

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
Unidad Ajusco

LA AUTOESTIMA: UN RECURSO DE LOS PADRES DE FAMILIA PARA
CONTRARRESTAR LA DESERCIÓN Y EL BAJO RENDIMIENTO ESCOLAR
EN ALUMNOS DE PREPARATORIA.

T E S I N A

Que para obtener el título de

Licenciada en Pedagogía

P r e s e n t a

Silvia Carina Rojas Zavala

A S E S O R

M. en C. Laura Elena Ortiz Camargo

México, D. F., Julio 2009

AGRADECIMIENTO

A toda mi familia y a una persona que lamentablemente ya no esta conmigo físicamente pero si en el corazón (mi abuelita)

A quienes me han heredado el tesoro más valioso que pueda dársele a una hija: amor.

A quienes sin escatimar esfuerzo alguno, han sacrificado gran parte de su vida para formarme y educarme.

A quienes la ilusión de su vida ha sido convertirme en persona de provecho.

A quienes nunca podre pagar todos sus desvelos ni aún con las riquezas más grandes del mundo.

Por esto y más...Gracias.

Doy también las gracias a mi asesora por apoyarme en todo momento y no desistir en seguir haciéndolo.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	5
CAPÍTULO I LA AUTOESTIMA	
1. ¿QUÈ ES LA AUTOESTIMA?.....	9
1.1. LA ESTRUCTURA DE LA AUTOESTIMA.....	11
1.2. FACTORES QUE DETERMINAN LA AUTOESTIMA.....	14
1.3. DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA.....	16
1.4. AUTOESTIMA BAJA O NEGATIVA.....	19
1.5. AUTOESTIMA ALTA O POSITIVA.....	21
1.6. IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL DESARROLLO.....	23
CAPÍTULO II L ADOLESCENCIA Y LA AUTOESTIMA	
2. ¿QUÈ ES LA ADOLESCENCIA?.....	26
2.1. ADOLESCENCIA MEDIA.....	28
2.2. LOS ADOLESCENTES MEXICANOS EN LA ACTUALIDAD.....	30
2.3. LOS ADOLESCENTES EN SU CONTEXTO ESCOLAR MEDIO SUPERIOR Y LA AUTOESTIMA.....	34
2.3.1. LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR.....	37
2.3.2. LOS ADOLESCENTES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR ANTE EL BAJO RENDIMIENTO Y DESERCIÓN ESCOLAR.....	39
CAPÍTULO III LA FAMILIA Y LA AUTOESTIMA	
3. ¿QUÈ ES LA FAMILIA?.....	45
3.1. ETAPAS Y TIPOS DE LA FAMILIA.....	52
3.2. PROBLEMAS QUE ENFRENTA LA FAMILIA CON HIJOS ADOLESCENTES.....	58

3.3. LA AUTOESTIMA COMO UN ASPECTO DE INTERES CENTRAL QUE LA FAMILIA PUEDE UTILIZAR.....	62
3.4. LA AUTOESTIMA PARA CONTRARRESTAR EL BAJO RENDIMIENTO Y LA DESERCIÓN ESCOLAR.....	68
CONCLUSIONES.....	72
BIBLIOGRAFÍA.....	76

INTRODUCCIÓN

El trabajo de un orientador es uno de los apoyos con que cuentan los jóvenes adolescentes de educación media superior para mejorar su desempeño académico, debido a que la orientación educativa es una de las herramientas que ayuda al alumno a desarrollarse de una mejor manera, no sólo como estudiante sino también como persona.

El interés de realizar este trabajo radica en la importancia de considerar, dentro de la educación, la relación entre los padres de familia y la escuela como base para el desarrollo integral de los adolescentes. Sobre todo, se considera necesario plantear que la autoestima es un aspecto central en la vida de todo ser humano, que los padres de familia pueden utilizar para apoyar a sus hijos y evitar que deserten de la escuela o tengan bajo rendimiento escolar.

Cuando un adolescente se encuentra en su grupo familiar, regularmente está acompañado de su padre o de su madre, y en el mejor de los casos por ambos. Para este adolescente, sus padres serán el principal apoyo, modelo y guía, entre otros, de ahí la necesidad de enfocar el apoyo a los padres de familia.

Este estudio tiene por objetivo principal el contribuir con algunas reflexiones sobre la deserción y el bajo rendimiento escolar en alumnos de preparatoria mediante la orientación a los padres en su relación con sus hijos.

Esta investigación se llevó a cabo a través de la recopilación de información documental, de la cual se realizó su análisis minucioso. En ésta se resalta la importancia de la autoestima en alumnos de educación media superior como un recurso para contrarrestar el bajo rendimiento y la deserción escolar; así como determinar el rol que juega la familia en el desarrollo de la autoestima de sus hijos de educación media superior, y por último, aportar una serie de sugerencias a los padres de familia para ayudar a sus hijos a evitar el

bajo rendimiento y la deserción escolar, teniendo en cuenta que son ideas que pueden ayudar a los padres de familia, para resolver este tipo de problemas.

Para lograr lo anterior se estableció un marco teórico general con respecto a la autoestima, la adolescencia y la familia, para inferir posteriormente las sugerencias y así lograr los objetivos.

La investigación se desarrolla en tres capítulos:

El primer capítulo se enfoca al tema de la autoestima, para ello se analizan las aportaciones de Nathaniel Branden (2003) para definir la autoestima. Se realiza una explicación acerca de la estructura de la autoestima la cual radica en tres elementos principales, que son el merecimiento, la competencia, y la dinámica de la misma. Asimismo, se abarcan los factores que determinan que la autoestima de una persona sea positiva o negativa, enfocando principalmente los que la familia en un momento dado puede provocar. De igual forma se señala cómo se va desarrollando la autoestima en el ser humano, comenzando por la infancia y finalizando con la adolescencia específicamente.

Por otra parte, se mencionan las características centrales que tienen la autoestima baja o negativa y autoestima positiva o alta, así como las causas que las determinan. Por último, se explica cual es la importancia que tiene la autoestima en la vida del ser humano, la cual incluye el bienestar psicológico, social y académico, entre otras.

En el segundo capítulo se abarca el tema de la adolescencia y la autoestima. Se define a la adolescencia, principalmente como una etapa de transición, entre la infancia y la adultez, por la cual pasa el ser humano. Se resaltan las características específicas que la determinan, como los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos. Se abarca específicamente la adolescencia media y sus características, que es la etapa dentro de la cual se encuentran los adolescentes de educación media superior.

Consecutivamente se abarca un apartado dentro del que se habla acerca de los adolescentes mexicanos en la actualidad, para ello se retomaron datos específicos de la encuesta Nacional de la Juventud (2005), datos que sirven para identificar algunos de los principales problemas por los cuales están viviendo los adolescentes, problemas que radican en su desempeño académico, social y afectivo.

Asimismo se describe a los adolescentes en el contexto de educación escolar media superior y cómo la autoestima juega un papel importante dentro del medio académico. Igualmente se introduce una parte que habla acerca de la educación media superior en general y los problemas que existen dentro de estas instituciones. Centralmente se abarca el bajo rendimiento y la deserción escolar, como elementos principales que ayudan a la realización del presente estudio.

En el último capítulo se aborda el tema de la familia. De igual forma, primero se presenta cómo se concibe a la familia. A continuación se presentan las etapas por las cuales pasa la familia, así como los tipos de familia que hay, cada una con sus respectivas características.

Enseguida se abarca a la familia desde los problemas que tiene con sus hijos adolescentes. Se abordan los problemas más comunes que ella tiene y se presentan algunos planteamientos para tratar de ayudar y orientar a los padres. Se plantea a la autoestima como un apoyo que la familia puede utilizar para poder ayudar a sus hijos, ya sea en su vida personal, social y muy específicamente en su vida de estudiantes. Con esto se espera contribuir en una pequeña parte a contrarrestar el bajo rendimiento y la deserción escolar.

Finalmente se presentan las conclusiones a las cuales se llegó al finalizar el estudio y se consigna la bibliografía que se consultó para la elaboración de la tesina.

Un trabajo con estas características no puede pasar por alto la serie de alternativas propuestas dentro del tercer capítulo, y que pueden servir de apoyo

a los padres de familia a fin de contribuir a contrarrestar un bajo rendimiento y una deserción escolar, sin saber en qué grado pueden ayudar.

Es necesario mencionar que, a través de este estudio, se ha logrado conocer de manera más profunda la importancia que tiene en la vida de todo ser humano el tener una buena autoestima, independientemente de la edad.

Por último se espera que el contenido de este estudio sirva de base para todo aquel que tenga el interés de fortalecer la autoestima en los alumnos de educación media superior, pues contiene elementos que se pueden seguir analizando. Y se espera que este trabajo no se quede como tal, sino que lo que se sugiere, se plasme en trípticos que lleguen a las manos de los padres de familia.

CAPÍTULO 1 LA AUTOESTIMA

1. ¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?

Para definir el concepto de autoestima se retomarán las aportaciones e ideas de Nathaniel Branden, quien maneja la autoestima desde un enfoque humanista.

El concepto contiene claramente dos componentes básicos de la autoestima: competencia y merecimiento. Además, esta definición añade una dimensión nueva y crucial de la autoestima: la relación en sí misma debe ser considerada importante. Competencia, se refiere al contar con la confianza y la capacidad necesaria de saber que se tienen las habilidades para poder lograr algo; el merecimiento, se refiere a la confianza y al grado en que creemos tener el derecho a obtener la felicidad.

Así, la autoestima radica en:

1. “Confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos de la vida.
2. Confianza en nuestro derecho a ser felices, el sentimiento de ser dignos, de merecer, de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y a gozar de los frutos de nuestros esfuerzos”. (Branden, 2003: 36)

La autoestima es el concepto negativo o positivo que la persona se forma de sí misma mediante una serie de experiencias a lo largo de la vida. Esto se va logrando a partir de reconocer tanto sus características físicas, sus habilidades y sus capacidades, así como sus intereses y destrezas, entre otras. La autoestima podrá aumentar o disminuir dependiendo de las vivencias que cada sujeto tenga, así como del concepto que los demás

tengan de ellos, es decir, su familia, los compañeros de escuela, otros adultos, etcétera.

Dentro de la autoestima y de acuerdo con la definición que da Branden (2003: 36), se interrelacionan dos aspectos importantes, uno es la autoconfianza y el otro la autodignidad.

La autoconfianza implica la “Confianza en el funcionamiento de mi mente, en mi capacidad de pensar, en los procesos por los cuales juzgo, elijo, decido; confianza en mi capacidad de comprender los hechos de la realidad que entran en la esfera de mis intereses y necesidades; confianza [...] en mí mismo.” (Branden, 2003:43) La confianza es un elemento que consiste en creer y confiar en uno mismo y que el sujeto va adquiriendo a lo largo de la vida y principalmente con la ayuda de las personas que lo rodean, entre ellos, la familia.

El segundo aspecto, la autodignidad, se maneja como la “...seguridad de mi valor; una actitud afirmativa hacia mi derecho de vivir y de ser feliz; comodidad al expresar (mis sentimientos), mis pensamientos, deseos y necesidades; sentir que la alegría es mi derecho natural.” (Branden, 2003: 43) Tal aspecto está relacionado con el merecimiento personal que la persona va adquiriendo, así como la reafirmación de la valía personal.

Tal como se puede ver, la autoestima es la suma integrada de la confianza y del respeto hacia sí mismo, y juega un papel de supervivencia cuando ésta es positiva; ya que si ésta es negativa, el ser humano se enferma no sólo psicológicamente sino también a nivel de su salud física.

La autoestima positiva juega un papel de supervivencia porque el sujeto manifiesta conductas positivas, es decir, presenta interés por lo que hace, es capaz de enfrentarse a los diversos retos que se le presentan, se

mantiene activo en sus actividades diarias, su estado de ánimo es estable, se mantiene entusiasta, presenta ánimos de vivir y hacer cosas nuevas.

Cuando la autoestima es negativa, el ser humano se puede enfermar psicológica y físicamente porque su autoestima se ha visto desequilibrada. En este sentido, se pueden presentar ideas de atentar contra su propia vida, poco o nulo entusiasmo en las cosas que realiza, pierde el apetito, su estado de ánimo es triste, ansioso y desesperado, existen sentimientos de inferioridad, de poca valía, sufre trastornos de sueño, digestivos, dolores de cabeza, es decir, presenta un desequilibrio tanto físico como psicológico que conlleva una cadena de malestares a nivel general.

La autoestima es una necesidad básica en la vida del ser humano, es imprescindible para su mejor desarrollo, es crucial para vivir de una manera saludable y normal, tal como lo menciona Branden (2003), es la disposición a considerarse competente frente a los desafíos básicos de la vida y sentirse merecedor de la felicidad.

Así la autoestima implica el valor que cada persona se asigna a sí misma. Está relacionada con las formas en que cada persona se acepta tal y como es, y en qué tan satisfecho está consigo mismo. Tal como se vio anteriormente, esto está relacionado con el grado en que se cree tener derecho a ser feliz y cuánto se respetan y se defienden los propios intereses.

1.1. LA ESTRUCTURA DE LA AUTOESTIMA

La estructura de la autoestima tiene tres características principales las cuales son: "...los componentes o elementos básicos de la auto-estima y la relación entre ellos, las cualidades de la experiencia implicada en la auto-estima, o cómo se vive el fenómeno de la auto-estima y las dinámicas de la

auto-estima.” (Mruk, 1999: 29). En los componentes o elementos básicos de la autoestima, se encuentran la competencia y el merecimiento.

La competencia no vista como un reto hacia el otro, o como una lucha en la que uno se destruye, más bien ésta es vista como el establecimiento de metas, objetivos y logros que el ser humano se establece a nivel personal.

El merecimiento está vinculado con el grado en que creemos que tenemos derecho a ser felices y cuánto respetamos y defendemos nuestros propios gustos y formas de sentir y de actuar.

Con respecto a las cualidades de la experiencia implicadas en la autoestima, se encuentran el aspecto cognitivo y el afectivo. Lo cognitivo, porque implica un tipo de evaluación cuyo resultado puede ser negativo o positivo, dependiendo de las circunstancias y experiencias en las que se encuentra y vive la persona; éstas van desde las ideas falsas o correctas acerca de mi persona, de la valía personal y la que me dan los demás, entre otras. El aspecto afectivo se encuentra porque la autoestima puede ser vista también como un estado emocional o sentimental, la cual se puede reflejar en los distintos estados de ánimo de la persona, sentimientos de agrado o desagrado.

Por último, se encuentra la dinámica de la autoestima, la cual se encuentra vinculada al comportamiento y conducta de la persona, de las reacciones de la persona al relacionarse con los demás, de ahí que la autoestima es inestable, puede ser alta o baja, dependiendo de una serie de factores que la determinan.

Por lo tanto y de acuerdo con Aguilar (2002: 23), la autoestima tiene tres elementos o componentes a los cuales él los denomina y caracteriza de la siguiente manera:

- un componente emocional: sentimientos de agrado – desagrado.

- un componente mental, cognoscitivo: pensamientos, creencias, ideas falsas o correctas de mí mismo, de mi valía personal, de la valía de los demás, una evaluación, valores de respeto, entendimiento, perdón y responsabilidad.
- un componente conductual – social: reacciones de comportamiento abierto para relacionarme productivamente con el mundo, es decir, lo que decimos y hacemos.

Tales componentes se conjugan entre sí, formando ya sea una autoestima positiva como un autoestima negativa.

Así, el autoconcepto forma parte del componente cognitivo, el cual se refiere a :”...lo que pensamos de nosotros mismos como personas...La opinión que tenemos de nuestra propia personalidad y sobre nuestro comportamiento.” (Vallés, 1998: 14)

Por otro lado, la autoimagen se maneja como la: “...representación mental que hacemos de nosotros mismos de acuerdo a la manera en como nos vemos y creemos que nos ven; y el modo de ser.” (Vallés, 1998: 15), es aprendida a través las experiencias que tenemos con nuestro ambiente inmediato, así como del aprendizaje que adquirimos a través de los medios masivos de comunicación.

Tanto el autoconcepto que tenemos como la autoimagen, influyen decisivamente de una manera positiva o negativa en nuestra autoestima, en la manera en que nos gustamos o no, nos agradamos o no, nos queremos o no, nos valoramos, etc.

1.2. FACTORES QUE DETERMINAN LA AUTOESTIMA

Gran parte de la autoestima se da a partir de las relaciones que establece la persona en los distintos entornos en los que se desenvuelve y con las distintas personas con las que convive. Por ello, debemos entender los distintos tipos de convivencias que impulsan o anulan la formación de la confianza y del respeto de sí mismo.

Dentro de los factores que determinan una autoestima baja o alta se encuentran dos ámbitos: el primero es el medio familiar, el segundo es el medio social en el que la persona se desenvuelve.

En el primer ámbito que es el medio familiar, éste puede ser un elemento favorecedor o desfavorecedor para que el ser humano tenga una baja o alta autoestima, ello depende del ambiente y de la forma en la que se comunican dentro de la familia, ya que como dice el autor Musitu (2001: 46) “La familia incide en la autoestima de los hijos a través del tipo de apego establecido (apego seguro, inseguro o desapego), el tipo de dinámicas familiares y las prácticas de socialización familiar.”

Branden (2003:34), menciona una serie de aspectos u obstáculos que los padres ponen a sus hijos, los cuales influyen de una manera negativa para el crecimiento sano de la autoestima, estos son:

- Transmiten que el niño no es “suficiente”.
- Le castigan por expresar sentimientos “inaceptables”.
- Lo ridiculizan o humillan.
- Transmiten que sus pensamientos o sentimientos no tienen valor o importancia.
- Intentan controlar mediante la vergüenza o la culpa.

- Le sobreprotegen y en consecuencia obstaculizan su normal aprendizaje y creciente confianza en sí mismo.
- Educan al niño sin ninguna norma, sin una estructura de apoyo, o con normas contradictorias, confusas, indiscutibles y opresivas. En ambos casos inhiben el crecimiento normal.
- Niegan la percepción de su realidad e implícitamente le alientan a dudar de su mente.
- Tratan hechos evidentes como irreales, alternando así el sentido de racionalidad del niño. Por ejemplo, cuando un padre alcohólico se tambalea hasta la mesa, no acierta a sentarse en la silla y cae al suelo mientras la madre continúa comiendo o hablando como si nada hubiera sucedido.
- Aterrorizan al niño con violencia física, psicológica y/o verbal, inculcando agudo temor como característica permanente en el alma del niño.
- Tratan a un niño como objeto sexual.
- Le enseñan que es malvado, indigno o pecador por naturaleza.

Así como hay aspectos u obstáculos que los padres ponen a sus hijos, también existen aspectos en los que pueden apoyar para que su hijo desarrolle una autoestima alta o positiva. Por lo tanto, el ambiente familiar, en el que interactúa la persona, los modelos educativos que se lleven a cabo, la valoración que los padres de familia realicen ya sea implícita o explícitamente con respecto a la conducta que exprese y el tipo de relación que se promueva entre el hijo y sus padres, son las principales variables que establecen y determinan la autoestima en el hijo.

De una manera similar influye el segundo ámbito, es decir, el medio social. En este se encuentran a los amigos, compañeros, maestros y personas que pertenecen a otras culturas, entre otros. Todos estos actúan de una manera consciente o inconsciente. También se incluyen aquí los medios masivos de comunicación, con los estereotipos e imágenes que manejan y que inconscientemente la persona los introyecta, perjudicando en muchos casos su autoimagen.

Asímismo, el autoconcepto que se forma la persona sobre sí misma se fundamenta con gran frecuencia en las experiencias sociales que ha vivido, debido a que la opinión que tienen los demás sobre ella provoca que se forme una imagen de sí mismo y que la proyecte ante la sociedad. La opinión que tienen los demás sobre nosotros no siempre es positiva, si tal opinión es negativa y nosotros la interiorizamos, es muy probable que nuestra autoestima se vea afectada o dañada.

Las distintas experiencias que tenemos en la sociedad, con los maestros, los amigos, la familia, entre otros, intervienen en la manera en cómo desarrollamos nuestra autoestima y el como somos en realidad, de ahí que los fracasos y éxitos, los miedos e inseguridades, las sensaciones físicas, los placeres y disgustos, la manera de enfrentar los problemas, lo que te dicen que eres, lo que no te dicen, los castigos, etc., todo influye y se organiza en una imagen interna sobre tu propia persona: tu yo o tu autoesquema.

Tal autoesquema puede ser positivo o negativo, los positivos provocan que te quieras a ti mismo, que te preocupes por ti, mientras que los negativos te llevan a odiarte, a no quererte, a autodestruirte.

1.3. DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA

El desarrollo de la autoestima se da de diferente manera, de acuerdo con la etapa de desarrollo humano por la que atraviesa la persona.

Durante la infancia, la autoestima se desarrolla a partir de las "...primeras experiencias, el niño se forma una idea acerca de lo que lo rodea y también construye una imagen personal". (Haeussler, 1998: 26), esto implica el desarrollo y construcción de una autoestima a partir de lo que otros piensan y dicen del niño o la niña, además de las relaciones que tiene con su familia, y de las que establece en la escuela.

En la infancia la autoestima se desarrolla primero a través de la relación con su familia y principalmente la que establece con papá y mamá, y posteriormente con el grupo familiar en general, es decir, hermanos, tíos, abuelos, primos, etc., y después con el grupo social.

Desde la infancia, la autoestima se desarrolla cuando los adultos que rodean al niño, nutren en él la confianza y el respeto hacia sí mismo. Si los adultos los respetan, les demuestran cariño de forma incondicional, los valoran tal como son con sus defectos y cualidades, y los alientan a tener confianza en sí mismos, entonces es muy probable que desarrollen en los niños una sana autoestima.

En cambio en algunos casos, es en la infancia donde: "Desde pequeños se nos restringe la capacidad de amarnos a nosotros mismos en aras de supuestas y dudosas virtudes como el autocontrol asfixiante, la represión del placer, la autoexigencia despiadada o la falsa modestia" (Riso, 2002: 14), tales situaciones llegan a provocar que el niño desarrolle una baja o negativa autoestima.

Aunado a ello, "Desde pequeños nos enseñan conductas de autocuidado personal: lavarnos los dientes, bañarnos, cortarnos las uñas, comer, controlar esfínteres y vestirnos...No se nos enseña a querernos, a gustarnos, a contemplarnos y a confiar en nosotros mismos" (Riso, 2002:

25), cuando quererse a sí mismo es tan importante y tan vital como todo lo antes dicho, ya que cada área de nuestra vida se entrelaza armónicamente.

En la adolescencia se puede reafirmar o revalorar la autoestima. Es una etapa en donde "...el adolescente busca describirse a sí mismo en términos de identidad y esta definición se va haciendo cada vez más diferenciada y menos global." (Haeussler, 1998: 28). Aquí la participación de los demás cobra un gran impacto en el adolescente, debido a que se encuentra más vulnerable y sensible frente a los cambios que atraviesa.

Después de revisar varios puntos de vista, que coinciden en que la autoestima se desarrolla en función de 4 elementos:

- 1) La forma en que se percibe la realidad de sí mismo en relación con los demás y el ambiente que nos rodea: esto quiere decir que la persona deberá aprender a no valorarse en función de otras personas, comparándose y compitiendo para ser mejor que otros.
- 2) Pensar independientemente: que significa pensar por sí mismo y respetar las propias ideas, aunque éstas sean contradictorias o diferentes a las de los demás. Esto no es algo fácil, sobre todo cuando las propias ideas y opiniones se diferencian y chocan con las de los demás.
- 3) La integridad: este tercer elemento se refiere al hecho de actuar conforme a nuestras convicciones, normas y valores. Lo cual quiere decir que se actúe conforme a lo que la persona dice, piensa y es.
- 4) La responsabilidad: quiere decir que ser responsable es darse cuenta de los propios errores y aceptarlos. Es no culpar a los demás, a las circunstancias, a la vida, a nuestras propias fallas. Implica enfrentar lo que uno hace, dice y piensa.

De acuerdo con lo anterior, el desarrollo de la autoestima ya sea negativa o baja, positiva o alta, "...está ligada con el desarrollo integral del individuo, sus competencias y avances, en el área física – emocional, psicológica – intelectual, social y espiritual." (Aguilar, 2002: 25) y dependerá también del ambiente inmediato en el cual crecemos y las experiencias que en él tenemos sobre nuestra apariencia física, determinarán el grado de autoaceptación.

1.4. AUTOESTIMA BAJA O NEGATIVA

Existen varias causas que provocan una baja autoestima. Éstas son todas aquellas que alteran de alguna manera la autoestima de una persona y como resultado de ello dañan su bienestar. Quienes tienen una baja o negativa autoestima están más expuestos a tomar todo más a pecho y a percibir las reacciones de los demás como un ataque personal aunque no sea así, es decir, son más susceptibles y sensibles.

Entre algunas de las causas que producen un desequilibrio en la autoestima de una persona se encuentran las siguientes:

1. La educación que se recibe dentro de la familia.
2. Violencia verbal, psicológica y/o física.
3. Abuso sexual.
4. La apariencia física y la inestabilidad que se tiene con el propio cuerpo
5. Los cambios de la vida diaria, que implica una inestabilidad en su forma de vivir.
6. La escasa valoración de sí mismo.
7. El miedo a la soledad o el abandono: implica creer excesivamente que dependemos necesariamente de otros.
8. Tender al perfeccionismo, exigiendo más de lo que se consigue.
9. Mantener una actitud negativa constante.
10. Pensar que los demás son quienes tienen el problema y no reconocer que somos nosotros.

11. Consumir sustancias o drogas que ayuden a evadir la realidad que se vive.
12. Dejarse influir por los demás sobre nuestros pensamientos y acciones.
13. No llevar a cabo una comunicación adecuada y clara con los demás.

Estas son algunas de las causas que originan que se dé una baja o negativa autoestima en las personas.

La baja autoestima o la autoestima negativa puede exteriorizarse de distintas formas dependiendo de la personalidad, de sus experiencias y de los modelos a los que ha estado expuesto la persona, es decir, al contexto en el que se desenvuelve. Así "... una autoestima inadecuada puede limitar en gran medida las aspiraciones y logros de un individuo." (Branden, 2003:42)

Tener una baja o negativa autoestima radica en el individuo cuando presentan diversos grados de inestabilidad, inseguridad, se sienten insatisfechos, son ansiosos, se deprimen fácilmente, dudan de sí mismos. Se presenta la sensación de "...inapropiado para la existencia (aunque nadie piensa en estos términos, se puede creer que hay algo malo en sí mismo)." (Branden, 2003:61)

Tener una baja autoestima, además de las características que ya se han mencionado, "...combina de manera excelente con el pesimismo, el sentimiento de víctima e incapacidad personal, la depresión, la inseguridad, la pérdida de autocontrol, la adicción, la vulnerabilidad, la ansiedad, la infelicidad, la incompetencia, los problemas de comunicación y las dificultades en la salud provocadas por exceso de estrés. Las consecuencias de esta infraestructura psicológica se manifiestan en todo tipo de problemas, aun en la aparición de accidentes." (Aguilar, 2002: 7)

Las personas que tienen una baja o negativa autoestima, son personas que no se quieren así mismas: se enferman más, tienen dificultades para establecer buenas relaciones, no se sienten realizadas, utilizan más patrones de autocastigo y no son capaces de defender sus derechos personales.

A partir de las aportaciones que nos hace Branden (2003) y Aguilar (2002), se puede afirmar que, una persona con autoestima baja actuará siempre negativamente y se sentirá rechazada e inapropiada para la vida, influyendo esto en el desarrollo de sus potencialidades, y que va a depender de las relaciones que establezca, ya sean estas afectivas, familiares, sociales, de trabajo, etc., y dependiendo también del contexto en el que se desenvuelva la persona.

1.5. AUTOESTIMA ALTA O POSITIVA

Las expresiones y comportamientos de una persona con una autoestima alta o positiva son varias y al igual que la autoestima baja o negativa, ésta también depende tanto de factores de personalidad (internos) como de factores ambientales (externos).

La autoestima alta o positiva se manifiesta de diferentes maneras dentro de las cuales destacan: (Branden, 2003: 68)

- Un rostro, una actitud, una manera de hablar y de moverse que refleja el placer que sentimos de estar vivos.
- Serenidad al hablar de los logros y fracasos directa y honestamente, ya que mantenemos una relación amistosa con los hechos.
- Comodidad al dar y recibir cumplidos, expresiones de afecto, aprecio, etcétera.

- Apertura a la críticas y comodidad para reconocer errores porque nuestra autoestima no está atada a una imagen de “perfección”.
- Nuestras palabras y acciones tienden a ser serenas y espontáneas.
- Armonía entre lo que decimos y hacemos y nuestro aspecto y gestos.
- Una actitud abierta y de curiosidad hacia las ideas, experiencias y posibilidades de vida nuevas.
- Si surgen sentimientos de ansiedad o inseguridad, es menos probable que nos intimiden o abrumen, ya que no suele ser difícil aceptarlos, dominarlos y superarlos.
- Capacidad para gozar los aspectos humorísticos de la vida, en nosotros mismos y los demás.
- Flexibilidad para responder a situaciones y desafíos, movida por un espíritu inventivo e incluso lúdico, ya que confiamos en nuestra mente y no vemos la vida como una fatalidad o derrota.
- Comodidad con una actitud positiva en nosotros mismos y en los demás.
- Capacidad para preservar la armonía y dignidad en condiciones de estrés.

Tener una equilibrada autoestima es sentirse apto para la vida con la plena confianza de ser competente, de ser capaz y merecedor. Así mismo de tener conciencia de que tener alta autoestima no implica que se tenga un éxito total en todo, sino más bien es reconocer las propias limitaciones y

alcances de cada uno, de sentir orgullo de nuestras capacidades y habilidades, y de trabajar en superar nuestras limitaciones. La autoestima alta se relaciona con aspectos positivos, con la aceptación y el sentirse competentes y merecedores.

Además de que: "...combina perfectamente con el optimismo, el éxito, la paz interior, el gusto por la vida, la comprensión hacia los demás, la seguridad, el autocontrol, la motivación, la responsabilidad, la salud, la socialización, la productividad, la independencia, la felicidad, el desarrollo sostenido del potencial personal y los valores y la aplicación de derechos humanos. Con autoestima yo me autorrespeto y sé pedir – o exigir – el respeto de los demás." (Aguilar, 2002: 8) Cuando la persona respeta a los demás puede obtener muchos puntos a su favor que se traducen, en la obtención y merecimiento de un aprecio.

1.6. IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL DESARROLLO

La forma como nos sentimos con respecto a nosotros mismos, repercute en todos los aspectos de nuestra vida. Esto es, la manera como nos desempeñamos en los distintos contextos en los que interactuamos, ya sea, en la escuela, en el trabajo y en la relación con la familia y con otras personas. Asimismo, en la forma como nos enfrentamos a los problemas, las decisiones que tenemos que tomar y las metas que nos planteamos para el futuro. Por ello la importancia de mantener una sana autoestima a lo largo de toda nuestra vida.

La trascendencia de la autoestima radica en que "...tiene que ver con el rendimiento escolar, con la motivación, con el desarrollo de la personalidad, con las relaciones sociales y con el contacto afectivo [de la persona] consigo mismo." (Haeussler, 1998: 20), por lo que su desarrollo y el mantenimiento de una buena autoestima se refleja positivamente en cada uno de los aspectos mencionados con anterioridad.

De igual manera Musitu (2001: 42) señala la importancia de la autoestima, y en cómo esta “variable incide de un modo directo e indirecto en el rendimiento académico, en el ajuste escolar, en las relaciones sociales y en el bienestar psicosocial” de la persona.

La autoestima es una necesidad imprescindible e incide directamente en el proceso de la vida de todo ser humano. “Es indispensable para el desarrollo normal y sano (de las personas)” (Branden, 2003: 36), desde que se es un bebé, hasta pasar por las distintas fases del desarrollo humano, como lo es la infancia, la adolescencia, la adultez, madurez, y vejez.

La autoestima como se ha mencionado juega un papel muy importante en la conducta presente y futura del ser humano, ya que constituye la perspectiva positiva o negativa que el ser humano tiene de sí mismo y a partir de la cual adquiere ciertas características que engloban a una autoestima alta positiva o a una autoestima negativa o baja, adquiriendo de igual manera un grado de confianza para desenvolverse en cada uno de los ambientes en los que participa a lo largo de su vida, estos son, escuela, grupos de amigos, en el trabajo, con la familia, etcétera.

La autoestima positiva o alta es de suma importancia, ya que ésta le aporta a la persona los deseos de seguir viviendo de una manera saludable, esto quiere decir, que la persona buscará estar bien consigo misma, cuidará su salud física, mental y emocional. Lo que le permitirá desarrollarse de una mejor manera en cada una de las actividades que tenga que realizar. La autoestima positiva es primordial y de ésta, va a depender el estilo de vida que las personas llevan a cabo.

La autoestima recobra su propia importancia dependiendo de la etapa de desarrollo en la que se encuentre el ser humano. Por ejemplo, en la adolescencia, tanto la autoestima, y la autoimagen así como el

autoconcepto y el autoreconocimiento, se ven modificados debido a los cambios que enfrenta el adolescente, los nuevos ambientes en los que se desenvuelve, y sobre todo en la construcción de su propia imagen, en la búsqueda de su identidad. Tales aspectos se retomarán en el siguiente capítulo.

En él se analiza la adolescencia y específicamente la adolescencia media. Se hace mención a los adolescentes mexicanos y se toma como base algunos datos de la Encuesta Nacional de la Juventud 2005. Asimismo se plantea la situación actual de los adolescentes y su contexto escolar específicamente los que en la actualidad cursan la educación media superior. Por último se plantearán dos de los problemas que enfrentan los adolescentes de la educación media superior: el bajo rendimiento y la deserción escolar.

CAPÍTULO II LA ADOLESCENCIA Y LA AUTOESTIMA

2. ¿QUÉ ES LA ADOLESCENCIA?

La adolescencia es una etapa de la vida del ser humano caracterizada principalmente por una transición "...de la infancia a la edad adulta, que se inicia con la pubertad." (Hargreaves, 1999:25), pero sin reducirla a ella. Esta etapa se desarrolla entre los 10 y 20 años de edad aproximadamente. En esta transición el adolescente necesita establecer un grado de autonomía e identidad para asumir los roles y responsabilidades de los adultos.

Para comprender mejor esta parte de la adolescencia y la pubertad es necesario hacer una distinción entre cada uno de los dos conceptos.

Entiéndase como pubertad al "...conjunto de cambios físicos [y fisiológicos] que a lo largo de la segunda década de la vida transforman el cuerpo infantil en cuerpo adulto con capacidad para la reproducción." (Palacios,1999:301), por lo que básicamente se refiere a la completa maduración de los órganos sexuales tanto en hombres como en mujeres teniendo como fin la reproducción y la capacidad de relacionarse sexualmente.

Dentro de los cambios físicos se encuentran las modificaciones en la apariencia corporal, el aumento de talla, peso y fuerza corporal, así como el desarrollo de los órganos sexuales; en las mujeres, se nota el ensanchamiento de las caderas y crecimiento de las glándulas mamarias; en los hombres, ensanchamiento de la espalda, crecimiento del pene, el cambio de voz; en ambos sexos, se da la aparición del vello en el pubis y en las axilas.

En cuanto a los cambios fisiológicos, se pueden mencionar las modificaciones en la actividad hormonal ya que al crecer los órganos

sexuales, se producen células sexuales en hombres y en mujeres.

En las mujeres se producen los óvulos por lo que aparece la primera menstruación o menarquía, mientras que en los hombres se producen los espermatozoides teniendo como consecuencia las primeras eyaculaciones precoces y nocturnas. Durante el sueño, en ocasiones hay erección del pene y por ende la expulsión de líquido seminal en los hombres.

Todos los cambios corporales antes mencionados en ambos sexos tanto externos como internos alcanzan sin lugar a dudas su maduración definitiva en un momento determinado.

Por lo tanto se puede decir que, "...la pubertad es un fenómeno universal para todos los miembros de nuestra especie, como hecho biológico que es." (Palacios, 1999:301).

Por otro lado, la adolescencia es entendida como "...un hecho psicosociológico no necesariamente universal y que no necesariamente adopta en todas las culturas el patrón de características que adopta en la nuestra, en la que además se ha dado una importante variación histórica que a lo largo de nuestro siglo ha ido configurando la adolescencia que (...) conocemos."(Palacios, 1999:301).

Por lo anterior es recomendable hablar mejor de adolescentes que de adolescencia, ya que no es la misma adolescencia que se vivió en Roma por ejemplo, que la que se vive actualmente, ya que son diferentes los contextos, la época, la cultura, las costumbres, los problemas, la economía, la ideología, entre otros elementos que hacen posible diferenciar a la adolescencia. Aunque la adolescencia como tal tiene características comunes que engloban en general a los adolescentes.

La adolescencia es un hecho psicológico porque el adolescente presenta una maduración intelectual, se vuelve más crítico y reflexivo,

tiende a rebelarse y hacerse independiente; existe en él una preocupación por los cambios físicos que está viviendo, una gran curiosidad sexual, así como cambios imprevisibles de la conducta y la emotividad, de ahí el surgimiento de enamoramientos, de una necesidad de saber “quién soy” [autoidentidad], es decir, se observa al adolescente en búsqueda de su identidad, de su autonomía, de su individuación, presentando características específicas a lo largo de la adolescencia.

Por otro lado, es un hecho sociológico, pero también cultural “...caracterizado por una relación con el mundo y con los demás, por nuevos modos de vida entre semejantes.” (Fize,2007: 17).

Por todo lo anterior, la adolescencia “...no es un estado natural de la existencia, sino una construcción social (...) producto de condiciones y circunstancias sociales determinadas.” (Fize, 2007: 18).

2.1 ADOLESCENCIA MEDIA

La adolescencia se subdivide en períodos o fases, cada uno de los cuales es determinado por una serie de características específicas que ayudan a diferenciar un período del otro.

De acuerdo con Gerardo Castillo (2007), la adolescencia se divide en tres fases: adolescencia inicial, adolescencia media y adolescencia superior. Para el presente trabajo, sólo es pertinente abarcar la adolescencia media, ya que es en esta fase dentro de la cual se ubican los adolescentes de educación media superior.

En la adolescencia media, los jóvenes tienen entre 14 y 17 años de edad, y los rasgos comunes que se dan en esta fase son:

-El seguimiento de una maduración fisiológica, en donde el cuerpo del adolescente adopta la forma de un adulto.

-Hay una mayor maduración mental, es decir, el adolescente se vuelve más crítico y reflexivo ante todo, empieza a reflexionar más sobre sí mismo, comienza a elaborar sus propias ideas y creencias en el ámbito social, político, religioso, y sobre todo hace una reflexión y crítica hacia lo que hacen, dicen y piensan los adultos, entre ellos sus padres. Aunque estos nuevos pensamientos carezcan de objetividad.

-El adolescente presenta una necesidad de amar y ser amado, de ahí la continuidad del noviazgo y de los grandes malestares que se presentan cuando hay una fractura en el noviazgo adolescente, ya que es una fase en la que los adolescentes se entregan por completo. No solo piden ser amados por parte de su pareja, sino principalmente por sus padres. Resaltan la necesidad tanto de un apoyo intrínseco, tales como ánimo, aprecio, confianza, amor, motivación; así como de un apoyo extrínseco como expresiones externas tales como abrazar y besar, entre otras.

-Dentro del mismo aspecto anterior, también se da la primera amistad, donde el adolescente busca también un amigo que lo comprenda, al que idealiza, haciendo en muchas ocasiones del amigo un modelo a seguir, o simplemente un fiel confidente y consejero.

-También "...desarrollan sus funciones y valores, exploran identidades [para formar la suya propia] e identifican sus aspiraciones futuras. Los adolescentes buscan su identidad, y para ello deben establecer primero quiénes son." (Hargreaves, 1999: 27), por lo que la autoestima juega un papel importante dentro de esta parte ya que, al establecer quienes son, van adoptando ideales, pensamientos, imágenes, aptitudes que guían su forma de actuar y de ser.

-Los adolescentes tanto en ésta como en las otras fases "...necesitan ayuda para construir su propia autoestima e intensificar sus sensaciones de pertenencia a un grupo reconocido." (Hargreaves, 1999: 29), al igual que necesitan de la ayuda para poder enfrentar los diversos problemas que se

le presenten, ya sean problemas académicos, personales, familiares, entre otros.

-En la adolescencia, se busca la pertenencia a un grupo de compañeros iguales, del sexo opuesto o mixto, y dentro del cual se desarrollan habilidades sociales, dándose, dentro de su propia autoestima, una construcción diferente de ella, un concepto de sí mismo positivo o negativo, de ahí que cuando se enfrentan a conflictos pueden llegar a tomar decisiones benéficas o perjudiciales. En resumen lo que caracteriza a esta fase de la adolescencia es la búsqueda de la identidad y la presencia de sus emociones a flor de piel.

2.2 LOS ADOLESCENTES MEXICANOS EN LA ACTUALIDAD

Los adolescentes han sido cada vez mas identificados como un segmento poblacional problemático, a menudo estigmatizado o visto como una parte de la sociedad difícil, que es vulnerable. Para muchos de los adolescentes de las diversas clases sociales, no existen, actualmente, requisitos claros en la sociedad que contemplen su incorporación y reconocimiento como miembros valiosos. Para este apartado se utilizarán algunos de los datos más importantes de la Encuesta Nacional de la Juventud 2005, la cual se acerca más a la actualidad y a la situación de los adolescentes mexicanos.

En relación al primer trabajo de los adolescentes, “La edad a la cual los jóvenes tuvieron su primer trabajo, se concentra en los 17 y 18 años, tanto para mujeres como para hombres.” (Encuesta Nacional de la Juventud, 2005: 12). Esta edad es el rango dentro del cual los adolescentes se encuentran en el sistema de educación media superior, por lo que probablemente estos adolescentes estudian y trabajan, y posiblemente ya terminaron sus estudios o que en el peor de los casos desertaron de la escuela.

De las tres posibles opciones, la más probable es la terminación de los estudios o la deserción escolar debido a que: “El trabajo al cual se incorporan es mayoritariamente de tiempo completo [del total, 56%] lo cual puede mermar la continuación o reincorporación escolar de los jóvenes.” (Encuesta Nacional de la juventud, 2005: 13).

Con respecto al tema de salud, 87.4% de los jóvenes consideran tener buen estado de salud. “La percepción que tienen de su cuerpo en relación al peso, (...) 74.6% considera que es adecuado (...), las mujeres son las que (...) están menos conformes con su peso.” (Encuesta Nacional de la Juventud, 2005: 17). Este es uno más de los elementos que originan que un adolescente tenga una baja autoestima debido a que en esta edad les es de mucha importancia el físico que tengan para poder agrandar a los demás y poder pertenecer a un grupo de amigos que lo acepten, además de que los distintos medios de comunicación a través de los estereotipos les transmiten a los jóvenes tener un cuerpo delgado, una cara impecable, un cuerpo atlético, por lo que adolescentes con sobre peso, con problemas dermatológicos en la cara ocasionados por el acné, son adolescentes que tienden a tener una baja autoestima, ya que socialmente no son bien vistos y mucho menos aceptados.

Lo anterior va ligado con la imagen positiva o negativa que los adolescentes tienen de sí mismos. Una imagen positiva de sí mismo condiciona una buena autoestima, una percepción de autoeficacia ante las actividades que realiza, una mejor adaptación al contexto social, escolar y familiar.

El aspecto anterior influye en las expectativas de los adolescentes, que consiste en primer lugar: tener un buen trabajo, buena posición económica y con ello mejorar su imagen ante la sociedad, el anhelo de tener una familia, hijos y entre los menos, existe, la posibilidad de estudiar.

Con respecto al tiempo libre y al uso que le dan los adolescentes, “la

mitad de su tiempo libre la pasan con sus amigos, una tercera parte la pasan con su novio(a) y en tercer lugar se encuentra la familia.” (Encuesta Nacional de la Juventud, 2005: 28), como ya se mencionó anteriormente, los adolescentes buscan estar en grupos de iguales, de ahí que el tiempo libre la pasen más con sus amigos, y por último buscan una independencia, crear su propia identidad, además de que buscan romper la imagen de ser un niño a ser un adulto, por ello, conviven el menos tiempo posible con su familia. Así mismo, también mencionan que sus parientes más cercanos y su familia son los de mayor aceptación para convivir con ellos. Dentro de la encuesta, los adolescentes mencionan tener mayor credibilidad y plena confianza en su familia que en otras personas.

En el tema de los valores, “...lo más significativo para los jóvenes en congruencia con lo anterior, es la familia, calificado como “muy importante” (Encuesta Nacional de la Juventud, 2005: 31). En el mismo tema de la familia, “...lo que para [los adolescentes] representa motivo de satisfacción nuevamente es su familia y la relación con sus padres.” (Encuesta Nacional de la Juventud, 2005: 32).

En la actualidad son diversos los problemas que enfrentan los adolescentes ya que no son solo problemas en cuanto a su entorno en el que viven, sino también problemas en su propio mundo interior, trayendo como consecuencia la presencia de alteraciones emocionales que los llevan a desanimarse, a no querer seguir adelante, a desertar de la escuela, y a no hacer nada, debido muy posiblemente a una falta de autoestima o a una baja autoestima.

Estos adolescentes llegan a presentar diversos estados de depresión y a la vez de alegría, de entusiasmo hacia unas cosas y desilusión hacia otras, estados de euforia, de pesimismo, es por todo esto y más el por qué de la actitud y el comportamiento que tienen los adolescentes ante los estudios, sus expectativas, sus metas, entre otros.

Tales estados de ánimo, de comportamiento en los adolescentes están influenciados por diversos grupos, que determinan su manera de convivir y seguir en sociedad, dentro de los cuales se encuentran la familia, la escuela, el grupo de amigos, y los medios de comunicación.

El mundo de los adolescentes en la actualidad no es fácil, ya que pasan por un período crítico e incluso difícil en sus vidas, confusos por las dudas sobre sí mismos, adictos a modas o al consumismo, preocupados por la posición que ocupan dentro de su grupo de amigos, preocupados por la forma en la que son vistos por su familia, por sus amigos y por la sociedad en general y que ésta no va de acorde con la imagen que los adultos les transmiten por medio de estereotipos que se ven difundidos por los medios de comunicación masiva.

Asimismo, se anuda a ello las perturbaciones que tienen por su desarrollo físico, aburridos de la rutina, frenados ante los miedos que tienen en relación con ellos, molestos por los actos sociales y en específico por los actos que los adultos realizan.

Es decir, una serie de elementos que se van sumando y que por supuesto perjudican al adolescente como alumno, como hijo, como ciudadano y principalmente como futuro adulto quien se va a enfrentar a otras situaciones propias de la cultura adulta y las cuales recaen en su desarrollo social, afectivo e integral que todo ser humano debe desarrollar lo más sanamente posible al mantener una buena autoestima que no sólo en la escuela se le refuerce sino también dentro de su ambiente familiar dentro del cual nació y crece como un miembro más de la familia.

Aunque como se vió, hay una tarea importante que hacer: trabajar con la familia, ya que si bien ésta es considerada la de mayor valor, mayor confianza, la más importante, es la familia como institución social donde se convive el menor tiempo posible, ya que como se vio anteriormente, los adolescentes prefieren estar con su grupo de iguales. Por lo que existe la

necesidad de poder conjuntar a padres e hijos.

2.3 LOS ADOLESCENTES EN SU CONTEXTO ESCOLAR MEDIO SUPERIOR Y LA AUTOESTIMA

Las distintas escuelas de educación media superior para los adolescentes son muchas y muy variadas, cada una de ellas tiene sus propias funciones, estructuras y formas diferentes de enfocar la educación de los estudiantes. Debido a esta multivariedad de escuelas, son distintos los contextos dentro de los cuales se desenvuelven los adolescentes.

Los contextos "...son los entornos donde tiene lugar el desarrollo; estos entornos están influidos por factores históricos, económicos, sociales y culturales." (Santrock, 2004: 11).

Actualmente y de acuerdo con la Encuesta Nacional de la Juventud 2005, los adolescentes de entre 15 y 19 años de edad que sólo estudian, representan el 61%, porcentaje dentro del cual se encuentran estudiantes que están culminando su educación básica (secundaria) y alumnos que están cursando la educación media superior.

De acuerdo con los alumnos que cursan la educación media superior, su contexto escolar es diferente al que vivieron cuando cursaban la secundaria, debido a que es más probable que los estudiantes se sientan "mayores" o "más maduros", que vivan una mayor independencia con respecto a su familia. El acudir a estas instituciones implica la realización de tareas académicas más complejas, diferentes, que demandan al alumno una mayor concentración, iniciativa, creatividad, responsabilidad, mayor capacidad intelectual, reflexiva, crítica, y motivación que han de tener. De lo contrario podrán encontrarla para poder seguir con el ritmo de la vida escolar que llevan en estas instituciones.

Para los adolescentes, la escuela les permite abrirse a un mundo

diferente al que viven en casa, les permite relacionarse con otros adolescentes iguales o no a ellos, con los que comparten ideas, formas de pensar, sus experiencias, "...así como vivenciar y desarrollar situaciones de trabajo o juego en grupo. La escuela suele disponer de recursos educativos." (Hargreaves, 1999: 90), estos recursos ayudan a reforzar los objetivos de la enseñanza.

La escuela constituye un contexto de especial relevancia en el desarrollo de la autoestima del adolescente. Es necesario darle continuidad al desarrollo de la autoestima en los adolescentes que han venido creando desde niños y dentro de su ámbito familiar. Tal desarrollo de la autoestima se lleva a cabo mediante la intervención e interacción de otros elementos, estos son: los profesores, sus compañeros y las vivencias académicas que tienen dentro de la escuela ya sean de éxito o fracaso.

"La escuela además de ser un contexto en el que las capacidades del [adolescente] son evaluadas con frecuencia, es también un medio caracterizado por las continuas interacciones." (Cava, 2000: 20).

Al relacionarse con grupos de adolescentes iguales dentro de las escuelas, les aportan estos "...una fuente substancial de seguridad, atención, dignidad, en un mundo y en unas escuelas que a menudo les resultan anónimos, complejos, insensibles y debilitantes (Ryan, 1995^a)." (Hargreaves, 1999: 29).

Dentro de estas relaciones que el adolescente establece, se "...crean una dinámica socializadora muy concreta. Amistades e intimidades, celos y envidias, camaradería, apoyos, complicidad y fidelidad al grupo." (Perinat, 2003: 153), así como rechazo de unos hacia otros que puede provocar en el alumno rechazado un alejamiento que se puede ver reflejado en inasistencias, bajo rendimiento escolar y deserción escolar.

Dentro del grupo del adolescente, éste puede ser aceptado rechazado.

Los adolescentes "...rechazados tienen [una autoestima más negativa] que sus compañeros bien adaptados socialmente, y su estatus se asocia con agresión, soledad, conducta disruptiva, falta de atención y un rendimiento académico más bajo." (Cava, 2000: 24).

Por otra parte, con gran frecuencia la escuela está más preocupada principalmente por la parte cognitiva de los adolescentes, lo que implica hacer todo lo posible para que el alumno aprenda y adquiera todos los conocimientos posibles que marca el plan de estudios, dejando aún lado la parte integral y emocional de los adolescentes. "La escuela (...), con frecuencia acusada de no abordar sus problemas y preocupaciones [de los adolescentes], también conduce a menudo a la supresión de sus puntos positivos [con frecuencia se niega] incluso la exigencia, importancia y necesidad del deseo adolescente. (Hargreaves, 1999: 31).

Lo que el sistema escolar pretende se ve reflejado en las normas, metas, valores y en el currículum que cada una de las instituciones de educación media superior asume. Cada una de estas instituciones escolares describen como deberían ser los adolescentes y no como son en realidad. Esto se ve reflejado en la manera de organizar la vida de los adolescentes por cada uno de los centros escolares. Tal organización se ve en "...la distribución del tiempo y del espacio, [de] las modalidades de trato y control, el estilo profesoral y otros aspectos que traducen una auténtica definición de la persona del adolescente escolar." (Perinat, 2003: 141).

La escuela o el centro escolar es caracterizado como un marco institucionalizado en el que se realizan distintas actividades, que tiene entre sus funciones la de socialización e instrucción, de la institución escolar con los adolescentes; dentro de tales instituciones, las aulas son los escenarios donde los actores principales (profesor, alumno), interpretan sus respectivos papeles con sus lógicas y sus estrategias de actuación sobre el objetivo de transmisión y adquisición de conocimientos respectivamente.

En este mismo contexto escolar, los adolescentes son expuestos a ideas que pueden estar en conflicto con las ideas y valores sostenidos por sus padres, lo que puede ocasionar que en cierta medida esta situación les provoque un desequilibrio en su forma de pensar, así como el desarrollo de un pensamiento crítico dentro del cual sus padres son los primeros a los que cuestionan y critican.

Los adolescentes de educación media superior adquieren diferentes gustos, lenguaje, forma de ser, de expresarse, de vestir, de pensar y también diferentes anhelos, aspiraciones, metas que le separan con frecuencia de sus padres, por lo que es fundamental que en este proceso se mantengan los vínculos afectivos, la comunicación y el apoyo entre padres e hijos.

Así como la vida del adolescente está predeterminada por la escuela, también lo está por el resto del mundo, las acciones y las decisiones de los adultos con respecto a los jóvenes, y muy principalmente por las decisiones e imágenes que los padres de familia tienen de sus hijos.

El adolescente es el resultado de un aprendizaje socialmente establecido a través de la cultura, la religión, la política, lo biológico, y sometido a las restricciones surgidas de los demás elementos sociales.

2.3.1 LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

El desarrollo de la Educación Media Superior en México, está muy relacionado con los acontecimientos políticos y sociales de cada época, los cuales han jugado un papel decisivo en la evolución y los cambios que ha sufrido este nivel educativo.

La educación media superior es el nivel educativo que comprende el nivel de bachillerato y los demás niveles equivalentes a éste.

Dentro de este nivel educativo existen cuatro tipos de formación en EMS: “Educación general preuniversitaria (bachillerato universitario), educación tecnológica (bivalente), formación profesional (profesional-técnico) y capacitación para el trabajo.” (Castañon, 2000: 29).

En sus distintas formaciones se pretende generar en el estudiante el desarrollo de su personalidad, la adquisición de un sentido crítico, una cultura que comprenda la ciencia, la tecnología, el arte, las humanidades, así como la preparación para el trabajo, todo ello de una manera separada.

Este nivel educativo es posterior a la educación básica y principalmente a la secundaria. Atiende a la necesidad de apoyar en el proceso de formación de la población escolar que está compuesta por adolescentes de entre quince y dieciocho años de edad, quienes reciben tal educación en distintas instituciones, las cuales son federales, estatales, autónomas y privadas.

En tal proceso de formación existe “...una gran complejidad curricular y la ausencia de un deber propio, más allá del requisito de ingreso a la educación superior.” (Castañon, 2000: 35).

De acuerdo con la ley general de educación, existen dos opciones educativas principales con programas diferentes:

1) Bachillerato: prepara para el estudio de las diferentes disciplinas científicas, tecnológicas y humanísticas, y proporciona una cultura general, con el objeto de que sus egresados se incorporen a las instituciones de educación superior o al sector productivo.

2) La educación profesional técnica: forma al estudiante para su incorporación al ámbito de la producción y de los servicios; está orientada a desarrollar una capacidad y a realizar tareas específicas en estos ámbitos.

Tal educación, “tendrá las modalidades de escolar, no escolarizada y mixta.” (Ley general de educación, art. 46).

2.3.2 LOS ADOLESCENTES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR ANTE EL BAJO RENDIMIENTO Y DESERCIÓN ESCOLAR

En el tema de educación de los adolescentes, existen una serie de problemas, muy frecuentes, a consecuencia de los cambios que el adolescente presenta en su forma de ser, pensar y actuar, de la transición de la educación básica a la educación media superior; de una constante y mayor vulnerabilidad y sensibilidad de los adolescentes ante las influencias negativas de su contexto social y cultural.

En el ámbito de la educación, dos problemas que suelen ser cruciales y determinantes en esta etapa de su vida son el bajo rendimiento escolar y, más grave aún, la deserción escolar o abandono prematuro de los estudiantes en la escuela.

Para poder abordar dichos problemas en los adolescentes, es necesario hacer una distinción y clarificación de conceptos con respecto a lo que es rendimiento escolar, bajo rendimiento escolar y deserción escolar.

El rendimiento escolar se define como el resultado de “...una experiencia continuada que se da a lo largo del tiempo y bajo el control permanente del profesor. De este modo el rendimiento sería el resultado de una conducta (aprendizaje del alumno) suscitada por la actividad del profesor.” (García, 1994: 16).

Generalmente el rendimiento escolar se identifica con las buenas calificaciones que el alumno obtiene y el profesor espera en cada una de sus materias que imparte, por lo que el bajo rendimiento es considerado cuando el alumno obtiene calificaciones que generalmente son inferiores a la media y que se sitúa al final de la calificación.

Los elementos o factores que determinan el rendimiento escolar son: “...un conjunto de factores derivados del sistema educativo, de la familia y del propio alumno en cuanto a persona en continúa evolución.” (García, 1994: 16), es decir, son distintos los factores que inciden en el éxito o fracaso escolar. Dentro de los factores derivados del sistema educativo se encuentran los métodos de enseñanza, los recursos didácticos, la didáctica del profesor, las exigencias de la propia institución, su normatividad, reglas, etc.; en los factores derivados de la familia se encuentran el clima familiar, el apoyo económico y de motivación que la familia le brinda al alumno, la dinámica familiar, las expectativas que la familia tenga hacia su hijo, la manera en cómo se comunican, el trato que los padres le den a su hijo, entre otros; por último los factores que se derivan del alumno radican en su inteligencia, su personalidad, sus actitudes, aptitudes, su nivel de motivación que tenga hacia la escuela, el autoconcepto que tenga de sí mismo, su autoestima etcétera. Estos factores suelen explicar el bajo rendimiento del alumno en la escuela.

En relación con la autoestima, ésta influye o determina considerablemente el rendimiento académico del estudiante, pero también “...es el rendimiento el que determina [la autoestima]. Lo más probable es que ambas variables se afecten mutuamente, y que un cambio positivo en una de ellas facilite asimismo un cambio positivo en la otra (...) La relación entre [autoestima] y logros académicos es recíproca y no unidireccional de modo que éxito académico mantiene o mejora la autoestima (...) y la autoestima (...) influye en el rendimiento académico gracias a las expectativas y la motivación. (Cava, 2000: 19).

El rendimiento académico de un adolescente puede tener altibajos, pero si su autoestima y su motivación se mantienen a niveles aceptables, saldrá adelante. Tales apoyos que el adolescente necesita no sólo deben ser proporcionados por la escuela sino también por la familia.

Hay que tener en cuenta que el adolescente estudiante de Educación

Media Superior entra en una fase conflictiva debido a que hay una confrontación entre sus valores de la niñez y los valores de los adultos, al igual que cuando se enfrenta al adaptarse a su nueva personalidad y saber actuar en otras y más complicadas situaciones que cuando era niño. Y si a esto se le añade una mala percepción de sus capacidades escolares que el adolescente tiene, y que tiene origen no sólo en la información que recibe en la escuela, sino también la que recibe de su familia; y con ello "...las experiencias de fracaso académico reiteradas, (...) y un marco de referencia exigente afectarán negativamente a la autoestima." (Cava, 2000: 20).

"Este contexto conflictivo influye decisivamente en la realización del trabajo escolar en cuanto impide una concentración plena en el mismo, por una parte, y en cuanto a los contiguos criterios o normas para realizarlo son sustituidos por otros." (Castillo, 2007: 162), y refleja un escaso esfuerzo, una falta de motivación y aspiraciones escolares mínimas o negativas.

Todo este conflicto disminuye ampliamente cuando la educación que se da en la familia ayuda al adolescente a afrontar dichos conflictos que indudablemente va a experimentar.

En relación con la deserción escolar, ésta es el abandono de los estudios de un estudiante, deja o se separa de la escuela, rompe cualquier tipo de relación que tenga que ver con la institución escolar, y se queda al margen de la educación, dedicándose a otras actividades que no tienen que ver con la escuela; dicha situación se genera a partir del ausentismo, de las malas o bajas calificaciones, de la reprobación, del desinterés por el estudio y en general del bajo rendimiento que presenta, por lo que se puede decir que el alumno ha tenido un fracaso escolar.

Son diversas las causas y factores que conllevan a un estudiante a abandonar prematuramente sus estudios, dentro de ellos destacan: el afán de independencia y prestigio, por lo que el estudiante opta por buscar

trabajo. Otro factor es el ambiente en el que se desenvuelve, que por lo regular es un clima de consumismo. Un factor más es el ambiente escolar y con ello la "...incapacidad del medio escolar para satisfacer necesidades básicas del adolescente." (Castillo, 2007: 170). Dentro de este aspecto, generalmente la escuela se preocupa más por el aspecto cognitivo, que por el aspecto integral del alumno, por el interés que le tiene a la escuela y a cada una de sus materias.

La escuela está despreocupada por establecer un vínculo más cercano con el alumno que por preocuparse por lo que siente, piensa, necesita, entre otras. Otro de los factores, es el ambiente familiar dentro del que se encuentra el adolescente, debido a que en ocasiones la dinámica familiar que se establece orilla al adolescente a abandonar sus estudios, y en otras ocasiones incluso a abandonar su hogar.

La deserción escolar puede adoptar dos formas: el abandono escolar por razones académicas, éstas son el bajo rendimiento, las malas calificaciones, ausentismo, problemas de tipo relacional dentro de la institución, entre otras, es decir, esta forma de deserción es generalmente emitida por la propia institución; y la deserción voluntaria, que implica que el alumno por su propia decisión abandona la escuela, ya sea por insertarse al campo laboral, por falta de apoyo económico y/o por desinterés en todo lo relacionado con la escuela, con las materias, con el conocimiento.

El aumento de la deserción escolar es significativo, ya que de acuerdo con la Encuesta Nacional de la Juventud 2005, es a partir de los 15 años de edad cuando este fenómeno asciende, es decir, se da conforme avanza la edad. Los jóvenes que actualmente estudian son 68.4% de los hombres, y un 70.5% de las mujeres, lo cual quiere decir que del total de los jóvenes que no estudian tanto en hombres como en mujeres, la cuarta parte no estudia.

Entre los adolescentes de entre 15 y 17 años de edad en ambos sexos, el fenómeno de la deserción escolar es crucial y sobre todo en el comportamiento de las mujeres, ya que en este mismo rango de edad superan a los hombres en un 10%, debido a que el 31% de los jóvenes hombres dejaron de estudiar entre los 15 y 17 años de edad, mientras que el porcentaje de las mujeres que dejaron de estudiar es del 42.7% en la misma edad. Coincidiendo con esto, Roberto Castañon (2000: 19) menciona que: “La edad promedio de los jóvenes hombres que dejan la escuela es a los 16.5 años que casi coincide con la del primer empleo. En el caso de las mujeres, es a los 16.3 [años].”

Los motivos que se exponen por los cuales dejaron de estudiar se encuentran el que tenían que trabajar, porque ya no les gustaba estudiar, porque finalizaron sus estudios, porque sus padres no quisieron y por último, para cuidar a su familia. El motivo de que ya no les gustaba estudiar se encuentra en segundo lugar teniendo un 30.3% en hombres y un 28.1% en mujeres, lo cual refleja una falta de interés, una falta de motivación, e incluso una baja autoestima en los adolescentes, al no enfrentar retos que se les presentan sobre todo en este medio académico.

Otro aspecto que nos menciona la Encuesta Nacional de la Juventud 2005 es que el 26.7% de los jóvenes hombres tienen la preparatoria incompleta y un 29.1% de las mujeres también tienen la preparatoria incompleta. Estas son cifras que nos muestran la situación de los jóvenes en la actualidad en relación con la deserción escolar, ya que se puede confirmar que existen más de un factor que provoca la deserción escolar, algunos de los cuales ya se mencionaron con anterioridad.

Son diversos los factores que influyen para que un adolescente tenga un bajo rendimiento escolar y haya una deserción escolar. Uno de ellos es la familia, institución que puede ayudar a ocasionar ambos problemas académicos, pero que a la vez también pueden ser un elemento que ayude al adolescente a evitarlos. Por ello, en el siguiente capítulo se abarcará el

tema de la familia, los tipos de familia y principalmente algunos aspectos que ayudan a la familia a poder llevar a cabo de mejor manera su labor con sus hijos adolescentes mediante el uso de la autoestima.

CAPITULO 3 LA FAMILIA Y LA AUTOESTIMA

3. ¿QUÉ ES LA FAMILIA?

La familia es el primer núcleo de convivencia, el primer grupo social básico, el primer contexto de aprendizaje de las reglas sociales, que está formada por personas que están unidas por vínculos de consanguinidad, unión, matrimonio o adopción; implica además, el compartir o no un mismo espacio físico. La familia determina en gran parte la conducta de los hijos, ya que por lo regular son los padres quienes sirven de modelo a sus hijos, y de igual forma, son los padres quienes van formando el carácter y la personalidad de los hijos.

Desde el punto de vista de la teoría de sistemas, la familia es vista como un sistema porque es: "...un grupo cuyos miembros están interrelacionados. Es un sistema vivo y dinámico en constante transformación: vida y cambio van inseparablemente unidos. La característica principal de cualquier sistema vivo es la tendencia al crecimiento: nacer, crecer, reproducirse y morir." (Belart, 1999: 26). Es decir, es un grupo donde sus miembros están interrelacionados porque, mantienen diversas formas de relacionarse entre sí, por ejemplo, tomando como base a una familia integrada por papá, mamá y dos hermanos; se pueden observar diferentes relaciones, entre hermanos, sostienen lazos de hermandad, mientras que los padres no solo mantienen una relación matrimonial, sino también de amigos, compañeros y padres que educan a sus hijos.

Dentro de las características, nacer, se refieren a los nacimientos de los nuevos integrantes en la familia; crecer, implica los procesos de crecimiento y desarrollo de los integrantes, en donde estos evolucionan para después reproducirse mediante el encuentro de una pareja y la procreación de los hijos y por último pasar por la última característica de cualquier sistema vivo que es morir.

De acuerdo a lo anterior y unido a la conceptualización de la familia, esta es una unidad completa y singular que posee su propia estructura, creencias y patrones para relacionarse. De acuerdo con la teoría de sistemas, el grupo familiar funciona como un sistema abierto y dinámico. Cada familia tiene su propio estilo, requerimientos culturales, relaciones entre los roles y reglas para los mismos, o formas de lidiar con el estrés y de expresar las emociones, con sus propios modelos a seguir, y sus propias creencias, entre otras.

A partir de esta definición y apoyando lo anteriormente mencionado, Rodrigo (2001: 298) dice que la familia es un "...grupo formado por diferentes personas, de distinta edad y género, que desempeñan distintas funciones para alcanzar determinadas metas sociales. En este grupo se establecen múltiples relaciones interpersonales organizadas a través de los subsistemas que la componen, el de la pareja, paterno – filial y el de los hermanos.

Así mismo, la familia es el primer contexto de desarrollo que le brinda a los hijos las bases necesarias para socializarse, ya que de cierto modo los prepara para que logren adaptarse a la sociedad a través del aprendizaje de valores, normas, reglas y comportamientos. No solo proporciona las bases para socializar sino que también les ayuda en el "...desarrollo psicosocial y su influencia continúa siendo significativa a lo largo de toda nuestra vida. Así, el grado de apoyo o rechazo, la cohesión o desvinculación y la adecuada o deficiente comunicación que percibimos en este contexto son factores que contribuyen de un modo significativo a nuestro ajuste y nuestro bienestar psicosocial." (Musitu, 2001: 60). Es por ello, que el papel que cumple la familia es sumamente importante y determinante para los hijos.

Dentro de la familia prevalecen elementos que se generan en todos los miembros de la familia como lo son: el cariño y las relaciones afectivas que se establecen entre ellos, así como los vínculos que se van fundando y que en cierta medida son la base para determinar el comportamiento futuro de los hijos. Asimismo, la familia prevalece como un contexto que permanece constante, es decir, como apoyo seguro a lo largo de la vida, aunque tal vez

este apoyo no se externe en todas las familias ni en todos los miembros que la componen. En algunos casos, existen integrantes de la familia que se preocupan por el buen y mejor desarrollo integral del resto de los integrantes de la familia, por lo que, hacen lo posible por potenciar sus habilidades a lo largo de la vida para lograrlo. Por ejemplo, hay padres que están continuamente preocupados por sus hijos, manifestándolo de diferentes maneras, algunas de las cuales son estando al pendiente de ellos académicamente, platican con sus hijos, los motivan, mantienen una buena comunicación con ellos, los alientan a pertenecer a un grupo o club deportivo, cultural, político e incluso religioso.

Es por ello que, en el núcleo familiar y a lo largo de la vida, se determinan los trayectos del comportamiento moral. Es aquí donde se tendrán arraigadas, o no, las nociones del bien y del mal. Posteriormente, la convivencia con los diversos ambientes con los que cada sujeto interactúa, como lo son: la escuela, las amistades, el trabajo, y otros contextos diversos, irán moldeando las actitudes individuales de cada persona.

En cuanto a las funciones de la familia, éstas son diferentes, y las más comunes son: reproducción, comunicación, afectividad y estimulación, educación, apoyo social, apoyo económico o mantenimiento, apoyo moral, adaptabilidad, generación de autonomía, y difusión de reglas y normas.

Para poder llevar a cabo todas y cada una de las funciones que tiene la familia, se establecen roles a cada uno de los integrantes de la familia para el mejor desarrollo de ésta. En la organización de la familia, "...están diferenciados los papeles, las tareas, las responsabilidades, los derechos...A quién se recurre si pasa lo que sea...Quién se ocupa activamente de qué." (Alegret, 2005: 19).

Por ello, cada familia tiene sus propias funciones, reglas, su propia organización, de ahí que la familia sea única y diferente a las demás, lo que si es cierto es que: "La familia va a ser el ámbito donde se van a producir

algunos de los más importantes aprendizajes...no sólo por los conocimientos que se van a adquirir, sino por las vivencias que configuran las futuras actitudes de los hijos.” (Alegret, 2005: 89)

3.1. ETAPAS Y TIPOS DE LA FAMILIA

La familia atraviesa por una serie de etapas que viven de una manera particular. “...la familia progresa a través de una serie de etapas o puntos nodales en su desarrollo. En cada punto nodal del ciclo vital, la familia se reorganiza con el fin de acceder con éxito a la siguiente fase.” (Musitu, 2001: 31)

Son 6 las etapas del ciclo vital por las que atraviesa la familia estas son: el galanteo (adolescencia), el inicio del matrimonio, el nacimiento de los hijos, el periodo intermedio, el “destete” de los padres y el retiro de la vida activa. (Aldrete, Lecturas básicas y de respaldo para el curso de 6º semestre “Instrumentos de Psicodiagnóstico” de la Licenciatura en Psicología Educativa)

1.- Etapa de galanteo (adolescencia): En esta etapa, el adolescente tiene una involucración simultánea entre su familia y su grupo de iguales, se comienzan a desarrollar una serie de problemas entre el adolescente y la familia debido al nuevo comportamiento que adopta. En esta etapa, el adolescente regularmente busca pareja y así comienza el proceso de galanteo, el cual en varias ocasiones llega al matrimonio.

2.- Inicio del matrimonio: Etapa en la que la pareja al casarse elabora acuerdos y nuevas formas de convivir. Deben acordar nuevas maneras de manejarse con sus familias de origen, sus pares, los aspectos prácticos de la vida en común.

3.- Nacimiento de los hijos: Con el nacimiento de un hijo en la pareja, cambian la forma de vivir que han ido llevando, se tienen que reacomodar algunos roles. La pareja comienza a tratar problemas relacionados con el hijo, y cuando este

crece, se abarcan los temas relacionados con la escolaridad.

4.- Período intermedio: Aquí la relación matrimonial se profundiza y amplía. De igual manera, la pareja ha atravesado muchos conflictos y ha elaborado modos de interacción que le han permitido llevar a cabo su vida familiar.

5.- El destete de los padres: En esta etapa se vive el hecho de que los hijos dejan el hogar dejando a los padres como al principio de su matrimonio, situación que lleva a entender en muchas familias que entre la pareja ya no hay nada en común, ni nada que compartir. También es una etapa en la que a los padres el hijo que deja el hogar los convierte en abuelos, hecho que hace que nuevamente tengan algo en común.

6.- El retiro de la vida activa: Etapa en la que el retiro de la vida activa hace que se halle la pareja frente a frente, veinticuatro horas, creándose diversos problemas, esto debido a la jubilación de uno o de ambos. Un síntoma, en esta etapa, puede verse como la protección de un miembro sobre el otro. Desarrollando un síntoma incapacitante, el otro miembro, al ayudar a su pareja, se siente útil; de esta manera, lo ayuda y desvía de la crisis que puede sobrevenir a la jubilación al sentirse retirado de una vida activa, es decir el trabajo.

Una vez abarcando las etapas por las que pasa una familia, se procederá a explicar algunos de los tipos de familia que existen dentro de los cuales se encuentran: la familia nuclear, la familia extensa, la familia reconstituida, la familia monoparental.

La familia nuclear esta compuesta por una pareja de adultos que cumplen el papel de mamá y papá y sus hijos

La familia extensa esta integrada por todo un grupo de individuos que incluye abuelos, ambos padres o solo uno de ellos, hijos, nietos y personas acogidas que pueden ser yernos, nueras, cuñados, tíos u otros.

Familia nuclear monoparental: integrada por uno de los padres y uno o más hijos.

La familia reconstituida, “Con alguna frecuencia, tras la separación o el divorcio las familias dan un paso más allá en su evolución: los progenitores divorciados vuelven a emparejarse, iniciando una nueva convivencia, con o sin vínculo matrimonial. Estas familias, en las que al menos uno de los miembros de la pareja proviene de una unión anterior, reciben el calificativo de reconstituidas, y su composición puede tener distinto grado de complejidad, dependiendo de que ninguno, uno, o ambos integrantes de la nueva pareja aporte hijos o hijas de uniones previas, que residan habitualmente con ellos o no, y que tengan o no hijos comunes.” (Palacios, 2001: 392)

La familia monoparental esta estructurada sobre la base de una sola figura parental ya sea por la mamá o el papá, y los hijos que tenga.

Por otra parte, se plantean diferentes tipos de estructura familiar con influencia en el establecimiento de patrones de interacción y comunicación, dentro de estas se encuentran: la familia rígida, la sobreprotectora, la amalgamada, la centrada, la evitadota, y la pseudo – democrática.

La Familia rígida: se trata de un grupo familiar que ha trazado sus normas y valores, no permite la adaptación de nuevos criterios, mantienen los mismos modelos de interacción dificultando el desarrollo, crecimiento e independencia de sus miembros. Dentro de esta familia, “Los padres inflexibles son, a menudo, perfeccionistas, por lo que son regularmente críticos y están descontentos con la actuación de sus hijos en la mayoría de las cosas. El resultado es la destrucción de la autoestima en los adolescentes y la creación de una tensión y un estrés insoportables.” (Philip, 2000: 333)

La Familia sobreprotectora: en esta, las figuras de autoridad establecen exagerados medios de protección ante lo que consideran amenazante desde el exterior; tienden a satisfacer de manera absoluta las necesidades de sus miembros, lo que conduce a una dificultad en el desarrollo de la autonomía y al desarrollo de sentimientos de inseguridad e incompetencia, generando una

incapacidad en la resolución de problemas individuales.

La Familia amalgamada: es aquella en la cual su estabilidad o satisfacción esta centrada en la realización de actividades colectivas de todo el grupo, produciendo dificultades en la individuación de sus miembros sin tomar en cuenta las necesidades de independencia o prevacía de estos.

La Familia centrada: en este grupo, la atención a los conflictos se deriva hacia uno de sus miembros, de modo que la estabilidad del sistema familiar depende del integrante hacia quien se encuentra desviada toda la atención. Genera grandes montos de culpa, ansiedad y dificultad de independencia.

La Familia evitadora: son grupos con baja tolerancia al conflicto el cual se maneja evitando su enfrentamiento. Tienen tendencia a no aceptar la crítica, a no tolerar situaciones de crisis y a no aceptar la existencia de situaciones problema. En ella sus miembros tienen deficiencia en el aprendizaje de negociación de conflictos y en adecuados métodos de comunicación.

La Familia pseudo-democrática: se caracteriza por una gran flexibilidad en normas, valores y criterios permitiendo que cada uno de los miembros establezca los suyos, lo cual no facilita la aceptación de valores y pautas de comportamiento comunes.

3.2. PROBLEMAS QUE ENFRENTA LA FAMILIA CON HIJOS ADOLESCENTES

Para comenzar con el presente apartado, se empieza precisando que “Los problemas de la familia pueden definirse como el desajuste de una estructura cuando uno o varios de los miembros dejan de desempeñar adecuadamente sus responsabilidades y obligaciones.” (Batllori, 1993: 68)

La familia con hijos adolescentes viven una serie de experiencias

nuevas, muchas de las cuales provocan conflictos entre la familia. En principio, "...con el incremento de la edad son más numerosas las áreas en las que los adolescentes están en desacuerdo con los padres y en las que consideran normal para alguien de su edad poder tomar decisiones.(Musitu, 2001: 10) también la idea de que la adolescencia es difícil o crítica se encuentra íntimamente relacionada con tres aspectos importantes, uno es que hay mayores niveles de conflicto con los padres, el segundo son las alteraciones del estado de ánimo, y por último, la mayor implicación de los adolescentes en conductas de riesgo

En primera instancia "Hall afirmaba que el incremento del conflicto entre padres e hijos en la adolescencia se debía a la incompatibilidad entre la necesidad de independencia del adolescente y el hecho de que los padres ven en ellos únicamente a unos niños, tratándolos como tales. Al mismo tiempo que el número de conflictos diarios entre padres e hijos adolescentes crece, disminuye la cantidad de tiempo que pasan juntos, así como su percepción de proximidad emocional." (Musitu, 2001: 15)

Ahora, en cuanto a las conductas de riesgo a los cuales están expuestos los adolescentes se encuentran "...altos índices de alcoholismo, drogadicción y suicidio, problemas de comportamiento y promiscuidad sexual." (Hargreaves , 1999: 28)

Uno de los problemas por los cuales atraviesa la familia con sus hijos adolescentes es de comunicación, esta se deteriora hasta cierto punto, es decir, ya no es la misma comunicación debido a la independencia que el adolescente está buscando, a la búsqueda de su identidad y al aparto que hace el adolescente de sus padres al refugiarse en otros lugares y con otras personas como lo son sus grupos de iguales.

Aunque: "...una razón para esta falta de comunicación es que muchos padres no escuchan a sus hijos, tampoco aceptan sus opiniones como relevantes, ni intentan comprender sus sentimientos y puntos de vista. Los

adolescentes quieren padres que hablen con ellos, no a ellos.” (Philip, 2000: 326)

En cuanto al proceso de búsqueda de la independencia por parte del adolescente, “Las diferencias de opinión en cuanto al proceso...entre padres e hijos pueden provocar mayores niveles de conflicto y, parte de la concepción de la adolescencia que mantienen los padres como un período difícil, se debe a su preocupación porque es creciente independencia puede llevarle a participar en conductas de riesgo.” (Musitu, 2001: 14)

Cuando existen problemas o conflictos dentro de la familia con hijos adolescentes, ésta tiende a darle soluciones de la mejor manera posible de acuerdo a su consideración, cuando estas soluciones son negativas “...estos conflictos pueden dejar a los adolescentes con una abrumadora sensación de alineación o distanciamiento con respecto a sus familias, sus amigos y la sociedad en general.” (Hargreaves, 1999: 28), es decir pueden provocar aun más un alejamiento de los adolescentes con respecto a su familia.

Los conflictos “...son más frecuentes en hogares autoritarios que en hogares democráticos. En los hogares autoritarios hay más conflicto en lo que respecta al gasto del dinero, vida social, actividades fuera de la casa y las tareas domésticas.” (Phillip, 2000: 336)

Existen distintos tipos de conflictos o problemas entre el adolescente y su familia, los principales son con la madre y con el padre, “con la madre, el desacuerdo se relaciona principalmente con las buenas maneras/buena educación, la elección de los amigos, la ropa, mientras que con el padre, los adolescentes tienen más problemas relativos a la paga, al empleo del tiempo libre y a las actitudes hacia la escuela y la salida escolar.” (Buelga, 1999: 31)

Así mismo “El nivel de conflictividad más elevado parece estar relacionado con el hecho de tener comunicaciones más frecuentes y significativas con un progenitor que con el otro. (Buelga, 1999: 31) Este nivel

de conflictividad es aun más elevado debido a que no son solo los problemas entre el adolescente y los padres, sino que incluso hay conflictos entre ambos padres de familia.

No solo es la etapa de la adolescencia la que provoca que se originen problemas, hay familias que constantemente tienen conflictos aun sin tener hijos adolescentes, y cuando estos lo son "... en familias con altos niveles de conflicto tienen más tendencia a mostrar conductas antisocial, inmadurez y baja autoestima que los de familias con bajos niveles de conflicto." (Phillip, 2000: 337)

De manera personal el adolescente presenta problemas desde la parte emotiva o afectiva. "Uno de los principales problemas de los jóvenes es la falta de ilusiones y perspectivas respecto a su futuro...para la mayoría de ellos, lo importante es el ahora y, sobre todo, compartir ese presente con aquellos compañeros que muestran afinidad en la forma de vestir, en la música que les gusta, y en el desarrollo de múltiples actividades placenteras acordes con su momento evolutivo. (Palacios, 2001: 433)

3.3. LA AUTOESTIMA COMO UN RECURSO CENTRAL QUE LA FAMILIA PUEDE UTILIZAR

La familia como primer núcleo de aprendizaje de la persona, tiene un papel fundamental en el desarrollo de la autoestima del hijo. Las distintas relaciones que se establecen en la familia son las que determinan cómo se puede influir en la autoestima de los hijos, y esto se da de la siguiente manera según Vallés (2004: 54)

- Los hijos aprenden por imitación, la autoestima que los padres poseen y les transmiten a ellos.
- Los hijos aprenden de acuerdo con lo que día a día observan, escuchan, hablan, en el seno de la familia.

- Los hijos imitan los sentimientos y las actitudes que manifiestan los padres mediante la expresión del rostro, los gestos, el estado de ánimo, los comentarios, o ausencia de ellos...así mismo, aprenden comportamientos concretos sobre el modo de hablar, las maneras de responder, las reacciones, etc.
- Si los padres no se autorrefuerzan por sus propias habilidades, capacidades... por lo que hacen, sienten o piensan, difícilmente reforzarán los comportamientos de valía de los hijos.
- Las relaciones de los padres con los hijos están fundamentadas en las pautas o normas educativas que regulan la convivencia entre los miembros que la componen.
- Las exigencias de los padres hacia los hijos para que asuman sus responsabilidades, el estilo de vida que la familia lleva, etc., influyen notablemente en la formación de la autoestima del hijo.

La etapa por la que están pasando los adolescentes, es en general un proceso de autonomía e independencia por lo que ellos creen que es cuando menos necesitan de la ayuda, de los consejos, de la guía de sus padres, aunque en realidad, "...necesitan más que nunca un modelo de comportamiento que utilizar como referente, y unos padres que les dejen espacio suficiente para crecer y que les permitan hacerlo a su propio ritmo." (Alegret, 2005: 110). De igual manera, en función del modo en que interaccionan con los adolescentes, como los tratan y como responden a sus acciones, el adolescente va elaborando su autoconcepto.

Algunas de las sugerencias que se recomiendan utilizar con los hijos adolescentes y ayudarlos en el mantenimiento de una buena y sana autoestima son las siguientes:

- Requieren que los escuchen atentamente acerca de lo que ellos

quieren piensan y sienten, "...el respeto que los padres muestran por las opiniones de sus hijos contribuye grandemente al buen clima y a la felicidad en el hogar." (Philip, 2000: 327). Esto implica comprenderlos, aceptar sus ideas, animándolo para que las lleve a cabo aunque estas sean diferentes a las ideas de los padres.

- Los adolescentes necesitan que sus padres mantengan comunicación con ellos.
- Requieren de cariño, amor y sensibilidad al igual que cualquier otro ser humano, independientemente de la edad que se tenga. "La mayoría de los adolescentes necesita una gran cantidad de amor y demostración de afecto por parte de los padres." (Phillip, 2000: 327). El amor es una necesidad del ser humano, que a medida que se crece se necesita más, y si se carece de él, cuando se es adulto la persona se vuelve fría e indiferente, tomando este mismo papel con sus hijos futuros o con las personas que mantenga una relación. Por ello se sugiere demostrarle al adolescente el amor por medio de caricias, abrazos, besos, frases estimulantes de una manera espontánea y cuando sea real.

Como lo menciona el autor Philip (2000: 328) "Un componente importante del amor es la aceptación incondicional. Una forma de demostrar el amor por los hijos es conocerlos y aceptarlos tal como son [con sus defectos y sus virtudes]. Los adolescentes necesitan saber que son valorados, aceptados y que a sus padres les gusta su forma de ser." El no ser aceptado tal como se es por parte de la familia, puede originar un obstáculo en el proceso de confianza, de seguridad, concentración y de la autoestima que se formula el adolescente.

- Los adolescentes también requieren que sus padres le tengan respeto a su individualidad, a su intimidad y a las diferencias interpersonales que hay en la familia.

- Los adolescentes buscan su independencia e identidad, por ello "... no les gusta sentir que sus padres esperan de ellos que sean perfectos, ni tener que ser amedrentados con un clima de constante crítica y disgusto." (Phillip, 2000: 328)
- Los adolescentes tienden a acercarse a "...adultos que tengan una disposición positiva y un buen sentido del humor, y que sean tan confiados y honestos como piden a sus propios hijos." (Phillip, 2000: 333)

Existen cuatro formas de elevar la autoestima de los adolescentes, estas son: " 1) identificar las causas de la baja autoestima y los ámbitos de competencia importantes para el yo; 2) proporcionar apoyo emocional y aprobación social; 3) ayudar a conseguir logros; y 4) mejorar las habilidades de afrontamiento." (Santrock, 2004: 252)

Según "Harter (1998) cree que, si se quiere elevar significativamente la autoestima de una persona, la intervención debe tratar de eliminar las causas de la baja autoestima." (Santrock, 2004: 253) Dentro de las recomendaciones que da se encuentra:

- Animar a los adolescentes a identificar aquellas áreas en las que son más competentes.
- La enseñanza eficaz de habilidades reales a los adolescentes suele conllevar a una mejora del rendimiento y, por lo tanto de la autoestima. La autoestima de los adolescentes crece porque descubren qué tareas son importantes para alcanzar las metas y se experimentan a sí mismos realizando esas tareas u otras similares.

Otros puntos a destacar son:

1. Asumir que tanto los adolescentes como los adultos tienen un modo de razonar diferente, de ahí que las conductas de ambos sean también

diferentes. Y esto debido a la etapa por la cual están pasando sus hijos adolescentes, recordando que de igual forma ellos pensaban diferente a sus papas cuando eran adolescentes.

2. Suscitar en sus hijos el deseo de ayuda, ya que de ahí, se partirá para poder ayudar a su hijo en la solución de sus problemas, teniendo en cuenta que su deseo de ayuda no se vea como proteccionismo o como un control hacia sus hijos, el cual se puede mal entender por parte de los adolescentes.

3. Cuidar la forma y el procedimiento de ofrecerle ayuda a su hijo, es decir, tener cuidado en la forma en como se le ofrece la ayuda, la cual se relaciona con la forma de dirigirse y hablarle a su hijo adolescente.

4. Mantener conversaciones con sus hijos adolescentes en las que predominen las preguntas sucesivas que demanden en el adolescente una continúa reflexión y el desarrollo de un pensamiento crítico en el que él pueda elegir la solución a sus problemas, a partir de la confianza y la motivación que los padres de familia le puedan proporcionar a su hijo.

5. Demostrarle el amor y cariño a su hijo adolescente, esto quiere decir, darle un abrazo, un beso, decirle cuanto lo quiere, admira y respeta por ser como es, independientemente de sus errores y defectos.

6. Reconocer los logros de sus hijos, teniendo en cuenta que esos logros son de él y de nadie más, además de demostrarle respeto hacia lo que él es y hacia lo que le gusta hacer y ser. Además de proporcionarle una seguridad en la forma de actuar y comportarse, ante los logros y fracasos que llegue a enfrentar a lo largo de su vida y muy especialmente en el desarrollo que presenta como estudiante de un nivel escolar medio superior.

7. Mantenerse con mucha calma y tolerancia, hacia los adolescentes y hacia todas y cada una de las actividades que realicen, esto no quiere decir que se este de acuerdo con todo lo que hacen, pero hay que recordar que

“no se escarmienta en cabeza ajena”, ahí que dejar que los hijos cometan sus propios errores.

8. Cuando el adolescente ya está inmerso en un grupo de iguales, requiere del apoyo externo, en este caso de su familia, que le ayude a reconocer el buen funcionamiento y el papel que él juega dentro del grupo al que se integró, ya que en ocasiones los grupos llegan a presentar problemas o simplemente entre ellos mismos puede existir una influencia positiva o una influencia negativa que los lleve ya sea a seguir con sus planes o los lleve a desistir de ellos.

9. No ignorar al adolescente cuando habla, por ejemplo voltear hacia otro lado, hacer otra cosa mientras habla, etc. Se recomienda escucharlos y demostrarles que es importante lo que dicen, mirándolos a los ojos y en diversas ocasiones repetir lo que se entendió para verificar qué quieren decir.

10. No comparar al adolescente con otra persona, ya sean hermanos, amigos, primos, ya que esto los hará sentirse inferiores, incapaces. Sin embargo hablarles de sus valores positivos, de sus habilidades, destrezas, de sus logros, los hará reforzar su autoestima.

Estos son solo algunas sugerencias y puntos a tomar en cuenta, aunque: “Los padres necesitamos prepararnos para enseñar la autoestima en habilidades que nos servirán para cualquier situación de la vida: controlar nuestras emociones; ser empáticos; buscar el entendimiento, saber escuchar; saber comunicar; tener creatividad y valores humanos en alta consideración; encarar con éxito el reto personal y familiar de ser padre que enseña y aprende, en el gran dinamismo de la vida.” (Aguilar, 25: 2002)

Así como se puede ayudar a los hijos adolescentes a elevar y/o mejorar su autoestima es importante tomar en cuenta que “Los papás necesitamos hacer crecer nuestra autoestima y, mientras lo hacemos, cuidar en extremo lo que decimos a nuestros hijos, promoviendo todas las posibilidades para

acrecentar la suya.” (Aguilar, 18: 2002)

Si el adolescente se encuentra dentro de un tipo de familia en el que predominen los conflictos, en donde se produzcan situaciones de falta de apoyo, de atención de motivación, en donde prevalezcan los malos tratos e inclusive los golpes, es necesario que el adolescente busque y reciba apoyo de otras instancias, ya sea algún profesor, psicólogo, pedagogo o cualquier otro experto en la materia.

3.4. LA AUTOESTIMA PARA CONTRARRESTAR EL BAJO RENDIMIENTO Y LA DESERCIÓN ESCOLAR

Tal como ya se menciono, la autoestima juega un papel muy importante en el mejor desarrollo humano de la persona, ya sea psicológico, físico y socialmente, por ello, al mejorar la autoestima de la persona, está mejorará en las distintas áreas de su vida personal, es decir, habrá un mejoramiento en la convivencia con su familia, con las demás personas de su alrededor, ya sean compañeros, maestros; mejorará su salud mental y física y por ende tendrá un mejor desempeño en las actividades diarias que realiza, en este caso, el adolescente mejorará su rendimiento en la escuela y evitará la deserción escolar.

Independientemente de los procesos por los que pasa el adolescente, siempre requerirá de atención, compañía de sus padres, interés por parte de ellos, la ayuda que le pueden proporcionar, sin que estos se comporten como adolescentes, más bien como adultos y padres del adolescente. Es importante que los padres de familia se sigan involucrando en las actividades escolares de su hijo adolescentes, ya que: “...aquellos padres que muestran una mayor participación en la escuela tienen hijos con mayor nivel de lenguaje, mejor desarrollo cognitivo y un rendimiento escolar más alto.” (Palacios, 2001: 349)

Para ello, el apoyo que la familia le puede brindar es imprescindible, ya

que esté “...apoyo positivo de los padres está asociado con las estrechas relaciones con los padres y los hermanos, con una alta autoestima, con el éxito académico y con un desarrollo moral avanzado (Argyle y Henderson, 1985) La falta de apoyo por parte de los padres puede tener exactamente el efecto opuesto: baja autoestima, pobre rendimiento escolar, conducta impulsiva, pobre adaptación social y conducta desviada y antisocial, o delincuencia. (Peterson y Rollins, 1987)” (Philip, 2000: 325)

Es recomendable que los adolescentes formulen un proyecto de vida, en el que planeen a corto plazo, mediano plazo y largo plazo las metas que se establezcan, sus objetivos, sus aspiraciones, entre otras. Tal proyecto de vida: “...actúa como una especie de vacuna ante determinadas conductas de riesgo, mientras que la falta de este proyecto y el no saber qué hacer con la propia vida favorece determinados experimentos y comportamientos de riesgo.” (Alegret, 2005: 109). La formulación de este proyecto de vida requiere de la ayuda de la familia del adolescente y de algunas otras instancias como la escuela, con el fin de construir un adecuado, real y alcanzable proyecto de vida.

Enfóquese en las metas del estudiante: haga que escriba una lista de las barreras escolares, personales y domésticas que limitan alcanzar esas metas, y dialogue sobre las posibles soluciones que se le pueden dar para superar las barreras y alcanzar las metas ayudando a enfocar los esfuerzos de una manera más productiva, en lugar de quejarse o renunciar a la meta.

Motive la participación escolar: motive al estudiante a asistir regularmente a la escuela y a participar en alguna actividad extracurricular en la escuela o fuera de ella. Esta actividad extracurricular provocara que el estudiante se sienta parte de un grupo y a la vez motivado.

Es recomendable de igual manera que “La familia [le proporcione] al niño, independientemente de su rendimiento académico, calor, afecto, protección y apoyo emocional que alimente el desarrollo de su personalidad, y además amortigüen los problemas y los fracasos que el niño pueda

experimentar en otros contextos.” (Palacios, 2001: 338)

Es primordial que se le ayude al adolescente a centrarse en las cualidades que posee como estudiante o los recursos que son más importantes sin dejar de tomar en cuenta sus defectos y trabajar en ellos, así como enseñarle a no compararse con los demás adolescente ya que esto repercute en su rendimiento escolar.

Con estas sugerencias y puntos a tomar en cuenta se espera poder ayudar en la labor de los padres de familia a mejorar la autoestima de sus hijos adolescentes para optimizar su rendimiento académico, recordando que “...un adolescente con una elevada autoestima, probablemente tendrá menos problemas de integración social, su rendimiento académico será más elevado y atravesará la etapa de la adolescencia de un modo más favorable.” (Musitu, 2001: 51)

Recuérdese que “Si en el seno de la familia se vive un clima de comunicación afectivo adecuado entre los padres y hermanos, se estará aprendiendo a desarrollar la autoestima. Si se le elogia y valoran las cosas positivas que dice, piensa o siente, se estará desarrollando su autoestima. Si el hijo observa en los padres que ellos mismos si poseen una sana autoestima [el hijo podrá] aprender por esta vía a desarrollar su propia valía personal.” (Vallés, 1998: 18)

CONCLUSIONES

La orientación educativa tiene una gran labor con todos y cada uno de los elementos con los cuales trabaja, como son: directivos, maestros, alumnos y padres de familia. En orientación educativa, abordar el tema de la autoestima en el nivel medio superior es importante por las repercusiones que ésta puede tener a corto y largo plazo, tanto en el ámbito escolar como en el personal de los estudiantes.

Las distintas relaciones que establecen los adolescentes en los distintos contextos en los que se desenvuelven, de alguna u otra forma, influyen en el desarrollo de su autoestima, principalmente en las relaciones que establece con su familia, la cual es la fuente central que influye en el desarrollo de la autoestima.

La familia es importante no sólo por lo que transmite verbalmente o por lo que es capaz de explicar, sino por la capacidad de actuar como modelo de conducta, seamos o no conscientes de ello. De ahí lo importante de que la familia reciba una orientación por parte de alguna persona profesional que la ayude en la labor educativa con sus hijos.

También es importante reconocer que ya cuando están grandes los hijos, estos siguen requiriendo de amor, cariño, aprecio, admiración y ternura, esto con la finalidad de que los hijos se sigan sintiendo amados e importantes, sobre todo por parte de su familia, y muy principalmente por parte de sus padres.

En ocasiones, la presión por parte de los padres hacia los adolescentes para que tengan un buen rendimiento escolar es excesiva. Esto en algunas ocasiones puede provocar una disminución de la autoestima y un sentimiento de fracaso para alcanzar las metas propuestas por el propio adolescente.

Es preciso reconocer la importancia de que los adolescentes cuenten con una sana autoestima, ya que ellos, al encontrarse en este período, necesitan de una ayuda adecuada que les proporcione los elementos necesarios para poder construir su propia autoestima. De la misma manera, es recomendable que los adolescentes se sientan pertenecientes a un grupo de iguales, en el que ellos se sientan útiles dentro de su grupo de amigos, así como en su familia, al sentirse aceptados tal y como son, reconociendo sus defectos y sus virtudes, que les ayuden a entender los fracasos por los que llegan a pasar o a enfrentar, ya que con frecuencia estos fracasos aumentan en el adolescente el sentido de inferioridad y de su valor como persona, entre otras cosas, que engloban a la autoestima como lo son el autoconcepto, la autoimagen, autovaloración, entre otras cosas.

Debido a estos probables fracasos, controversias, adversidades y complejidades que rodean al adolescente en el mundo actual, así como los cambios interiores y exteriores que presentan como seres humanos, es necesario desarrollar en ellos nuevas actitudes, comportamientos y formas de pensamiento que una buena autoestima les puede ofrecer, al sentirse más seguros y poder enfrentar y/o saber manejar todas las situaciones que se le presenten, y que no necesariamente están en el adolescente poder cambiar, más bien está en el poder cambiar su actitud con ayuda de los demás grupos que lo rodean: escuela, amigos y familia.

La importancia de la autoestima en el adolescente durante esta etapa es imprescindible y esta puede ser mejor reforzada si son los padres quienes les apoyan en este aspecto.

De ahí que el concepto más importante que podemos formarnos es el concepto que tenemos de nosotros mismos, ya que de acuerdo con el concepto que tengamos de nosotros mismos, van a partir diversos aspectos y formas de vivir la vida, y por supuesto de relacionarnos con las demás personas.

Tal como se pudo ver hay una serie de problemas que el adolescente enfrenta, pero también existen muchas soluciones a estos. Uno de los cuales sería ayudar al adolescente a poder llevar a cabo no solo una vida más sana, mental, emocional y físicamente sino también que él mismo, se vea reflejado en las acciones que realice y en la forma de desarrollarse en lo social y en el ámbito escolar, que radican en un adecuado rendimiento escolar y disminución de la deserción escolar por motivos de falta de motivación, por falta de una buena autoestima, entre otros, y por supuesto en el logro de un mayor desarrollo profesional, que es lo inmediatamente después de haber concluido su educación media superior.

De acuerdo con los puntos que establecen los autores analizados con respecto a la autoestima y la importancia que ésta tiene en el ser humano, se determina que de acuerdo a la autoestima que el adolescente tenga, será el rendimiento escolar, y que de igual forma se reflejará en cada uno de los aspectos importantes de la vida del adolescente, es decir, se reflejará en el comportamiento y en la manera de relacionarse con sus iguales y con el resto de las demás personas con las cuales interactúa, y también determinará las expectativas que el adolescente tenga a futuro.

Así, la autoestima implica el respeto que se tiene hacia uno mismo, a la confianza que se tiene como estudiante, como hijo, amigo, etc. En cuestiones académicas, implica liberarse de sentimientos de fracasos en las materias que demandan en el adolescente una mayor concentración y dedicación, dejar de temer a la desaprobación que puede llegar a tener por parte de sus compañeros que implican en él, con frecuencia, sentimientos de minusvalía.

A través del desarrollo del presente estudio, asimismo se ha podido resaltar la importancia de la autoestima en alumnos de educación media superior como un recurso para contrarrestar el bajo rendimiento y la deserción escolar. Igualmente se ha enfatizado en el rol que juega la familia para ayudar a sus hijos a evitar el bajo rendimiento y la deserción escolar. Es necesario mencionar que hubiese sido preferible poder llevar a la práctica estas sugerencias, para poder comprobar que lo antes propuesto ayuda realmente a

contrarrestar la deserción escolar y el bajo rendimiento escolar en alumnos de preparatoria mediante la orientación a los padres en la relación diaria que tienen con sus hijos.

La familia es un importante instrumento educativo ya que ejerce una gran influencia en la formación del ser humano, así el hombre puede alcanzar su completo desarrollo intelectual, psicológico y físico.

El contar con una buena autoestima, determina de una manera positiva el rendimiento escolar de los adolescentes, ya que se aprende mejor si nos valoramos con base en una visión o percepción positiva que tengamos de nosotros mismos. La autoestima juega un papel de supervivencia y estabilidad emocional en todas las personas, ya que la autoestima nos permite sentirnos competentes para vivir, y dignos de merecer la felicidad, lo cual nos ayuda a enfrentar la vida con mayor confianza y optimismo, dejando aun lado los miedos, sobre todo, el miedo a no hacer las cosas bien, si antes no lo hemos intentado ya.

La autoestima implica también estar conscientes de los actos y los logros, así como de las metas que cada uno establece. También implica respetar los deseos, necesidades y valores de cada uno de nosotros, así como buscar la forma de expresarlos adecuadamente en la realidad. La autoestima positiva nos ayuda a utilizar nuestras facultades para la consecución de las metas que hemos establecido y mantenernos firmes en nuestra voluntad para llegar a ellas.

1. BIBLIOGRAFÍA

2. AGUILAR Kubli, Eduardo. (2002). *Familias con...Autoestima, Cómo lograr el conocimiento y la confianza en uno mismo*. Editorial Árbol, México.
3. ALEGRET Fernández, Joana, et. al. (2005). *Adolescentes: Relaciones con los padres, drogas, sexualidad y culto al cuerpo*. Barcelona, Editorial GRAÓ.
4. BELART, Ascensión y María Ferrer. (1999). *El ciclo de la vida. Una visión sistémica de la familia*. Bilbao, Editorial Desclée De Brouwer.
5. BRANDEN, Nathaniel. (2003). *El poder de la autoestima.: cómo potenciar este importante recurso psicológico*. México, Editorial Paidós.
6. BRANDEN, Nathaniel. (1997). *El respeto hacia uno mismo (cómo vencer el temor a la desaprobación de los demás, el sentimiento de la culpa, la inseguridad...)*. México, Editorial Paidós.
7. BUELGA, Vásquez Sofía. Lila Murillo Marisol. (1999). *Adolescencia, familia y conducta antisocial. Estilos de disciplina, comunicación, clima familiar y funcionamiento: Valencia: mimeo*.
8. CASTAÑÓN, Romo Roberto y Rosa María Seco (Coord.) (2000). *La educación media superior en México. Una invitación a la reflexión*. México, Editorial Limusa/Noriega.
9. CASTILLO, Ceballos Gerardo. (2007). *Los adolescentes y sus problemas*. México, Editorial Minos III milenio.
10. CAVA, María Jesús y Gonzalo Misuti. (2001). *La potenciación de la autoestima en la escuela*. Barcelona, Editorial Paidós.
11. FIZE, Michel. (2001). *¿Adolescencia en crisis? : por el derecho al reconocimiento social*. México, Editorial Siglo veintiuno.
12. HAEUSSLER P. de A., Isabel Margarita. (1998). *Confiar en uno mismo: Programa de autoestima*. Santiago de Chile, Editorial: Dolmen ediciones.
13. HALEY, Jay. (Reimpr. 1995). *Trastornos de la emancipación juvenil y terapia familiar*. Tr. Leandro Wolfson. Buenos aires, editorial Amorrortu.
14. HARGREAVES, Andy, Lonard Earl y Jim Ryan. (1999) *Una educación para el cambio: Reinventar la educación de los adolescentes*. Barcelona España, Ediciones Octaedro.

15. HERRAIZ, Santiago. (2002). *Situaciones cotidianas de tus hijos jóvenes*. Madrid, Editorial Palabra.
16. Ley General de Educación, *Art. 46*.
17. MINUCHIN, Salvador, Elizur Joel. (1997). *La locura y las instituciones: familias, terapia y sociedad*. Tr. Margarita Mizraji, Barcelona. Editorial Gedisa.
18. MRUK, Chris. (1999). *Auto – estima (investigación, teoría y práctica)*. Bilbao Esp., Editorial Desclée de Brouwer, S. A.
19. MUSITU, Gonzalo, et. al. (2001). *Familia y adolescencia. Un modelo de análisis e intervención psicosocial*. España, Editorial Síntesis.
20. PALACIOS, Jesús, Marchesi y Cesar Coll. (2001). *Desarrollo psicológico y educación*. Madrid, Editorial Alianza.
21. PERINAT R. (2003). *Los adolescentes en el siglo XXI*. Editorial UOC.
22. PHILLIP, F. (2000). *Los adolescentes y sus familias. En: Adolescencia*. Madrid, Editorial Prentice Hall.
23. RISO, Walter (2002). *aprendiendo a quererse a sí mismo*. Editorial Norma.
24. RODRÍGUEZ E. Mauro, et. Al. (1998). *La autoestima clave para el éxito personal*. México, Editorial El Manual Moderno. S. A. de C. v.
25. SAAVEDRA R., Manuel S. (2004). *Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor*. México, Editorial Pax – México.
26. SANTROCK, W. Jhon. (2004). *Psicología del desarrollo en la adolescencia*. España, Editorial Mc Graw Hill.
27. Secretaría de Educación Pública. (2006). *Encuesta Nacional de Juventud 2005*. México, Editorial Instituto Mexicano de la Juventud.
28. VALLES, Arándiga Antonio. (1998). *Cómo desarrollar la autoestima de los hijos*. Madrid, Editorial EOS.