia y ocurre a consecuencia de los cambios físicos de carácter sexual.

Por otro lado, existen los cambios que presentan los varones; las diferencias individuales respecto a la maduración física de estos, es que aproximadamente la edad promedio en que alcanzan su altura total está comprendido entre los 12 y los 20 años.

El factor hereditario y nutricional determina de manera importante el ritmo y límites de la madurez física, ya que las condiciones socioeconómicas y climatológicas de cada país representan una variante en el desarrollo físico, psicológico y social del adolescente.

Con respecto al crecimiento durante la adolescencia, por lo general los varones inician su crecimiento más tarde que las niñas, éstas son más altas que los varones, pero una vez que comienzan a crecer alcanzan y pasan con rapidez la altura de las niñas.

Por otro lado, hay un considerable aumento de peso, resultado de un incremento en el espesor de los huesos y músculos. Hacia la mitad del fin de la adolescencia se han adaptado a las nuevas características que presenta su cuerpo. La madurez sexual es más gradual en los varones, porque no hay ningún hecho que demarque con exactitud el fin de su desarrollo.

Primero aumenta el tamaño del escroto y el pene aunado al engrosamiento de la piel de estos sectores. Comienza el crecimiento del vello pubiano y axilar, con el desarrollo continuo de los genitales. El desarrollo completo de los testículos se alcanza después del crecimiento total de la altura.

En la mitad de este proceso, el varón es capaz de eyacular, caso que al principio no significa capacidad de procreación.

Posteriormente aparece el vello axilar y luego el facial, aparece un aumento de pectoral, el cambio de voz que con frecuencia se usa para determinar el comienzo de la adolescencia o para otros la pubertad.

Aspecto Psicológico

Los cambios físicos de la adolescencia tienen manifestaciones psicológicas.

Según Blos el individuo durante esta etapa tiene ajustes emocionales que hace continuamente para adaptarse a las nuevas condiciones internas y externas que confronta.

Una de las contradicciones a las que el adolescente se enfrenta es provocada por la necesidad de hallar su propia identidad, para expresarse como ser único, a la vez que desea parecerse a sus amigos. Por tanto, cualquier cosa que mantenga alejado su ideal es perturbadora e inquietante y tiene grandes consecuencias negativas que afectan su autoestima.

Es decir, la mayoría de los adolescentes se interesan más por su apariencia física que por cualquier otro aspecto de sí mismo. Los muchachos quieren ser altos, anchos de espalda y atléticos; mientras que las muchachas quieren ser bonitas, delgadas, de buena figura, con piel y cabello hermoso.

Estos cambios psicológicos son los que se ven reflejados en la forma de conducirse del adolescente, es decir, las pautas de conducta que éste va teniendo; también podríamos decir que sus intereses cambian y lo que antes le agradaba actualmente le puede ser indiferente, si bien, estos cambios y otros más, son los que sufre el adolescente en esta etapa, que está entre la niñez y la edad adulta, al encontrarse en esta disyuntiva en la que no ha dejado de ser niño, pero tampoco es del todo adulto, su visión, y la imagen de sí mismo está perdida y no tiene una identidad propia, que lo haga sentirse seguro de sí y saber a qué medio social pertenece, al del niño o del adulto.

Según Arminda Aberastury "la dinámica de toda adolescencia normal o en conflicto tiene que ver con la elaboración de tres duelos básicos que son:

a) "El duelo por los padres de la infancia a los que persistentemente trata de retener en su personalidad buscando el refugio y la protección que ellos significan, situación que también se ve complicada por la propia actitud de los padres, que tienen que aceptar su envejecimiento y el hecho de que sus hijos ya no son niños.

b) El duelo por el cuerpo infantil perdido, base biológica de la adolescencia, que se impone al individuo que no pocas veces tiene que sentir sus cambios como algo externo frente a los que se encuentra como espectador importante de lo que ocurre en su propio organismo.

c) El duelo por el rol y la identidad infantil, que lo obliga a una renuncia de la dependencia y una aceptación de sus responsabilidades que muchas veces desconoce" (Aberastury, 1980:10-11).

Una vez enfrentados y asimilados dichos duelos el niño ha quedado atrás y en su lugar existe un joven adolescente, inquieto, misterioso, responsable de sí mismo y de sus actos, temeroso y atrevido al mismo tiempo, interesado por investigar lo que aún le está prohibido o que desconoce.

La aceptación de su nuevo cuerpo-mente no es del todo satisfactoria, y esto le provoca grandes confusiones y temores de lo que es o lo que va a ser de sí mismo. Por un lado, los cambios que tiene su cuerpo no le agradan, pero debe aprender a aceptarlos y vivir con ellos; por otro, su mente comienza a razonar de manera diferente ante las cosas que pasan a su alrededor y sobre sí mismo, esto conduce a no comprender totalmente su propio sentir, pensar y actuar, además, con la búsqueda de su personalidad e identidad y con el nuevo rol social que adquiere, entra aún más en conflicto con su propio ser, teniendo como consecuencia cambios en su estado de ánimo, apatía e indiferencia en conocerse a sí mismo.

Aspecto Social

La construcción de la individuación desata duelos importantes para las figuras parentales: el duelo por la pérdida de su hijo-niño, el duelo por el adolescente que fantasearon, el duelo por su rol de padres sin cuestionar.

La familia ha dejado de ser el espacio privilegiado para confirmar las habilidades y autoestima adolescente, lo que genera para las figuras parentales el difícil desafío de lograr la capacidad de mantener y expresar, en estas nuevas condiciones, la aceptación de sus hijos adolescentes, lo que es siempre fundamental para su desarrollo. La sexualidad adolescente debe ser vivida fuera de la familia y los nuevos roles son ensayados y comprobados en grupos de pares y ámbitos de la

sociedad más amplia. Esto conforma nuevas condiciones para el desarrollo social que contribuyen a la diferenciación del grupo familiar y a la autonomía.

El proceso de sociabilización en todo momento ha sido un factor de mucha importancia para el ser humano, el cual inicia con la relación con los padres hasta que se amplía e inician amistades de grupos, amigos, parejas, relaciones y formalidad.

Al iniciar el periodo adolescente el sujeto se da cuenta que ha dejado de ser un niño pero aún no es un adulto. De allí que se empieza la búsqueda de un status partiendo de desempeñar un rol social que lo caracteriza por su forma de comportarse, sus ideas e ideales, sentimientos de amor hacia el sexo opuesto, plenamente interesado por las relaciones afectivas.

El adolescente siente la necesidad de liberarse de la familia y socializar con individuos o grupos de la misma edad, quienes son muy importantes en la formación de sus patrones de conducta y actitudes sociales.

Generalmente el adolescente opta por realizar actividades de diversión preferentemente acompañado de sus amigos o sólo, pero nunca de sus padres ya que el punto clave es ser independiente, desea escoger su ropa, tomar sus decisiones y elegir actividades sin que se vean obstaculizadas por sus padres.

Así es como los padres pierden parte de la influencia que tienen en sus hijos, de manera que los medios de comunicación y amigos, llegan a tener una mayor influencia en su conducta.

El adolescente no acepta formas de pensar como en la infancia, sin sentido crítico, las doctrinas e ideales que los padres, maestros y adultos, en general le inculcan.

Así es que por alguna razón el adolescente comienza a darse cuenta de que sus valores y formas de vida familiar no son los únicos posibles.

El individuo no puede construir su yo independiente de la experiencia social en la que sean evidentes las valoraciones, las relaciones y actitudes de otros; por lo tanto, tiene la necesidad de participar y ser aceptado, de sentirse que su personalidad vale objetivamente en el papel que va asumiendo. De allí la necesidad de tener amigos, de tener experiencias con otros individuos en grupos y asociación de todo genero de establecer ciertas relaciones con los padres, con los maestros, con todas las personas que entran en el círculo de su experiencia.

Así pues, a medida que se va desarrollando el proceso de estructuración del yo, el adolescente define mejor su identidad, aunque de forma lenta y en colaboración de las relaciones que establezca.

Por ello, el grupo de amigos le ofrece un contexto en el que se siente aceptado, comprendido y se favorecen sus sentimientos de autovaloración.

Dado que el patrón de desarrollo es muy similar para todos, socialmente se espera que el adolescente sea responsable productivo y autónomo para su vida adulta, la sociedad donde se desarrolla deja de considerarlo niño, sin otorgarle plenamente el status de adulto- pero al mismo tiempo todas las actividades le son vetadas por la propia sociedad que lo reprime, critica y juzga por no actuar de acuerdo al comportamiento adulto.

Son el respeto la atención mutua los que facilitan el desarrollo de destrezas de negociación y la interlocución constructiva con los adultos, necesarios para la incorporación social moderna. En los casos en donde existen fracturas en el desarrollo del reconocimiento social, los grupos adolescentes enfatizan el poder frente al entorno que los margina o niega, logrando llegar a mostrar una visibilidad

vagabunda. El no reconocimiento de las nuevas necesidades adolescentes es factor de numerosos conflictos y agravamiento de problemas.

La apertura de oportunidades amplía los campos de experiencia, permite al adolescente contar con credenciales para una inserción exitosa al mundo real y la búsqueda de su felicidad.

Aspecto Intelectual

Durante la adolescencia no se producen cambios radicales en las funciones intelectuales, sino que la capacidad para entender problemas complejos se desarrolla gradualmente. El psicólogo francés Jean Piaget determinó que la adolescencia es el inicio de la etapa del pensamiento de las operaciones formales, que puede definirse como el pensamiento que implica una lógica deductiva. Piaget asumió que esta etapa ocurría en todos los individuos sin tener en cuenta las experiencias educacionales o ambientales de cada uno. Sin embargo, los datos de las investigaciones posteriores no apoyan esta hipótesis y muestran que la capacidad de los adolescentes para resolver problemas complejos está en función del aprendizaje acumulado y de la educación recibida.

Aspecto Sexual

Los cambios físicos que ocurren en la pubertad son los responsables de la aparición del instinto sexual. En esta etapa su satisfacción es complicada, debido tanto a los numerosos tabúes sociales, como a la ausencia de los conocimientos adecuados acerca de la sexualidad. Sin embargo, a partir de la década de 1960, la actividad sexual entre los adolescentes se ha incrementado. Por otro lado, algunos adolescentes no están interesados o no tienen información acerca de los métodos

de control de natalidad o los síntomas de las enfermedades de transmisión sexual. Como consecuencia de esto, el número de jovencitas con hijos no deseados es en aumento, sin dejar de lado la cantidad múltiple de infecciones venéreas entre ellas el VIH sida.

En relación con la adolescencia se piensa que el único personaje es el adolescente y que es solamente éste el que vive los cambios y debe adaptarse a su nueva vida; pero no es solo el adolescente quien debe aceptar que se convierte en adulto, sino también los padres.

Retomando a la autora Arminda Aberastury nos menciona tres duelos básicos del adolescente y uno de ellos es el duelo por los padres de la infancia; pero no sólo nos dice lo que sucede a los adolescentes, sino también lo que vive el padre. Éste “debe aceptar su envejecimiento y el hecho de que sus hijos ya no son niños, y sí son adultos o están en vías de serlo.”(Aberastury, 1980:11).

En muchos casos los padres aún no aceptan que sus hijos crezcan y en otros tratan de acelerar el crecimiento de manera prematura. En el primer caso los padres siguen tratando al adolescente como niño sin permitirle actuar como sus compañeros de la misma edad. En el segundo, los padres tratan de darle toda la información necesaria y de empujarlos a actuar como personas adultas. En ambos casos los padres deben hacer al igual que sus hijos un duelo.

Ocurre que también los padres viven los duelos por los hijos, necesitan hacer el duelo por el cuerpo del hijo pequeño, por su identidad de niño y por su relación de dependencia infantil. Ahora son juzgados por sus hijos, y la rebeldía y el enfrentamiento son más dolorosos si el adulto no tiene conscientes sus problemas frente al adolescente (Aberastury, 1980: 19).

Es normal que el adolescente trate de buscar su independencia y de formarse su propia identidad, por eso en muchas ocasiones tiende a separarse de sus padres

y a juzgarlos, pues para él su padre se encuentra desfasado y no tiene las mismas ideas ni intereses que él.

Además el adolescente tiende a ver a sus padres como los ven los demás, si el grupo de pares elogia a sus padres se sentirá orgulloso, pero si los amigos los critican se sentirá mal. A este respecto un punto importante es la edad que tengan los padres, pues los chicos generalmente se sienten apenados cuando sus padres son muy mayores, pues puede haber más diferencias generacionales. Pero no solamente la edad de los padres puede influir a la incomodidad, sino también el comportamiento del padre.

Los padres comenzarán a lidiar con la idea de que ya no son los “héroes” de sus hijos, sino que por el contrario son criticados y desplazados por otros adultos o por el grupo de amigos. Esto ocasiona que los padres piensen que sus hijos son rebeldes e incontrolables y sientan que son rechazados, a lo que en ocasiones responden con castigos y sarcasmos.

Los padres deben a su vez cambiar de comportamiento hacia sus hijos y aceptar que el trato será el que corresponde a un adolescente en vías de ser adulto, a un joven con el que deben negociar y conciliar, no a un niño dependiente. Los chicos agradecen que sus padres digan comentarios justos y adecuados, sobre todo sin exageraciones, en vez de negarse y reforzar la autoridad. Los padres deben de tornarse democráticos y, a la vez tratar de evitar caer en dar libertades excesivas, pues esto sería un abandono.

Por su parte el adolescente “sufre crisis de susceptibilidad y celos, exige y necesita vigilancia y dependencia, pero en su transición surge en él un rechazo al contacto con los padres y la necesidad de independencia y de huir de ellos” (Aberastury, 1980:25).

El adolescente se niega a adquirir nuevas responsabilidades y pide una independencia que muchas veces es contradictoria, porque a su vez necesita la protección y seguridad que los padres le proporcionan, pero no admite necesitarlos y se aleja.

En las familias, especialmente en las mexicanas de clase media, la familia es tradicionalista y protege al hijo hasta que éste trabaja, relaciona casi siempre la independencia o madurez a la posibilidad de mantenerse a sí mismo.

Los padres y los hijos adolescentes suelen tener fricciones referentes a la libertad, especialmente en lo referente a salidas a fiestas, dinero y noviazgo. En este momento es en el que los padres pueden negociar con los hijos sin ser autoritarios ni demasiado liberales.

Lo que los padres deberán tomar en cuenta para lograr una relación adecuada con sus hijos es la comunicación. Muchas veces los padres se quejan de que su hijo adolescente no habla con ellos o que les es imposible entablar conversación alguna con el hijo. Pero el primer paso para comunicarse es escuchar, sobre todo al adolescente, pues así sabrán lo que le inquieta y piensa acerca de los que le rodean.

El tema de autoestima en adolescencia podemos ver no sólo se necesita en los hijos sino también en los padres de familia, ya que estos a pesar de ser adultos carecen de una imagen valorativa propia, desde el simple hecho de no estudiar para ser padres.

2.4. El adolescente y su entorno en secundaria

Tema de importancia en la observación diaria de un orientador educativo, los adolescentes pasan la mayor parte del día en dos sitios: el primero es su hogar y

el segundo, la escuela. Por ello la escuela tiene una gran influencia en la vida del adolescente, en ella encuentra a amigos y a maestros que le van dando pautas con las que también forman su identidad.

La escuela tiende a tener dos papeles contradictorios, pues por un lado acentúa la dependencia de los adolescentes y por el otro les ayuda a emanciparse. Los adolescentes que asisten a la escuela secundaria en su mayoría sólo estudian y no tienen la responsabilidad de trabajar, por esta razón su dependencia económica es total. La escuela asegura la dependencia, la marginalidad y el control social de los jóvenes, ante todo porque los separa del mundo de la producción y prolonga su dependencia económica de sus padres.

El adolescente, en las escuelas secundarias, se relaciona con adultos y con personas de su edad. La relación con los adultos es una relación de autoritarismo sobre el chico, la cual es confundida con autoridad. El joven aprende a callar y hacer lo que se le pide. Pero aún en esta relación el chico puede tener libertad para decir lo que piensa con el maestro, más que con su padre y esto le ayuda a tomar actitudes adultas.

La escuela le enseña a tener responsabilidades y vivir de manera organizada, por ejemplo; en la escuela primaria el niño era ayudado por su familia en la organización de su mochila y tenía una relación directa con un maestro o dos. La secundaria marca un cambio en este sentido ya que el chico se relaciona con varios maestros, prefectos, trabajadores sociales, etc. Cada uno pide diferentes modos de participar y de cumplir, surgen diversos estilos de trabajo y el adolescente aprende a comportarse y a organizarse según las peticiones de cada maestro o autoridad.

Por esto mismo la escuela enseña al adolescente nuevas formas de liberarse la escuela también proporciona a los adolescentes los medios de emanciparse, que pueden encontrar en las relaciones con los profesores, en la adquisición de

instrumentos de conocimiento y de ideas sobre muchos temas y sobre todo en sus relaciones con sus compañeros.

La escuela ofrece al alumno conocimientos, pero además experiencias de las cuales el adolescente aprende a socializar y a defender lo que piensa. Esto lo hace ir hacia la madurez.

En la secundaria el adolescente se relaciona con personas de diferente manera de pensar y que tiene historias de vida diversas. Además, las diferencias de status de cada compañero, le muestran un panorama que va más allá de la familia y le dan nuevas visiones de que quiere ser y hacer, tanto en su vida futura como en su presente.

En la escuela surgen los primeros amores, punto de discusión con los padres. Los adolescentes se enfrentan a la necesidad de tener una pareja sentimental, a realizar ensayos y fantasear acerca de lo que será tener una familia y vivir en pareja; se enfrentan a su sexualidad.

Es preciso resumir lo que ocurre al poder ver los cambios que vive el adolescente determinan de qué manera se puede vivir y superar la adolescencia; pero también influyen el entorno social, el país en el que vive, la colonia en la que crece, los amigos que tiene, la familia con la que ha compartido una historia y la escuela. Estos factores interfieren, ayudan o interrumpen al adolescente en la superación de esta etapa; por consecuencia en el comportamiento adulto del ahora adolescente.

Por dicha razón es necesario que los padres se encuentren conscientes de su actuación frente a su familia y de la organización de la misma. Que adquieran conocimientos de la etapa en que se encuentran sus hijos y de la manera en que pueden ayudarlos a superar en buena manera su adolescencia. Si los padres

pueden conocer y comunicarse con sus hijos, podrán compartir sus inquietudes y disfrutar de ellos, sabiendo que su papel como padres ha sido el mejor.

En el próximo capítulo se hablará del adolescente y la sociedad, es decir de la influencia que tiene la misma sobre el adolescente y cómo es que ésta le concibe. Por otra parte sabemos que el primer centro de socialización de los individuos es la familia, ésta es de suma importancia para que, según Aberastury, se logre superar afirmativa o negativamente el síndrome de la adolescencia normal.

Resulta importante remarcar la importancia de la relación padres e hijos adolescentes, ya que el propósito del presente trabajo es precisamente el de proponer un taller para padres de familia, puesto que sabemos que son ellos la primera y la más importante guía que los jóvenes tienen.

CAPÍTULO 3

La Familia

3.1. Origen y concepto

“La familia se define como un grupo primario, como un grupo de convivencia intergeneracional, con relaciones de parentesco y con una experiencia de intimidad que se extiende en el tiempo, el tiempo constituye, pues, una dimensión importante para comprender la realidad familiar: las expectativas de futuro, y la historia pasada común configuran el grupo familiar, diferenciándolo de otros grupos primarios, dándole identidad y constituyéndolo como el punto clave del análisis de la familia en el presente” (Gotman en: Gimeno, 1999:34).

La familia constituye el primer grupo con el que tenemos contacto y con el que nos relacionamos y conocemos, no simplemente como individuos ajenos a nuestra vida, sino con personas a las que identificamos en su carácter y formas de ser.

Representa el cimiento de nuestra formación como seres humanos. Sólo a través de este grupo, podemos adquirir cada uno de los patrones que al paso del tiempo nos van estructurando y formando, de acuerdo al objetivo que tienen cada padre y cada familia hacia la formación de los hijos.

La familia es el lugar natural e ideal para que el niño o niña se desarrolle como persona y aprenda a vivir. La familia es un grupo consanguíneo integrado por el padre, las madres y los hijos e hijas; sin embargo, en la realidad no siempre es así, ni en esta época ni en épocas anteriores.

Por otro lado, se considera a la familia como una pareja u otro grupo de parientes que tienen que ver en la vida económica y en la crianza y educación de los hijos los cuales tienen en común una casa o habitación la mayor parte de su vida.

El grupo familiar en el transcurso del tiempo, se constituye como un espacio en donde aprendemos a interactuar, debido a que nos aporta lineamientos para que el ser humano adquiera una formación óptima en el nivel psicológico, social y biológico.

Como grupo humano singular, la familia asume un papel y madurez personal, que a su vez, implica la tarea de modificar o cambiar las relaciones, capacidades, conocimientos y patrones elaborados y los maneja de acuerdo a las necesidades y el desarrollo que existen principalmente en los hijos adolescentes.

Es el primer contexto de desarrollo del autoconcepto. En ella van a estar presentes tanto las prácticas de disciplina familiar como el tipo e intensidad del vínculo afectivo y el contacto físico, lo predecible del contexto, y como consecuencia de todo ello, el apego familiar. No en vano, una de las funciones psicológicas más importantes que se ha considerado que desarrolla la familia es la formación del autoconcepto o identidad de sus miembros. (Musitu y Allatt, 1994)

La familia es un factor importante durante el proceso de desarrollo del sujeto, que como núcleo de la educación informal es determinante en el proceso educativo, por ser la primera institución educadora en la vida del individuo y primordial es su formación.

Dentro de la historia y la cultura mexicana, la familia ha sido un valor de nuestra tradición y lo sigue siendo en muchas situaciones los mexicanos hemos encontrado en la familia un centro importante de vida; un motivo de preocupación que vale la pena; una fuente de apoyo ya la vez un espacio permanente de

aprendizajes. Esto nos lleva a que quien se eduque en la escuela reciba en ella orientaciones, motivaciones e información, acordes con el fomento y aprecio de la relación familiar.

Por ello, familia y escuela no deben tener objetivos aislados, sino que deben caminar de la mano, apoyándose mutuamente y así cumplir más rápido y eficientemente las metas fijadas.

3.2. Definición de Familia

El núcleo familiar es considerado como un grupo social, en donde las relaciones que se establecen entre sus miembros están mediadas por la finalidad educativa de formar a los sujetos. En donde los adultos les proveen a los hijos los elementos, las habilidades y capacidades necesarias para alcanzar una formación y madurez personal; basándose en una relación, implicación, participación y compromiso mutuos.

Sin embargo, existe una serie de procesos que se dan y que vienen a conformar el campo de interacciones entre los hijos, así como de la reversibilidad entre ellos. Y sólo se puede dar una respuesta adecuada a los requisitos, a los problemas y necesidades que se dan en el interior de esta, modificando lo necesario en este núcleo.

Sabemos que la familia es una institución social que se encarga de formar un organismo biológico, social y psicológico del ser humano, como lo plantea Play-Proudhon: “es la célula básica de la sociedad. En ella sus miembros se mantienen en forma común y unitaria, sus relaciones son directa cara a cara, con un vínculo entre sus componentes mediante el cual se comparten sentimientos, circunstancias, condiciones de vida y aspiraciones y en el que existe el compromiso de satisfacer necesidades mutuas y de crianza.(Huerta.1999:16)

Simultáneamente con su evolución histórica, la familia ha experimentado transformaciones que le han permitido adoptar una definición y adaptarse a las exigencias de cada sociedad y cada época, de acuerdo a la generación que se vive y a los autores consultados.

Mientras que Leñero concibe que la familia: es una unidad social que refleja en sí misma los grandes problemas de la sociedad global que vivimos. Es además, una unidad de relaciones humanas que dependen de miles de influencias externas y que se relacionan prácticamente con todos los problemas y dimensiones de la vida humana (Leñero, 1976: 10).

Se concibe a la familia como el grupo social conformado por individuos unidos por lazos consanguíneos, que interactúan y conviven manteniendo en forma común relaciones personales directas que a la vez conforman una organización y realizan acciones con la finalidad de satisfacer las necesidades básicas que afectan en el desarrollo de sus miembros.

Por lo tanto, la familia tiene que ser constituida por el conjunto de personas en donde los hijos van formando su identidad, su pensamiento y personalidad, a través de todo lo que este núcleo familiar le transmite conocimientos, ideas, valores, cultura, costumbres y creencias.

Debido a que existen diferentes tipos de familia y miembros que la conforman, todos ellos como seres humanos, todos tienen por igual derechos y obligaciones como el respeto, diálogo, participación, colaboración y sobre todo comunicación.

El concepto de familia no es una definición única, puesto que ello depende en mucho, de la época o cultura en la cual se está inmerso el individuo, así como de los roles y funciones que se desempeñan en la sociedad.

Los cambios por los cuales va pasando la sociedad, favorecen la tolerancia y la valoración de la diversidad, es por ello que se pueden tener diferentes concepciones de la familia, así como distintos tipos de familia.

Hay diferentes formas de definir el concepto de familia, esto es a través de distintas teorías, las cuales pueden ser:

a) “La teoría del conflicto: considera a la familia como un sistema dirigido hacia la regulación del conflicto.

b) El funcionalismo estructural: la familia es una estructura social que permite a sus miembros la satisfacción de sus necesidades, al tiempo que facilita la supervivencia y el mantenimiento de la sociedad.

c) La teoría de los sistemas familiares: la familia es un sistema orgánico que lucha para mantener el equilibrio cuando se enfrenta a presiones externas.

d) La ecología humana: la familia es un sistema de apoyo vital que depende de las características de los ambientes naturales y sociales en los que se encuentra inmersa.

e) La teoría del desarrollo mayor: la familia es un grupo social inter generacional, organizado sobre las bases sociales establecidas por el matrimonio y la familia, y que intenta mantener un equilibrio respecto de los continuos cambios que se suceden a lo largo del desarrollo del ciclo vital de la familia.

f) El interaccionismo simbólico: la familia es una unidad de personalidades en interacción.

g) La teoría del intercambio la familia es un conjunto de relaciones, en las cuales los individuos actúan para maximizar los beneficios.

h) Las teorías feministas: la familia es un lugar de opresión y conflicto debido a la subordinación de las mujeres. La familia es una “ilusión socialmente necesaria”.

l) La fenomenología: la familia es un modo de organizar el significado de las relaciones interpersonales” (Musitu, 2001:19).

Cada familia cuenta con su propia historia de vida, por lo que cada una de ellas es única y las partes que la conforman, tienen que ver en su funcionamiento. La familia por lo tanto tiene una permanencia dentro de la sociedad en la cual se desenvuelve.

La familia fue siempre considerada un prerrequisito social en el sentido de que la supervivencia de la sociedad está sostenida por la institución familiar, cuya misión es procrear nuevos miembros y capacitarlos para que puedan adaptarse a los patrones culturales vigentes.

Considerado desde un punto de vista sociológico, lo esencial de una familia es la dirección conjunta del hogar que, por lo general, trae consigo contactos sociales constantes según roles comparativamente bien definidos en un determinado espacio vital (vivienda), que se basan en la responsabilidad colectiva para el aseguramiento del sustento, en la existencia de valores y normas comúnmente aceptados así como los lazos emocionales muy estrechos.

Desde un punto de vista pedagógico, la familia es importante especialmente como lugar de la socialización primaria de los niños y por sus funciones complementarias en interrelación con todos los procesos, organizados socialmente, de educación, formación e instrucción” (Diccionario de Pedagogía, 2001. 79).

Entonces, se puede decir que la familia es una institución social ya que forma una estructura para regular la acción colectiva en torno a ciertas necesidades básicas.

Es un sistema que contribuye en el desarrollo de la sociedad en el cual se desenvuelve la familia.

El ser humano por naturaleza es social, por lo que existe la necesidad de permanecer en grupos, que permitan su supervivencia, lo cual da origen a la familia, ya que es una forma de organización social que permite al individuo desarrollarse en pro de la sociedad en la cual esta inmerso.

Es bien sabido que la familia tiene que ver mucho en el desarrollo de la sociedad, puesto que es la primera institución que educa a la niñez de cualquier país, siendo así de gran importancia conocer las diferentes concepciones que se le da a la familia.

“La familia es la célula básica en toda sociedad, por ello la sociedad tiene en la familia el medio más efectivo de estancamiento en formas de vida envejecidas o deterioradas o bien de renovación, de desarrollo, de cambio hacia la realización de nuevos ideales” (CONAPO, 1985: 2).

El afecto y el apoyo dentro del contexto familiar parecen ser fundamentales para un adecuado desarrollo siendo así un elemento fundamental para el bienestar de cualquier individuo.

De tal forma se puede decir que la familia es una institución universal e imprescindible para el funcionamiento de cualquier sociedad puesto que es la primera institución en donde los niños son educados y se les enseñan valores, creencias, costumbres, etc., que llevarán consigo a lo largo de su propia historia de vida. Además la familia es de gran importancia para la adolescencia porque es ahí en donde ellos crecen bajo el amparo de los padres tanto económico como emocional.

En este aspecto emocional o afectivo se toma conciencia de uno mismo: límites, sentimientos, emociones, frustraciones, seguridad-inseguridad, diferencias en

conciencia del mundo que le rodea: espacio, tiempo objetos, Intercambios, lenguaje afectivo, etc., es el eje central de estabilidad y amor que hace del hijo centrarse en la capacidad de establecer un proyecto de vida o el estancamiento y frustración personal.

A manera de síntesis, se puede decir que, la familia mostrada en nuestra cultura, son aquellos con quienes se comparten vínculos de afecto e intimidad desde los lazos de la sangre. Además de contribuir al bienestar de la sociedad puesto que educa por medio de normas y valores a los adolescentes.

De tal modo la concepción de familia depende de la sociedad, cultura y economía en la que se encuentra inmersa. De esa forma se puede decir que la familia varía, se transforma, se adapta y sobre todo, perdura.

3.3. Función de la familia

La familia al ser una unidad, busca mantener una relación estable, funcional, responsable con cada uno de los miembros que la componen. Es por ello que al existir diversos tipos de familia, cada una formada por diferentes miembros que se relacionan de manera diferente, establece reglas, costumbres y valores diversos, propios y específicos. Cada familia tiene sus propias maneras de relacionarse, de actuar, de realizar sus funciones, sus papeles, de establecer un orden.

El papel fundamental de los padres no solo consiste en asegurar la supervivencia de los hijos, sino en lograr una integración social, cultural y formativa de sus miembros. En efecto, además de alimentar y cuidar a sus miembros; los padres deben poner en acción una serie de conductas que hacen posible el diálogo, los símbolos y el lenguaje.

Como vemos, el núcleo básico tiene como finalidad compartir un proyecto vital de existencia en común, generando fuertes sentimientos de pertenencia, existiendo

un compromiso personal en cada uno y estableciendo relaciones intensas de reciprocidad, dependencia y de intimidad.

La función de los padres no es solo ser promotores del desarrollo de los hijos; sino también de hacer emerger una serie de necesidades como:

Necesidades fisiológicas:

-Provisión de alimentos, abrigo y otras necesidades materiales que mantienen la vida y protección ante los peligros externos: funciones que se realizan bajo condiciones de unión y cooperación social. (Dulanto, 2000:202).

Necesidades de pertenecía y amor:

-Provisión de unión social, que es la matriz de los afectos de las relaciones sociales y familiares.

Necesidades de seguridad:

-Oportunidad para desplegar la identidad personal, ligada a la identidad familiar. Este vínculo de identidad proporciona la integridad de las fuerzas psíquicas para enfrentar las experiencias nuevas.

-Moldeamiento de los papeles sexuales, lo cual prepara el camino para la maduración y relación sexual.

-Ejercitación para integrarse a papeles sociales y aceptar las responsabilidades sociales. Necesidades de auto actualización:

Dulanto argumenta que si el individuo satisface estas carencias mencionadas va a formar una sociedad ideal, lo suficientemente flexible para permitirle la satisfacción de todas las necesidades básicas, a fin de que las personas puedan llegar a ser personas completas en todos sus ámbitos de desarrollo.

La flexibilidad y la firmeza en la familia son características que facilitan que la estructura se expanda, permite que el grupo se desarrolle en el nivel colectivo e individual, proyectando un funcionamiento como unidad; y a la vez proporciona elementos para establecer expectativas según las necesidades o emergencias que como grupo presente.

La teoría personal de Maslow concibe: que el individuo es una totalidad organizada cuya conducta obedece a una serie de necesidades que equivalen a los instintos animales y son comunes a todos los miembros de la especie humana.

La familia debe satisfacer las necesidades recíprocas y complementarias de sus miembros, fomentar la libre relación entre ellas, permitir y estimular la individualización a través del respeto y del reconocimiento de cada uno de sus miembros y mantener la unión y la solidaridad en la familia con un sentido positivo

Fromm menciona que la finalidad de la familia es satisfacer las necesidades específicamente humanas, y señala que la familia aparte de ser una institución; es la oportunidad que brinda a sus integrantes de satisfacer el requerimiento de vinculación, identidad, trascendencia y de una estructura que una y oriente.

Una familia que cubre estas necesidades se convierte en una unidad primordial, un campo de experiencia y desarrollo para un adulto y consecuentemente del hijo, desde niño hasta su desprendimiento de la familia al final de la adolescencia o abandono de hogar primario.

Para los hijos la familia es un espacio donde contempla sus primeros triunfos y fracasos de relación y encuentra su primer intento de socialización. En esta humana experiencia los padres son los primeros en dar, quienes están obligados a iniciar la relación familiar y con ello a continuar en el entorno y largo camino de la relación entre padres e hijos.

Un papel familiar puede definirse como la manera de actuar del individuo al enfrentarse ante una situación específica en la que están involucrados otros miembros. Implica funciones asumidas o asignadas para una persona dentro de un grupo social o familiar etc. Estas pueden ser múltiples y simultáneas, así como funcionales o disfuncionales.

Una de las tareas básicas de la familia es conocerse. Una obligación de los padres es entender a sus hijos: pero también es un imperativo que ellos permitan que los conozcan. Sólo así podrá haber diálogo en el núcleo familiar y se logrará que la relación trascienda.

3.4. Tipos de familia

Ofrecer una definición exacta sobre la familia es una tarea compleja debido a enormes variedades que encontramos y al amplio espectro de culturas existentes en el mundo. La familia ha demostrado históricamente ser el núcleo indispensable para el desarrollo de la persona, la cual depende de ella para su supervivencia y crecimiento.

No se desconoce con esto otros tipos de familia que han surgido en estas últimas décadas, las cuales también enfrentan desafíos permanentes en su estructura interna, en la crianza de los hijos/as, en su ejercicio parental o maternal. Por mencionar algunas, la familia de madre soltera, de padres separados las cuales cuentan con una dinámica interna muy peculiar.

Existen varias formas de organización familiar y de parentesco, entre ellas se han distinguido cuatro tipos de familias: (palacios, 2002:180)

La familia nuclear o elemental: es la unidad familiar básica que se compone de esposo (padre), esposa (madre) e hijos. Estos últimos pueden ser la descendencia biológica de la pareja o miembros adoptados por la familia.

La familia extensa o consanguínea: se compone de más de una unidad nuclear, se extiende mas allá de dos generaciones y esta basada en los vínculos de sangre de una gran cantidad de personas, incluyendo a los padres, niños, abuelos, tíos, tías, sobrinos, primos y demás; por ejemplo, la familia de triple generación incluye a los padres, a sus hijos casados o solteros, a los hijos políticos y a los nietos.

La familia mono parental: es aquella familia que se constituye por uno de los padres y sus hijos. Esta puede tener diversos orígenes. Ya sea porque los padres se han divorciado y los hijos quedan viviendo con uno de los padres, por lo general la madre; por un embarazo precoz donde se configura otro tipo de familia dentro de la mencionada, la familia de madre soltera; por último da origen a una familia mono parental el fallecimiento de uno de los cónyuges.

La familia monoparental de madre soltera: Familia en la que la madre desde un inicio asume sola la crianza de sus hijos/as. Generalmente, es la mujer quien la mayoría de las veces asume este rol, pues el hombre se distancia y no reconoce su paternidad por diversos motivos. En este tipo de familia se debe tener presente que hay distinciones pues no es lo mismo ser madre soltera adolescente, joven o adulta.

La familia de padres separados: Familia en la que los padres se encuentran separados. Se niegan a vivir juntos; no son pareja pero deben seguir cumpliendo su rol de padres ante los hijos por muy distantes que estos se encuentren. Por el bien de los hijos/as se niegan a la relación de pareja pero no a la paternidad y maternidad.

La familia es la más compleja de todas las instituciones, aunque en nuestra sociedad muchas de sus actividades tradicionales hayan pasado parcialmente a otras, todavía quedan sociedades en las que la familia continua ejerciendo las funciones educativas, religiosas protectoras, recreativas y productivas.

Su complejidad radica en que a diferencia de una escuela la normatividad y parámetros de enseñanza dentro de su interior, no son sujetas a un conocimiento previo si no a la capacidad de entendimiento cultural y adaptabilidad de su entorno, literalmente se es complicada por que a entender de cada padre este educa a su hijo en base a los intereses personales.

No falta quien acuse de incapacidad para la misión encomendada, de que no cumple con su deber, sea por negligencia deliberada o por torpeza moral, pero, evidentemente, esas recriminaciones son absurdas, porque la familia no es una persona ni una cosa, sino una comunidad. Ahora bien, algo de esto hay de cierto al reconocer que no siempre los adultos, en específico los padres, cuentan con todos los elementos que les permitan educar de manera correcta a sus hijos. No es lejana la realidad de la violencia intrafamiliar, abusos sexuales, abandonos de los hijos, problemas de comunicación y comprensión que llevan a los más débiles de la familia, los hijos, a ser vulnerables a un sin fin de riesgos como las drogas, la violencia, y otros delitos contra la sociedad.

En ocasiones algunos padres transfieren a otras instituciones las tareas familiares, no porque la familia sea incapaz de cumplir con su deber, sino porque las actividades que realizan en la actualidad requieren del apoyo de otras instituciones que les proporcionen un medio eficaz de conseguir los mismos propósitos. Entra las más importantes se señala a la escuela.

Modos de ser Familia (personalidad de la Familia)

Como ya hemos visto hay diversos tipos de familia y por ello son múltiples las formas en que cada uno de sus miembros se relaciona y viven cotidianamente. Para entender un poco mejor los modos de ser familia a continuación veremos algunas de sus características más importantes. (Palacios, 2002:183).

Familia Rígida: Dificultad en asumir los cambios de los hijos/as. Los padres brindan un trato a los niños como adultos. No admiten el crecimiento de sus hijos. Los Hijos son sometidos por la rigidez de sus padres siendo permanentemente autoritarios.

Familia Sobreprotectora: Preocupación por sobreproteger a los hijos/as. Los padres no permiten el desarrollo y autonomía de los hijos/as. Los hijos/as no saben ganarse la vida, ni defenderse, tienen excusas para todo, se convierten en "infantiloides". Los padres retardan la madurez de sus hijos/as y al mismo tiempo, hacen que estos dependen extremadamente de sus decisiones.

La Familia Centrada en los Hijos : Hay ocasiones en que los padres no saben enfrentar sus propios conflictos y centran su atención en los hijos; así, en vez de tratar temas de la pareja, traen siempre a la conversación temas acerca de los hijos, como si entre ellos fuera el único tema de conversación. Este tipo de padres, busca la compañía de los hijos/as y depende de estos para su satisfacción. En pocas palabras "viven para y por sus hijos".

La familia Permisiva: En este tipo de familia, los padres son Incapaces de disciplinar a los hijos/as, y con la excusa de no ser autoritarios y de querer razonarlo todo, les permiten a los hijos hacer todo lo que quieran. En este tipo de hogares, los padres no funcionan como padres ni los hijos como hijos y con frecuencia observamos que los hijos mandan más que los

padres. En caso extremo los padres no controlan a sus hijos por temor a que éstos se enojen.

La Familia Inestable: La familia no alcanza a ser unida, los padres están confusos acerca del mundo que quieren mostrar a sus hijos por falta de metas comunes, les es difícil mantenerse unidos resultando que, por su inestabilidad, los hijos crecen inseguros, desconfiados y temerosos, con gran dificultad para dar y recibir afecto, se vuelven adultos pasivos-dependientes, incapaces de expresar sus necesidades y por lo tanto frustrados y llenos de culpa y rencor por las hostilidades que no expresan y que interiorizan.

La familia Estable: La familia se muestra unida, los padres tienen claridad en su rol sabiendo el mundo que quieren dar y mostrar a sus hijos/as, lleno de metas y sueños. Les resulta fácil mantenerse unidos por lo tanto, los hijos/as crecen estables, seguros, confiados, les resulta fácil dar y recibir afecto y cuando adultos son activos y autónomos, capaces de expresar sus necesidades, por lo tanto, se sienten felices y con altos grados de madurez e independencia.

Concluiré con la realidad actual que nos exige reconocer que cuando hablamos de familia no me refiero sólo a un sistema nuclear, si no más bien, a un conjunto de maneras de concebir a la familia desde nuevas estructuras, hoy más que nunca se descubre la mutua necesidad educativa que existe entre el nexo familia y escuela, esta alianza posibilita una nueva mirada de la educación de los hijos/as. Si bien, la presencia de ambos padres en la educación de los hijos es vital, sin embargo, los nuevos tipos de familia como la mono parental, se ve enfrentada a desarrollar esta tarea con reales desafíos no menos importantes para la sociedad.

Por último el observar los modelos rígidos de educación por parte de los padres se ven cada vez más cuestionados ante la mirada cuestionadora de los/as hijos/as

que, sin duda alguna, no participan de estructuras familiares autoritarias, por el contrario, son partícipes de espacios democráticos intrafamiliares que los hace crecer y madurar armónicamente como personas.

3.5. Familia y Escuela

Hoy en día la familia y la escuela desempeñan un papel fundamental en la educación y socialización del adolescente. Tradicionalmente ha sido la familia la institución encargada de la formación, es por ello que la familia constituye una unidad productiva, el eje de la vida social y el lugar en el que transcurre la vida del individuo, así como también tiene la responsabilidad de satisfacer la relación y la práctica de las necesidades; y solo a través de este espacio adquieren valores, formación moral, habilidades que son necesarias para la vida futura de los adolescentes.

Mientras la escuela ha surgido desde la Edad Media, siendo estas monacales o claustrales; ya que anteriormente la educación se había recluido en los claustros y sólo los monjes tenían acceso a ella. Y en el transcurso de los años, la escuela ha cambiado su papel y sus funciones, proporcionando que la educación sea brindada desde una educación universal, gratuita y obligatoria.

Al mismo tiempo, los partidarios de la escolarización empezaron a hacer ver que el reunir a los niños en las escuelas no sólo no era perjudicial para el mantenimiento del orden, sino que, por el contrario; podría ser muy beneficiosos para enseñarles el respeto a los valores sociales y formales para su incorporación al mundo social (Palacios, 1998: 334).

Lo que caracteriza a la familia es que es la institución donde se expresan los conflictos entre lo establecido en relación a la estructura familiar y esto permite

modificar las circunstancias y contribuye a conservar las concepciones generales de la sociedad como son las costumbres, valores, actitudes y habilidades.

Y en el espacio escolar es distinto, ya que ahí se desarrollan de acuerdo a las exigencias teóricas-prácticas que el docente pone en juego la forma secuencial y existen pocas posibilidades de sistematizar esto.

Debido a los diversos estratos sociales y culturales son distintos los contextos y relaciones en que se desenvuelve el sujeto. Mientras que en el ámbito escolar la interacción es de alumno a alumno, de profesor a alumno; basándose únicamente en el interés, dominio y habilidad de conocimientos, delimitando las relaciones y funciones de tiempo y espacio y a las características que tiene el sujeto.

La familia interviene en actividades que están insertas en la vida cotidiana; mientras que en la escuela las actividades realizadas suelen darse en un contexto diferente al mundo inmediato del niño, ya que están específicamente diseñadas al objetivo educativo que hay que alcanzar.

El contenido de las actividades que se realizan en la familia, es de acuerdo a los intereses y necesidades del niño, ya que las relaciones con sus padres son inmediatas y motivadas.

En la familia, es frecuente que las situaciones de aprendizaje tengan una relación interactiva y aprensiva con el adulto, mientras que en la escuela son escasas estas interacciones uno a uno con el profesor.

La conducta se manifiesta en forma diferente en diversos contextos; en cuanto a las interacciones, en la escuela alcanzan una igual relevancia que en la familia, ya que empieza a entablar relaciones con sus compañeros, maestros, director, etc., y en la familia tiende a ser igual, ya que aparte de sus padres también se relaciona con sus hermanos, familiares, vecinos, etc.

El aprendizaje en la familia suele ser a través de la observación e imitación del comportamiento de los adultos, además, la enseñanza tiene lugar a través de las demostraciones, siendo menos frecuente que se formule una práctica determinada mediante palabras y reglas establecidas. En el medio escolar suele darse el aprendizaje por el intercambio oral, o la enseñanza mediante la presentación hablada de principios generales que el alumno ha de asimilar.

Lo que aprende en la familia, hay un mayor componente en lo afectivo. Ya que es difícil separar el contenido con la identidad de las personas que transmiten los conocimientos. En la escuela, el aspecto afectivo, aún siendo importante, es mucho menor, ya que se pone énfasis en lo que se enseña, y no en quien lo enseña. Por lo tanto, estamos mencionando que la familia va a impartir una educación informal y la institución es formal.

Puede decirse que el aprendizaje formal se da de manera verbal, fragmentado y descontextualizado; frente a la mayor globalidad, significatividad emocional y al mayor valor práctico inmediato de los aprendizajes informales del contexto familiar (Palacios, 1998: 337).

Sería importante plantear que los padres colaboren en la realización de actividades escolares y extraescolares de sus hijos, involucrándose en la transmisión y mantener a la vez una estrecha relación con el docente.

Por una parte, cuando los padres manifiestan interés y colaboración en la escuela, ellos están transmitiendo a sus hijos la idea de que la escuela es algo importante, creando en ellos actitudes favorables y motivándolos hacia la participación de tareas escolares.

Los papeles que tiene que desempeñar la familia y la escuela en el ámbito educativo: Analizar los papeles que juegan los padres en el desarrollo educativo y su relación con estos.

-Valorar a la familia por sus integrantes, por sus responsabilidades, sobre la forma de educar, de crear hábitos, actitudes, valores, construcción del conocimiento y la relación entre padres de familia y escuela.

.-Delimitar e identificar los cambios y permanencia de los roles, las funciones, responsabilidades que juegan los padres, los maestros en el proceso de desarrollo y aprendizaje.

De modo que una relación y colaboración desde esta perspectiva, los adolescentes van a concebir a la escuela como una experiencia concreta de cooperación y la posibilidad de expresar lo que viven durante su estancia escolar y puedan comparar estas formas de trabajo escolar con la colaboración que sus padres y la escuela les aportan y les brinda.

De lo analizado en este capítulo, considero que la familia es el primer contexto en que se desarrolla el adolescente. Es el contexto en donde el sujeto empieza a ensayar y aprender lo necesario para desenvolverse en el ambiente social en que se encuentra, teniendo como objetivo principal la formación y educación en cada uno de los valores incluyendo por supuesto el de una sana autoestima, la cual es una tarea difícil para los padres.

Ser padres, no es una cuestión fácil, se requiere del compromiso, amor, conciencia, apoyo, comprensión, atención, etc., que para los padres representa un proceso de aprendizaje y de experiencias con sus hijos adolescentes.

La formación de los hijos implica una diversidad de pruebas y errores. Se aprende a través de la práctica, el papel, los parámetros, límites, relación que se establece dentro de este contexto.

Es aquí en donde se aportan los lineamientos para que el adolescente se forme y adquiere un rol, una personalidad y sobre todo una integridad en el aspecto social, afectivo y biológico.

Cuando la familia propicia un ambiente de confianza de motivación, e interés, creo que se puede formar personas gentiles, firmes, dirigiéndolos hacia una postura de realidad y amor en vez de recurrir a los lineamientos rígidos para formarlos.

“Toda familia es un sistema, ya que es un conjunto de personas que interactúan entre si y la variación de uno de ellos, produce una variación en el resto, no sólo existe el tú y yo sino que le da gran trascendencia al contexto familiar y social como parte del problema.” También el terapeuta y todos los profesionales involucrados en él son parte del mismo y su posible solución (Rogers, 1979:76).

Sin embargo dado que no siempre es posible trabajar en la consulta con toda la familia, en ocasiones se trabaja desde una perspectiva sistémica pero en terapia individual, aunque manteniendo la perspectiva de hacer intervenciones que se dirijan al cambio del sistema en el que la persona está inserta.

Dentro de esta línea se considera mas importante trabajar sobre el cómo no sobre el porqué, es decir no importan tanto las causas del pasado, sino la dinámica que hace que la familia o la persona tenga dificultades hoy.

CAPÍTULO 4

Autoestima

4.1. Concepto de autoestima.

En la adolescencia el sentirse bien consigo mismo es indispensable para lograr tener una alta autoestima, aunque para conseguir esta satisfacción, principalmente durante esta etapa los jóvenes logran alcanzarla o creen alcanzarla en su mayoría imitando a las personas a las cuales admiran sean sus artistas preferidos o la semblanza de los chicos mas populares, por vestirse con la ropa de moda o por peinarse como la mayoría de sus amigos y esto debido a que todavía no tienen su personalidad bien definida.

Es a través de una buena educación emocional que se puede lograr y fortalecer su personalidad por lo que ellos son, por sus propios gustos y no por tratar de imitar a alguien más, el punto de inicio seria r educar a los padres emocional y afectivamente.

El punto de partida para que un niño disfrute de la vida, inicie y mantenga relaciones positivas con los demás, sea autónomo y capaz de aprender, se encuentra en la valía personal de sí mismo o autoestima. Hablar de autoestima es hablar de percepciones, pero también de emociones fuertemente arraigadas en el individuo. El concepto encierra no sólo un conjunto de características que definen a un sujeto, si no además, el significado y la valoración que éste consciente o inconscientemente le otorga.

Capacidad en el funcionamiento de nuestra mente, capacidad de pensar y entender, para aprender, para elegir y tomar decisiones; confianza para entender los hechos de la vida que entran en el ámbito de nuestros intereses y necesidades, el tener confianza en uno mismo.

El respeto a uno mismo: significa el sentimiento de certeza que tengo en mi valía personal; es una actitud positiva hacia el derecho de vivir y de ser feliz; la satisfacción al reafirmar de forma apropiada mis pensamientos, deseos y necesidades; la certeza de que la alegría y la satisfacción son derechos innatos naturales.

La autoestima como factor fundamental y determinante en la personalidad del individuo, es una plataforma de proyección y límite en la identidad del mismo, simplicidad de término en el que cada individuo toma una decisión entre el elegir avanzar, o dar paso atrás en la búsqueda de la plenitud, al cultivo de su frustración para justificar una mediocridad social plena.

Es un valor real e individual que cada persona le atribuye a sus acciones, pensamientos, sentimientos, y responsabilidades, sin que las dificultades que se le muestren puedan desvalorizar su persona en algún momento de su vida.

Parte fundamental para que el hombre alcance su plenitud integral a lo largo de toda su existencia, por lo cual es importante desarrollarla y fortalecerla.

Estas definiciones concebidas por el autor de este trabajo, solo son el inicio para conceptualizar el término mencionado, Sin embargo, es necesario citar algunas definiciones sobre el tópico de autoestima para reforzar los comentarios realizados.

Revisando la génesis de la autoestima, encontramos que distintos autores coinciden en que en los primeros cinco o seis años de vida de un individuo, los encargados de formarle la autoestima son los padres. La manera de comportarse con los hijos determinará el carácter del pequeño conforme vaya creciendo. Por tal, ellos serán los responsables de proporcionarles un ambiente sano donde haya confianza, respeto, conciliación, tolerancia, amor, etcétera, aunque desafortunadamente es claro que esto no siempre sucede.

La importancia de la autoestima en el ser humano, lo es de manera especial en las primeras etapas formativas —la infancia y la adolescencia— tanto en el hogar como en el aula escolar, y es justamente en éstas donde se ubican nuestros alcances; al respecto, coincidimos en que en las escuelas se deberían proponer mas técnicas y/o dinámicas que reafirmen la autoestima de los alumnos para lograr un mayor aprovechamiento en los estudios y una mayor seguridad personal.

Es claro que la autoestima se va desarrollando a través del tiempo, por lo tanto, ésta no es algo innato, pues se va adquiriendo en el momento de las relaciones interpersonales con padres, hermanos, amigos, profesores, familiares y otros.

En los años siguientes a la primera infancia, la encargada de fortalecer la autoestima es la escuela, específicamente los profesores, quienes aparte de apoyar la formación intelectual deberán formar sujetos integrales rescatando el lado humano, es decir, el fortalecimiento de la autoestima en cada uno de sus alumnos.

La corriente humanista considera que la autoestima es una parte fundamental para que el hombre alcance la plenitud y autorrealización en la salud física y mental, productiva y recreativa, es decir, la plena expresión de sí mismo.

Hablaba de la autoestima con un enfoque humanista como el de ser estimado condicionalmente o incondicionalmente. Las diferencias individuales en términos de destrezas, físicas, emocionales, cognitivas, sociales y personales son una muestra de factores que pueden afectar el desarrollo de la autoestima (Rogers, 1980:45).

La mayoría de las personas que no han desarrollado un alto nivel de estima, nunca llegan a autorrealizarse.

La autoestima es algo que va mucho más allá de ese sentido innato de autovalía al que supuestamente tenemos derecho desde que nacemos...

saber que sí somos aptos para vivir la vida y para cumplir con sus exigencias. Más específicamente es: (a) tener confianza en nuestra habilidad para pensar y para resolver los retos de la vida; (b) confiar en nuestro derecho a la felicidad, y (c) sentirnos valiosos y merecedores, tanto de que se cumplan nuestras necesidades y deseos, como de gozar los frutos de nuestros esfuerzos”. Branden (1997:7)

Menciona que Abraham Maslow ha sido uno de los representantes de la psicología humanista quien más ha difundido el papel que la autoestima desempeña en la vida de la persona, al incluirla dentro de su conocida jerarquía de necesidades. Para Maslow existen dos tipos de necesidades de estima, la propia y aquella que proviene de las otras personas. Ambas necesidades las ubica jerárquicamente por encima de las necesidades fisiológicas, las de seguridad personal y las de amor y pertenencia.

La autoestima tiene un significado complejo, y que precisa de cuatro componentes en su definición:

- Es una actitud, ya que contempla las formas habituales de pensar, actuar, amar y sentir de las personas para consigo mismas.
- Tiene un componente cognitivo, pues se refiere a las ideas, opiniones, creencias percepciones y procesamiento de la información que posee la persona respecto de sí misma.
- Tiene un componente afectivo, que incluye la valoración de los positivo y negativo, involucra sentimientos favorables y desfavorables, agradables o desagradables que las personas perciben de sí mismas.
- Tiene un componente conductual, porque implica la intención y decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente.

Se menciona que La autoestima es la percepción valorativa y confiada de sí misma, que motiva a la persona a manejarse con propiedad, manifestarse con autonomía y proyectarse satisfactoriamente en la vida.

La autoestima es la meta más alta del proceso educativo y quicio y centro de nuestra forma de pensar, sentir y actuar, es el máximo resorte motivador y el oculto y verdadero rostro de cada hombre esculpido a lo largo del proceso vital. Alcántara en (Molina, Baldares y Maya 1996: 24).

Este autor considera también que la autoestima no es innata, que se adquiere y se genera como resultado de la historia de cada persona. Este aprendizaje generalmente no es intencional, por cuanto se moldea a la persona desde diversos contextos informales educativos. No obstante, a veces es el resultado de una acción intencional para lograr su consecución.

Por último Manejaremos que la autoestima es un constructo que a lo largo de la vida sufrirá fluctuaciones, así como las hay en todos los estadios psicológicos del ser humano, sin embargo, el valor que da la autoestima al hombre es la fortaleza necesaria para enfrentarnos a situaciones difíciles que se presentarán a lo largo de nuestra vida.

Además, la autoestima no es una emoción que fluctúa de momento a momento, sino una disposición continua para experimentar un sentimiento de eficacia y respeto por uno mismo, por eso, es algo que se crea en un periodo largo y que existe de acuerdo a las circunstancias que afronta una persona y no sólo por el hecho de desealarla”.

De igual manera, a pesar de que la autoestima es una estructura consistente y estable y a veces difícil de cambiar, su naturaleza es dinámica, por lo que puede crecer, empobrecerse o incluso desintegrarse. Lo importante es que, en mayor o menor grado es perfectible.

Sin perder el enlace con el tema central que son los padres de familia, hacemos hincapié en mostrar la importancia que tiene de primera mano en el estudiante adolescente pues es este como individuo quien vive el proceso durante esta etapa a diario, centrarnos ahora en el padre, refleja un apoyo integral a superar cada uno de los errores de aprendizaje que este vivió en etapas anteriores, y que como segunda oportunidad la orientación vocacional le apoya para lograr concluir un objetivo.

Con base en estas conceptualizaciones es importante entender cómo surge la Autoestima su composición y estructura y la diferenciación entre autoestima alta y autoestima baja.

4.2. Elementos que conforman la Autoestima

Es necesario plantear que para la formación de la autoestima es necesario subir varios escalones planteados por Rodríguez como son: Rodríguez Mauro (1998:11)

4.2.1. Autoconocimiento

Consiste en el descubrimiento del propio yo, de sus manifestaciones, necesidades y habilidades; sus roles en la sociedad. Implica la habilidad para unificar todos los elementos para tener una personalidad fuerte e integrada.

El contacto consigo mismo permite tomar conciencia de nosotros aprendiendo a comprender con mayor claridad nuestros sentimientos y emociones, limitantes y aptitudes, defectos y virtudes, incluso existe la posibilidad de comprender y sobre todo aprender de nuestros errores y aciertos.

Rogers (1979:205) realiza investigaciones que están enfocadas a la psicología humanista, mediante la cual pretende que el hombre se autoconozca y desarrolle

sus potencialidades, para ello Rogers desarrollo la terapia centrada en el cliente, de la cual se desprende la orientación centrada en el alumno o no directiva.

La teoría de la personalidad de Rogers parte del supuesto de que en el hombre existe una sola fuerza básica que lo impulsa, a la cual el autor le llama tendencia actualizante o necesidad de realización, ésta fuerza conduce a la madurez o a la perfección del hombre tanto física como mental.

Rogers respecto a la necesidad de autoconocimiento del propio sujeto resalta la importancia de la autoestima y el autorrespeto en el individuo, es como el hecho de que si una persona tiene un concepto positivo de sí mismo acepta con mayor facilidad a las personas que le rodean, convirtiéndose en un individuo capaz de tomar sus propias decisiones.

Rogers al respecto tenía confianza en la capacidad del ser humano de percibir sus propias experiencias, entenderlas, aunado a la manera de asimilarlas y así pues, conocerse a sí mismo formando un concepto propio, aspecto que es variable en cada individuo capaz de tomar sus decisiones.

Durante esta etapa los muchachos comienzan a hacerse preguntas tales como ¿quién soy?, ¿qué quiero?, ¿hacia donde voy? ¿Qué propósito tengo en la vida?, ¿me avergüenzo o me enorgullezco de mis elecciones y acciones?, ¿estoy contento o descontento de ser quien soy?, etcétera.

Ya que en dicha etapa se desata una verdadera revolución biológica, física psicológica y social, es pues, una fase en la vida del ser humano en que se enfrentan fuertes cambios, que inician con el abandono de un cuerpo de niño a un cuerpo que va tomando aspecto adulto.

La confrontación que existe entre el adolescente y la vida académica obligan al sí mismo del adolescente a identificar y diferenciar capacidades, aptitudes, talentos, etcétera. Con el fin de contribuir al desarrollo del sentido de competitividad al

mismo tiempo que se elaboran proyectos de vida de acuerdo a sus intereses y capacidades.

Cambia la manera de pensar, la imagen que se tiene de sí mismo, del adolescente, el cómo lo perciben los demás, la posición que ocupa en la familia, la escuela los amigos, el sexo opuesto, etcétera.

Todo ello implica la construcción de la identidad del adolescente, la búsqueda de un equilibrio existencial que le permita conocer y aceptar su nueva imagen tanto física, psicológica y social.

Carl Rogers expresa claramente la aceptación de la persona al hablar de la distancia entre el yo real y el yo ideal.

4.2.2. Autoconcepto

Es la serie de creencias que la persona tiene acerca de sí misma, que se manifiesta en su conducta.

La elaboración de su autoconcepto representa la raíz del sentimiento de identidad. Los jóvenes se definen a partir de las relaciones que establecen con los demás, en el ámbito familiar, escolar, con sus pares, relaciones afectivas, grupo de amigos, como parte de la vida del adolescente que representan para este una importante influencia en la formación del autoconcepto y evidentemente de la identidad.

Así pues, el autoconcepto que el adolescente tiene de sí mismo en muchas ocasiones parte de sus cambios físicos y mentales estos últimos influenciados por sus padres y el grupo al que pertenece, de donde adquiere nuevos roles, intereses, necesidades, metas, etc.

El concepto que cada uno de nosotros tiene de sí mismo es lo que pensamos que somos partiendo de los rasgos antes mencionados (físicos, psicológicos y sociales).

El autoconcepto “modela nuestro destino; es decir que la visión más profunda que tenemos de nosotros mismos influye sobre todas nuestras elecciones y decisiones significativas y por ende modela el tipo de vida que nos creamos.” (Branden.1997:179)

Es un rasgo fundamental el autoconcepto que cada uno nos hacemos ya que afecta en los sentimientos y la conducta. Es decir, es un mediador significativo para el espíritu emprendedor del ser humano.

Cuando el autoconcepto es negativo: Afloran miedos, dudas, inseguridades de la vida, pues no nos sentimos capaces para emprender algo que deseamos; en cambio sentirse uno mismo es saber que nada nos detiene excepto nosotros mismos.

Rogers, señala que existe una ausencia de conflicto interno y de ansiedad cuando las personas descubren quienes son, y lo que perciben que son y lo quieren ser comienza a converger, entonces pueden aceptarse a sí mismas sin conflictos. Sus autopercepciones y las relaciones con otras personas llevan a la autoaceptación y a la autoestima. Por otra parte, el desajuste psicológico ocurre cuando hay una divergencia entre el yo real y el yo en relación con otras personas, con respecto al yo que le gustaría ser.

Se menciona que todas las personas tienen seis aspectos del yo: lo que realmente son, lo que piensan que son, lo que piensan otras que son, lo que creen que piensan las demás de ellas, lo que quieren llegar a ser y las expectativas que creen que otras personas tienen sobre ellas. Los autoconceptos pueden o no tener enfoques cercanos a la realidad, y están permanentemente en proceso de cambio.

4.2.3. Autoevaluación

Es la capacidad interna de valorar de sí mismo aquello que es bueno, lo que le satisface, es interesante, enriquecedor, le hace sentir bien y le permite crecer y aprender; así mismo le permite identificar en su propio yo lo que es malo en tanto que no le satisface; le hace daño y no le permite crecer.

Consiste en que la persona se considere importante para sí misma y para las demás. La autovaloración se relaciona con otros aspectos como la autoaceptación y el autorrespeto y significa que se percibe con agrado la imagen que la persona tiene de sí.

El mismo branden designa la autovaloración como el respeto a uno mismo o a una misma y la de define La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices, el sentimiento de ser respetables, de ser dignos y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos.

La meta en el aspecto de la autovaloración consiste entonces en identificar aquellos medios adecuados que satisfagan la necesidad que tiene la persona de verse a sí misma en forma positiva, de tal manera que le otorgue mayor valor y atención a las dimensiones realmente importantes de su personalidad.

4.2.4. Autoaceptación

Consiste en admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, como la forma de ser y sentir; solo a partir de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello. Se señala que ésta se caracteriza porque la persona cree que puede realizar bien distintas cosas y sentirse segura al hacerlas. Esta percepción interna favorece una buena autoestima, sentirse cómodo o cómoda en la relación con otras personas y manifestarse con espontaneidad. La autoconfianza se traduce en que la persona crea en sí misma y en sus propias

capacidades para enfrentar distintos retos, lo que a su vez la motiva a buscar oportunidades que le permitan poner en práctica y demostrar sus competencias.

La meta de superación personal en el aspecto de la autoconfianza consiste en desarrollar una actitud realista de creencia en sí mismo o en sí misma y en sus propias capacidades, en la voluntad de ejercitarlas adecuadamente y disfrutar al hacerlo.

4.2.5. Autorrespeto

Consiste en atender y satisfacer las propias necesidades y valores, expresar y manejar en forma conveniente sentimientos, y emociones, sin hacerse daño ni culparse; buscar y valorar todo aquello que haga sentirse orgulloso de sí mismo a la propia persona. Se menciona que consiste en manejarse adecuadamente en la dimensión personal, cuidándose, dominándose y organizándose bien en la vida. Significa la capacidad de ordenarse apropiadamente y ejercer un dominio propio que fomente tanto el bienestar personal como el del grupo al que se pertenece. Por lo tanto, el término incluye otros aspectos, tales como el autocuidado, la autodisciplina, la organización propia o el manejo de sí mismo o de sí misma.

4.2.6. Autoestima

Es la síntesis de todos los pasos anteriores; si una persona se conoce y esta consciente de sus cambios, crea su propia escala de valores y desarrolla sus capacidades, y se acepta y respeta tendrá lo que se conoce como autoestima.

Explica que consiste en el desarrollo y la expresión adecuada de las capacidades, de modo que la persona pueda vivir una vida satisfactoria y de provecho para sí misma y para otras personas. Implica la búsqueda del cumplimiento de las metas que conforman el proyecto vital de su existencia.

Las personas que gozan de una buena autoestima, tienden a manifestar dos características de la verdadera autorrealización; por una parte, que sus metas sean significativas y por otra, que le permitan proyectarse personalmente, generando beneficio para sí y para otras personas y obteniendo satisfacción de ello.

Contrario a la situación anterior, las personas con baja autoestima generalmente se lamentan de su falta de realización personal y asocian esta queja con una sensación de estancamiento existencial.

Las metas por alcanzar en el aspecto de la autorrealización exigen que la persona se proyecte mediante distintas áreas de interés, aptitud o compromiso que le resulten significativas. Para lograr este propósito es necesario que descubra lo que le otorga verdadero sentido a su vida, que desarrolle sus capacidades y se plantee metas que promuevan la realización personal de su existencia.

Es importante que el adolescente y sus padres conozcan la escalera de la autoestima ya que los hará cambiar, reflexionar, hacer una revaloración de sus acciones hacia su propia persona.

Para darles la oportunidad de conocerse a si mismo y aceptarse con ciertas limitantes tratando siempre de mejorar su vida personal y social. Teniendo siempre presente que es un ser importante, único e irrepetible.

4.3. Factores vinculados a la autoestima y características

Factores que refieren a una serie de conductas correlacionadas tanto con el alta como con la baja autoestima. Entre ellas se mencionan: expectativas hacia el futuro, asertividad personal, estilos para enfrentar el estrés, tomas de control, toma de riesgos, temor al fracaso y nivel de aspiraciones. Con base en lo planteado por anteriores autores, a continuación se hace referencia a las conductas mencionadas.

4.3.1. Autoestima alta

Hoy, más que en otros tiempos, es necesario hacer conciencia de todos los beneficios que conlleva el disfrutar de una autoestima saludable, y lo importante que es para todo ser humano, pues brinda herramientas para enfrentar los desafíos de la vida.

En primera instancia, se señala que existen dos razones por las cuales este tema es importante. Una es que la autoestima de una persona no se ve, sino que se elaboran conjeturas sobre ésta a partir de la conducta evidente. Estos patrones de conducta suministran datos a partir de los cuales se puede hacer inferencias diagnósticas razonables. La segunda razón es que a menudo algunos patrones de conducta pueden parecer extraños a primera vista; no obstante, si se les vincula con la autoestima subyacente, se puede comprender su significado.

Así pues diremos que una autoestima saludable es aceptarse a sí mismo, tener menos actitudes negativas ante cualquier situación, siempre pensar positivamente en el presente viviéndolo con intensidad, así como tener planes para el futuro, y actuar con confianza y seguridad ante los demás y en cualquier contexto social y a su vez enfrentar cualquier adversidad.

“Las personas con alta autoestima no tienen la necesidad de sentir su superioridad, ni buscan demostrar su valor comparándose con patrones establecidos: su felicidad radica en ser quiénes son y no en ser mejores que otros” (Branden, 1997: 44).

Se señala que las personas con una autoestima alta enfocan las tareas y a las otras personas con la expectativa de que serán exitosas y bien recibidas. Confían en sus percepciones y juicios y creen que pueden dirigir sus esfuerzos a soluciones favorables. Sus autoactitudes positivas les permiten aceptar sus propias opiniones y otorgar crédito y confianza a sus reacciones y conclusiones, lo

cual a su vez le facilita seguir sus propios juicios cuando existe una diferencia de opinión y considerar ideas nuevas. Esa confianza en sí mismas, acompañada por sentimientos de justicia, es probable que les provean la convicción de que es correcta y las animen a expresar esas convicciones.

Describen a las personas con alta autoestima de la siguiente manera:

Una persona con alta autoestima no se considera a sí misma como el centro del universo y mejor que los demás y las demás. Simplemente conoce muchos aspectos de sí misma, tiene auto-respeto y tiene consciencia de su propio valor como persona única e irrepetible. Reconoce sus cualidades buenas, pero no se cree perfecta. Al contrario, puede ser que tenga mucha consciencia sobre sus defectos y del hecho de que ella comete errores. Pero no ve sus defectos y errores como representativos de alguien sin valor, ella los entiende como representativos del ser humano. Molina (1996: 30)

Otras características señaladas para estas personas son: les gusta estar solas y les gusta estar con otras personas; son felices con lo que son la mayoría del tiempo; escuchan a las demás, pero deciden por sí mismas, son capaces de ser firmes y no sienten la necesidad de someterse, revelarse o escapar; gozan el día de hoy y esperan con alegría el mañana; pueden dar y recibir amor; pueden tolerar la ira de las demás y mostrarse airadas ellas mismas; tienen más facilidad para perdonar y olvidar; son capaces de gozar su individualidad; pueden invertir emociones y entusiasmo en personas, causas y cosas; les importa este mundo y aprecian su papel y responsabilidad como parte de él.

El resultado de ser una persona con una alta autoestima y responsable de su propia vida, es ser una persona actualizadora de sí misma y autotrascendente.

Aquí alguna de sus características primordiales:

- Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesta a defenderlos aún cuando encuentre fuertes oposiciones y se siente lo suficientemente segura como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocada.
- Es capaz de admitir según crea más acertado, confiando en su propio juicio, y sin sentirse culpable cuando a otras personas les parece mal lo que ha hecho.
- No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que halla ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.
- Tiene confianza en su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.
- Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra, aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.
- Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otras, por lo menos para aquellas con quienes se relaciona.
- No se deja manipular por las demás personas, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
- Reconoce y acepta en sí misma una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena.
- Es capaz de disfrutar diversas actividades como estudiar, jugar, trabajar, descansar, estar con amistades.
- Es sensible a las necesidades de otras personas, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas y reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de las demás personas.

En resumen una alta autoestima es un resultado deseado del proceso de desarrollo humano. Se le vincula con la salud mental a largo plazo y con el equilibrio emocional.

4.3.2. Baja autoestima

Se dice que una persona tiene autoestima deficiente o baja cuando las apreciaciones de su autoevaluación y autovaloración le hacen daño y hay carencia de estima hacia sí misma. Este tipo de personas se siente descontenta consigo misma, pues se considera de poco valor e incluso, en casos extremos, se observa sin valor alguno y por lo tanto "no amada".

Está convencida de que no tiene aspectos positivos para enorgullecerse, tiene conciencia de sus defectos, pero tiende a sobredimensionarlos. No conoce ni sabe quién es, ni cuáles son sus capacidades y habilidades que la hagan digna de ser querida por ella misma y por los demás. Es frecuente encontrar una actitud excesivamente quejumbrosa y crítica, triste, insegura, inhibida y poco sociable, perfeccionista, desafiante, derrotista, y parecen poco vitales, les falta espontaneidad y presentan agresividad. También manifiestan la necesidad compulsiva de llamar la atención y de aprobación, la necesidad imperiosa de ganar, un temor excesivo a equivocarse.

Prefieren decir "no sé". Tienen un marcado sentido del ridículo y el temor a errar los hace poco creativos. Prefieren ser descritos como flojos y no como tontos. Con los demás, constantemente buscan su apoyo y aprobación. Ocultan sus verdaderos sentimientos y pensamientos cuando creen que éstos no concuerdan con los de los demás.

Tienen dificultad para aceptar y valorar a los otros como son: tratan de cambiarlos para satisfacer sus necesidades y expectativas a través de ello. Son personas con una gran necesidad de sentirse queridas y valoradas, y como son dependientes de los demás para su autovaloración, presentan una especial sensibilidad ante cualquier actitud de los otros que las hagan sentirse postergadas o rechazadas, sin lograr establecer sanas relaciones de dependencia y plantear sus ideas

claramente por miedo al rechazo. Su reacción frente a un error particular se transforma en una crítica generalizada a todo lo que son como personas.

En ocasiones, el adolescente o la adolescente con una identidad pobre y una baja autoestima intentan presentar una imagen falsa, una fachada con la cual enfrentarse al mundo. Se trata de un mecanismo de compensación empleado para superar el sentimiento de poca valía, tratando de esta manera de convencer a otras personas de que se es un ser valioso. No obstante, poner esta conducta en práctica genera tensión. Actuar fingiendo confianza, de forma amigable, cuando la persona está experimentando lo contrario, es una lucha constante. La ansiedad por no dar un paso en falso o bajar la guardia produce una tensión considerable.

Una persona con baja autoestima tiene una gran sensación de inseguridad acerca de ella misma, basa su autoestima, en gran parte, en lo que cree que las demás personas piensan acerca de ella, lo cual lesiona su autonomía e individualidad. En presencia de otras personas disfraza su baja autoestima, en especial cuando se propone impresionarlas. Estas personas tienen muchas esperanzas en lo que las demás pueden darles, pero a la vez tienen grandes temores, por lo que están muy expuestas a sufrir desilusiones y a desconfiar de las otras. (Satir 1980:90).

La baja autoestima de estas personas proviene de sus experiencias de vida, que probablemente le impidieron sentir confianza en sí misma y funcionar de manera autónoma.

Algunas actitudes habituales que indican una baja autoestima:

- Autocrítica severa y excesiva que mantiene a la persona en un estado de insatisfacción consigo misma.
- Hipersensibilidad ante la crítica, por lo que se siente exageradamente atacada o herida; descarga la culpa de sus fracasos a las demás personas o a las situaciones y cultiva resentimientos persistentes contra sus críticos.

- Indecisión crónica, no por falta de información, sino por temor exagerado a equivocarse.
- Deseo innecesario por complacer, por lo que no se atreve a decir que no, por miedo a desagradar y a perder la buena opinión de otras personas.
- Perfeccionismo, autoexigencia esclavizadora de hacer perfectamente todo lo que intenta, que conduce a un desmoronamiento interior cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
- Culpabilidad neurótica, por la que se acusa y se condena por conductas que siempre son objetivamente incorrectas. Exagera la magnitud de sus errores o los lamenta indefinidamente, sin llegar nunca a perdonarse por completo.
- Hostilidad o irritabilidad, siempre a punto de explotar aún por asuntos de poca importancia, propia de la persona súper crítica a quien todo la disgusta, la decepciona y nada le satisface.
- Tendencias defensivas, un negativismo generalizado y una incompetencia hacia el gozo de vivir y de la vida misma.

En resumen los hábitos de pensamiento que habitualmente utilizamos para deformar negativamente la realidad crean los estados de ánimo. Los pensamientos negativos provocan una baja autoestima y son consecuencia de distorsiones. Si se corrige el hábito equivocado de pensamiento se puede mejorar la autoestima.

Cuando se trata el tema de la autoestima como aspecto clave de la educación emocional, suele apelarse a todo lo que tiene que ver con el desarrollo integral de la persona, a su posibilidad de aprender a vivir mejor mediante el conocimiento, la experimentación y la formación de una cultura personal que lo dirija a responsabilizarse de sí mismo y realizar su proyecto personal.

4.4. La autoestima en la adolescencia

Se han mencionado los aspectos físicos y psicológicos por los que todo adolescente atraviesa, podemos comprender entonces que no son gratuitas las actitudes y conductas que estos presentan.

Se debe buscar que el adolescente vaya conociendo algunas conductas que norman a los grupos, el por qué se originan y practican ciertas reglas, solo así podrá practicar el respeto.

La importancia de la autoestima en este periodo radica en facilitarle un elemento multidimensional al adolescente, que por un lado le habilite para sobrevivir el proceso en el que esta inmerso, y por otro, apoye la capacidad de enfrentar de manera objetiva y positiva el mundo adulto al que va a pertenecer.

"La autoestima es una necesidad muy importante para el adolescente. Es básica y efectúa una contribución esencial al proceso de la vida; es indispensable para el desarrollo normal y sano; tiene valor de supervivencia" (Branden, 1997:36).

En la adolescencia el papel que juega la autoestima es básico, ya que permite obtener una identidad estable que le facilitará llegar a la madurez con objetivos bien definidos.

Es así como concluimos este capítulo, para dar pasó a la propuesta del orientador proponiendo el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Con la única finalidad de aumentar el bienestar personal.

PRESENTACIÓN DEL CURSO.

El taller de autoestima, es una alternativa para los orientadores y/o docentes a los cuales se les siguieren estrategias de enseñanza aprendizaje alternos, como apoyo a la educación integral de los alumnos del nivel medio superior.

De esta manera, el padre de familia y alumno podrán tener herramientas para mejorar su rendimiento escolar y de vida social, ya que las estrategias propuestas permiten el desarrollo de habilidades afectivas y aprendizajes significativos. Para la realización de este taller se toma como base teórica el enfoque rogeriano.

El taller consta de objetivos para cada sesión, temática, técnicas acordes a los temas y estrategias de aprendizaje, que se siguieren al padre del adolescente. Esta diseñado para que se imparta en ocho sesiones.

Ante el interés por la búsqueda de nuevas soluciones a problemas educativos, tales como deserción, reprobación, bajo rendimiento, en general un mal desarrollo del educando, se ha considerado importante apoyar la forma en que es abordada el área de orientación educativa.

El trabajo en grupo tiene mucha importancia, tal como lo menciona Rogers, ya que tiene un poder constructivo en cada individuo debido al contacto con otras personas por el hecho de compartir ideales, saberes y experiencias que le permiten desarrollar mayor confianza en sí mismo y ampliar buenas relaciones. Es importante entender como futuros docentes u orientadores interesarse no sólo por la enseñanza sino también por el aprendizaje de los alumnos y área socioafectiva de estos en la búsqueda de la anhelada autorrealización que nos proponemos encontrar como seres humanos.

OBJETIVOS

De acuerdo con lo anterior los objetivos que el trabajo persigue son los siguientes:

Objetivo general

Realizar una propuesta-taller de autoestima dirigido a padres de familia con hijos en secundaria, para orientar y mejorar responsablemente en el equilibrio de una sana autoestima, para así poder mejorar en la formación de vida y proyecto de cada uno de sus hijos. Reflexionando a través de actividades grupales sobre la importancia que tiene el conocimiento de sí mismo en la construcción de expectativas a corto y largo plazo.

Objetivos específicos

- El grupo participará en las temáticas del curso para beneficiarse del contenido, los alumnos y padres de familia conocerán las funciones del orientador educativo. Conocerá las diversas estrategias de aprendizaje que puede utilizar como herramientas para facilitar el aprendizaje.

- Los padres de familia valorarán la importancia de su rol en la formación escolar de sus hijos, identificarán el estilo educativo paterno que se aplica en su hogar, esperando modificarlo para así valorar también la formación humana en la calidad de vida.

- El padre de familia reconocerá su nivel de autoestima y retomará los elementos que le permiten incrementarla para observar adecuado rendimiento escolar, como padre de familia identificara la forma de contribuir a una autoestima positiva en cada uno de sus hijos.
- El padre ubicará los principales cambios físicos, emocionales y sociales que se presentan en la etapa de la adolescencia y retomará la información que le permita generar alternativas de solución para su adecuado manejo.
- Se conducirá al padre para que desde la orientación educativa analice la importancia del concepto de si mismo, el desarrollo de sus potencialidades, y el interés en lograr una autorrealización propia.
- Al término del curso-taller lo padres de familia reconocerán el nivel de comprensión que manejan con sus hijos ante los problemas que se presentan durante la etapa de la adolescencia.

CONTENIDOS TEMÁTICOS.

-Familia y adolescencia.

-Comunicación en familia: La capacidad de comunicar, la habilidad de intercambiar ideas, sentimientos y conceptos con otros y otras. Problemática personal de cada adolescente y su familia.

-Estilos educativos paternos familia y funciones: problemática de los participantes y encuentro de soluciones.

-Cambios físicos y emocionales de la adolescencia: Identificación de emociones que paralizan su desarrollo: Miedo, rabia, desesperanza en el futuro entre otros. Identificación de las crisis de la adolescencia, Manejo de instrumentos para la solución de sus conflictos internos y desarrollo de una buena autoestima, que garantice la construcción de un adulto integrado.

-Autoestima.

-Qué es la Autoestima: cómo se desarrolla y se mantiene en equilibrio.

-Autoconocimiento.- Autoconcepto.

-Autoaceptación. Autoevaluación.

-Autorrespeto Autoestima. - Autoestima alta.- Autoestima baja.

METODOLOGÍA

Se propone un trabajo grupal, lo cual brinda un marco para el análisis, reflexión y discusión de los temas, así como los conocimientos y las vivencias de los participantes. Todo ello en la modalidad de curso –taller.

El programa cuenta con una temática que se trabaja en dos sentidos: por un lado hablare de los aspectos conceptuales como: la comunicación, los estilos educativos paternos, los cambios en la adolescencia y la construcción del autoestima. Con la finalidad de que se comprenda como se adquiere y como se puede hacer que el alumno logre un desarrollo del mismo.

Por otro lado, la importancia del planteamiento de metas, la motivación para el estudio, y finalmente las estrategias y técnicas de estudio que se le pueden aplicar y sugerir el orientador al alumno.

Otro aspecto importante es que el orientador como facilitador fomente un ambiente de confianza, respeto, empatía y tolerancia ya que, para una persona no es lo mismo desenvolverse en una clase donde sólo haya inseguridad y desconfianza para participar frente a los demás. Por ello es mejor un lugar que posibilite hablar libremente sobre aquello que se piensa o quizás sobre la experiencia o sentimientos que se experimentan.

En este aspecto hago énfasis en que el orientador o pedagogo, realice una labor personal adecuada y profesional a las exigencias que marca el taller pues de ello dependerá el éxito del mismo.

El taller consta de 8 sesiones semanales de una hora aproximadamente, formando dos bloques en definición de adolescencia y autoestima.

EVALUACIÓN.

Se propone una evaluación cualitativa, la cual ayuda a obtener información sobre el proceso de enseñanza/ aprendizaje; evaluando los logros obtenidos en cada sesión individual y grupal, en función de la comprensión, asimilación de los contenidos; así como la construcción y avance del proceso grupal.

Para ello se observarán y analizarán los procesos de las dinámicas trabajadas, así como los comentarios y los recursos didácticos que empleó el grupo, para llevar a cabo la exposición de las temáticas.

La forma de evaluar el curso consiste en la siguiente manera: una evaluación final: Se realizara al concluir el curso-taller para verificar los resultados alcanzados.

Se aplicará a los participantes un cuestionario con preguntas abiertas, las cuales hacen referencia a los principales aspectos abordados en cada temática.

Por una parte, en cada sesión se brinda un espacio de tiempo para que los participantes expresen comentarios a cerca del tema, disipen dudas, pero además el orientador realiza preguntas al azar o también los integrantes participan en forma voluntaria contestando las interrogantes.

El orientador se dará cuenta si se lograron los objetivos propuestos a través de la participación de los alumnos y padres de familia en cada actividad que les instruya.

Tomando en cuenta desde la integración al grupo y equipos como aportaciones al tema.

De igual manera se tomara en cuenta la asistencia de los integrantes del grupo.

Hoja Anexo 11

DESARROLLO DE LAS SESIONES

SESIÓN NÚMERO 1

Presentación del taller de autoestima para padres.

Objetivos: El alumno ubicará su participación individual y grupal a través de dinámicas de presentación y rompimiento de hielo que faciliten su desenvolvimiento al interior del proceso grupal.

El orientador establecerá los objetivos y normas en el proceso de asesoramiento vocacional y los acordará en plenaria.

Contenidos: presentación de temas por bloques y forma de trabajo, establecimiento de reglas y horario de trabajo.

En esta sesión se establecerá el encuadre pedagógico, se solicitará una participación activa en lo individual y lo grupal, a su vez se insistirá en la confidencialidad y confianza.

En un sentido teórico metodológico, esta sesión como las siguientes se maneja dentro del marco conceptual del enfoque rogeriano, la importancia del mismo y la búsqueda de la autorrealización del individuo a través de la orientación afectiva y vocacional.

Temática: comunicación, roles familiares, cambios en la adolescencia, autoconocimiento, autorrespeto, autoconcepto, autoaceptación. Autoevaluación, autoestima, autoestima alta, autoestima baja.

Antes de iniciar el trabajo con dinámicas cabe aclarar que el salón de clases debe integrarse en círculo con la finalidad que todos puedan observar el trabajo.

Dinámica de rompimiento de hielo. “en parejas conozcámonos”

Técnicamente, a través de esta dinámica de rompimiento de hielo, se busca establecer un clima de confianza, terminar con las tensiones normales que se presentan al comienzo de cualquier trabajo grupal.

Dinámica de presentación y cohesión. “cien pies”

La dinámica de presentación permite conocer algunos aspectos de los integrantes del grupo; por ejemplo: de qué escuela viene, grupo, por qué están aquí, en qué carrera o carreras han pensado, qué expectativas tienen del taller.

Al orientador esta dinámica de presentación le permite identificar la conformación del grupo, la problemática manifiesta del alumno ante su elección vocacional.

Al alumno le permite darse cuenta de que no es el único que tiene problemas para elegir, asimismo, comienza un proceso de espejo sobre problemáticas comunes. Al verse reflejado en el otro, comienza un proceso emocional de autorreflexión, de identificación, que propicia un gradual sentimiento de pertenencia al grupo.

El encuadre grupal corresponde al orientador, tiene que dejar claro el significado del trabajo grupal, es decir, qué va a dar el grupo, qué se espera de su participación, las características del trabajo grupal como la confianza, confidencialidad, respeto, flexibilidad. Expresa los objetivos y las temáticas del taller, la normatividad, el horario, la asistencia, el cumplimiento de tareas de sesión a sesión. Ubica que el trabajo y compromiso por parte del alumno no termina con la sesión grupal, requiere de trabajo individual, de investigación y reflexión en casa.

Una vez establecida la normatividad, se pregunta al grupo si acepta el compromiso planteado, si tiene dudas, o si quisiera dar sugerencias, de manera grupal, terminando realizaremos una catarsis y reflexión grupal de despedida.

SESIÓN NÚMERO 2

Comunicación en familia.

Objetivo general: Diferenciar los tipos de comunicación, la capacidad de comunicar, la habilidad de intercambiar ideas, sentimientos y conceptos con otros y otras. ¿Cómo llegar a ser mejor persona?

Contenidos: comunicación asertiva, corporal, solución de conflictos.

Actividades.

1. Presentación. (Inicio de sesión) saludo y repaso de sesión anterior.
2. Apertura: Dinámica gestall “mi grito interno”. Procedimiento: cada uno de los participantes dará un grito lo mas fuerte posible, tomando la respiración previa, y dando el turno al siguiente compañero.

Terminado el turno de todos los participantes cuestionaremos el sentir de cada uno de ellos, observando y describiendo el momento en que realizaron dicha actividad. Hay que tomar en cuenta que muchas ocasiones se rompen en llanto dada la necesidad de expresar lo que se siente, es recomendable notar al orientador estar al pendiente de cada uno de los participantes y apoyar en todo momento esta dinámica de línea gestall.

3. Exposición oral del facilitador en cuanto al tema central: durante el desarrollo de la misma el facilitador dará de manera práctica una exposición sobre el tema, tratando de ampliar con este el conocimiento del mismo hacia el alumno.
4. Dinámica de cierre “dictar juegos”: la dinámica consiste en dibujar una figura hoja de anexo 1 desde una posición en la que el lenguaje verbal no es opción.
5. catarsis grupal y despedida.

SESIÓN NÚMERO 3

Familia: Estilos educativos paternos.

Objetivo general: reconocer la importancia de la familia y como esta nos influye.

Contenidos: la familia, sus funciones y la problemática de los participantes para lograr encontrar soluciones.

Actividades.

1. Presentación. (Inicio de sesión) saludo y repaso de sesión anterior.
2. Apertura: Dinámica sociodrama “tipos de familia”. Procedimiento: cada uno de los participantes. Personificara los diferentes modos de ser familia a continuación veremos algunas de sus características más importantes.

Estos seis tipos de familia los anotaremos en seis fichas de trabajo que se repartirán en grupos de cuatro o cinco personas, dentro del grupo para personificar cada una de ellas, cada equipo tendrá 10 minutos para comentar y analizar el tipo de familia que representara, y se le darán 5 minutos para representar en una mini obra de teatro la tarea anterior. **Anexo 2**

La finalidad reconocer diversos patrones de relación entre los diversos miembros de la familia. Adquirir un mayor conocimiento acerca de si mismo que ayude a una mejor integración y comunicación con la familia entre los adolescentes y los adultos.

3. Exposición oral del facilitador en cuanto al tema central: durante el desarrollo de la misma el facilitador dará de manera práctica una exposición sobre el tema, tratando de ampliar con este el conocimiento del mismo hacia el alumno.
4. Dinámica de cierre cuento el buscador de Jorge Bucay.**Anexo3**

5. catarsis grupal y despedida.

Permitir que cada miembro del grupo exprese sus vivencias en relación con el trabajo realizado grupalmente. Se expresa "Cómo llegue", "Cómo me sentí durante la sesiones" "Cómo me voy". Cada uno va y expresando sus vivencias., o en su defecto las escribe y las entrega al orientador.

SESIÓN NÚMERO 4

Cambios en la adolescencia.

Objetivo general: tomar conciencia de la importancia del ser adolescentes desde su cambio hasta autorrealizarse.

Contenidos: los diferentes cambios biopsicosociales del adolescente.

Actividades.

1. Presentación. (Inicio de sesión) saludo y repaso de sesión anterior.

2. Apertura: Dinámica grupal “reconociendo mi adolescencia”. Procedimiento:

Se pedirá que el padre escriba en una hoja diferentes preguntas o dudas que sus hijos hayan pedido ser esclarecidas por él. (Las hojas no tendrán nombre). Todo el grupo propondrá una posible solución a las preguntas.

Se dividirá al grupo en subgrupos de 4 personas y a cada uno se le pedirá que anoten el por qué es importante notar cada cambio. Cuando los grupos terminen de discutir y anotar, se les pedirá que uno por uno pasen a comentar sus conclusiones.

Explicará la forma en que influyen los factores psicoafectivos en las diversas etapas de la adolescencia y cada una de las frustraciones mostradas en familia.

3. Exposición oral del facilitador en cuanto al tema central: durante el desarrollo de la misma el facilitador dará de manera práctica una exposición sobre el tema, tratando de ampliar con este el conocimiento del mismo hacia el alumno.

4. Dinámica de cierre cuento el elefante encadenado de Jorge Bucay.**Anexo4**

5. catarsis grupal y despedida.

Permitir que cada miembro del grupo exprese sus vivencias en relación con el trabajo realizado grupalmente. Se expresa "Cómo llegue", "Cómo me sentí durante la sesiones" "Cómo me voy". Cada uno va y expresando sus vivencias., o en su defecto las escribe y las entrega al orientador.

SESIÓN NÚMERO 5

Autoconocimiento y el Autoconcepto.

Objetivo general: Definir como inicio al tema central de autoestima, dos conceptos centrales el autoconocimiento y el autoconcepto, su diferencia a la autoestima y la importancia y reconocimiento de los mismos.

Contenidos: la importancia autoconocimiento y autoconcepto.

Actividades.

1. Presentación. (Inicio de sesión) saludo y repaso de sesión anterior.

2. Apertura: Dinámica grupal “análisis con globos”. Procedimiento:

En un globo representar de manera personal el autoconocimiento que se tiene de la propia persona y sobre de eso analizar el autoconcepto que se ha construido en el trayecto de vida.

Instrucciones: se le dará a cada participante un globo para inflar, y un marca texto o plumón para hacer una división, en la cual en una parte se describirán las 5 cualidades mas importantes que se reconozcan, y en el polo opuesto los 5 defectos mas marcados que entorpecen y detienen nuestro crecimiento como persona.

Terminado de marcar el globo cada uno de ellos mostrara su globo leyendo en voz alta y reconociendo lo escrito, diciendo la frase” ese soy yo y me acepto tal como soy”. Para terminar haciendo una reflexión de ello, y empezar a trabajar en las debilidades.

¿Que fue lo mas fácil de escribir? ¿Que escribió primero? ¿Anoto lo que usted creía o lo que cree usted que los demás piensan de usted? ¿De las cualidades que describió cual fomenta con sus hijos?

3. Exposición oral del facilitador en cuanto al tema central: durante el desarrollo de la misma el facilitador dará de manera práctica una exposición sobre el tema, tratando de ampliar con este el conocimiento del mismo hacia el alumno.

Planteando preguntas a los padres en un tono de pertenencia y existencia en grupo: ¿Quién soy? ¿Realmente como soy? ¿Cómo me ven? ¿Qué concepto tienen de mí? ¿En que se equivocan? ¿Qué frustración tengo de lo que no fui, lo reflejo en mis hijos?

4. Dinámica de cierre cuento de Jorge Bucay. Anexo5

5. Catarsis grupal y despedida.

Es importante la participación del grupo y la confianza del orientador como facilitador para comentar y vivenciar cada una de las experiencias comentadas en el grupo.

Permitir que cada miembro del grupo exprese sus vivencias en relación con el trabajo realizado grupalmente. Se expresa "Cómo llegue", "Cómo me sentí durante la sesiones" "Cómo me voy". Cada uno va y expresando sus vivencias., o en su defecto las escribe y las entrega al orientador.

SESIÓN NÚMERO 6

Autoaceptación y Autoevaluación.

Objetivo general: Que cada uno de los participantes asimile la importancia de la aceptación de si mismo y pueda lograr realizar una autoevaluación positiva.

Contenidos: autoaceptación y autoevaluación la firmeza de los conceptos.

Actividades.

1. Presentación. (Inicio de sesión) saludo y repaso de sesión anterior.

2. Apertura: Dinámica grupal “el autorretrato”. Procedimiento:

Tiempo: 25 minutos o más.

Materiales: Hojas en blanco y marcadores o lápices.

Consigna: El Coordinador invita a cada participante a tomar una hoja en blanco, y dibujar en ella la caricatura de una persona, que ocupe gran parte de la hoja.

En un primer momento, en forma personal y durante 10 minutos se realiza el siguiente trabajo:

Frente a la cabeza, cada uno escribe tres ideas que no se dejará quitar por ningún motivo.

Frente a la boca, escribe tres expresiones de las que ha tenido que arrepentirse en su vida.

Frente a los ojos, escribe cuáles son las cosas que ha visto y que más le han impresionado.

Frente al corazón, cuáles son los tres amores que nadie le arrancará.

Frente a las manos, qué acciones buenas imborrables ha realizado en su vida.

Frente a los pies, cuáles han sido las peores “metidas de pata” que ha tenido.

Luego del trabajo personal, los participantes eligen una persona –en lo posible que no conozcan- con la que comentan lo que han escrito. (15 minutos).

En plenario cada uno presenta a su compañero. Al final, se evalúa la dinámica.

3. Exposición oral del facilitador en cuanto al tema central: durante el desarrollo de la misma el facilitador dará de manera práctica una exposición sobre el tema, tratando de ampliar con este el conocimiento del mismo hacia el alumno.

El orientador argumenta los dos conceptos anteriores y lo interioriza al ejercicio realizado por el grupo promoviendo en cada uno de ellos la importancia que tiene este ejercicio en la construcción sana de la autoestima.

¿Realmente me acepto como soy? ¿Qué valor tiene para mí el concepto propio?

4. Catarsis grupal y despedida.

Permitir que cada miembro del grupo exprese sus vivencias en relación con el trabajo realizado grupalmente. Se expresa "Cómo llegue", "Cómo me sentí durante la sesiones" "Cómo me voy". Cada uno va y expresando sus vivencias., o en su defecto las escribe y las entrega al orientador.

SESIÓN NÚMERO 7

Autorrespeto y Autoestima.

Objetivo general: Dar a conocer el tema de autorrespeto y autoestima, su importancia, como respuesta de nuestra sensibilidad y emotividad ante los valores y contravalores que advertimos dentro de nosotros, y a la relación que define la autorrealización que cada individuo busca en el trayecto de su vida.

Al término de la sesión los adolescentes y padres de familia identificarán el concepto de autoestima y el origen de la misma.

Actividades.

1. Presentación. (Inicio de sesión) saludo y repaso de sesión anterior.
2. Apertura: Dinámica grupal de confianza “muelle humano”.

Desarrollo: el grupo se divide por parejas. Los/as integrantes de cada pareja se colocan frente a frente con las palmas de las manos tocándose. Dan un paso hacia atrás y sin separar los pies del suelo se dejan caer hacia delante hasta apoyarse nuevamente en las palmas de las manos. Van repitiendo lo mismo cada vez desde un poco más atrás hasta que sea posible. Otra alternativa es que en grupo se reciba a la persona que se deja caer.

Evaluación: ¿cómo se sintieron?

3. Exposición oral del facilitador en cuanto al tema central: durante el desarrollo de la misma el facilitador dará de manera práctica una exposición sobre el tema, tratando de ampliar con este el conocimiento del mismo hacia el alumno.

¿Que entiendo por autorrespeto? Y ¿Cómo defino la autoestima? ¿Que es?
¿Como me afecta? ¿Como influye su construcción sana el desarrollo de mi

persona? Preguntas que planteara el orientador y que en plenaria de grupo responderemos desde la vivencia personal de cada una de nuestras familias.

4. Dinámica de cierre “acentuar lo positivo” finalidad romper barreras impuestas.

Desarrollo: I. Muchos hemos crecido con la idea de que no es "correcto" el autoelogio o, para el caso, elogiar a otros. Con este ejercicio se intenta cambiar esa actitud al hacer que equipos de dos personas compartan algunas cualidades personales entre sí. En este ejercicio, cada persona le da a su compañero la respuesta a una, dos o las tres dimensiones siguientes sugeridas:

Dos atributos físicos que me agradan de mí mismo. Dos cualidades de personalidad que me agradan de mí mismo. Una capacidad o pericia que me agradan de mí mismo.

II. Explique que cada comentario debe ser positivo. No se permiten comentarios negativos. (Dado que la mayor parte de las personas no ha experimentado este encuentro positivo, quizá necesiten un ligero empujón de parte de usted para que puedan iniciar el ejercicio).

III. Se les aplicará unas preguntas para su reflexión: ¿Cuántos de ustedes, al oír el trabajo asignado, se sonrió ligeramente, miró a su compañero y le dijo, "Tú primero"? ¿Fue difícil señalar una cualidad al iniciar el ejercicio? ¿Cómo considera ahora el ejercicio?

5. Catarsis grupal y despedida.

Permitir que cada miembro del grupo exprese sus vivencias en relación con el trabajo realizado grupalmente. Se expresa "Cómo llegue", "Cómo me sentí durante la sesiones" "Cómo me voy". Cada uno va y expresando sus vivencias., o en su defecto las escribe y las entrega al orientador.

SESIÓN NÚMERO 8

Tipos de Autoestima.

Objetivo general: Elevar la autoestima de los participantes a fin de que puedan lograr reconocer los principales aspectos en la autoestima baja y alta y pueda enfocar la diferencia.

Contenidos: autoestima y los aspectos positivos y negativos de ella.

Actividades.

1. Presentación. (Inicio de sesión) saludo y repaso de sesión anterior.
2. Apertura: Dinámica de autoestima “doble personalidad”.

Desarrollo:

I. Explicar a los participantes lo fluctuante de la autoestima, algunas veces dramáticamente dentro de cada persona y a menudo durante el curso del mismo día. Este ejercicio es para identificar estas experiencias y obtener control sobre ellas.

II. En una hoja dividida con una línea vertical, escribir en el lado izquierdo cómo se siente, piensa y actúa cuando se está bien consigo mismo. En el lado derecho, cómo se siente, piensa y actúa cuándo se está mal consigo mismo.

III. Se les debe pedir a los participantes que observen esos dos estados como parte de ellos mismos, que con su imaginación den a cada parte un nombre que pueda simbolizarlos.

IV. Compartir en grupos de tres o cuatro lo que se escribió, tratar de identificar el tipo de situaciones, experiencias, personas o eventos que afectan para elevar o disminuir su autoestima. Concretizar lo que origina sentirse bien o mal consigo mismo.

V. Al finalizar debe llevar a cabo una " lluvia " de ideas, usando la fantasía para sugerir todas las formas posibles de elevar la autoestima.

3. Exposición oral del facilitador en cuanto al tema central: durante el desarrollo de la misma el facilitador dará de manera práctica una exposición sobre el tema, tratando de ampliar con este el conocimiento del mismo hacia el alumno.

4. Dinámica de reflexión para cierre "como podría ser diferente su vida".

Objetivo: Facilitar a los participantes pensar más profundamente en algunos de sus deseos y aspiraciones y lo que están haciendo para lograrlos.

Desarrollo:

I. El instructor dice a los participantes: "Su médico les ha informado que sólo les queda un año de vida y ustedes están convencidos de que el diagnóstico es correcto. Describan cómo cambiaría su vida esta noticia".

II. Se da tiempo a que los participantes piensen y escriban sobre la pregunta anterior.

III. El instructor les menciona lo siguiente: "Si ustedes desean cambiar su vida en esa dirección, ¿Qué los detiene para hacerlo ahora mismo?".

IV. El instructor integra subgrupos de 4 personas y les pide que comenten sus respuestas a la pregunta anterior. V. En grupo se hacen comentarios sobre el ejercicio y como se sintieron.

5. Catarsis grupal. Permitir que cada miembro del grupo exprese sus vivencias en relación con el trabajo realizado grupalmente. Se expresa "Cómo llegue", "Cómo me sentí durante la sesiones" "Cómo me voy". Cada uno va y expresando sus vivencias., o en su defecto las escribe y las entrega al orientador. Conclusiones

(Que se aprendió, para que me servirá, cual fue la proyección, en donde empleare lo aprendido, etc.).

6. Despedida y evaluación final.

Se hará el cierre del taller, para ello es importante agradecer la participación de cada uno de los padres de familia en las actividades de todas las sesiones presentadas.

Finalmente cada participante evaluará el curso de forma cualitativa, al expresar su opinión respecto a este en una **hoja de anexo 6**.

El Orientador recogerá las hojas y finalizará con una pequeña conclusión del curso-taller, agradeciendo a los integrantes la disposición que tuvieron para trabajar en el mismo.

CARTAS DESCRIPTIVAS.

Ahora explicaré de forma condensada el desarrollo de las sesiones, antes vistas, para ello hago uso de la carta descriptiva, la cual “es un documento en el que se indican, con la mayor precisión posible, las etapas básicas de todo proceso sistematizado de un curso” (Gago, 1987:19).

El uso de una carta descriptiva facilita la tarea del profesor porque especifica, entre otras cosas el contenido del curso y sugiere los procedimientos y recursos que se pueden emplear; proporciona la secuencia que puede seguirse y ofrece para evaluar. Al estudiante, sobre todo si deseamos que participe activamente en su aprendizaje, le informa de antemano lo que puede esperar, con los datos del programa, sabrá cuál será la parte del profesor y cuál la de él, a lo largo del curso.

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.
Sesión número 1
Presentación y Encuadre Pedagógico.**

CONTENIDO	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	EQUIPO Y/O MATERIAL	DURACIÓN
Presentación.	Que los integrantes del grupo se conozcan entre Si.	Dinámica de presentación En "parejas" conozcámonos".	Grabadora música de relajación new age.	15 minutos.
Encuadre pedagógico.	Establecer las reglas de Trabajo durante el curso taller.	El orientador establece ciertas reglas considerando aspectos relevantes para mantener un clima de armonía y respeto dentro del taller.	Pizarrón gis o lamina papel bond.	5 minutos.
Temática del curso-taller.	Dar a conocer los contenidos y estructura del taller.	El orientador menciona la metodología a trabajar.	Música en volumen bajo.	10 minutos.
Dinámica grupal. "Cien pies"	Despertar en las personas su aspecto físico y motriz. Mediante varias formas de aprender jugando.	Técnica de cohesión y distensión de grupo.		15 minutos.
Dinámica de Cierre de sesión.	Catarsis y reflexión grupal.	Inducir al grupo a manifestar sensaciones y opiniones y hacer Conclusiones generales del tema.	Salón de clases en círculo.	15 minutos.

Sesión número 2
Comunicación en Familia.

CONTENIDO	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	EQUIPO Y/O MATERIAL	DURACIÓN
Apertura.	Saludar y recordar las reglas internas.	Breve saludo del orientador hacia el grupo y señalamiento de las reglas internas del equipo.	Salón de clases. Grabadora música relajante CD la música de los dioses.	5 minutos.
Encuadre pedagógico.	Sensibilizar a cada participante para que pueda comunicar lo que siente.	Se desarrolla la dinámica: "el grito interno"	Salón de clases.	15 minutos.
Temática del curso-taller.	Diferenciar los tipos de comunicación. La capacidad de comunicar ideas, sentimientos y conceptos.	El orientador menciona el tema que se abordará y expondrá brevemente la manera cómo se desarrollará.		20 minutos.
Dinámica de cierre de sesión: "dictar juegos"	Catarsis y reflexión grupal con la ayuda de dinámica de comunicación.	Se reflexiona acerca de lo experimentado en la sesión y se dan consejos a seguir en casa.	Fotocopias (anexo1), hojas blancas, lápices.	20 minutos.

Sesión número 3
Familia. Estilos educativos paternos.

CONTENIDO	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	EQUIPO MATERIAL Y/O	DURACIÓN
Apertura.	Saludar y dar la bienvenida a la sesión.	El orientador da la bienvenida a los participantes y hace una breve presentación de la sesión.	Salón de clases. Grabadora música relajante CD la música de los dioses 2.	5 minutos. 5 minutos.
Enquadre pedagógico.	Establecer la importancia del tema que se abordará durante la sesión.	El orientador hace una breve reflexión acerca de la importancia de la familia para los adolescentes.	Salón de clases.	10 minutos.
Temática del curso-taller.	Definir a la familia, sus funciones y la problemática de los participantes para lograr encontrar soluciones.	Sociodrama de los diferentes tipos de familia.	Salón de clases. Fotocopias con información de los diferentes tipos de familias. (Anexo 2)	30 minutos.
Dinámica de Cierre de sesión. Lectura del cuento "el buscador.	Catarsis y reflexión grupal.	Reflexión y análisis del cuento.	Salón de clases.(hoja anexo3)	10 minutos.

Sesión número 4
Adolescencia. Cambios biopsicosociales.

CONTENIDO	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	EQUIPO MATERIAL	Y/O	DURACIÓN
Presentación.	Dar la bienvenida a los integrantes del taller.	El orientador les da la bienvenida a los integrantes del taller y desarrollan técnica de confianza.	Salón despejado.		5 minutos.
Temática del curso-taller.	Realizar una presentación del tema a tratar.	Presentación del tema y de la manera cómo se desarrollará la sesión.	Salón en círculo.		10 minutos.
Dinámica grupal: “Reconociendo la adolescencia”	Que los padres reconozcan las sensaciones de sus hijos en esta etapa.	Explicación de manera clara y concisa de la etapa de la adolescencia.	Salón en círculo. Hojas y lápices.		30 minutos.
Dinámica de cierre de sesión: lectura de cuento.	Que los padres reconozcan que la etapa de la adolescencia es importante a tratar con sus hijos.	Los participantes intentarán responder a algunas dudas que los adolescentes tengan respecto al tema. Se analiza la lectura en analogía con el tema en turno	Lectura: “El elefante encadenado” (Anexo 4), Música de relajación.		15 minutos.

Sesión número 5
Camino a la autoestima.
Autoconocimiento-Autoconcepto.

CONTENIDO	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	EQUIPO MATERIAL	Y/O	DURACIÓN
Inicio.	Saludo cordial, recordatorio de reglas.	Presentación del tema.	Salón.		10 minutos.
Presentación del tema.	Definición del concepto y manejo de ideas.	Crear un ambiente favorecedor de inicio de sesión.	Salón.		10 minutos.
Dinámica: "Los globos"	Dinámica de análisis.	Escenificar en un globo el autoconcepto y autoconocimiento.	Salón en círculo. Globos para cada participante.		25 minutos.
Dinámica Cierre. Lectura del cuento ¿quien soy? Jorge bucay	Análisis y catarsis grupal.	Técnica de lectura.	Salón de clases. (hoja de anexo 5)		15 minutos.

Sesión número 6
Autoaceptación y autoevaluación.

CONTENIDO	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	EQUIPO MATERIAL	Y/O	DURACIÓN
Inicio.	Saludo cordial, recordatorio de reglas.	Presentación del tema.	Salón.		5 minutos.
Dinámica de comunicación: Saludos Múltiples.	Técnica de comunicación grupal.	Observar los distintos modelos comunicativos de los participantes.	Salón en círculo.		10 minutos.
El Autorretrato: Dinámica de conocimiento.	Dinámica de conocimiento personal e interioridad de sentimientos.	Aprendizaje y conocimiento afectivo de la persona.	Salón en círculo.		20 minutos.
Presentación del tema.	Definición del concepto y manejo de ideas.	Promover la autoaceptación.	Salón en círculo.		15 minutos.
Cierre.	Catarsis grupal Invitación a la próxima sesión.	Reconocimiento a la participación, trabajo y esfuerzo en clase. Análisis del tema.	Salón de clases.		10 minutos.

Sesión número 7
Autorrespeto y autoestima.

CONTENIDO	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	EQUIPO MATERIAL	Y/O	DURACIÓN
Inicio.	Saludo cordial, recordatorio de reglas.	Presentación del tema.	Salón.		10 minutos.
Dinámica: Muelle humano.	Dinámica de confianza y comunicación grupal.	Observación del grupo y cohesión del mismo.	Salón en círculo.		10 minutos.
Presentación del tema.	Definición del concepto y manejo de ideas.	Conocimiento del autorrespeto y la importancia de la autoestima.	Salón en círculo.		10 minutos.
Dinámica de autoestima: acentuar lo positivo.	Técnica de conocimiento propio.	Valoración positiva de la autoestima y reflexión.	Suficientes Hojas blancas y lápices para el grupo.		20 minutos.
Cierre de sesión.	Catarsis grupal y análisis de sesión. Invitación a la próxima sesión.	Reconocimiento a la participación, trabajo y esfuerzo en clase. Análisis del tema.	Salón en círculo.		10 minutos.

Sesión número 8
Tipos de autoestima.

CONTENIDO	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	EQUIPO MATERIAL	Y/O	DURACIÓN
Inicio.	Saludo cordial, recordatorio de reglas.	Presentación del tema.	Salón.		10 minutos.
Dinámica de autoestima: doble personalidad.	Dinámica de conocimiento facilitadora para tratar tema.	Manejo de conceptos de autoestima alta y baja.	Hojas de papel y lápiz para cada participante.		20 minutos.
Presentación del tema.	Definición del concepto y manejo de ideas.	Conocimiento de la autoestima.	Salón de clases en círculo.		20 minutos.
Dinámica gestall: como podría ser diferente su vida.	Técnica gestall de interiorización y duelo.	Valoración y reconocimiento de los dos tipos de autoestima.	Hojas de papel y lápiz para cada participante.		10 minutos.
Repaso de los temas.	Que los participantes recuerden los Conocimientos aprendidos durante el curso-taller.	desplaza en el espacio, el orientador mencionará los contenidos del curso y algunos aspectos Relevantes.	Salón en círculo.		5 minutos.

Sesión número 8
Tipos de autoestima. Hoja 2

Tipos de autoestima.

CONTENIDO	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	EQUIPO MATERIAL	Y/O	DURACIÓN
Conclusiones y evaluación.	Conocer la opinión de los participantes respecto al curso-taller, resaltando la importancia de los aspectos aprendidos.	Despedida de grupo con actividades de confianza y comunicación no verbal de manera afectiva.	Salón en círculo.		10 minutos.
		Se entregará un cuestionario de evaluación a los integrantes y posteriormente cada uno compartirá con el resto de sus compañeros sus Impresiones.	Hoja anexo 6		15 minutos.

CONCLUSIONES.

La autoestima es un fundamento indispensable para la estabilidad emocional de la persona, por lo que tanto en el ámbito familiar como en la institución educativa y en las relaciones sociales se debe propiciar en el educando el desarrollo de sentimientos de capacitación y de confianza en si mismo.

La autoestima se va formando en el niño de modo inadvertido, conforme va creciendo el círculo de personas con las cuales entra en contacto. Es a lo largo de la adolescencia una entidad inestable y maleable y por consiguiente educable, que necesita reafirmación. La formación de la autoestima se inicia en los primeros años del desarrollo psicológico, y se va definiendo progresivamente de manera positiva o negativa, siendo en la adolescencia cuando se produce su relativa consolidación. Una alta autoestima puede ser desarrollada a lo largo de la práctica educativa, poniendo de manifiesto la relevancia que tienen para conseguir este objetivo las experiencias de aprendizaje, y la relación con personas significativas del contexto escolar: profesores y padres. La autoestima es, un conjunto de percepciones sobre sí mismo, aprendido, formado lentamente y sometido a la influencia del medio. Por ello su formación debe ocupar un lugar prioritario entre los objetivos de la orientación, no desde un planteamiento personal o aislado, sino desde una educación afectiva que promueva la actuación de todos los miembros del contexto escolar.

Por otra parte, la madurez personal de los padres constituye un factor influyente y de gran importancia en el desarrollo afectivo del adolescente, sus actos incidirán decisivamente en el concepto que este se forja de sí mismo y de los demás.

La familia juega un papel trascendental en el desarrollo integral del individuo, debido a que es en éste contexto donde el niño adquiere sus primeros conocimientos, actitudes y pautas de comportamiento.

La forma de educar de los padres es importante, empero adquiere mayor relevancia al influir en el nivel de autoestima. Se considera que el adolescente que se desarrolla en un ambiente familiar donde le brindan afecto, atención, seguridad, aceptación, motivación y existe definición clara de reglas, tiene mayores posibilidades de presentar una autoestima favorable, lo cual permite al individuo sentirse mejor y a su vez vivir mejor, responder a los desafíos y a las oportunidades con mayor ingenio y de forma más apropiada. Por el contrario, una persona con baja autoestima, se torna insegura, dependiente, indecisa, carece de iniciativa, es susceptible al fracaso, por lo tanto, su nivel de rendimiento en el ámbito que se desempeñe se verá afectado. Queda claro que el tipo de autoestima influye en el desarrollo de las potencialidades del individuo.

La labor del orientador educativo juega un papel trascendental en la educación de los adolescentes, toda vez que le brinda elementos para mejorar su rendimiento escolar, para tomar decisiones asertivas, influye en la búsqueda de identidad, motiva al alumno para que logre las metas que se proponga en materia educativa, influye en su nivel de autoestima, promueve la introyección de valores morales y hábitos de estudio, en otras palabras, es un instrumento que facilita experiencias, conocimientos, técnicas, métodos y estrategias de aprendizaje con la finalidad de propiciar: la estabilidad emocional del adolescente; el desarrollo de sus capacidades cognoscitivas; para favorecer el rendimiento académico. Mediante esta valiosa labor disminuye el nivel de deserción escolar y contribuye al desarrollo de la educación, por consecuencia desarrollo del país.

Se debe educar la libertad del joven para que pueda hacer uso de ella de forma natural y adecuada.

Con la investigación de este trabajo se lograron los objetivos planteados desde un principio, es decir, conocer las características del adolescente, la familia y la propuesta de un taller de autoestima para padres desde un enfoque humanista, desarrollado desde la orientación educativa afectiva.

El trabajo cumple con las expectativas esperadas, esperando que estas se otorguen a la hora de implementar el curso taller, pero sobre todo se aplique como una estrategia que complemente la educación y formación de los padres de familia, a los cuales este trabajo muestra nuestra prioridad en ellos, con la finalidad que repercuta en una mejor educación de sus hijos adolescentes y logren realizarse en todos los ámbitos.

Con esta enseñanza se relaciona estrechamente el siguiente corolario: la evaluación de los demás no es guía para mí. Aunque los juicios ajenos merezcan ser escuchados y considerados por lo que son, nunca pueden servirme de guía... Sólo existe una persona capaz de saber si lo que hago es honesto, cabal, franco y coherente, o bien si es algo falso, hipócrita e incoherente: esa persona soy yo. (Rogers, 1980:114)

Por último, me resta mencionar el respeto al trabajo que realizan los docentes, ya que después de los padres son ellos quienes guían la educación de los estudiantes, y cuando falta la cooperación de los progenitores les toca solos enfrentar la difícil tarea de educar y formar al ser humano. De ahí que exhorto a padres, docentes, orientadores, pedagogos y a cada una de las personas que ejercen alguna función en el campo de la educación a que no dejen de tomar en cuenta el aspecto afectivo de los educandos.

BIBLIOGRAFÍA

ABERASTURY, Arminda. Y Knobel M. 1980. La adolescencia normal. Paidós. Buenos Aires.

BRANDEN, Nathaniel. 1991. El respeto hacia uno mismo. Grijalbo. México.

BRANDEN, Nathaniel. 1997. Como mejorar su autoestima. Paidos tr. Leonardo Wolfson. México.

BRANDEN, Nathaniel. 1998. Los seis pilares de la autoestima. Paidos. México.

BISQUERRA, Rafael. 1996. Orígenes y desarrollo de la orientación psicopedagógica. Narcea. Madrid.

BUCAY. Jorge. 2000. Hojas de ruta. Sudamericana S.A. edición 5

CASCÓN Francisco, Martín Carlos. 1997. La alternativa del juego - I. Los libros de la Catarata. Madrid.

CASCÓN, Francisco Martín, Carlos. 1997. La alternativa del juego - II. Los libros de la Catarata. Madrid.

DULANTO, Gutiérrez, Enrique. 2000. "El adolescente". McGraw-Hill interamericana, México.

ERIKSON, Erick H. 1974. Identidad juventud y crisis. Paidós. Buenos Aires,

FUENTES, Jiménez Norma. 1998. La importancia de la autoestima en la identidad del adolescente. Tesis, UPN. México.

GAGO, Huguet Antonio. 1987. Elaboración de cartas descriptivas, guía para

Preparar el programa de un curso. Trillas. México.

GARCÍA, L. 2001. Test C.I.P. II. Cómo descubrir los intereses profesionales. Bruño. Madrid.

GIMENO, Adelina. 1999. "La Familia: El Desafío A La Diversidad". Ariel, S.A. Barcelona.

LEÑERO Otero L. 1976.La Familia. Programa Nacional De Formación De Profesores. Acervo .General - ITESO. Mexico.

MARTÍNEZ de Codès. M. 1998. La Orientación Escolar. Sáenz y Torres. Madrid.

MOLINA, Margarita Baldares, Thelma y Maya, Arnobio. 1996. Fortalezcamos la autoestima y las relaciones interpersonales. Impresos Sibaja. San José. Costa Rica.

MORA Antonio, Juan. 1998. Acción tutorial y orientación educativa. Ed.narcea. 5ta edición. Madrid

MUSITU, Gonzalo. 2001. La Familia Y La Educación. Octaedro. España.

NARANJO, Pereira María Luisa. 2004. Enfoques Humanístico Existenciales Y Un Modelo Ecléctico. Publicado por Editorial Universidad de Costa Rica.

NAVA, Ortiz José. 1993. La orientación educativa en México. Documento Base. UNAM. México.

PALACIOS, Jesús. 2002. Familia Y Desarrollo Humano. Alianza Editorial, S. A. Madrid.

PETER, Blois. 1971. Psicoanálisis de la adolescencia. cap. III, Ed. J. Mortiz, México.

PIAGET, Jean. E Inehelder B. 1985. El pensamiento del adolescente. En: De la lógica del niño a la lógica del adolescente. Paidós. Barcelona.

REPETTO, Talavera, E. 1998. Fundamentos de Orientación. La Empatía en el Proceso Orientador. Morata. Madrid.

RIOS, Thelma. 2002. Modelo de orientación personalizada. Una estrategia para la Organización de la intervención en los servicios de orientación educativa. UNAM. México:

RIVAS, Martínez Francisco. 2001. Psicología Vocacional: Enfoques del asesoramiento Morata, 2da edición. Madrid.

RODRIGUEZ Moreno, Ma. Luisa. 1991 Orientación Educativa. Editorial Ceac: 3ra. Reimpresión, Barcelona-España.

RODRÍGUEZ Estrada, Mauro.1998. Autoestima. Clave del éxito personal. El Manual Moderno. 2da.edición. México.

ROGERS, Carl. 1978. El proceso de convertirse en persona: Mi técnica Terapéutica. Paidos, Buenos Aires,

ROGERS, Carl. 1980. El poder centrado en la persona. Paidos. Tr. Salvador Moreno, el manual moderno. México.

ROGERS, Carl. 1979. Psicoterapia centrada en el cliente .Paidos. Tercera reimpresión. Buenos Aires.

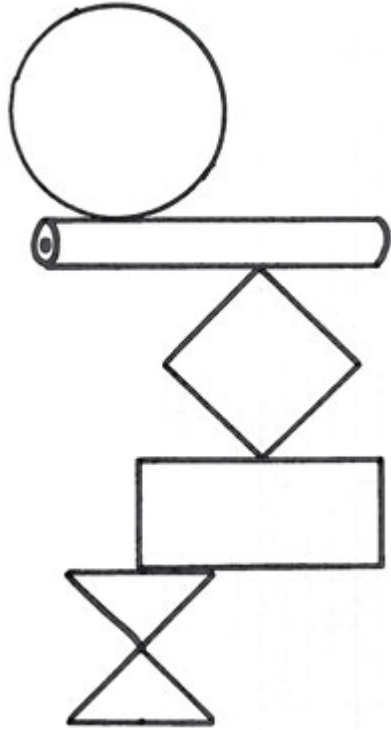
SANTACRUZ, D. 1990. La Definición de Orientación. UCV. Caracas.

SATIR, Virginia. 1980. Psicoterapia familiar conjunta. Prensa Médica Mexicana. México.

VILLAVERDE, Aníbal. 1966. Dinámica de grupos y educación: Fundamentos y Técnicas Publicación Humanitas. Buenos Aires.

HOJA DE ANEXO 1

DIBUJO PARA DINAMICA DICTAR DIBUJOS.



HOJA DE ANEXO 2

a) La familia nuclear o elemental: es la unidad familiar básica que se compone de esposo (padre), esposa (madre) e hijos. Estos últimos pueden ser la descendencia biológica de la pareja o miembros adoptados por la familia.

b) La familia extensa o consanguínea: se compone de más de una unidad nuclear, se extiende mas allá de dos generaciones y esta basada en los vínculos de sangre de una gran cantidad de personas, incluyendo a los padres, niños, abuelos, tíos, tías, sobrinos, primos y demás; por ejemplo, la familia de triple generación incluye a los padres, a sus hijos casados o solteros, a los hijos políticos y a los nietos.

La familia monoparental: es aquella familia que se constituye por uno de los padres y sus hijos. Esta puede tener diversos orígenes. Ya sea porque los padres se han divorciado y los hijos quedan viviendo con uno de los padres, por lo general la madre; por un embarazo precoz donde se configura otro tipo de familia dentro de la mencionada, la familia de madre soltera; por último da origen a una familia monoparental el fallecimiento de uno de los cónyuges.

La familia de madre soltera: Familia en la que la madre desde un inicio asume sola la crianza de sus hijos/as. Generalmente, es la mujer quien la mayoría de las veces asume este rol, pues el hombre se distancia y no reconoce su paternidad por diversos motivos. En este tipo de familia se debe tener presente que hay distinciones pues no es lo mismo ser madre soltera adolescente, joven o adulta.

La familia de padres separados: Familia en la que los padres se encuentran separados. Se niegan a vivir juntos; no son pareja pero deben seguir cumpliendo su rol de padres ante los hijos por muy distantes que estos se encuentren. Por el bien de los hijos/as se niegan a la relación de pareja pero no a la paternidad y maternidad.

HOJA DE ANEXO 3

EL ELEFANTE ENCADENADO AUTOR: JORGE BUCAY

Cuando yo era chico me encantaban los circos, y lo que más me gustaba de los circos eran los animales. También a mí como a otros, después me enteré, me llamaba la atención el elefante. Durante la función, la enorme bestia hacía despliegue de su tamaño, peso y fuerza descomunal... pero después de su actuación y hasta un rato antes de volver al escenario, el elefante quedaba sujeto solamente por una cadena que aprisionaba una de sus patas clavada a una pequeña estaca clavada en el suelo. Sin embargo, la estaca era solo un minúsculo pedazo de madera apenas enterrado unos centímetros en la tierra. Y aunque la cadena era gruesa y poderosa me parecía obvio que ese animal capaz de arrancar un árbol de cuajo con su propia fuerza, podría, con facilidad, arrancar la estaca y huir. El misterio es evidente: ¿Qué lo mantiene entonces? ¿Por qué no huye? Cuando tenía 5 o 6 años yo todavía en la sabiduría de los grandes. Pregunté entonces a algún maestro, a algún padre, o a algún tío por el misterio del elefante. Alguno de ellos me explicó que el elefante no se escapaba porque estaba amaestrado. Hice entonces la pregunta obvia: -Si está amaestrado, ¿por qué lo encadenan? No recuerdo haber recibido ninguna respuesta coherente. Con el tiempo me olvide del misterio del elefante y la estaca... y sólo lo recordaba cuando me encontraba con otros que también se habían hecho la misma pregunta. Hace algunos años descubrí que por suerte para mí alguien había sido lo bastante sabio como para encontrar la respuesta:

El elefante del circo no se escapa porque ha estado atado a una estaca parecida desde muy, muy pequeño. Cerré los ojos y me imaginé al pequeño recién nacido sujeto a la estaca. Estoy seguro de que en aquel momento el elefantito empujó, tiró, sudó, tratando de soltarse. Y a pesar de todo su esfuerzo, no pudo. La estaca era ciertamente muy fuerte para él. Juraría que se durmió agotado, y que al día siguiente volvió a probar, y también al otro y al que le seguía... Hasta que un día, un terrible día para su historia, el animal aceptó su impotencia y se resignó a su destino. Este elefante enorme y poderoso, que vemos en el circo, no se escapa porque cree -pobre- que NO PUEDE. Él tiene registro y recuerdo de su impotencia, de aquella impotencia que sintió poco después de nacer. Y lo peor es que jamás se ha vuelto a cuestionar seriamente ese registro. Jamás... jamás... intentó poner a prueba su fuerza otra vez...

HOJA DE ANEXO 4

CUENTO EL BUSCADOR AUTOR: JORGE BUCAY

Esta es la historia de un hombre al que yo definiría como buscador. Un buscador es alguien que busca. No necesariamente es alguien que encuentra. Tampoco es alguien que sabe lo que está buscando. Es simplemente para quien su vida es una búsqueda.

Un día un buscador sintió que debía ir hacia la ciudad de Kammir. Él había aprendido a hacer caso riguroso a esas sensaciones que venían de un lugar desconocido de sí mismo, así que dejó todo y partió. Después de dos días de marcha por los polvorientos caminos divisó Kammir, a lo lejos. Un poco antes de llegar al pueblo, una colina a la derecha del sendero le llamó la atención.

Estaba tapizada de un verde maravilloso y había un montón de árboles, pájaros y flores encantadoras. La rodeaba por completo una especie de valla pequeña de madera lustrada... Una portezuela de bronce lo invitaba a entrar. De pronto sintió que olvidaba el pueblo y sucumbió ante la tentación de descansar por un momento en ese lugar. El buscador traspasó el portal y empezó a caminar lentamente entre las piedras blancas que estaban distribuidas como al azar, entre los árboles. Dejó que sus ojos eran los de un buscador, quizá por eso descubrió, sobre una de las piedras, aquella inscripción... "Abedul Tare, vivió 8 años, 6 meses, 2 semanas y 3 días". Se sobrecogió un poco al darse cuenta de que esa piedra no era simplemente una piedra. Era una lápida, sintió pena al pensar que un niño de tan corta edad estaba enterrado en ese lugar... Mirando a su alrededor, el hombre se dio cuenta de que la piedra de al lado, también tenía una inscripción, se acercó a leerla decía "Llamar Kalib, vivió 5 años, 8 meses y 3 semanas". El buscador se sintió terriblemente conmovido. Este hermoso lugar, era un cementerio y cada piedra una lápida. Todas tenían inscripciones similares: un nombre y el tiempo de vida exacto del muerto, pero lo que lo contactó con el espanto, fue comprobar que, el que más tiempo había vivido, apenas sobrepasaba 11 años. Embargado por un dolor terrible, se sentó y se puso a llorar. El cuidador del cementerio pasaba por ahí y se acercó, lo miró llorar por un rato en silencio y luego le preguntó si lloraba por algún familiar.

- No ningún familiar – dijo el buscador - ¿Qué pasa con este pueblo?, ¿Qué cosa tan terrible hay en esta ciudad? ¿Por qué tantos niños muertos enterrados en este lugar? ¿Cuál es la horrible maldición que pesa sobre esta gente, que lo ha obligado a construir un cementerio de chicos?

El anciano sonrió y dijo: -Puede usted serenarse, no hay tal maldición, lo que pasa es que aquí tenemos una vieja costumbre. Le contaré: cuando un joven cumple 15 años, sus padres le regalan una libreta, como esta que tengo aquí, colgando del cuello, y es tradición entre nosotros que, a partir de allí, cada vez que uno disfruta intensamente de algo, abre la libreta y anota en ella: a la izquierda que fue lo disfrutado..., a la derecha, cuanto tiempo duró ese gozo. ¿Conoció a su novia y se enamoró de ella? ¿Cuánto tiempo duró esa pasión enorme y el placer de conocerla?... ¿Una semana? dos, ¿tres semanas y media?... Y después... la emoción del primer beso, ¿cuánto duró?, ¿El minuto y medio del beso?, ¿Dos días?, ¿Una semana? ... ¿y el embarazo o el nacimiento del primer hijo? ..., y el casamiento de los amigos...? y el viaje más deseado...? y el encuentro con el hermano que vuelve de un país lejano...? ¿Cuánto duró el disfrutar de estas situaciones?... ¿horas?, ¿días? Así vamos anotando en la libreta cada momento, cuando alguien se muere, es nuestra costumbre abrir su libreta y sumar el tiempo de lo disfrutado, para escribirlo sobre su tumba. Porque ese es, para nosotros, el único y verdadero tiempo vivido.

HOJA DE ANEXO 5

CUENTO ¿QUIEN SOY YO?

AUTOR: JORGE BUCAY

Había una vez un hombre que padecía de un miedo absurdo, temía perderse entre los demás.

Todo empezó una noche, en una fiesta de disfraces, cuando él era muy joven. Alguien había sacado una foto en la que aparecían en hilera todos los invitados.

Pero al verla, él no se había podido reconocer. El hombre había elegido un disfraz de pirata, con un parche en el ojo y un pañuelo en la cabeza, pero muchos habían ido disfrazados de un modo similar.

Su maquillaje consistía en un fuerte rubor en las mejillas y un poco de tizne simulando un bigote, pero disfraces que incluyeran bigotes y mofletes pintados había unos cuantos.

Él se había divertido mucho en la fiesta, pero en la foto todos parecían estar muy divertidos. Finalmente recordó que al momento de la foto él estaba del brazo de una rubia, entonces intentó ubicarla por esa referencia; pero fue inútil: más de la mitad de las mujeres eran rubias y no pocas se mostraban en la foto del brazo de piratas.

El hombre quedó muy impactado por esta vivencia y, a causa de ello, durante años no asistió a ninguna reunión por temor a perderse de nuevo.

Pero un día se le ocurrió una solución: cualquiera fuera el evento, a partir de entonces, él se vestiría siempre de marrón. Camisa marrón, pantalón marrón, saco marrón, medias y zapatos marrones. "Si alguien saca una foto, siempre podré saber que el de marrón soy yo", se dijo.

Con el paso del tiempo, nuestro héroe tuvo cientos de oportunidades para confirmar su astucia: al toparse con los espejos de las grandes tiendas, viéndose reflejado junto a otros que caminaban por allí, se repetía tranquilizador: "Yo soy el hombre de marrón".

Durante el invierno que siguió, unos amigos le regalaron un pase para disfrutar de una tarde en una sala de baños de vapor.

El hombre aceptó gustoso; nunca había estado en un sitio como ése y había escuchado de boca de sus amigos las ventajas de la ducha escocesa, del baño finlandés y de la sauna aromático.

Llegó al lugar, le dieron dos toallas y lo invitaron a entrar en un pequeño box para desvestirse.

El hombre se quitó el saco, el pantalón, el pullover, la camisa, los zapatos, las medias... y cuando estaba a punto de quitarse los calzoncillos, se miró al espejo y se paralizó.

"Si me quito la última prenda, quedaré desnudo como los demás", pensó.

"¿Y si me pierdo? ¿Cómo podré identificarme si no cuento con esta referencia que tanto me ha servido?"

Durante más de un cuarto de hora se quedó en el box con su ropa interior puesta, dudando y pensando si debía irse... Y entonces se dio cuenta que, si bien no podía permanecer vestido, probablemente pudiera mantener alguna señal de identificación.

Con mucho cuidado quitó una hebra del pulóver que traía y se la ató al dedo mayor de su pie derecho.

"Debo recordar esto por si me pierdo: el que tiene la hebra marrón en el dedo soy yo", se dijo.

Sereno ahora, con su credencial, se dedicó a disfrutar del vapor, los baños y un poco de natación, sin notar que entre idas y zambullidas la lana resbaló de su dedo y quedó flotando en el agua de la piscina.

Otro hombre que nadaba cerca, al ver la hebra en el agua le comentó a su amigo:

"Qué casualidad, éste es el color que siempre quiero describirle a mi esposa para que me teja una bufanda; me voy a llevar la hebra para que busque la lana del mismo color".

Y tomando la hebra que flotaba en el agua, viendo que no tenía dónde guardarla, se le ocurrió atársela en el dedo mayor del pie derecho.

Mientras tanto, el protagonista de esta historia había terminado de probar todas las opciones y llegaba a su box para vestirse. Entró confiado, pero al terminar de secarse, cuando se miró en el espejo, con horror advirtió que estaba totalmente desnudo y que no tenía la hebra en el pie.

"Me perdí", se dijo temblando, y salió a recorrer el lugar en busca de la hebra marrón que lo identificaba.

Pocos minutos después, observando detenidamente en el piso, se encontró con el pie del otro hombre que llevaba el trozo de lana marrón en su dedo.

Tímidamente se acercó a él y le dijo:

"Disculpe señor. Yo sé quién es usted, ¿me podría decir quién soy yo?"

HOJA DE ANEXO 6

EVALUACIÓN DEL TALLER

Nombre:

Edad:

Ejercicio “Evaluemos el taller de autoestima”

a) Escribimos en las hojas qué hemos aprendido, qué nos ha gustado, expectativas cumplidas y no cumplidas, y propuestas de mejora.

b) En gran grupo, compartimos cómo nos hemos sentido, si ha cambiado nuestra actitud respecto al tema, si nos gustaría repetir este taller o actividades del mismo estilo, si nos gustaría tratar otros temas y a quién recomendaríamos apuntarse a este tipo de actividades.

1) ¿Escribe algunos comentarios breves sobre los elementos vistos, frases o vivencias en éste taller?

2) ¿Qué utilidad tuvo para usted el taller?

3) ¿Cuál fue la sesión más significativa para usted y por qué?

- 4) ¿Qué aprendió y qué más podría a portar para seguir realizando éste taller?

- 5) ¿Ha cambiado la manera de ver su situación en la vida y en su familia y cómo?

- 6) ¿Qué acciones piensa llevar a cabo como resultado del taller de autoestima y cuándo?

- 7) ¿Mencione si tuvo alguna utilidad para usted las técnicas y las sugerencias utilizadas en el taller?

- 8) ¿Comentarios sobre la efectividad del orientador en el taller?

- 9) ¿expectativas cumplidas?