



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN DE ADULTOS

“EL TALLER DE AUTOESTIMA CON MUJERES ADULTAS EN LA UNIÓN DE
BASES AUTOGESTIVAS DEMOCRÁTICAS EMILIANO ZAPATA (UBADEZ)”

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN DE ADULTOS

PRESENTA:

ALICIA GONZÁLEZ SÁNCHEZ

ASESOR:

MAESTRO: ANTONIO CASTILLO SANDOVAL

MÉXICO, D.F. MAYO 2010

AGRADECIMIENTOS

A Dios por permitirme alcázar esta meta.

A la Universidad Pedagógica Nacional por haberme dado la oportunidad de cerrar este ciclo.

A mis padres por todo su amor.

A Antonio Castillo por su apoyo.

A Mercedes y Alejandro por su paciencia y apoyo para lograr la conclusión de este trabajo.

A la Lic. Margarita Coyotl por su apoyo.

DEDICATORIA

A Alicia Sánchez por todo su amor, paciencia y apoyo incondicional.

A Alejandra, Jorge, Antonio, Carlitos, karlota y el bebé con todo mi amor.

A Jesús, Leo, Paty, Ernesto, Laurita y Belem quienes son mi ejemplo.

A Adolfina y a la UBADEZ por permitirme caminar a su lado durante largo trayecto en la lucha por la libertad y la igualdad.

No pido protección para los peligros,
sino valentía para enfrentarlos.

No pido alivio a mis dolores, sino
entereza para soportarlos.

No busco aliados en la batalla de la
vida, sino recurrir a mis propias fuerzas.

Concédeme Señor que sienta tu gracia
en mi éxito.

Pero permíteme que me tome de tu
mano en mi camino.

Rabindranath Tagore.

Índice	pág.
Introducción	3
Capítulo Primero. Unión de Bases Autogestivas Democráticas Emiliano Zapata	
1.1. Origen de la organización	8
1.2. Perspectivas de la organización	10
1.3. Estructura organizativa de la UBADEZ	11
1.4. Situación actual de la organización	14
Capítulo Segundo. La educación de adultos, la autoestima y la familia	
2.1. Educación	18
2.2. Educación de adultos	19
2.3. Vida Adulta	24
2.4. Familia	27
2.5. Autoestima	36
Capítulo Tercero. La experiencia educativa con mujeres adultas. El taller de autoestima	
3.1. Justificación del taller de autoestima	48
3.2. Objetivos del taller	51
3.3. Estructura de los temas	53
3.4. Taller de autoestima	54

Capítulo Cuarto Análisis de resultados del taller de autoestima

4.1. Análisis de resultados	79
4.2. Testimonios de algunas participantes del taller	80
4.3. Conclusiones	102
Bibliografía	104
Anexos	
1. Cuestionario	106
2. Estatutos de la UBADEZ	109

Introducción

Al salir de la secundaria deseaba estudiar en la Escuela Nacional de Maestros, presenté mi examen pero fui rechazada, al verme sin la posibilidad de continuar mis estudios en la institución que deseaba ingresar me sentí frustrada y sin posibilidades de continuar momentáneamente mi proceso educativo. Mi hermano Leonardo me motivó e impulsó a continuar mis estudios, el mismo me llevó al Colegio de Bachilleres No. 6 “Vicente Guerrero”, institución en la que él cursaba el 3er. Semestre, habló con el director del plantel, fui aceptada, fue en este plantel en el que concluí mi educación preparatoria.

Mientras cursaba el 3er semestre en el Colegio de Bachilleres, me invitó Leonardo a participar en un proyecto educativo en la Colonia México 1ª secc. Ciudad Nezahualcóyotl, Estado de México.

Inicié mi práctica educativa en el año de 1979 al saber que en mi comunidad no había escuela secundaria y las que existían en las colonias aledañas difícilmente recibían a algunos estudiantes que lo solicitaban, hecho por el cual muchos de estos jóvenes desistían en su intención de continuar sus estudios, y el resto (la minoría) intentaban ingresar en escuelas secundarias fuera del municipio. Esta experiencia fue muy gratificante, al ofrecer apoyo a mi comunidad para que los jóvenes concluyeran su preparación secundaria, me mostró una labor que no sabía desarrollar a lo largo de mi vida.

El presente trabajo tiene como objetivo dar a conocer la experiencia desarrollada con mujeres, en particular lo relativo con el taller de autoestima, impartido en el Centro de Desarrollo Comunitario Zapatista, ubicado en cerrada Pantitlán No. 212 Colonia México 2ª Secc. C.P. 57620 en Ciudad Netzahualcóyotl.

El Centro pertenecía a la organización político-social: Unión de Bases Autogestivas Democráticas Emiliano Zapata (UBADEZ). Este lugar fungía como círculo de estudios No. 057 del Instituto Nacional de Educación de Adultos (INEA). Alfabetizando, impartiendo clases de primaria y secundaria, además, atendiendo a un grupo de regularización de niños de dicha colonia.

Una característica de la población de Ciudad Netzahualcóyotl es que en su mayoría los individuos, son migrantes de los estados de Michoacán, Oaxaca, Puebla, Guerrero, Tlaxcala, San Luis Potosí, entre otros, por este motivo es una población diversa con características particulares por su condición de migrantes. Son mujeres y hombres con deseos de aprender; con sentimientos, necesidades y con una serie de conocimientos previos que han adquirido a lo largo de la vida y que por diversas situaciones no pudieron estudiar en tiempo y forma. Por esta razón se integran al círculo de estudios para obtener su certificado de estudios de educación primaria o secundaria.

En esta zona predomina la organización patriarcal, el que manda es el padre y la mujer se dedica a la atención de los hijos y las labores domésticas, donde sus necesidades pasan a un segundo o tercer plano.

Esta problemática detectada en el grupo de mujeres, participantes en el Centro de Desarrollo nos llevó a plantear un taller de autoestima que favoreciera el reconocimiento de sus capacidades y mejorará la percepción de sí mismas.

Paulo Freire afirma que la educación es un acto de amor, de coraje; dirigida hacia la realidad, a la que no debemos temer, debemos buscar transformarla. Tomando como punto de partida la afirmación de Freire y basándome en la problemática identificada en el grupo de aprendizaje, me llevó a plantear un taller de autoestima que contribuyera a que las educandas reconocieran sus capacidades y para

mejorar su nivel de aprovechamiento académico; dentro del taller se plantearon diversos temas que resultaban de gran importancia para el grupo, partiendo de lo particular a lo general, es decir del reconocimiento del yo, de la relación con la pareja y lo relacionado con los hijos y el medio ambiente.

El taller se llevó a cabo en 25 sesiones, los días jueves con una duración de 3 horas aproximadamente, los otros días de la semana se realizaban actividades académicas, inició en marzo y concluyó en agosto de 2005.

La presente recuperación tiene una pregunta eje: cómo influye la autoestima en el proceso de aprendizaje de las mujeres adultas. El objetivo es analizar cómo al modificar el concepto que la mujer tiene de sí misma se facilita el aprovechamiento académico.

Dicho taller se realizó a partir de las necesidades detectadas en el grupo de aprendizaje del círculo de estudios 057 con el que realizaba mi labor educativa, mujeres que estudiaban primaria y secundaria, al escuchar sus problemáticas personales y observar el nivel de aprovechamiento de estas, que en lo general era muy bajo, algunas de ellas abandonaban su proceso educativo por considerarse incapaces de aprender, sin embargo, un buen número asistían a la asesoría para comentar su problemática personal. En algunos casos su historia de vida no les permitía apropiarse del conocimiento, constantemente comentaban “yo no puedo”, “no sé”, “nunca pude y ahora no puedo”, en algunos otros asistían al grupo sólo para quejarse de su vida, entorpeciendo el proceso educativo de sus compañeras.

El círculo de estudios contaba con la colaboración de la psicóloga Diana Ramos Reyes, apoyando a las mujeres y niños que así lo solicitaran, habiendo detectado la problemática que aquejaba al grupo de aprendizaje solicité su apoyo para realizar el taller. Realizamos una reunión con las mujeres que asistían al círculo de estudios, en

ella les planteó la posibilidad de elaborar un taller en el que se abordarían los temas de interés para ellas con base a las necesidades manifestadas se elaboró el taller de autoestima.

La experiencia dentro del taller fue gratificante, observar cómo las mujeres al modificar la percepción que tenían de sí mismas, reconocer sus capacidades y limitaciones, apropiándose del conocimiento.

Permitiendo que un buen número de ellas mejorará su aprovechamiento académico y en el mejor de los casos, obtuvieran su certificado de estudios de educación básica (primaria y secundaria) respectivamente, y en algunos otros casos tomarán la decisión de continuar con sus estudios de nivel medio superior.

El presente trabajo está organizado en cuatro capítulos. En el primero se da a conocer el origen, perspectivas estructura así como la situación actual de la Organización político social Unión de Bases Autogestivas Emiliano Zapata, mejor conocida como la UBADEZ. Por ser el lugar en donde se llevo a cabo la experiencia.

En el segundo capítulo, se hace referencia a la fundamentación teórica del presente trabajo; educación de adultos, familia, vida adulta y autoestima, con base en la selección de los autores que consideré significativos.

El tercer capítulo, hace referencia a la experiencia educativa con mujeres adultas, en el “taller de autoestima”, asimismo se da a conocer la estructura del taller y los testimonios de algunas de las participantes.

En el cuarto capítulo, se hace referencia al análisis de resultados de un cuestionario aplicado a las participantes con el propósito de conocer a través de su opinión, los efectos del taller.

Al final del documento se incluyen los anexos en donde se dan a conocer los estatutos de la organización, y el cuestionario.

Capítulo Primero. La Unión de Bases Autogestivas Democráticas Emiliano Zapata (UBADEZ)

1.1. Origen de la organización

Es una organización político social, surge en el año 2003 tras la separación de un grupo de compañeros inconformes con la actitud de Felipe Rodríguez Aguirre dirigente de la Unión Popular Revolucionaria Emiliano Zapata UPREZ, su actitud de prepotencia e imposición en la toma de decisiones y después de varios enfrentamientos con Juan Manuel Mendoza Hernández, se formaron dos grupos: los compañeros que apoyaban a Felipe Rodríguez Aguirre (Felipistas) y los que apoyábamos a Juan Manuel Mendoza Hernández (juanmanuelistas), en una reunión extraordinaria efectuada en la preparatoria oficial No. 86 dirigida por la UPREZ, tras diversas discusiones y desencuentros que en esta reunión se estuvo a punto de llegar a los golpes se tomó la decisión de separarse de dicha organización para dar origen a la UBADEZ.

Esta organización tiene como objetivo estratégico generar las condiciones político-ideológicas que permitan transformar una sociedad deshumanizada e irracional por una; donde exista la libertad, la igualdad y la justicia mediante la organización de individuos creativos, productivos, donde el poder político sea ejercido por la mayoría de ciudadanos en todos los terrenos y en todos los niveles.

Su estrategia consiste; en luchar por evitar la explotación del hombre por el hombre, a través de generar la autogestión de los bienes materiales que dan sentido a nuestra existencia; en segundo lugar, luchar por desarrollar la democracia directa al interior de las instancias que desarrollemos, para así, prepararnos ideológicamente, enfrentar caudillismos, así como, totalitarismos. Tercero; luchar por la democracia electoral, conquistar espacios que nos permitan crecer, convencer y contrarrestar la hegemonía de los grandes intereses transnacionales.

Este proyecto político-social, debe desarrollar la autogestión de las condiciones materiales de los individuos que participamos en la organización, tomando conciencia de que el actuar colectivo nos dará la transformación de una situación de miseria y pobreza desoladora, por una situación más justa y equitativa, esto se logra con programas de formación político-ideológica, de acción cultural y realización de actividades productivas.

Nos separamos de la Unión Popular Revolucionaria Emiliano Zapata (UPREZ) un grupo de aproximadamente 20 representantes de comités de base, teníamos que caminar con paso firme, a partir del mes de octubre del 2003 en Ciudad Nezahualcóyotl, en ese momento nos encontrábamos en el proceso de elecciones de cambio de presidente municipal y diputados locales y federales. Juan Manuel Mendoza Hernández, lanza la convocatoria para asignarle un nombre a la organización así como su logotipo que nos identificara como un grupo independiente de la UPREZ, nos auto nombramos “Unión de Bases Autogestivas Emiliano Zapata” (UBADEZ), ya con un nombre e una identidad propia Juan Manuel hizo alianza con la organización “Movimiento Vida Digna” (MOVIDIG); para apoyar al candidato a la presidencia municipal Víctor Bautista así como apoyar a los candidatos a diputados locales y federales.

La labor fue titánica, primero informar a los comités de base de la separación de la UPREZ y sobre la importancia de la participación con el MOVIDIG a través del apoyo a los candidatos mediante el volanteo, reuniones informativas y de convencimiento a los comités de la importancia de su participación en todas las actividades asignadas a la organización, estas acciones permitieron el triunfo en las urnas, ganó el PRD tanto la presidencia municipal como las diputaciones.

A la organización le fue asignada, en el ayuntamiento, la dirección de Educación y Fomento a la Cultura, esto nos permitió contar con insumos para brindar a los camaradas de los comités de base no sólo educación básica sino diferentes

actividades culturales y recreativas; es en el 2003, cuando surge el Centro de Desarrollo Comunitario Zapatista ubicado en Cerrada Pantitlán No. 112, colonia México 2ª. Secc. C.P. 57620 Cd. Nezahualcóyotl, Estado de México, en donde se ofrece regularización de primaria y secundaria para los niños que asisten al sistema escolarizado, educación básica primaria y secundaria para adultos, cursos de capacitación de corte y confección, primeros auxilios, belleza, gelatina artística, repostería, tejido, repujado, tarjetería española, bordado en listón con la finalidad de que los participantes en los talleres emprendan una micro empresa que les permita mejorar sus condiciones de vida. También se ofrecían clases de tahitiano, baile de salón, jazz, visitas guiadas a museos y obras de teatro, se hacia teatro callejero para toda la población, cursos de verano para niños y jóvenes, con el objetivo fundamental de llevar la cultura a todos los rincones de Nezahualcóyotl.

Por todo el municipio de Nezahualcóyotl se realizaban jornadas de salud en las que se aplican vacunas a niños y adultos, toma de presión arterial, toma de glucosa, pláticas de nutrición, cuidado del enfermo diabético, Papanicolaou, distribución de vitaminas, condones y suero oral. Las acciones antes mencionadas se brindaban a la población más desprotegida con el objetivo de proporcionarles servicios de salud y educarlos en la prevención para la salud. En la actualidad esta actividad se ha dejado de realizar por falta de recursos.

1.2. Perspectivas de la UBADEZ

A continuación se presentan las principales actividades de orden político, sociocultural y educativo que la organización se planteó llevar a cabo: Asambleas generales por lo menos cuatro veces por año, la elección democrática directa de la Coordinación Política Municipal de Netzahualcóyotl y en los demás municipios una vez al año. Crecer al doble en términos numéricos con relación a la conformación del 18 de Octubre del 2003. Crecer en el número de cuadros y activistas con claridad en el

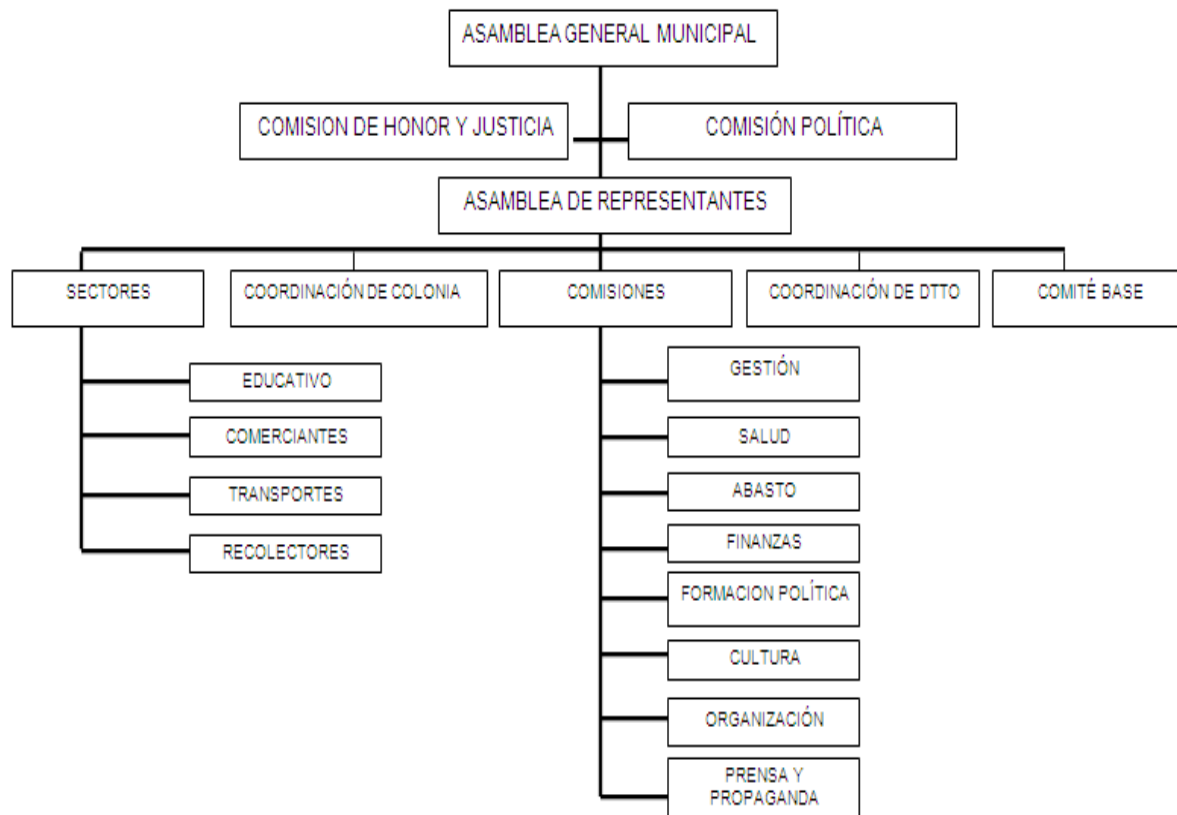
proyecto. Desarrollar una infraestructura acorde al crecimiento. Contar con: espacios propios, camioneta, lonas, mesas y sillas. Además, desarrollar cursos de capacitación política, educativa, personal y cultural. Instaurar escuelas del Pueblo donde exista una participación masiva directa de la gente a través de: actividades culturales, conferencias, eventos recreativos, eventos deportivos, cursos de capacitación, mítines y marchas.

Asimismo, formar proyectos productivos que generen empleos y recursos para la organización. De igual manera, iniciar proyecto cultural que incluya: ludoteca, actividades deportivas, cursos y talleres de interés general en los comités, conferencias para activistas, cursos y talleres de capacitación política, talleres de artes y oficios, eventos culturales en los comités. Entre otros, ganar integrantes en el Comité Ejecutivo Municipal, en los comités territoriales, consejeros estatales, representantes en el comité Ejecutivo Estatal, representantes populares, establecer alianzas con organizaciones, culturales fuera del PRD y mantener la alianza con el MOVIDIG.

1.3. Estructura organizativa de la UBADEZ.

De acuerdo a la información que obra en los documentos constitutivos se establece el siguiente organigrama que regirá a la UBADEZ.

Ver anexo 2. Estatutos de la UBADEZ



A continuación se presentan las comisiones y sus responsabilidades:

La organización se rige por una **Asamblea general**, instancia de formulación y resolución de programas y proyectos, la cual sesionará mínimamente de manera semestral y podrán asistir todos los integrantes con voz y voto.

Comisión de honor y justicia: indaga los conflictos, problemas, malentendidos, contradicciones y confrontaciones entre integrantes e instancias de la organización.

Comisión política: ejecuta, todos los acuerdos de las asambleas generales y de representantes, las acciones y actividades de las comisiones. Representara políticamente a la organización. Validará las asambleas de los sectores.

Asamblea de representantes: presentará, modificaciones a los acuerdos tomados en la asamblea general y tomará acuerdos nuevos que no contravengan lo resuelto en la asamblea general, se convocará, a todos los representantes de las bases y tendrán derecho a voz y voto. Contempla: asambleas, comisiones y sectores con una forma de organización que les permita funcionalidad, generar soluciones y propuestas de trabajo. Dichas comisiones cuentan con un reglamento interno que les da forma y sentido. Su integración será en asamblea general y están obligadas a rendir un informe de actividades ante la asamblea de representantes o en su defecto ante la comisión política.

Sector educativo: se organiza, de acuerdo al nivel educativo al que pertenezcan a nivel inicial, primaria, secundaria y preparatoria, organizando sus asambleas y toma de acuerdos que les permita llevar a buen fin su actividad educativa.

Sector de transporte: se organiza, por base y por actividad. Dentro del sector los taxistas y bici taxistas deberán llevar acabo reuniones por comité de base y congresos generales donde se elijan, ratifiquen o remuevan a sus dirigentes, checadores, etc., así como proponer sus formas de organización

Sector de limpia: se organiza por espacio laboral, tendrán asambleas de manera trimestral como mínimo, en ellas propondrán su forma de organización.

Comisión de gestión social: trabaja y atiende lo relacionado con la solución de las demandas de la base con respecto a los servicios públicos.

Comisión de salud: se encarga, de gestionar en instituciones de salud recursos materiales que permitan proporcionar a la población en general jornadas de salud, atención primaria, detección de diabetes, hipertensión arterial, pláticas de cuidado de la salud en general.

Comisión de abasto: la comisión de abasto tiene la responsabilidad de hacer llegar a todas las bases de la organización productos de la canasta básica a precios por debajo del mercado, es decir, de carácter popular, esto con la idea de penetrar en las comunidades, siendo así un medio de la organización para abrir trabajo político y no como negocio.

Comisión de finanzas: tiene a su cargo la captación, organización e incremento de los recursos económicos

Comisión de cultura: elabora un plan de trabajo anual, que tenga por objetivo realizar eventos culturales que lleven un mensaje y motiven la participación de las bases.

Comisión de propaganda: concentra y difunde información relacionada con la organización, creará un órgano informativo que mantenga una vinculación permanente con la base.

Comisión de organización: sistematiza y concentra información que tenga que ver con la estructura, patrimonio e infraestructura de la organización.

Asamblea distrital: se convoca únicamente para tomar acuerdos de índole político-electoral, participarán los representantes de las bases que tengan trabajo en el distrito sea local o federal.

1.4. Situación actual de la organización

Durante el trienio 2003-2006, la actividad de la organización fue ardua trabajando en todo el ayuntamiento de Nezahualcóyotl y Chimalhuacán, todos los integrantes de la organización estaban dispuestos a trabajar en la actividad que les fuera asignada, bajo

estas condiciones se inició el proceso interno del PRD para asignar a los candidatos a regidores, diputados locales y federales, así como a candidato a la presidencia municipal, este hecho llevó a un buen número de militantes a no estar de acuerdo con la asignación de candidatos. Juan Manuel Mendoza Hernández impone a Antonio Reyes como candidato a segundo síndico del ayuntamiento de Nezahualcóyotl, decisión que propició diferencias entre los líderes de la organización Juan Manuel Mendoza y Adolfinia García, la fractura ya existente por la lucha de poder, se agudiza en asamblea general, en la que plantean una separación de grupos por líder, cada uno de los miembros de la organización tomaría la decisión de coordinarse con el dirigente con el que se sintiera más identificado o en su caso se sintiera mejor representado y continuar dando la imagen ante las demás organizaciones como un grupo compacto, solido.

A partir de este momento se suspenden permanentemente las asambleas distritales en todo el ayuntamiento, ahora cada bloque se reuniría con su representante, las comisiones dejaron de funcionar, se da la ingobernabilidad entre algunos de sus miembros, esto agudizó las rencillas entre los miembros de la organización, sin embargo, se pretendía dar la imagen de unidad dentro de esta, no obstante para muchas organizaciones la ruptura fue inminente.

Así participamos en el proceso electoral del 2006 nuevamente, se sostuvo el acuerdo con el MOVIDIG, logrando que llegara a la presidencia Héctor González y por consecuencia, Antonio Reyes fuera el segundo síndico, tras la toma de protesta Antonio Reyes, desconoce a la organización dejando de lado el trabajo que se realizaba en el ayuntamiento, esto propició que la fractura se agudizara entre los líderes de la organización.

En la elección del trienio 2006-2009 la organización obtuvo la segunda sindicatura y la subdirección de desarrollo económico, tras la separación de Antonio Reyes los recursos con los que contaba la organización para su avance es la

subdirección de desarrollo económico del ayuntamiento de Nezahualcóyotl, este hecho implicó el no contar con recursos para ampliar las perspectivas de esta, además de no tener los recursos económicos se agravó el divisionismo, así como las pugnas internas entre sus integrantes, las diferencias se tornaron cada vez más rípidas, la lucha por el poder entre los dos bloque existentes y sus representantes cada vez mas agudos.

El Centro de Desarrollo Comunitario Zapatista deja de funcionar en el 2007 por falta de recursos económicos, sin embargo, se continúa proporcionando educación básica primaria y secundaria en el patio de la casa de la Sra. Alicia Sánchez Franco (mi señora madre) en donde hasta el día de hoy se proporciona este servicio.

La organización continúa dividida con fuertes conflictos internos a causa de las diferencias entre los líderes, Juan Manuel Mendoza (Juan Manuelistas) y Adolfin García (Adolfinistas), los bloques se han consolidado y los desacuerdos son cada vez son más agudos. no todos están dispuestos a trabajar como antes, ahora algunos de sus miembros los que se decían los mas conscientes tratan de sacar ventaja, no les atañe lo que pase con la organización, necesitan asegurar su situación económica, no les importa si es con el PRI, PAN, PT, esto agudizó las disputas ya no sólo entre los lideres sino entre los miembros de la organización, sin embargo, se pretendía dar la imagen de unidad dentro de esta, no obstante para muchas organizaciones la ruptura fue clara.

Ante el proceso electoral a la presidencia municipal del 2009 la candidata a este puesto fue la Sra. Juana Bonilla Jaime proveniente del MOVIDIC; por la UBADEZ participó Juan Manuel Mendoza Hernández como candidato a la quinta regiduría, siendo impuesto por el bloque perredista. El 5 de julio se llevaron a cabo las elecciones, tanto federales como municipales, tras un proceso sucio de compra del voto acarreo, entrega de materiales de construcción obtuvo el triunfo el Partido Revolucionario Institucional (PRI), motivo por el cual Juan Manuel Mendoza Hernández fue asignado a la décimo novena regiduría del ayuntamiento de Nezahualcóyotl.

A partir de entonces los recursos económicos con los que cuenta la organización son cada vez menores, lo que ha repercutido en el accionar de la organización, se ha facilitado la migración de algunos de sus miembros a otras organizaciones del PRD, y de otros partidos políticos, algunos otros miembros se han desligado de la organización sin razón aparente, sin embargo este hecho es respuesta al actuar de los líderes y sus miembros.

Capítulo segundo. La educación de adultos, familia y autoestima

2.1. La Educación

Podemos definir la educación como un proceso de socialización de los individuos que implica tomar conciencia del actuar del sujeto a nivel personal, social y cultural en la que las nuevas generaciones adquieren valores, tradiciones, costumbres, comportamientos y actitudes de las generaciones anteriores y que son transmitidas de generación en generación con sus respectivas modificaciones de acuerdo al contexto social en las que el individuo se desarrolla.

Este proceso educativo se traduce en una serie de habilidades y valores que se convierten en cambios intelectuales, emocionales y sociales en el individuo. De acuerdo al grado de madurez alcanzado los valores pueden durar toda la vida o en periodos de tiempo van cambiando.

Desde mi particular punto de vista considero que la educación debe ser entendida como un proceso continuo que se inicia con el nacimiento y concluye con la muerte, podemos asegurar que cotidianamente estamos aprendiendo y este desarrollo puede ser entendido como un proceso de dar y recibir aprendizajes, es decir que es un proceso bi-direccional mediante el cual se transmiten conocimientos, valores, costumbres y formas de actuar.

Dicha transmisión se realiza en todos los ámbitos de la vida y no sólo en el formal de la instrucción escolar, es un proceso cotidiano del ser humano en el que no está exento de la realidad social, cultural, económica y política de la comunidad con la que interactuamos, así como la del país.

La educación no sólo se produce a través de la palabra, está presente en todas nuestras acciones, sentimientos y actitudes.

Es un proceso amplio, por el cual se aprende todos los días de nuestra vida, es permanente en el ser humano, su desarrollo mediante la transmisión de valores morales, sociales, intelectuales, culturales entre otros. El individuo asimila y aprende normas de conducta, modos de ser y formas de ver el mundo de generaciones anteriores, creando al mismo tiempo nuevas normas de conducta.

La Comisión Internacional sobre La Educación para el siglo XXI, presidida por Jacques Delors en 1996, elaboró un informe conocido como el “Informe Delors” en el que se plantea que la educación debe ser capaz de revalorizar los aspectos éticos y culturales de la existencia, de hacer crecer a las personas según sus potencialidades, de intensificar el conocimiento de si mismas y de su ambiente, de desarrollar la ciudadanía, todo ello para construir una humanidad pensante y constructora de su futuro.

Paulo Freire (1977) afirma que “**La educación** tiene que estar dirigida **no al hoy sino al mañana**”, la modernización nos debe llevar a superar la visión estrecha de ver a la educación como una actualización, los cambios sociales, los avances de la cultura y del conocimiento científico son determinantes en los sistemas educativos para los métodos, la administración y conducción de las instituciones educativas.

2.2. Educación de Adultos

En la actualidad la educación de adultos se ha constituido en parte importante de la actividad de múltiples instituciones, sin embargo es asumida como compensatoria con respecto al sistema educativo formal, así mismo es vista como una educación complementaria de programas y políticas encaminados al desarrollo del medio rural. La educación de adultos siempre ha existido con diferentes formas y nombres. A partir de los años 70`s sufrió un desarrollo dinámico hasta nuestros días, reuniendo una

variedad de programas y objetivos, adquiriendo así una intencional cada vez más definida aunque no es suficiente.

El rezago educativo en el ámbito de la educación de adultos es amplio, se le ha dado una connotación remedial o como una acción pos-escolar, ésta es la concepción de gran cantidad de programas educativos dirigidos a la población adulta, sin embargo no responde a las necesidades y requerimientos de los sujetos o personas en general. Las reformas educativas no disminuyen o borran la brecha que hasta hoy existe en la educación de adultos y la realidad social, así como las necesidades del mundo contemporáneo.

La educación de adultos ha ocupado una posición marginal dentro del sistema educativo y en las políticas educativas nacionales, sin recibir la importancia que merece la demanda que existe, como las necesidades educativas insatisfechas de un gran número de adultos que se encuentran en rezago educativo.

El contenido que se maneja en este tipo de programas es muy diverso, de bienestar social, orientación, salud, nutrición, vivienda, capacitación en actividades domésticas y autoempleo, apoyo a proyectos agrícolas, pecuarios, industriales, organizativos, entre otros. Dentro de estas necesidades se ubican cursos diversos como son: primaria, secundaria, inglés, primeros auxilios, cultura de belleza, cocina, mecánica, computación, corte y confección, bordado en listón, tejido, repostería, electricidad, hortalizas, entre otros.

La educación de adultos debe entenderse como un proceso continuo a partir de la consideración del adulto como portador de un cúmulo de experiencias, que abarca todos los aspectos y ámbitos de la vida adulta, sus intereses y necesidades, reconociendo los conocimientos que a adquirido a lo largo de su vida, fortaleciéndolos y construyendo aprendizajes y conocimientos nuevos. Con una historia cultural y política

que interviene en su proceso educativo, y que por diversas situaciones no pudieron concluir en tiempo y forma.

Hoy la educación de adultos tiene que verse en un aspecto amplio que va más allá de lo remedial y debe dirigirse a personas jóvenes y adultas, ya que educación significa cambio. Cabe señalar que constitucionalmente todos tenemos derecho a la educación e igualdad de oportunidades, para que esto ocurra el adulto debe cubrir sus necesidades fundamentales de lo contrario no aprenderá. El adulto para aprender debe querer aprender y tener los medios para hacerlo.

La tarea más significativa de la educación de adultos es precipitar y facilitar el aprendizaje a favor de la transformación del individuo, así como el compromiso del cambio, de liberación, la verdadera educación es diálogo con el educando.

Paulo Freire (2002) plantea que “nadie educa a nadie, nadie se educa solo, los hombres se educan entre sí, mediatizado por el mundo. Por tanto la educación es fundamentalmente crítica y liberadora”.

El educador de adultos debe respetar las características del adulto, para poder desempeñar su labor docente, sin perder de vista las siguientes características:

- Tener una conciencia clara de las necesidades de aprendizaje de sus educandos
- Asumir un rol de facilitador, asesor, monitor, mentor, guía u orientador al practicar en forma eficiente la evaluación permanente y formativa del aprendizaje
- Atender el proceso educativo considerando las necesidades generales y Específicas del grupo de educandos
- Establecer relaciones interpersonales con sus educandos e identificar positivamente sus características
- Asumirse como parte del grupo de adultos y como un agente de cambio

- Mantener apertura y flexibilidad ante la necesidad de hacer cambios para atender las necesidades específicas de los educandos
- Promover un clima de aceptación, reconocimiento y participación entre los educandos
- Aceptar al grupo como un conjunto más de recursos para el aprendizaje, descubriendo y reconociendo el bagaje cultural con el que cuenta el grupo de aprendizaje
- Considerar que cada educando cuenta con ritmos y estrategias de aprendizaje individuales
- Promover la transmisión del aprendizaje hacia situaciones reales de cada uno de sus educandos

En la educación de adultos participan diversas instituciones de sector público y privado como son la Secretaria del Trabajo, la Dirección General de Educación Tecnológica, la Secretaria de Educación Pública (SEP), Centros de Desarrollo Comunitario, el Instituto Nacional para la Educación de Adultos (INEA), Centros de Educación Extra-Escolar de la SEP, el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), los programas de capacitación de la Secretaria del Trabajo, Organizaciones Político-Sociales, entre otras.

La población a la que están dirigidos estos programas educativos son en su mayoría la población económica y políticamente marginada de las zonas urbanas y rurales, principalmente mujeres, por lo tanto estos programas deben tomar en cuenta el papel tradicional de la mujer y examinar las repercusiones en su futuro desarrollo social.

El éxito de estos programas educativos dependerá de la respuesta que estos programas den a las expectativas de la población, para dar respuesta a las necesidades de la población será necesario analizar las necesidades cotidianas de la población marginada, sean estas necesidades de tipo económico, político, cultural o social. Para que estos programas sean exitosos es necesario respetar las formas de organización de la comunidad a la que están dirigidos dichos programas, apoyar las

actividades que la colectividad organiza así como apoyar en donde la gente más lo necesita para lograr sus metas; es innegable que uno de los mayores éxitos de estos programas, es el que responda a las expectativas de la población y la utilidad que esta pueda ver después de la capacitación o del programa que se desarrolle, es sin duda uno de los elementos fundamentales en el diseño de una política de capacitación para el trabajo.

Así mismo los programas de educación comunitaria deben ser creados de acuerdo a las características de la población a la cual están dirigidos, se debe tomar en cuenta el nivel socio-económico, edad, sexo, así como su escolaridad.

Que los educandos perciban que los conocimientos o habilidades adquiridos en la capacitación le están siendo útiles, es sin duda uno de los aspectos motivacionales más importantes que ayuda al éxito de los programas y motivan al alumno en su proceso educativo. Vielle (1994) señala que la necesidad de capacitación es el primer motor a priori motivante y movilizador de la educación de adultos, por esta razón es indispensable partir de las demandas concretas de la población a la que están dirigidos estos programas educativos y de capacitación.

Este autor señala que el único incentivo primario y poderoso que nos queda para movilizar a los adultos y convencerlos de volver a incorporarse a un esfuerzo educativo renovado, es el trabajo y la necesidad de capacitarse para el trabajo, por esta razón es necesario enfocar la educación de adultos a la satisfacción de las necesidades de aprendizaje.

Para algunas mujeres los cursos de capacitación representan la posibilidad de movilidad social y un vínculo con el mercado laboral, en el caso de mujeres casadas estos representan la posibilidad de mejorar sus habilidades y una ayuda para sus actividades domésticas, para las adultas mayores estos cursos representan un espacio de recreación, entre otros beneficios.

2.3. Vida adulta

En la mayoría de las culturas se considera como adulto a toda aquella persona que tiene más de 18 años. Aunque después de los 60 años de edad se les llame Adultos Mayores, Ancianos o Miembros de la Tercera Edad, existen diferencias entre quienes son mayores de 18 y menores de 60. La adultez no inicia ni termina exactamente en éstos límites cronológicos.

La edad adulta esta dividida en tres sub etapas, estas varían de acuerdo al autor, estas son:

- Edad Adulta Temprana (entre los 17 y 40 años)
- Edad Adulta Intermedia (de los 40 a los 65 años) y
- Edad Adulta Tardía (después de los 65 años de edad)

Edad adulta temprana.- esta edad varía de acuerdo a cada autor abarca de los 17 a los 40 años. Según Bromley esta fase abarca de los 21 a 25 años: según Havighurst de los 18 a los 30 y según Levinson de los 17 a los 40. Esta etapa se caracteriza por importantes cambios sociales en los ámbitos de la vida profesional y familiar

En este período la vida del individuo gira en torno de dos polos fundamentales: la familia y el trabajo en esta etapa se hace presente la tensión entre la concepción de lo joven y lo viejo.

Edad Adulta Intermedia.- según Bromley abarca de los 25 a los 40 años, según Havighurst de los 30 a los 60 y según Levinson de los 40 a los 65.

Esta fase se caracteriza por su gran productividad, especialmente en la esfera intelectual y artística. Es considerada la etapa de la productividad y la creatividad, de los importantes logros intelectuales, de las mayores contribuciones en los ámbitos de la política, la diplomacia, el pensamiento, el arte entre otros. Esta etapa se caracteriza por:

- Ayudar a los hijos en su crecimiento y prepararlos para la vida adulta
- Logro y mantenimiento del trabajo
- Logro de responsabilidades sociales y cívicas
- Relación más directa con la pareja sin el obstáculo del permanente cuidado de los hijos

Edad Adulta Tardía.- esta fase según Bromley abarca de los 40 a los 55 años y a partir de los 60 según Levinson, caracterizado por el deterioro de su cuerpo, así como el paso al estatus de viejo.

Ericsson lo denomina “madurez” y está caracterizada por una seguridad y amor del yo, por la aceptación del ciclo de vida como algo irrenunciable e insustituible, en una palabra, por la integridad del propio y único yo frente a la desesperación que pueda producir el final de la vida.

Havighurst, menciona que son seis las características de esta fase:

- 1.- Ajuste al declive físico
- 2.- Aceptar el retiro y la reducción de ingresos
- 3.- Aceptación de la muerte del cónyuge
- 4.- Ajuste al establecimiento de una afiliación con su grupo de edad
- 5.- Adopción de roles de una manera flexible
- 6.- Establecimiento de condiciones de vida cómodas

Es un periodo a lo largo del cual ocurren complejos acontecimientos en los ámbitos biológicos, psicológicos, sociales, culturales e históricos.

Características de la edad adulta

- Posee un concepto de sí mismo como capaz de tomar decisiones y auto dirigirse
- Pretende y desarrolla una vida autónoma en lo económico y en lo social
- Puede y desea compartir una confianza mutua con quienes pretenden regular los ciclos de trabajo, recreación y procreación, a fin de asegurar también a la descendencia todas las etapas de un desarrollo satisfactorio
- Cuando tiene buena salud, está dispuesto a correr riesgos temporales de entrega corporal en situaciones de exigencia emocional
- Juega un papel social, que conlleva responsabilidades desde el punto de vista económico y social
- Forma parte de la población económicamente activa y cumple una función productiva
- Actúa independientemente en sus múltiples manifestaciones de la vida
- Además de su preocupación por el Saber, requiere del Saber hacer y el Saber ser
- Tiene la capacidad para integrarse a grupos diversos con los cuales simpatiza, así como para desarrollar la fuerza moral necesaria para cumplir con tales compromisos
- Sus prácticas sexuales, sociales y sus responsabilidades, son característicos de la edad adulta
- En los últimos años de ésta etapa, se considera como alguien que enseña, educa, así mismo como buen aprendiz. Necesita sentirse útil

2.4. Familia

La familia es la base de la sociedad, es un agente socializador, esta satisface las necesidades básicas del ser humano, como son: sustento, alimentación y abrigo.

El ser humano nace dentro de una estructura social, grande o pequeña, la misma se conoce con el nombre de familia. De acuerdo a la definición de familia, decimos que es este el grupo que nos cría, nos forma como personas estableciendo nuestros valores morales y el que nos orientará a lo largo de nuestro desarrollo como seres humanos, en especial durante los primeros días.

La familia trata de cubrir las necesidades de sus miembros como la alimentación, la vivienda, seguridad, protección y afecto. Es el grupo de personas de las cuales aprendemos hábitos, valores y principios así como formas de desarrollarnos con los demás. Con el apoyo familiar podemos incorporarnos de la mejor manera a la sociedad.

Cada familia es diferente y única ya sea por el número de personas que la forman, por las actividades y trabajos que realizan, por la forma como se organizan y relacionan. Unas familias son más unidas que otras, algunas logran satisfacer con más dificultad sus necesidades.

En ocasiones las familias se enfrentan a cambios bruscos ya sea por la pérdida de alguno de sus miembros o una separación o el divorcio de la pareja, este hecho según algunos autores puede generar violencia en alguno de los integrantes de la familia, en ocasiones se crean conflictos incluso agresiones que dañan la salud y el afecto entre sus miembros.

Tipos de familia

Familia consanguínea

Familia punalúa

Familia sindiásmica

Familia conyugal

Familia nuclear

Familia monogámica

Familia mixta

Familia matrifocal

Familia tradicional

Familia consanguínea. Es aquella que se basa en la relación biológica; Morgan la clasifica como la 1ª etapa de la familia se clasifica por generación, es la familia de parientes de sangre y es la principal base del parentesco.

Familia punalúa. Término utilizado por Lewis H. Morgan para definir a las familias que habían surgido del casamiento de varios varones hermanos con el grupo de esposas de cada uno de los varones hermanos y del casamiento de mujeres hermanas con los esposos de cada una de las hermanas.

Familia sindiásmica. Régimen de matrimonio por grupos el hombre tenía una mujer principal entre sus numerosas mujeres, la mujer tenía un hombre principal entre todos. Aparece en el límite entre el salvajismo y la barbarie.

Familia conyugal. Es la unidad básica y universal de la sociedad humana y ciertamente de los sistemas de parentesco. Es el grupo formado por el matrimonio hombre y mujer, hombre y hombre, o, mujer y mujer.

Familia nuclear. Es aquella que consta de una pareja conyugal y su prole, algunas veces aumentada por otros individuos. Desde el punto de vista marido y esposa, la familia nuclear es la familia conyugal; desde el punto de vista de los hijos es la familia consanguínea.

Familia monogamica. Sistema básico de la sociedad moderna en el cual el hombre no puede ser simultáneamente marido de más de una mujer y la esposa de más de un hombre.

Familia mixta. Son aquellas en las cuales los padres se divorcian y después contraen matrimonio con otra persona, o muere un de los dos y vuelve a contraer matrimonio. Existen varios tipos de familias mixtas:

1. Una mujer sola cuida a sus hijos
2. Una mujer con hijos se casa con un hombre sin hijos
3. Un hombre con hijos se casa con una mujer sin hijos
4. Un hombre y una mujer que tienen hijos de una relación previa
5. un hombre solo mantiene a sus hijos

Familia Matrifocal. Es aquella que consta de una madre y sus hijos. Este tipo de familia es muy común en la actualidad.

Familia Tradicional. Compuesta por grandes familias patriarcales, el padre dirigía a sus hijos casados y solteros en el trabajo y mantenía la disciplina dentro de la residencia común. Los varones mantenían las posiciones dominantes, mientras que las funciones femeninas se limitaban al hogar y a la familia.

En México históricamente el tipo de familia que nos caracteriza es la familia tradicional, en la que el padre a mantenido una posición dominante, sin embargo las condiciones actuales de la familia han cambiado, hoy en un buen número de familias es

la madre la que se encarga de la educación, manutención de los hijos esto debido a la desintegración familiar y el abandono del padre.

Ciclo vital de la familia

Lauro Estrada Inda (1997) propone seis etapas del ciclo vital de la familia, delimitando fases críticas que encierran momentos especiales de dificultad de todas las familias.

1. El desprendimiento
2. El encuentro
3. Los hijos
4. La adolescencia
5. El reencuentro "Nido vacío"
6. La vejez

En cada etapa define interacciones entre los miembros de la familia que divide en cuatro áreas:

- Identidad
- Sexualidad
- Economía
- Fortalecimiento del yo

A continuación se mencionan algunas características de las etapas del ciclo vital de la familia

1,- El desprendimiento, en esta etapa surge la relación emocional, ofrece y obtiene cuidados, aparición de intereses comunes, la pareja se consideran como un

complemento biológico, expresa necesidades, surge la división e intercambio de roles, apoyo mutua para aprender, es necesario la adquisición de bienes como una forma de seguridad familiar, libertad para expresar individualidad

2.- El encuentro, se basa en la seguridad emocional con el compañero, surge el contrato matrimonial, aceptar al cónyuge como un ser nuevo y extraño que llega a su vida, separación del mundo social en el que se desarrollaba

3.- Los hijos, reestructuración del contrato matrimonial, establecimiento de reglas familiares entre los cónyuges, consideración y cuidados madre – bebé, establecimiento de vínculos con el mundo exterior, pueden surgir problemas emocionales

4.- La adolescencia, surgen problemas emocionales serios, preocupaciones por abuelos enfermos o ancianos, la pareja debe preparar el desprendimiento de los hijos, puede haber sobre protección por el temor a la separación de los hijos, renovación del contrato matrimonial y apoyo para el climaterio, las funciones sexuales cambian aunque no desaparecen, cercanía del cónyuge para soltar a los hijos y retomar roles de esposos, se pueden dividir labores, la pareja cuenta con mayor tiempo libre, lograr asuntos pospuestos.

5.- El reencuentro, “Nido vacío” surge la nueva familia de los hijos se requieren nuevos cambios, surgen dificultades con la aceptación de nietos y los roles de abuelos, se enfrentan a la jubilación, puede haber problemas económicos, se busca lograr la independencia de los hijos y los nietos, prepararse para la etapa final de la vida, cuidado de enfermedades, dejar responsabilidades, manejar sentimientos de culpa por errores pasados.

6.- La vejez, en esta etapa surge el temor a la vejez, se enfrenta al esfuerzo por adaptarse a esta nueva etapa, debe permitirse intimidad adecuada con la pareja sin

sobre protección ni cargas emocionales muy fuertes, disfrutar de los nietos, aceptar sus nuevas capacidades y limitaciones.

Históricamente las familias mexicanas se han caracterizado por ser familias patriarcales, en las cuales el varón es el responsable de la manutención de los hijos, sin embargo, esta situación esta cambiando, hoy son las madres las que asumen la responsabilidad de la crianza y manutención de los hijos.

Hay familias que viven en forma diferente, ya sea por la ausencia del padre, la madre o ambos, en otras se distribuye la responsabilidad y el buen funcionamiento. En todas las familias surgen diferencias ya sea por no compartir las mismas ideas, intereses necesidades y valores. Esto puede dificultar sus relaciones y crear enojo, molestia o contrariedad entre sus miembros. Reconocer el papel que desempeñan el padre y la madre en la creación de un ambiente de solidaridad familiar permitirá que las futuras relaciones se establezcan sobre bases y valores de respeto, de apoyo mutuo y responsabilidad.

Los conflictos surgen en la interrelación de las personas, por diferencias de interés y sus necesidades familiares, si no se resuelven pueden llevar a la ruptura de los lazos familiares, a la separación de la pareja o a generar situaciones de violencia.

Cabe señalar que un gran número de alumnos que asistían al Centro de Desarrollo Comunitario son mujeres que por el hecho de serlo, su padre no les permitió prepararse por su condición de mujeres y señalando que sólo se dedicarían a tener y educar a sus hijos, al cuidado de la casa, a atender a su marido y por lo tanto no tienen porque estudiar, lo que tienen que aprender es a cocinar, lavar, planchar y cocer y así ser unas buenas mujeres de su casa.

La familia es un grupo social, en el que las personas encuentran cuidado atención y protección, así como la satisfacción de sus necesidades básicas de

alimentación, abrigo, educación y afecto. Sin embargo, se pueden vivir situaciones de desigualdad y violencia que daña y lastima a sus integrantes.

Reconocer que la institución familiar desempeña un papel fundamental en el desarrollo de los factores sociales de los hijos y éstos se encuentran normados por una ideología patriarcal que fomenta una exagerada y funesta dependencia de la mujer hacia el hombre. La mujer aprende desde el propio seno familiar que la única autoridad digna de ser reconocida por ella es la del hombre, ella debe adorar, respetar, servir y obedecer al marido.

Hoy observamos que son las mujeres las más interesadas en aprender, sin embargo, está misma condición de segregación de género les impide apropiarse del conocimiento, consideran no merecer estudiar, no poder hacerlo.

La violencia familiar, una forma de comunicación

El fenómeno de la violencia dentro del ámbito familiar no es un problema reciente, ha sido una característica de la vida familiar en nuestro país, tolerada y aceptada desde tiempos remotos. Sin embargo, desde la década de los 60s se empieza a considerar el fenómeno de la violencia como un grave problema social. En el comienzo de los años 70, la creciente influencia del movimiento feminista resultó decisiva para atraer la atención de la sociedad sobre las formas y las consecuencias de la violencia contra la mujer.

La violencia es un fenómeno social que crece y limita el desarrollo del individuo en lo personal y de la sociedad en general.

Para Gillham (1991) la comunicación y el intercambio de mensajes son permanentes en los seres humanos. Entendiendo que no es sólo lo que hablamos, sino todo lo que hacemos o no hacemos. Silencios, posturas gestos, actitudes, expresiones,

tonos de voz que cambian el sentido de lo que se dice, miradas significativas de una persona como un elemento de poder sobre otros, que le permite controlar la relación e influir sobre las personas para obtener los resultados que desea.

La violencia intrafamiliar es toda acción u omisión realizada por los miembros que conforman el grupo familiar, este puede ser por afinidad, sangre o afiliación y que transforma en agresores las relaciones entre ellos causando daño físico, psicológico, sexual, económico o social a uno o varios de ellos.

El comportamiento violento se aprende a través de los mensajes que los niños y las niñas reciben cotidianamente de los adultos, del medio familiar y social, sobre todo si desde la infancia fueron víctimas o testigos de actos violentos.

Una de las causas de la violencia en la familia, se encuentra en las diferencias que la sociedad impone a las personas según el sexo. Tanto en la sociedad, como en la convivencia familiar, se tienen creencias, ideas, así como formas de pensar que aceptan no sólo la desigualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, sino también, en muchos casos, la violencia contra las mujeres.

Aunque día con día el número de mujeres que trabajan fuera de casa y con su sueldo contribuyen al gasto familiar esto no significa que dejen de hacer los quehaceres del hogar, muchas se hacen cargo de las dos tareas, es decir trabajan doble jornada, esta situación les impide tener otro tipo de actividades, como estudiar o convivir con amistades.

Los conflictos son parte de las relaciones humanas, cada persona o grupo de personas tiene necesidades, intereses e ideas diferente. Cuando una persona o personas sienten que sus necesidades e intereses se ven amenazados, tratan de protegerlos, por lo cual se crea un conflicto.

Tipos de violencia:

Física: Es todo acto que se realiza de manera intencional para provocar daño e el cuerpo de las personas como empujones, bofetadas, golpes de puño, golpes de pies, empujones, rasguños, bofetadas, quemaduras, dientes rotos, fracturas, etc. En ocasiones pueden ocasionar lesiones, alguna discapacidad y hasta la muerte.

Verbal: El maltrato verbal suele ser tan sutil que en muchas ocasiones la víctima no se percata de la situación, así como el victimario no se da cuenta que la está ejerciendo.

Este tipo de maltrato deja heridas muy profundas en quien la recibe y puede llegar a condicionar toda su vida, suelen ser personas inseguras, retraídas, con baja autoestima, con un vacío interno que intenta subsanar de distintas maneras (por ejemplo buscando una pareja que las siga maltratando).

Psicológico: Actitudes que tienen por objeto causar temor, intimidar y controlar las conductas, sentimientos y pensamientos de la persona a quién se está agrediendo comprende amenazas, humillaciones, insultos, ofensas, aislamiento, ridiculización, exigencia de obediencia, descalificaciones, control, entre otros, cuyo daño puede ser más profundo para quienes lo viven.

Sexual: Es cuando una persona busca su satisfacción sexual en contra de otra, a través de caricias, espiarla, obligándola a presenciar actos sexuales u obligarla a prácticas sexuales. El abuso sexual y/o la violación el estupro y el hostigamiento sexual se consideran prácticas de este tipo de violencia.

El abuso sexual, generalmente se comete en contra de los niños (as), adolescentes y adultos mayores, estos pueden incluir tocamientos o caricias que el agresor impone para obtener excitación o placer sexual.

Económica: En este tipo de violencia el agresor hace lo posible por controlar el acceso de la víctima al dinero, por impedirle trabajar de forma remunerada o por obligarla a entregarle sus ingresos haciendo él uso exclusivo de los mismos. La víctima está privada o muy restringida la administración de los bienes.

Las personas que más maltratan son aquellas que poseen baja autoestima, los que tienen antecedentes de maltrato, los que están deprimidos, los que tienen baja tolerancia a la frustración, así como los dependientes del algún estimulante, alcohol, drogas entre otros.

Los testigos y víctimas de violencia presentan altas tasas de depresión y estrés post-traumático. El abuso de sustancias y de alcohol, así como los trastornos de personalidad limítrofe o antisocial incrementa de manera considerable el riesgo de violencia. La violencia y el suicidio se han encontrado relacionados.

2.5. Autoestima

La autoestima como ya mencioné es el juicio de valor personal, que se expresa en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo. Gillham (1991), afirma que la autoestima se precisa como "...la percepción valorativa de mi ser, de mi manera de ser, de quien soy yo, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran mi personalidad"

La autoestima es un concepto, una actitud, un sentimiento, una imagen y está representada por la conducta, es la capacidad de valorar el yo y tratarnos con dignidad, amor y respeto. La autoestima es el juicio que una persona hace respecto a su propio valor. Esta es considerada como la manera como el individuo evalúa su auto imagen, es decir, qué tanto agrado se tiene por el tipo de persona que se considera ser.

Las personas que cuentan con una autoestima buena, adecuada, se sienten bien y a gusto consigo mismas. Se sienten bien con su manera de sentir, de pensar y de actuar con relación a los demás, son capaces de ponerse una buena nota a ella y ellos mismos como personas les producen la suficiente felicidad y bienestar ser como son.

Algunos autores categorizan la autoestima como buena, mala o regular; la sana autoestima es el reconocimiento de lo positivo que tenemos en nosotros mismos y el reconocimiento de aquellos otras cosas o aspectos menos positivos que tenemos o que no funcionan tan bien como desearíamos. Si aceptamos que tenemos aspectos de nuestro comportamiento que tenemos que cambiar, estaremos dispuestos a mejorar y desarrollar la autoestima.

De modo más concreto, la autoestima puede definirse como la conciencia del valor personal que una se reconoce. Se manifiesta por un conjunto de actitudes y de creencias que nos permiten enfrentar el mundo y a las dificultades de la vida. Es una representación afectiva que nos hacemos de nosotros mismos. Es un juicio positivo o negativo para con nosotros mismos refiriéndonos a nuestras cualidades y habilidades.

En la práctica educativa es cotidiano ver que los educandos que cuentan con una autoestima media o alta tienen mayor posibilidad de apropiarse del conocimiento, estos saben que son capaces de aprender mientras que los educandos que cuentan con una autoestima baja difícilmente pueden aprender, se identifican como seres incapaces de apropiarse del conocimiento se asumen como tontos (burros) y no pueden aprender, o

en su defecto, lo aprenden pero rápidamente se vuelve asumir como un ser incapaz de aprender y olvida lo aprendido.

Baja autoestima.- las personas con una baja autoestima se sienten a disgusto consigo misma proyectan en los demás ese estado de insatisfacción personal por no valorarse adecuadamente, como consecuencia de ello se reduce la oportunidad de desarrollarse personal y socialmente.

Gillhan (1991) considera que las causas por las cuales las personas llegan a devaluarse, es por que se comparan con los demás, recalando en éstos las virtudes en las que son superiores, por ejemplo: sienten que no llegan a los rendimientos que otros alcanzan; creen que su vida no tiene una finalidad, un sentido y se sienten incapaces de otorgárselo; sus seres queridos los descalifican y la presencia se reduce a un ser casi sin ser. No comprenden que todas las personas son diferentes, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás.

Este autor considera que la persona va creciendo y formando su personalidad dentro del ambiente familiar, que es el principal factor que influye en la formación de la misma, ya que adopta de ésta los valores, reglas y costumbres, aunque a veces suelen ser desfavorables.

Satir (1993) supone que cuando la gente siente que vale poco, espera el engaño, el maltrato y el desprecio de los demás; esto la abre a la posibilidad de convertirse en víctima. Cuando alguien espera lo peor, baja la guardia y permite que lo peor suceda. Para defenderse, tendrá que ocultarse detrás de un muro de desconfianza y hundirse en la terrible sensación de soledad y aislamiento. Afirma que al verse separado de los demás, se vuelve apático, indiferente hacia sí mismo y quienes lo rodean. Una persona con baja autoestima experimentara muchos éxitos, pero siempre le asaltará la duda de su verdadero valor.

Algunos de los aspectos mencionados se incorporan en la familia, por medio de modelos y actitudes que la sociedad presenta y son asimilados por todos los grupos sociales. Por lo que la personalidad de cada uno no sólo se forma a través de la familia, sino también, con lo que se cree que los demás piensan de ella y con lo que piensa ella de sí misma, al salir de este ambiente y relacionarse con personas de otro grupo diferente.

A continuación se presentan los indicadores más comunes de una baja autoestima. Según, Humpreys (1999).

- Altamente dependiente
- Se censura a sí misma
- Se siente abandonada
- No se siente bien consigo misma
- Tiene complejo de inferioridad
- Es temerosa de las nuevas situaciones
- Es incapaz de entablar relaciones íntimas y duraderas
- Se ve a sí misma como no merecedora de afecto
- Culpa a los demás y es incapaz de admitir sus propias debilidades
- Se rechaza a sí misma
- Reprime sus sentimientos, es peligrosamente agresiva y violenta
- Se siente fácilmente herida en sus sentimientos
- Se siente continuamente infeliz
- No admite cumplidos o información positiva
- Crea resistencia al cambio, teme a los errores y al fracaso
- Se avergüenza de sí misma
- Cree que la vida no vale la pena vivirla
- En lo que a la vida de los demás se refiere muestra implicación exagerada o un acusado desentendimiento

- Trata constantemente de probarse a sí misma
- Con tendencia a la ansiedad y depresión
- Se siente culpable de sus propias experiencias placenteras
- Tiene miedo a ser rechazada, es posesiva con los demás

Mediana autoestima las personas que cuentan con una mediana autoestima se sienten mal con su persona, se comparan con los demás, sabe que hay cosas que puede y otras que no puede hacer.

Gillhan, Satir y Humpreys consideran que la persona va creciendo y formando su personalidad en el seno familiar, es esta la familia, la formadora de la autoestima, ésta formará al individuo para que se acepte así mismo con sus carencias y fortalezas.

Las personas con mediana autoestima son altamente dependientes temerosas, inseguras tienden a complacer a la gente sin importar poner en riesgo su integridad, son incapaces de tomar decisiones por sí mismas, tienen cosas buenas y malas, culpan a los demás de sus errores, están en constante competencia con los demás, se comparan con los demás, envidian y se justifican ante el mundo. Académicamente se reconocen como estudiante regular, con carencias educativas sin embargo dedicada.

A continuación se presentan los indicadores más comunes de una mediana autoestima. Según Humpreys (1999)

- Moderado grado de optimismo
- Dispuesta a aceptar alguna crítica
- Temerosa de las situaciones nuevas
- Reacia a buscar apoyo, consejo, etc.
- Proclive a complacer a la gente
- Buscadora de aprobación

- Dependiente de los demás
- Ve en la oposición una amenaza
- Suele expresar algunos sentimientos
- Es conformista
- Ingenua
- Sentimiento general de insatisfacción
- Inclined a culpar a los demás
- Suele negar la existencia de problemas
- Insegura de sus relaciones interpersonales
- Dada a compararse con los demás
- Suele negar la existencia de problemas
- Insegura en sus relaciones interpersonales
- Dada a compararse con los demás
- Siente envidia del éxito ajeno
- Crítica de sí misma y de los demás
- Algo descuidada en cuanto a su nivel físico
- No tolera la frustración
- Es sumisa o inflexible
- Tiene escasa autoestima
- Es perfeccionista
- Tendencia a la preocupación y a la ansiedad

Alta autoestima. Satir (1993) menciona que las personas que tienen una elevada autoestima tienden a la integridad, sinceridad, responsabilidad, compasión el amor y la competencia. estos tiene la sensación de ser importantes, fe en su competencia, reconocen que necesitan ayuda de los demás y pueden pedirla, tienen confianza en tomar sus propias decisiones y a la larga sólo cuentan con sus capacidades, pueden respetar el valor de los demás, transmiten confianza y esperanza.

Gillham (1991) señala que no se habla de una alta autoestima, sino del narcisismo o de una buena autoestima. Entendiendo el narcisismo como el amor excesivo hacia uno mismo, de lo que piensa, de lo que hace, de cómo es, de cómo se viste, etc., pero no del individuo por sí mismo, sino de la imagen que tienen de ellos. Alguien con una buena autoestima no necesita competir, no se compara, no envidia, no se justifica por todo lo que hace, no actúa como si pidiera perdón por existir, no cree que está molestando o haciendo perder el tiempo a otros, se da cuenta de que los demás tienen sus propios problemas en lugar de echarse la culpa por ocasionar molestias.

Al respecto considero que hay una gran diferencia entre una persona con alta autoestima y una persona narcisista, creo que la diferencia radica en que la primera es una persona segura de sí misma, pero flexible al considerar que tiene tantas cosas buenas como cosas malas; en cambio el narcisista es una persona rígida que se piensa como perfecta, lo que lo lleva a desvalorizar a los demás y de acuerdo con Satir eso hacen las personas con baja autoestima. Considera que el sentimiento de valía sólo puede florecer en un ambiente en el que puedan apreciarse las diferencias individuales, donde el amor se manifieste abiertamente, los errores sirven de aprendizaje, la comunicación es abierta, las normas flexibles, la responsabilidad (compagina las promesas con el cumplimiento) es moderada y practica la sinceridad.

A continuación se presentan los indicadores más comunes de una alta autoestima. Según, Humpreys (1999)

- Independiente
- Abierta y espontánea
- Optimista de la vida como un excitante reto
- Flexible
- Dispuesta a establecer una comunicación directa y clara
- Se acepta a sí misma y a los demás

- Respeta y valora las discrepancias ajenas
- Acepta la crítica y la retro información adversa
- Tolera las frustraciones
- Físicamente es sana
- Tiene auto confianza y se valora a sí misma
- Solicita apoyo, consejo, ayuda cuando lo necesita
- No es conformista
- Es capaz de expresar todos sus sentimientos
- Soluciona problemas
- Tiene un concepto realista como una oportunidad para adquirir fortaleza
- Alentadora de sí misma y de los demás
- Emocionalmente madura
- Protege y cuida a los demás

La familia como formadora de autoestima.

La violencia familiar era considerada como un fenómeno poco frecuente, catalogado socialmente como algo normal, en el sentido de que era atribuido a personas con trastornos patológicos. Sin embargo, Guillham y Humpreys (1991) demuestran que la formación cultural apoyada en valores contribuye a la formación de mitos, creencias y estereotipos firmemente arraigados en la sociedad.

De esta manera la familia es un medio propicio para la emergencia de conflictos entre sus miembros, pues las diversas etapas evolutivas por las que atraviesa la familia favorecen el surgimiento de diferentes y sucesivos tipos de conflictos que se pueden agudizar por la estructuración inadecuada del núcleo familiar, recayendo así en las

personas más vulnerables, por ejemplo la mujer, los niños, los ancianos y discapacitados; perjudicando de esta manera su esfera cognitiva, afectiva y por consecuencia social. La violencia la podemos definir como cualquier tipo de agresión que produzca algún daño emocional, físico, sexual, psicológico, de algún miembro de la familia sobre otro.

La violencia familiar existe en muchos hogares y se vive de manera oculta o en secreto. Algunas personas se acostumbran a vivir situaciones de agresión y aprenden a resistirla, sin darse cuenta del daño físico y emocional que le produce a ella y al resto de la familia.

La familia brinda las bases para la identidad de las personas, es decir, la imagen o concepto que cada integrante de esta tiene de sí mismo. La violencia en todas sus formas es una forma de comunicar algo que se quiere lograr, el dominio de la situación y el control sobre los demás, así se sienten impotentes, como una forma de obtener atención, por lo que repiten lo que les hicieron de pequeños. También son ellos (los victimarios) incapaces de manifestar sus sentimientos, sus emociones, carecen de habilidad para conversar y lograr acuerdos, en conclusión, tienen un grave problema de comunicación y necesitan imponerse para sentirse poderosos y compensar su baja autoestima.

En la violencia familiar las víctimas y el victimario poseen muy baja autoestima, ya que por un lado, la víctima es alguien a quien maltratan sin que ésta pueda poner límites y no se da cuenta de que está siendo abusada. Por otro lado, los victimarios compensan lo inferior que se sienten, maltratando y abusando en este caso de la familia.

La autoestima es aprender a querernos y respetarnos, es algo que se construye o reconstruye por dentro. Esto depende del ambiente familiar en el que estamos y los estímulos que éste nos brinde, es posible que las familias conflictivas tengan

sentimientos de inutilidad, mala comunicación, reglas inflexibles, críticas por sus diferencias, castigos por los errores y sin experiencia alguna en el aprendizaje de la responsabilidad.

Satir (1993) menciona dos clases de sistemas, que permitirán entender la importancia de la interacción en la familia y la importancia como formadora de la autoestima. Estas son: el *abierto* y el *cerrado*. La principal diferencia de estos estriba en la naturaleza de sus respuestas al cambio, tanto interior como exterior.

En un sistema cerrado las partes tienen una conexión muy rígida o se encuentran desconectadas por completo; en cualquier caso la comunicación no fluye en las partes o del exterior hacia adentro y viceversa. Cuando las partes se encuentran desconectadas, a menudo conservan un aspecto de funcionalidad: la información escapa aun que no lleva dirección, No hay límites. En cambio un sistema abierto lo considera como aquel en el que partes están interrelacionadas responden y son sensibles a las demás, y permiten que la información fluya entre el ambiente interno y externo.

La autoestima y la comunicación aunada a las reglas y creencias, son los ingredientes que conforman el sistema familiar, son características del sistema abierto y propiciar el desarrollo de los miembros de la familia.

Por la importancia de este aspecto dentro del grupo de mujeres con el que trabajé, habiendo detectado las condiciones de violencia en las cuales se encontraban inmersas a través de diversas pláticas con ellas, se tomó la decisión de programar un taller de autoestima que les permitiera superar estas problemáticas, con el apoyo de la psicóloga Diana Ramos Reyes, quien organizó el taller de autoestima para atender las necesidades detectadas en el grupo, en ese momento ella colaboraba en el Centro de Desarrollo Comunitario dando terapia psicológica a quienes lo solicitaran.

El apoyo de la Psicóloga Diana Ramos era incondicional, organizó el taller, planteo la temática de cada una de las sesiones, participo activamente en la elaboración de materiales didácticos, proporcionaba asesoría psicológica a los niños de regularización que asistían al Centro de Desarrollo Comunitario, cabe señalar que en algunas sesiones las participantes del taller llegaron con café, galletas, bocadillos.

CAPÍTULO TERCERO. La experiencia educativa con mujeres adultas

El taller de autoestima

Tomando en cuenta el papel fundamental de la familia en la educación y desarrollo integral de los hijos, así como en la formación de bases sólidas, es muy importante concientizar a las madres y padres de familia que son estos los responsables de la educación de los hijos; mediante programas educativos en los que se aborden temas como la autoestima si ellos están bien su familia estará bien, podrán aprender y terminar su educación básica y así mejorar sus condiciones de vida, apoyar a sus hijos fomentar en ellos valores cívicos, éticos, guiar a sus hijos en temas como sexualidad, adicciones, entre otros.

Para transformar nuestro entorno, tenemos que concientizar a nuestros jóvenes y adultos que ellos sentarán las bases del cambio desde el núcleo familiar, es menester formar hombres y mujeres consientes y comprometidos con la transformación de la familia, la comunidad y en general el país.

Al elevar en los jóvenes y adultos la autoestima, mejorará su nivel de aprovechamiento en sus estudios básicos, poder mejorar sus condiciones de vida obteniendo un mejor trabajo, por ende un mejor salario.

Tomando en cuenta que la familia está en constante desarrollo, en un aprendizaje permanente, dinámico y dialéctico, en el que la convivencia es elemento fundamental en el desarrollo de la salud emocional, la educación y el éxito escolar de sus miembros, elevando su autoestima se propiciará un desarrollo sano a nivel individual, grupal y social.

3.1. Justificación del taller de autoestima

En el Centro de Desarrollo Comunitario se desarrollaban diversas actividades educativas y de esparcimiento, dirigidas a los miembros de la organización político social UBADEZ y a la población en general que decidía incorporarse a las actividades que se desarrollaban, como tejido, bordado en listón, repujado, gelatina artística, regularización para niños, tahitiano, teatro, cursos de verano, entre otras actividades.

A este lugar asistían personas interesadas en concluir su educación primaria o secundaria, algunas otras deseaban aprender a leer y escribir, este hecho nos motivó a formar un grupo y solicitar apoyo al Instituto Nacional de Educación para los Adultos (INEA). Se estableció el círculo de estudios No. 057 la característica principal de este grupo de personas es el haber tenido que abandonar su educación básica por diversos problemas, en algunos otros casos no haber podido asistir a la escuela, se integran al sistema abierto como única posibilidad de conseguir un certificado para poder obtener un mejor trabajo y mejorar sus condiciones de vida.

Lo anterior permite explicar que un buen número de jóvenes adultos asistía al círculo de estudio para obtener su certificado de estudios, otros lo hacían por el placer de estudiar y aprender, querían aprender a leer y escribir, a sumar, restar, multiplicar y dividir, otros quieren leer historias fantásticas que los transporte a mundos maravillosos a los que ellos no tienen acceso, estos estudiantes suelen ser los más valiosos porque le ponen mucho empeño a su proceso educativo, siendo cumplidos, puntuales y motivados, no les interesa obtener un certificado, sólo quieren aprender.

Cabe señalar que un número importante de la población que asiste al Centro de Desarrollo Comunitario son mujeres y aunque son las más interesadas en aprender y obtener un certificado que avale sus conocimientos, en ocasiones su problemática personal, como la segregación de la cual son víctimas, el maltrato físico y psicológico al

que han sido o siguen siendo víctimas, su baja autoestima, les limita su aprovechamiento académico.

Estas mujeres se perciben como seres incapaces de aprender, de no contar con la capacidad de apropiarse del conocimiento, el haber sido señaladas en la infancia, las limita en su rendimiento escolar, cuando llegan al círculo de estudio se dedican a platicar buscando la solución a la problemática que viven a través del desahogo con las demás, que lamentablemente viven lo mismo o muy parecido.

Una vez detectada la problemática del grupo mediante la observación y tras diversas pláticas sostenidas con las integrantes del círculo de estudios, tanto en forma individual como en forma grupal, se tomó la decisión de elaborar un taller de autoestima, basándonos en las necesidades expresadas.

Algunas de las situación identificadas fueron las siguientes: la discriminación de género, poco interés de la familia por enviarlas a la escuela, diversos problemas familiares, baja autoestima, poca o nula retención, poca o nula participación en clase, así como abandono de su proceso educativo.

Para desarrollar el taller de autoestima me coordiné con la psicóloga Diana Ramos Reyes, quien elaboró el programa, participó como ponente en algunos temas que requerían ser tratados por un profesional, así como observadora en algunas sesiones, el apoyo que nos brindó Diana fue fundamental para llevar a buen fin el taller.

El taller conto con 25 sesiones (seis meses), dio inicio el 4 de marzo y concluyó el 27 de agosto de 2005: una sesión por semana los días jueves, con duración de dos a; tres horas de acuerdo a las necesidades de la sesión.

En un inicio el taller se había planteado para las alumnas del círculo de estudios No. 57, sin embargo se tomó la decisión de invitar a la comunidad del Centro de Desarrollo Comunitario, así como población en general.

Para dar a conocer el taller de autoestima se elaboraron carteles informativos en los que se indicaba la fecha de inicio, días y hora del taller, se pidió a las maestras que desarrollaban alguna actividad en el centro que informarían a sus alumnas del inicio de éste. Cabe mencionar que no tuvo costo para las participantes.

Se inscribieron al taller 25 mujeres y dos hombre. Los caballeros eran esposos de dos de las participantes, los cuales en la segunda sesión se llevaron a sus esposas y no las dejaron continuar en el taller, de hecho dejaron de asistir al Centro de Desarrollo Comunitario por más de un mes, posteriormente se incorporaron a sus actividades en éste.

En el taller se les ofrecía café o te a las participantes, unas de ellas cooperaban con galletas, otras llevaban vasos, gelatinas, servilletas entre otras aportaciones, se creó un ambiente agradable en el taller.

Algunos esposos de las participantes cuando la sesión se prolongaba esperaban a sus esposas afuera, algunos enojados por que éstas se tardaban y sobre todo por que estaban cambiando las cosas en sus hogares, ya no se dejaban, otros estaban contentos con los cambios que éstas manifestaban. En una ocasión el esposo de una de las participantes llegó muy enojado, como a las 7 de la noche, estábamos en plena sesión, discutió con la psicóloga argumentando que no le gustaba que su esposa le contestara y le cuestionara algunas situaciones, ella era muy tranquila y ahora tenemos

muchos problemas, qué le están diciendo, por qué me la están cambiando, si éramos muy felices y ustedes le están envenenando el alma, Diana le pidió que se tranquilizara, lo llevó a otro lado y platicó con él, sin embargo al salir de la plática con la Psicóloga se llevó a su esposa y ésta no regreso al taller.

Dos de las participantes a mediados de junio dieron las gracias, comentaron que el asistir al taller les traía problemas con sus esposos, preferían seguir con ellos, aunque las maltrataran, ¿quien les ayudaría a mantener a sus hijos?, no querían más problemas y no regresaron al taller, concluimos el taller con 20 participantes.

Durante la elaboración de este trabajo para titulación, la búsqueda de materiales para el sustento teórico, me permitió reconocer que la participación de la Psicóloga Diana Ramos Reyes fue fundamental su apoyo profesional acompañó este proyecto educativo, dándole la dirección que requería, me asesoro temáticamente y con muchas ideas que pude poner en practica; en ocasiones podemos tener toda la intención de ayudar a nuestros educandos, pero si no estamos capacitados para hacerlo nuestra participación puede ser negativa. Me di cuenta que la violencia familiar en ocasiones es tan sutil que no la percibimos, no sólo somos víctimas sino también victimarios, esto lo aprendimos en el ceno familiar y lo seguimos reproduciendo por no estar consientes de esta situación.

Los objetivos planteados en el taller son:

1. Contribuir en la transformación de la percepción que las mujeres tienen de sí mismas
2. Optimizar el aprovechamiento académico de las participantes para que obtengan su certificado de estudios básicos
3. Favorecer la decisión de continuar su proceso educativo a nivel medio superior

En términos generales el taller facilitó el proceso educativo de la mayoría de las participantes, dijeron que ya no se percibían como seres inútiles y que entendían que todas las personas contamos con fortalezas y debilidades, que ya no permitirían que su pareja las maltratara; quienes no habían concluido su educación básica, resolvieron incorporarse al círculo de estudios para iniciar su proceso educativo, quienes tenían secundaria decidieron continuar sus estudios a nivel medio superior.

El taller fue gratificante y en algunos momentos, difícil para las participantes; para Diana y para mí de gran satisfacción en el manejo de los temas, indudablemente hubo algunas dificultades que pueden superarse como considerar la invitación a especialistas como ponentes, modificar algunos temas, así como desarrollar temas que en su momento no fueron tomados en cuenta, como sobre salud de la mujer y prevención de enfermedades de transmisión sexual entre otros.

El respeto al horario es otro aspecto a cuidar por que las sesiones no se excedan en duración debido a que el retraso conflictuó a las asistentes.

3.2. TALLER DE AUTOESTIMA. Estructura del taller.

Núm. Sesión.	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
Nombre que se le dio a la sesión.	Es el cambio de conducta que se busca propiciar en cada una de las integrantes del grupo.	Es la información que permite dar secuencia a los temas recordando brevemente la reunión anterior.	Es la explicación enriquecida de dicho tema al grupo, misma que durará 25 ó 30 minutos.	Es la parte más importante de la reunión, misma que deberá durar 50 ó 60 minutos aproximadamente. Por medio de las diferentes técnicas o actividades que se generen. Conocemos más al grupo, reforzamos el conocimiento, hacemos la reunión más amena, agradable y ágil, permiten también Evaluar si el tema se entendió.	Es la conclusión del tema tratado en cada sesión. Esta conclusión la hacemos la psicóloga y su servidora.

Sesión 1	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
Autoconocimiento	Esta actividad permite crear un ambiente agradable y acogedor, así como un clima de confianza y de respeto dentro del que cada uno de los participantes expresará libremente sus ideas y sentimientos.	Con esta actividad se pretende que las participantes identifiquen las etiquetas que han adquirido a lo largo de la vida y que las limitan en su crecimiento personal debido a que las han hecho parte de ellas.	Identificar mis fortalezas y debilidades como persona. Permitirá modificar esa parte negativa o esa debilidad que no me permite ser un ser íntegro e interesada en mi superación personal.	Formar parejas, se extiende el papel bon sobre el suelo, uno de los participantes se acuesta sobre el papel y el otro marca su silueta, repetir el procedimiento en otro papel con la silueta de la otra integrante. En la parte de afuera de la silueta se anotarán las etiquetas que han adquirido a lo largo de la vida y en la parte interior de la silueta se anotarán cualidades que se quieren adquirir.	Esta actividad permite crear un ambiente agradable y acogedor, así como un clima de confianza y de respeto en el que cada uno de los participantes expresará libremente sus ideas y sentimientos.

Por razones de espacio se obvió el contenido del tema, el cual esta escrito y fue presentado discursivamente ante el grupo.

Resumen	Técnicas o actividades	Exposición del tema	Introducción	Objetivo	Sesión 2
Superarse es crecer de forma integral, continúa y sin límites, en todos los aspectos de nuestro ser. No se trata de querer ser mejor en todo al mismo tiempo, sino por medio de propósitos simples ir formando hábitos que nos vayan superando.	Se dividirá al grupo en equipos de cuatro o cinco personas y se les dará una cartulina, un pegamento, tijeras, revistas y plumones. A cada equipo también se le dará una frase distinta (de las mismas vistas en la reunión) para que la ilustren.	Superarse es crecer, desarrollarse en forma continua y sin límites, de manera integral. Todo ser humano es perfectible, es decir, capaz de mejorar, de desarrollar todas sus capacidades innatas. Todas estas capacidades están en potencia, o sea que están esperando para ser desarrolladas. Tenemos el derecho y la obligación todos, de ser más y mejores como personas.	El ser humano es capaz de aprender en el lugar donde esté, con sus propias limitaciones, ambiente social y estado (estudiante, hijo, madre, profesionista) en que se encuentre. Platícar alguna experiencia donde se note un esfuerzo por mejorar en la que se hayan vencido obstáculos.	Que las participantes del taller comprendan la importancia de la superación personal y se convencen de luchar por alcanzarla.	Aprendemos todos los días de nuestra vida
El aprendizaje es una carrera consigo mismo, que dura toda una vida.	Al finalizar el tiempo cada equipo pasará a explicar su cartelón al resto del grupo y se concluirá con las ideas más importantes del tema				

Sesión 3	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
Aspectos de la superación personal	Que las participantes comprendan que, igual que en el aspecto externo, se puede mejorar a detalle en el aspecto interno.	Durante esta semana hacer un análisis de mi persona y ver en qué es lo que más necesito mejorar.	Se puede mejorar en todos los aspectos de la existencia: aspecto físico, afectivo, social, económico, estético, intelectual, moral y espiritual. Está constituido por estos ocho aspectos; por esta razón no debe descuidar ninguno de ellos. Es en este intento de mejorar, como puede lograr la madurez y el equilibrio.	Se dividirá al grupo en equipos, se le asignará a cada equipo uno de los ocho aspectos que analizamos en la reunión y se les pedirá que piensen en tres ideas importantes relacionadas con el aspecto que les tocó. Al finalizar (después de diez min.). Cada equipo dará sus ejemplos y se sacarán las conclusiones finales.	La superación del ser humano debe ser armónico, equilibrado, involucrando todos los aspectos de la persona. Estos aspectos son ocho: físico, social, económico, estético, intelectual, moral, afectivo y espiritual. Todos son importantes para lograr la madurez.

Resumen	Técnicas o actividades	Exposición del tema	Introducción	Objetivo	Sesión 4
<p>La superación del hombre debe ser armónico, equilibrado, involucrando todos los aspectos de la persona. Estos aspectos son ocho: físico, social, económico, estético, intelectual, moral, afectivo y espiritual. Todos son importantes para lograr la madurez.</p>	<p>Se dividirá al grupo en equipos, se le asignará a cada equipo uno de los ocho aspectos que analizamos en la reunión y se les pedirá que piensen en tres ideas importantes relacionadas con el aspecto que les tocó. Al finalizar (después de diez min.). Cada equipo dará sus ejemplos y se sacarán conclusiones.</p>	<p>El hombre se puede mejorar en todos los aspectos de su existencia: físico, afectivo, social, económico, estético, intelectual, moral y espiritual. El hombre está constituido por estos ocho aspectos; por esta razón no debe descuidar ninguno de ellos. Es en este intento de mejorar en cada aspecto, como puede lograr la madurez y el equilibrio.</p>	<p>Revisar los resultados de la reunión anterior, cómo se sintieron durante la semana.</p>	<p>Que las participantes comprendan que, igual que en el aspecto externo, se puede mejorar a detalle en el aspecto interno.</p>	<p>Aspectos de la superación personal (continuación)</p>

Sesión 5	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
La cortesía	Lograr que las participantes se convezan de todos los resultados favorables que trae el buen trato hacia los demás.	Revisar los resultados de la reunión anterior. Hablar de las diversas actividades y comportamientos corteses que adoptamos con los demás: con familiares, vecinos, amistades y desconocidos.	Debemos considerar como fundamento de la formación del ser humano la frase tan conocida: "No hagas a otro lo que no quieras para ti". Esto es lo más importante: tratar a los demás como queremos que nos traten a nosotros mismos. El ser humano es racional que convive con los demás en una sociedad que se comporta conforme a normas y leyes para el bien de todos.	Hacer un socio drama o representación teatral con algunas de las participantes, en el que se representen actitudes de cortesía y descortesías. Que el resto del grupo analice tanto lo positivo como lo negativo de las mismas.	La convivencia con los demás está basada en el respeto a la dignidad humana. La cortesía es la muestra básica de este respeto que facilita las relaciones humanas, nos enriquece y hace la vida más placentera y alegre.

Sesión 6	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
La alegría	Despertar en las asistentes el entusiasmo por todo lo que les rodea.	Revisar los resultados de la reunión anterior y cómo se sintieron durante la semana.	Existen falsas alegrías: la alegría ruidosa. La alegría inventada de aquél que trata de huir de su propia conciencia "la risa agria del que se burla". Es un estado de ánimo nacido del optimismo por algo positivo que les pasa a los demás o a nosotras mismas. La alegría llega por vivir y actuar rectamente.	Hacer un DISCOFORUM Se dividirá al grupo en equipos y se les pondrá la canción "Oye, abre tus ojos..." (Canta Franco). Cada equipo apuntará las frases que más le gusten y al finalizar se expondrán las ideas de cada equipo.	La alegría es un estado de ánimo nacido del optimismo, se contagia y le da a nuestra vida felicidad. Se manifiesta a través de la sonrisa y el buen humor. Refleja paz interior y nos da fortaleza.

Sesión 7	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
El diálogo	Que las participantes lleguen a convencerse de que se tienen que dar tiempo para dialogar con las personas más cercanas a ellos: padres, hermanos, esposo (a), hijos, amigos, etc.	Revisar los resultados de la reunión anterior y cómo se sintieron durante la semana.	El diálogo es muy necesario, es la única manera de conocernos unos a otros. Si queremos lograr la unidad con los que nos rodean, hay que comunicar lo que pensamos, lo que sentimos, lo que nos pasa. Iremos amando a los demás en la medida en que los vayamos conociendo, y la única manera de conocerse es dialogando, comunicándonos.	Hacer lluvia de ideas en la que el grupo diga las ocasiones en que se podría aprovechar para entablar un diálogo con la familia. Tomar notas en el pizarrón o en una cartulina todas las ideas y al terminar la sesión hacer un resumen con las notas. Jugar al teléfono descompuesto para comprobar que no siempre comprendemos lo que nos dicen.	El diálogo es el medio por el cual los seres humanos nos abrimos a los demás compartiendo nuestros pensamientos, sentimientos, emociones, planes, etc. Dialogando arreglamos nuestras diferencias y siempre y cuando sea la inteligencia, no las emociones las que nos dirijan.

Sesión 8	El sentido de la responsabilidad	Objetivo	Que las participantes se den cuenta de que el ser humano es el constructor de su propia vida y que todos sus actos repercuten en los demás.	Introducción	Hacer un breve resumen del tema anterior.	Exposición del tema	El ser humano por naturaleza es un ser social y por ello sus actos repercuten en todo lo que le rodea. Nadie puede ser bueno o malo. Sucede con nuestra vida como una piedra que cae en un estanque: su impacto no sólo afecta al punto donde cayó sino que va formando ondas concéntricas que van y vienen hasta que abarcan toda la superficie del agua.	Técnicas o actividades	Que las participantes, divididas en equipos piensen cinco ejemplos de la vida diaria en los cuales cumplieron con su deber así como describir como se sintieron haciendo lo contrario. Al finalizar, cada equipo dirá sus ejemplos y sacarán conclusiones.	Resumen	El hombre es un ser social y sus actos repercuten en el mundo que lo rodea, tiene un destino, una misión individual y única. El hombre vale por lo que es y no por lo que tiene. La persona no nace responsable sino que se hace, con la educación, el ejemplo y el esfuerzo continuo.
----------	----------------------------------	----------	---	--------------	---	---------------------	--	------------------------	--	---------	--

<p>Sesión 9</p> <p>Desarrollar al máximo nuestras facultades</p>	<p>Objetivo</p> <p>Hacer sentir a las participantes la necesidad de desarrollar y aprovechar lo más posible sus conocimientos y habilidades.</p>	<p>Introducción</p> <p>Hacer un breve resumen del tema anterior.</p>	<p>Exposición del tema</p> <p>Todos al nacer tenemos las bases para aprender y desarrollar nuestras habilidades. A medida que vamos avanzando en el desarrollo vamos depurando y diferenciando aquello que más nos gusta hacer. Si la persona sigue por este camino y cada vez se desempeña mejor, se sentirá más a gusto consigo misma y servirá mejor a los demás.</p>	<p>Técnicas o actividades</p> <p>Dividir al grupo en equipos y pedirles que piensen en tres ejemplos típicos de falta de interés por superarse y en otros tres de personas que hayan luchado mucho por lograrlo. Al finalizar, cada equipo dirá sus ejemplos y se hará la conclusión final. Pasar la película "Bonnie Console" (la mujer que nació sin brazos) y analizar su superación en los ocho aspectos.</p>	<p>Resumen</p> <p>Nacemos con ciertas habilidades, es decir con cosas que se nos facilitan, nos atraen, y así poco a poco vamos conociendo nuestra vocación, nos vamos desarrollando al máximo y contribuimos al desarrollo de nuestro medio. Los bloqueos contra el desarrollo son: La apatía, la pereza, la inseguridad, el miedo.</p>
--	--	--	--	---	--

Sesión 10		Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
Desarrollo de la inteligencia	<p>Crear en las participantes el interés de aprender, estudiar y ampliar su cultura como un camino para superarse.</p>	<p>Hacer un breve resumen del tema anterior.</p>	<p>La inteligencia es la facultad de conocer, comprender mediante la creatividad. La capacidad de resolver problemas, enfrentarse a situaciones nuevas, comunicar a los demás sus ideas y pensamientos, sacar provecho de la experiencia pasada, todo esto es manifestación de una conducta inteligente.</p>	<p>Pedir voluntarios en el grupo y decirles que hagan una dramatización en la que se vea a una persona que por su voluntad para estudiar ha triunfado y otra en la que se vea lo contrario. Se puede contar la historia de Don Benito Juárez.</p> <p>Al finalizar, se juzgarán los casos expuestos y se sacarán conclusiones.</p>	<p>La inteligencia es la capacidad para pensar de un modo razonable.</p> <p>En la vida se aprende de tres formas:</p> <p>1.- De los libros, por ejemplo en las biografías, analizar qué me gusta para enriquecerme como persona.</p> <p>2.- De las personas que te rodean.</p> <p>3.- De las circunstancias de tu vida.</p>

Sesión 11	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
El hábito de la lectura	Lograr que las participantes entiendan la importancia de formar el hábito de la lectura tanto en ellos mismos como en los que los rodean.	Hacer un breve resumen del tema anterior.	El hábito que más nos ayuda a superarnos es la lectura. Acostumbrarnos a leer es abrirnos una puerta a mundos nuevos maravillosos que de otra forma no podríamos conocer. Nuestra imaginación se libera y encontramos así, una fantástica vía de escape a nuestras tensiones diarias. Hay que fomentar en las personas desde pequeños la lectura.	Leer en voz alta un capítulo sencillo (por ejemplo: "El juego de la vida y cómo jugarlo", "El vendedor más Grande del Mundo" o "El Milagro más Grande del Mundo" o "El Profeta" de Gibrán, etc.) y en equipos darles una copia de un párrafo del mismo libro o de un periódico, revista, etc., y enseñarles a subrayar lo importante. Al finalizar cada grupo expondrá sus ideas.	Desarrollar el hábito de la lectura es una condición para lograr la superación. Nuestro vocabulario e ideas se enriquecerán haciendo nuestra conversación más fluida e interesante.

<p>Sesión 12</p> <p>Formación del carácter</p>	<p>Objetivo</p> <p>Que las participantes comprendan que como seres humanos libres tenemos la capacidad de formar nuestro carácter.</p>	<p>Introducción</p> <p>Hacer un breve resumen del tema anterior.</p>	<p>Exposición del tema</p> <p>Cada mujer tiene su propio valor; una persona que se afirma plenamente en sus cualidades tiene carácter. El carácter es la marca o sello que individualiza a alguien y se forma teniendo como materia prima el temperamento, las influencias ambientales y la educación.</p>	<p>Técnicas o actividades</p> <p>Que en equipos contesten las siguientes preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué es lo más importante para formar el carácter? 2. ¿Qué fuerzas influyen en la formación del carácter? 3. ¿Qué es un hábito? <p>Al terminar, comentarlas con todo el grupo y sacar conclusiones.</p>	<p>Resumen</p> <p>El carácter es la marca o sello que individualiza a algo o alguien.</p> <p>Debemos formar nuestro carácter; la voluntad será nuestra principal ayuda.</p> <p>La imitación y el hábito son dos fuerzas que también nos influyen.</p> <p>El carácter es la conquista de nosotros mismos.</p>
--	--	--	--	--	--

Sesión 13	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
La madurez	Dejar claro en las participantes que la madurez es el desarrollo de todas las potencialidades del ser humano que lo lleva hacia una mayor integración y armonía con su entorno.	Hacer un breve resumen del tema anterior.	La madurez es el punto en el que se desarrollan al máximo todas las potencialidades y se conjugan para alcanzar la mayor armonía posible. Los diferentes aspectos que el ser humano necesita ir desarrollando para madurar son: <ul style="list-style-type: none"> • Aspecto físico. •Aspecto emocional. • Aspecto intelectual. • Aspecto espiritual. 	Que las participantes se dividan en equipos y discutan cuáles son las cualidades que ven en las personas maduras. Al finalizar esto, pasará una persona de cada equipo a exponer sus conclusiones.	La madurez es lograr la mayor armonía entre los diferentes aspectos que nos forman: físico, emocional, intelectual y espiritual. Todo esto nos llevará a un equilibrio entre nuestra razón y nuestra emoción, entre nuestra cabeza y nuestro corazón. La madurez es algo que, con esfuerzo, vamos logrando y nos lleva a una superación constante.

Sesión 14		Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
La madurez (continuación)	Que las participantes tengan una visión clara del valor de actuar con madurez ante los problemas que implica la existencia.	Hacer un breve resumen del tema anterior.	Las situaciones van a estar presente a lo largo de nuestra vida, podemos decir que una persona es madura cuando al presentarse una situación que altera su armonía puede elegir la respuesta adecuada ante estas situaciones procurando una conducta que salvaguarde su armonía interna en sus relaciones interpersonales.	Que las participantes, en equipos, piensen en ejemplos de personas que les recuerden, por la manera como actúan, algunos de los puntos que se analizaron en clase. Al finalizar, cada equipo contará sus experiencias sin dar nombres.	Cuando nuestra manera de ser nos haga sentir felices y hagamos felices a los demás, podremos decir que estamos logrando la madurez. La madurez se hace presente en diferentes circunstancias de la vida. Si sabemos reaccionar positivamente y aprender de los fracasos, viviremos mejor y seremos más felices.	

Sesión 15	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
El hogar	<p>Que las participantes reflexionen cómo ha influido su hogar en su personalidad.</p> <p>Que las participantes piensen en sus actitudes respecto a la armonía dentro de su hogar.</p>	<p>Hacer un breve resumen del tema anterior.</p>	<p>La palabra hogar significa "lugar de fuego". Es el sitio donde el hombre encuentra verdadero calor humano; donde va estructurando su personalidad y definiendo su carácter, donde se siente protegido y seguro, al que le unen lazos de afecto.</p>	<p>Dividir al grupo en equipos que hagan un cartelón en el que se ilustren los principales aspectos que hacen un hogar agradable. Al finalizar pasará cada equipo a explicar el suyo.</p>	<p>El hogar es el lugar donde el hombre encuentra el calor humano necesario para desarrollar su personalidad. Lo que hace un hogar es el amor; sus sentimientos son las relaciones humanas pero el ambiente físico también es importante.</p> <p>Hagamos de nuestro hogar un lugar acogedor y agradable donde todos se sientan a gusto.</p>

Sesión 16	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
El amor	<p>Buscar que las participantes vivan el amor que tienen hacia los seres que los rodean.</p>	<p>Hacer un breve resumen del tema anterior.</p>	<p>El amor es un sentimiento que nace del ser humano para darse a todo lo que lo rodea. Una de las necesidades básicas del ser humano es la necesidad de amar y ser amado. El amor hace que nuestra vida sea mucho más completa y agradable. Para poder amar es importante aceptarnos y querernos para aceptar y querer a los que nos rodean.</p>	<p>Dividir al grupo en equipos. Llevar alguna canción sobre el amor. Puede ser la de José José, titulada "Amar y Querer". Llevar escrita de antemano la letra de la canción y dar una copia a cada equipo para que la analice. Darás un breve espacio al terminar de oír la canción para que la comenten y posteriormente un representante de cada equipo dirá sus conclusiones.</p>	<p>El hombre fue creado para amar. Nuestra vida será más completa y agradable si sabemos "sazonarla" con amor.</p> <p>El amor implica cuidado, respeto, responsabilidad, conocimiento, aceptación y comprensión de la persona amada.</p> <p>La actitud básica del amor es aquella que puedo traducir en acciones.</p>

Sesión 17	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
El matrimonio	Que las participantes comprendan que lo más importante en el matrimonio es el amor, y tener claro que al buscar pareja existan los mismos intereses, ideales, formación, educación y lo que esperan del futuro.	Se hará un breve resumen del tema anterior.	Hay diferentes formas de unión, por sus creencias, las circunstancias y el ambiente. Muchos se casan por la Iglesia y el civil, otros conviven sin haber legalizado su unión. Hay personas que se casan por motivos insuficientes porque están aburridos en sus casas, necesitan que los atiendan, porque ya fijaron la fecha, la familia así lo quiere, por no quedarse solteros.	Dividir al grupo en equipos y dar a cada equipo una cartulina, revistas, tijeras, pegamento y plumones. Pedirles que hagan un cartelón sobre las ideas principales de la reunión y que incluyan en él los rasgos más importantes en los que debemos fijarnos en la selección de nuestra pareja. Al finalizar, pasará una representante de cada equipo a explicar su cartelón.	El amor es y debe ser la base de cualquier matrimonio. El amor en el matrimonio debe ser: libre, responsable, fiel y para toda la vida.

Sesión 18	Los valores	Objetivo	Que la persona comprenda la importancia de tener un adecuado orden de valores para lograr una profunda calidad humana.	Introducción	Hacer un breve resumen del tema anterior.	Exposición del tema	Un valor es algo que perfecciona al que lo posee, es algo valioso que lo enriquece. El hombre lo busca porque para él representa algo que lo va a hacer mejor. Cada hombre tiene su propio orden de valores dependiendo lo que quiera hacer en su vida. Todo lo que lo acerque a esta meta va a ser valioso para él y rechazará todo lo que lo aleje de su fin.	Técnicas o actividades	En equipos hacer una lista de valores tomando como punto de referencia el llegar a ser mejor persona pensar en dos ejemplos en los que se ha dado mayor importancia a un valor inferior que a uno superior y otros dos ejemplos en los que se vea que sí se luchó por un valor superior. Al finalizar cada equipo leerá su lista y explicará el porqué del orden que dieron.	Resumen	Un valor es algo que va a hacer mejor al ser humano. Debemos tener claro lo que queremos lograr en la vida para poder dar un orden a los valores. Para que mi superación personal sea auténtica debe estar cimentada en valores sólidos y profundos como la justicia, honestidad, sinceridad, valentía, etc.
-----------	-------------	----------	--	--------------	---	---------------------	---	------------------------	--	---------	---

<p>Sesión 19</p> <p>Educación del sentido de la justicia</p>	<p>Objetivo</p> <p>Hacer conscientes a las participantes de la importancia del sentido de la justicia.</p>	<p>Introducción</p> <p>Hacer un breve resumen del tema anterior.</p>	<p>Exposición del tema</p> <p>La justicia perfecta y total no existe. La verdad está casi siempre a mitad del camino. Para ser objetivos en nuestros juicios debemos ser honestos y analizar fríamente, como si lo hiciéramos para un tercero, los dos puntos de vista del problema y tener la apertura de aceptar una conclusión a la que objetivamente llegamos, aunque no sea lo que hubiéramos querido.</p>	<p>Técnicas o actividades</p> <p>Formar grupos de cinco participantes que preparen una dramatización sobre algún caso relacionado con la justicia y que lo actúen en la reunión.</p> <p>Al finalizar esto, se dirán los puntos más importantes de cada dramatización y se sacarán conclusiones.</p>	<p>Resumen</p> <p>La justicia es comprender que todos los seres humanos tienen la misma dignidad y los mismos derechos que nosotros.</p> <p>Si yo amo, es decir, si conozco, deseo y procuro el bien de los demás, seré justo.</p>
--	--	--	---	---	--

<p>Sesión 20</p> <p>Educación de la voluntad</p>	<p>Objetivo</p> <p>Hacer conscientes a las participantes del papel tan importante que juega la voluntad en nuestras vidas.</p>	<p>Introducción</p> <p>Hacer un breve resumen del tema anterior.</p>	<p>Exposición del tema</p> <p>La voluntad puede educarse en dos sentidos especialmente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. "Querer con efectividad", es decir, que se pase de querer hacer algo a hacerlo realmente y no se permanezca toda la vida diciendo "yo quisiera", sin llegar a realizar nada. 2. Que se quiera aquello que es realmente nuestro bien y se sepa dejar a un lado malo. 	<p>Técnicas o actividades</p> <p>Se dividirá al grupo en equipos y se repartirá, por equipo: una cartulina, revista, pegamento, tijeras y plumones (al final se recogerán para poder utilizarlos en otras ocasiones). Se le dará a ilustrar un punto distinto a cada equipo, de los seis puntos para formar la voluntad, que vimos en la clase. Al finalizar, pasará una representante de cada equipo a explicar su cartelón</p>	<p>Resumen</p> <p>La voluntad es un querer firme y constante que nos lleva a hacer algo que nos hemos propuesto y que no necesariamente tendrá que ser agradable.</p> <p>Los elementos para formar la voluntad que se mencionan en la plática nos darán la base para lograr una voluntad fuerte que nos impulse a superarnos.</p>
--	--	--	---	--	---

Sesión 21	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
La libertad.	Lograr que las participantes tengan una idea clara de lo que significa ser libres.	Se hará un breve resumen del tema anterior.	La capacidad que tenemos los seres humanos de elegir, de analizar las situaciones, por lo tanto poder escoger entre distintos valores y bienes es la capacidad de ser libres. Cada hombre puede elegir: formar su voluntad. Formar buenos hábitos. Desarrollar su inteligencia. Corregir o no sus defectos, etc.	Dividir el grupo en equipos y darle a cada equipo una cartulina, pegamento, tijeras y revista. Se les pedirá que ilustren las principales ideas de la reunión y lo expliquen al grupo. Al final se sacarán conclusiones	Al esclarecer la idea de libertad nos hemos percatado de que cada vez que elegimos o hacemos uso de ella adquirimos una responsabilidad. Es decir, la libertad es un medio para lograr el fin de nuestra vida que es la felicidad y esta se encuentra cuando hemos sabido elegir aquello que nos convenía.

Sesión 22		Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
Límites de la libertad	Comprender que en realidad somos libres de una manera limitada pero con muchas posibilidades.	Hacer un breve resumen del tema anterior.	Estar conscientes de las limitaciones que tenemos en nuestra libertad. El hombre no nace libre sino con obstáculos que tiene que ir venciendo en su camino. La libertad es algo que se conquista. Para conseguirla, es importante tener claro lo que buscamos y que nos va a dar felicidad. Nuestra condición humana es una limitante; no podemos hacer todo lo que quisiéramos.	Dividir al grupo en equipos y pedirles que apunten las ideas que más les gustaron sobre la reunión. Cuando terminen cada grupo leerá las suyas y se sacará la conclusión final.	Hay que estar conscientes de las limitaciones que tenemos en nuestra libertad. Si el hombre tiene claras sus metas irá superando los obstáculos que se le presenten en el camino. El ser humano puede ir más allá de estas limitaciones; tiene la capacidad de ver lo malo y cambiarlo.

<p>Sesión 23</p> <p>Reflexiones acerca del trabajo.</p>	<p>Objetivo</p> <p>Que las participantes comprendan que el trabajo además de cumplir una función social de integración a la comunidad, es la herramienta más poderosa que tiene el hombre para su crecimiento personal.</p>	<p>Introducción</p> <p>Hacer un breve resumen del tema anterior.</p>	<p>Exposición del tema</p> <p>El trabajo nos da la oportunidad de contribuir al crecimiento y mejoramiento de nuestra sociedad, encontramos a nosotras mismas, aprender a convivir con los demás y superarnos. Frente al trabajo hay dos posibles actitudes: Por un lado está la persona que considera al trabajo como una carga pesada, el medio a través del cual proyecta su riqueza.</p>	<p>Técnicas o actividades</p> <p>Dividir al grupo en equipos y pedirles que cada uno haga una lista de las excusas más comunes que se usan para justificar la falta de entrega al trabajo, sus causas y cómo se puede solucionar.</p> <p>Al finalizar, cada equipo aportará sus comentarios y se sacarán conclusiones.</p>	<p>Resumen</p> <p>El trabajo nos ayuda a contribuir en el mejoramiento de nuestra sociedad, a proyectar nuestra riqueza interior y enriquecer nuestra vida diaria.</p> <p>Si le doy sentido de trascendencia, mejorará la calidad de mi vida y estaré dejando una huella para las futuras generaciones.</p>
---	---	--	--	--	---

Sesión 24	Objetivo	Introducción	Exposición del tema	Técnicas o actividades	Resumen
La confianza	Que las participantes comprendan que la confianza es un elemento fundamental en las relaciones interpersonales.	Se hará un breve resumen del tema anterior.	<p>Todos sabemos que la confianza la sentimos, la deseamos y cuando la perdemos nos sentimos heridos, lastimados en lo más sensible de nuestro ser.</p> <p>La confianza es la apertura total frente al otro; es la posibilidad de mostrarme tal cual soy sin miedo. Es una entrega libre, franca y espontánea de mí mismo al otro.</p>	<p>Dividir al grupo en dos: Que uno haga una representación de una situación donde hay confianza y el otro una situación donde no la hay.</p> <p>Al final se analizarán las causas y se sacarán conclusiones.</p>	<p>1) Dialogando. Vivimos demasiado rápido y superficialmente, tenemos que darnos tiempo para dialogar.</p> <p>2) Conviviendo. Todos los seres humanos necesitamos compartir nuestras alegrías, penas, sueños e ideales.</p> <p>3) Evitando la crítica.</p> <p>4) Aceptando al otro como es. 5) Fomentando la fe en los demás.</p>

<p>Sesión 25</p> <p>El ideal</p>	<p>Objetivo</p> <p>Que las participantes comprendan lo importante que es tener un ideal en la vida.</p>	<p>Introducción</p> <p>Hacer un breve resumen del tema anterior.</p>	<p>Exposición del tema</p> <p>Lo más importante en la vida es la razón por la que vivimos y luchamos; esto es el ideal. La meta hacia la que dirigimos todos nuestros esfuerzos. Este ideal, lo tengamos claro o no. A lo largo de nuestra vida, este ideal, va tomando forma</p>	<p>Técnicas o actividades</p> <p>Que las participantes, en equipos, hagan un collage en el que ilustren las ideas más importantes del curso englobándolas bajo el título:</p> <p>"Tener un ideal es tener un motivo para vivir".</p> <p>Que cada equipo pase a mostrar y explicar su trabajo al grupo. Se dará una cartulina, pegamento, tijeras, revistas y plumones por equipo.</p>	<p>Resumen</p> <p>El ideal es la meta a la que dirigimos todos nuestros esfuerzos; es lo que gobierna nuestra vida, es lo que queremos avanzar y para lograrlo necesitamos nuestra inteligencia y voluntad. Crearnos un modo noble y positivo de pensar que dirija nuestra vida.</p>
----------------------------------	---	--	---	---	--

Análisis de resultados

El manejo de los temas en algunas ocasiones fue complicado, no me sentía cien por ciento preparada para coordinar la sesión, tuve que documentarme a fondo sobre los temas para llevar a cabo la reunión con mayor seguridad; el apoyo y participación activa de la psicóloga Diana Ramos Reyes fue fundamental en el proceso me acompañó durante el desarrollo del taller aclarando mis dudas.

A la luz de la fundamentación teórica me doy cuenta que hablar de autoestima es complejo puesto que algunos autores mencionan aspectos de la alta autoestima que analizándolos resultan paradójicos, la línea entre baja, mediana o alta autoestima es muy frágil y podemos pasar de una baja autoestima a una alta de acuerdo a el estado de ánimo en el que nos encontremos.

A lo largo de las sesiones el taller tuvo altibajos, en algunas sesiones la participación de las asistentes fue activa y espontánea, en otras fue complicada debido tal vez al tema, si la sesión se tornaba tensa algunas de las participantes no asistían a la sesión siguiente o llegaban tarde. Sin embargo los resultados obtenidos me indujeron a la recuperación de esta experiencia, debido a que continúo trabajando en la educación básica del INEA, y la población más numerosa con la que trabajo son mujeres, dentro de las cuales las necesidades son muy semejantes.

Con la intención de conocer de manera objetiva el impacto del taller en las participantes, decidí aplicar un cuestionario con 14 reactivos para contar con datos que me permitieran analizar y revisar los alcances y limitaciones del taller. Algunas de las participantes escribieron al reverso del cuestionario de manera espontánea los siguientes testimonios:

Nombre	Opiniones / testimonios
<p>Martha Patricia</p>	<p>El haber participado en el Taller de Autoestima fue muy gratificante, me permitió darme cuenta que como mujer no estoy sola y que la problemática que me aquejaba no es tan grande como la de algunas de mis compañeras, hoy sé que todos los problemas tienen solución y si no la tienen para que me preocupo, esto suena fácil pero cuando llegue al taller la situación que vivía con mi hijo me ahogaba, el saber que se drogaba y que yo como madre no podía hacer nada, no me permitía concentrarme en mis estudios, sin embargo, quería demostrarme que yo podía hacerlo, que el no haber estudiado la primaria en tiempo y forma no implicaba que hoy no pudiera hacerlo.</p> <p>El hecho de que mis padres se separaran y que nosotros como hijos tuviéramos que trabajar y abandonar nuestra educación no era culpa de nosotros, aunque mi madre en ocasiones me culpaba por defender a mi padre, el participar en el taller me liberó de resentimientos contraídos con mi madre y afortunadamente logré terminar la primaria, hoy a dos años y medio de haber concluido el taller, ya terminé la secundaria y actualmente participo como personal solidario en el INEA como asesor voluntario y es una actividad que disfruto mucho, siempre quise ser maestra y esta actividad de alguna manera eso representa para mi, ahora estoy cursando la preparatoria abierta y me gustaría hacer una carrera universitaria, se que lo puedo hacer, la relación con mi madre y mi familia en general ha mejorado muchísimo, mi hijo asiste a un grupo de auto ayuda, ya dejó de consumir droga y formó una familia, soy feliz, cambio mi forma de pensar, sé que puedo hacer todo lo que me proponga y por eso le doy gracias a mis compañeras del curso espero que todas se sientan como yo, mil gracias Martha.</p>

Nombre	Opiniones / testimonios
Patricia	<p>Llegue al grupo buscando aprender a leer y escribir nunca fui a la escuela, soy nativa de Veracruz, cuando era niña mi papá no me permitía ir a la escuela tenía que ayudarle a mi mamá a las labores de la casa, los únicos que iban a la escuela eran mis hermanos, así pasó la adolescencia me casé muy joven me dediqué al cuidado de los hijos; ahora mis hijos ya están grandes y la necesidad de trabajar me hizo acercarme a el INEA para obtener mi certificado, me daba mucha pena que mis compañeras se enteraran que no sabía leer y le decía a Alicia que no les dijera, no me podía concentrar, cuando era niña no podía aprender además tenía que trabajar, mi mamá me decía que era muy burra y una inútil, posteriormente mi marido me decía lo mismo y además me pegaba mucho y uno se cree lo que te dicen y creía que era una burra y no podía estudiar; llegaba al salón de clase esperando tener la oportunidad para platicar con mis compañeras de mi problemática y me pudiera sentir mejor, pero esto implicaba que no dejara estudiar a mis compañeras, porque yo empezaba a platicar mis problemas y todas platicaban los suyos y ya no estudiábamos pues era platicar y platicar, cuando se nos propone participar en el taller, dudé mucho en asistir, sin embargo, con muchas reservas asistí al taller y poco a poco me fui sintiendo mejor, voy a ser sincera al aceptar que todavía hoy hay cosas que no he podido superar, sin embargo logré terminar la primaria y la secundaria, dejé a mi esposo, vivo con mis hijos, trabajo manejando un taxi y soy muy feliz aun con muchas carencias, pero luchando por ser una mejor persona con mi familia y con migo misma, gracias Paty.</p>

Nombre	Opiniones / testimonios
Mónica	<p>Ingresé a la secundaria en el Centro de Desarrollo Comunitario, al asistir a la asesoría me di cuenta que todas las que asistíamos a ésta teníamos muchos problemas unas de un modo y otras de otro modo, sin embargo, me costaba un poco de trabajo concentrarme en mi estudio, al escucha a mis compañeras comentar su problemática, llegó un momento en el que ya no le poníamos atención a la asesoría, cuando se nos propuso participar en el taller me pareció muy bien, mi infancia fue difícil, mi madre me abandonó con mi abuela, ella y mis tíos me maltrataban, para mí fue muy difícil la infancia, al asistir al taller me di cuenta que no soy responsable de que me abandonaran y me maltrataran, puedo decir que no he superado al cien por ciento mis traumas y limitaciones sé que tengo que trabajar muchas cosas pero ya no me da pena pedir ayuda, sé que no estoy sola y que siempre tendré una mano que me ayude a sentirme mejor en la vida, concluí la secundaria y ahora estoy cursando la preparatoria abierta, participo en un taller de baile polinesio y tahitiano, ahora quiero enseñar a mis compañeras a bailar, es fundamental hacer ejercicio en nuestras vidas.</p>

Nombre	Opiniones / testimonios
Alejandra	<p>Llegué al Taller porque estaba estudiando la secundaria, tuve que dejar la escuela pues mi padre murió cuando tenía ocho años con muchos trabajos concluí la primaria, mi mamá tenía que trabajar para mantenernos somos tres hermanos al ir mi mamá a trabajar la de la responsabilidad de atender a mis hermanos era yo; cuando eres niña no sabes por qué pasan las cosas, sin embargo, al asistir al taller me di cuenta que la muerte de mi papá no es responsabilidad mía, hoy ya terminé la secundaria estoy cursando la preparatoria sólo me faltan tres materias para concluir, debo confesar que no es fácil, sin embargo, sé que yo decido sobre mi vida, el único límite de mi vida soy yo misma no voy a abandonar mis planes quiero estudiar para maestra y sé que lo lograré.</p>

Nombre	Opiniones / testimonios
Concepción	<p>Durante muchos años viví pensando que era culpable de todo lo que le pasara a mi familia, si mi esposo llegaba cansado y mal humorado de trabajar pensaba que era responsabilidad mía, de alguna u otra manera el así me lo hacía sentir y me lo creía de tal suerte que yo era la culpable de todo, al asistir al taller me di cuenta que no todo era responsabilidad mía, me di cuenta que podía cambiar algunas cosas para vivir mejor y lo mejor de todo es que logré terminar la primaria y la secundaria, en la actualidad me gustaría estudiar la preparatoria pero aun no me decido, sin embargo, se que puedo hacerlo.</p>

Nombre	Opiniones / testimonios
Isabel	<p>Al asistir al círculo de estudios sólo me dedicaba o a platicar de mis problemas o a escuchar a mis compañeras quejarnos de nuestras respectivas familias, cuando se nos propuso asistir al Taller de Autoestima, me daba pena asistir pero me di cuenta que lo que se nos proponía era buscar romper con nuestra forma de pensar respecto a nosotras mismas, me di cuenta que finalmente eso lo hacíamos cotidianamente y que hoy tendríamos a un profesional dándonos un curso que nos permitiera mejorar la idea de nosotras mismas, finalmente logré terminar la secundaria y cursando la preparatoria abierta mil gracias.</p>

Nombre	Opiniones / testimonios
Margarita	<p>El Taller de Autoestima representó para mi, un principio difícil, llegó un momento en el que pensé no asistir, al platicarlo ante el grupo se me comentó que era normal que me sintiera así, me di cuenta que tenían razón y que tendría que cambiar algunas cosas con mi forma de ser, me costaba trabajo aprender los temas que veíamos en clase, poco a poco logré cambiar mi forma de ver la vida y esto me permitió aprender y logré terminar la secundaria, esto no fue fácil, sin embargo lo hice, deseo estudiar una carrera y apoyar a la comunidad para que todas las mujeres logremos estudiar.</p>

Nombre	Opiniones / testimonios
<p>Yeritzan</p>	<p>Llegué al grupo porque traje a mi mamá para que aprendiera a leer y escribir, pero no quiso quedarse le daba mucha pena que supieran que no sabía leer, pero como el ambiente era agradable continúe asistiendo al grupo para que me enseñaran a tejer, pero cuando me enteré que se daría el taller, sin dudarlo asistí porque tenía muchos problemas con mi esposo; creía que no era merecedora de nadie, mi madre me dejó con mi abuela, no entendía por qué me había dejado, era muy pequeña tenía tres años, y aún que mi abuela me quería mucho sentía mucho coraje contra mi mamá; ella se escondía de mi padre, lo dejó pues le pegaba y una vez intentó matarla, pero el asistir al taller me permitió liberarme de algunos resentimientos contra mi madre, decidí estudiar la preparatoria y aunque me cuesta trabajo lo estoy haciendo.</p> <p>En la actualidad vivo sola dejé a mi esposo, me golpeaba mucho no me quería, me quito a mi hijo, estoy trabajando para mantenerme y poder recuperar a mi niño, no es fácil pero hoy sé que lo puedo hacer</p>

Nombre	Opiniones / testimonios
<p>Gabriela</p>	<p>Al asistir al Taller de Autoestima me di cuenta de muchas cosas que no entendía, fue como liberarte de un peso muy grande, hoy me acepto como soy, no soy tan dura conmigo misma me permito hacer cosas que hace tiempo no pensaba pudiera hacer, logré concluir la secundaria estoy estudiando la preparatoria abierta y me siento muy feliz. Si se repite el taller, me gustaría participar en él, seguramente que esto me permitiría terminar la preparatoria.</p>

Nombre	Opiniones / testimonios
Lourdes	<p>Asistí al Curso de Autoestima buscando concluir mi secundaria, no me sentía capaz de hacerlo había tenido muchos problemas en la secundaria en la que estaba, esto se reflejaba en problemas con mi mamá y este taller me permitió darme cuenta que necesitaba ayuda, hoy asisto a tomar terapia psicológica y lo mejor es que logré terminar la secundaria y estoy cursando la preparatoria abierta.</p>

Nombre	Opiniones / testimonios
Laura	<p>Viví pensando que era culpable de todo lo que le pasaba a mi familia, si mi esposo llegaba cansado y mal humorado de trabajar pensaba que era culpa mía, de alguna u otra forma el me lo hacía sentir y yo lo creía que era la culpable de todo, al asistir al taller comprendí que no todo era responsabilidad mía, me di cuenta que podía cambiar para vivir mejor, y lo mejor de todo es que logré terminar la primaria y la secundaria, en la actualidad estoy tomando un curso de computación.</p>

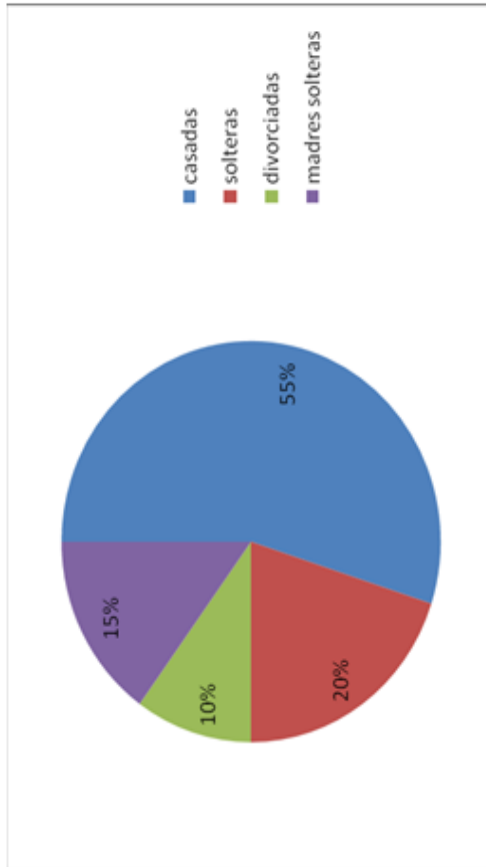
Resultados obtenidos del cuestionario aplicado para obtener datos sobre el impacto del taller de autoestima (Anexo 1)

Participante	1.- Estado civil	2.- Edad	3.- Ocupación	4.- Nivel educativo
1. Alejandra	Soltera	20	desempleada	Primaria
2. Concepción	Casada	42	Ama de casa	Secundaria
3. Flor	Unión libre	31	Vendedora de pollo	Secundaria
4. Gabriela	Soltera	44	Ama de casa	Secundaria
5. Isabel	Casada	17	Estilista	Primaria
6. Laura	Casada	29	Ama de casa	Primaria
7. Lourdes	Casada	28	Ama de casa	Secundaria
8. Margarita	Casada	33	Vendedora de ropa	Secundaria
9. Martha	Casada	42	Ama de casa	Primaria
10. Mónica	Casada	35	Ama de casa	Primaria
11. Patricia	Divorciada	40	Demostradora	Primaria
12. Pilar	Casada	52	Ama de casa	Primaria
13. Socorro	Casada	22	Despachadora de gasolina	Secundaria
14. Reina	Soltera	23	Estudiante	Preparatoria
15. Rosa	Soltera	19	Estudiante	Preparatoria
16. M. Patricia	Casada	42	Ama de casa	Secundaria
17. Carmen	Viuda	56	Ama de casa	Primaria
18. Clara	Madre soltera	45	Costurera	Secundaria
19. Yadira	Casada	26	Ama de casa	Secundaria
20. Yeritzan	Divorciada	25	Ama de casa	Secundaria

Participante	Pregunta 5	Pregunta 6	Pregunta 7	Pregunta 8	Pregunta 9	Pregunta 10	Pregunta 11	Pregunta 12	Pregunta 13	Pregunta 14
1. Alejandra	A	C	A	D	A	A	C	A	B	D
2. Concepción	C	A	A	D	A	C	D	C	B	C
3. Flor	D	D	C	C	B	B	A	D	C	D
4. Gabriela	C	A	C	C	B	D	A	C	D	B
5. Isabel	C	C	D	A	C	A	B	B	D	A
6. Laura	A	C	B	B	A	D	B	A	A	C
7. Lourdes	A	D	B	D	A	D	A	A	C	B
8. Margarita	D	D	C	C	A	C	C	B	A	D
9. Martha	B	D	C	A	C	B	C	B	A	D
10. Mónica	B	A	A	B	A	B	D	B	D	C
11. Patricia	A	B	A	D	A	C	D	A	D	B
12. Pilar	A	B	D	C	B	A	A	A	B	B
13. Socorro	C	D	D	A	B	A	A	B	B	A
14. Reina	D	D	A	B	C	A	C	A	B	C
15. Rosa	A	C	C	A	B	B	A	B	C	A
16. M Patricia	D	C	D	C	A	D	B	D	B	B
17. Carmen	B	A	A	D	B	C	D	C	D	D
18. Clara	C	C	D	D	C	A	C	A	A	C
19. Yacira	A	B	A	C	D	B	A	D	C	D
20. Yeritza	C	D	B	B	D	A	B	C	B	A

De la información anterior podemos deducir que de las 20 participantes al Taller la mayoría son casadas (11), representa el 55% del total, las solteras (4), representan el 20%, las viudas (2), representan el 10% y el resto son madres solteras, divorciadas y viven en unión libre, en conjunto representan el 15%.

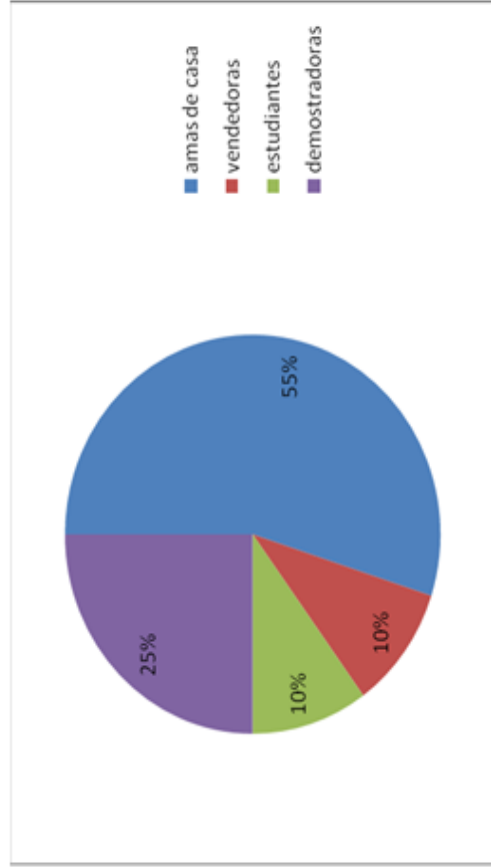
Gráfica 1



2.- Las edades de las participantes fluctúa entre los 17 y 56 años, únicamente 2 de ellas tienen 42 años. La edad promedio de las participantes es de 33.5 años.

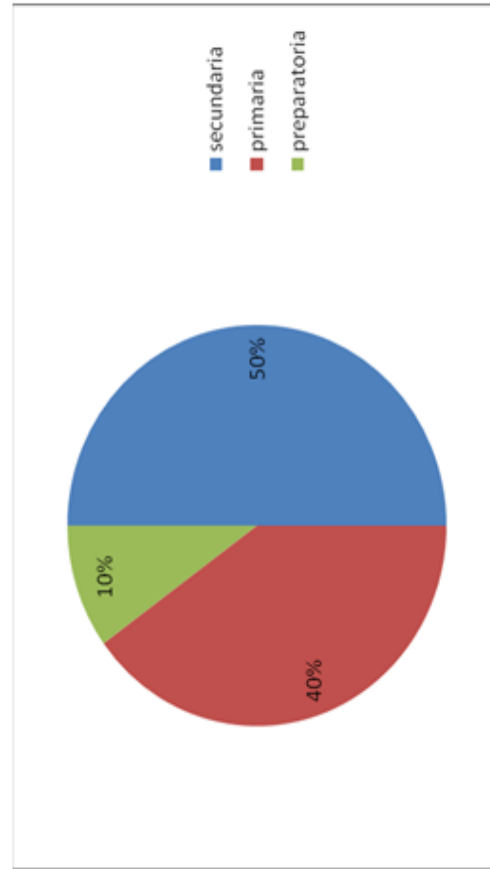
3.- De las participantes, 11 mencionaron que su ocupación es ser ama de casa, representan el 55%; 2 de ellas señalaron que se dedican a estudiar, representan el 10%; 2 mencionaron ser vendedoras, representan el 10%; y el resto son: demostradora, estilista, costurera, despachadora de gasolina, representan el 25% de la totalidad.

Gráfica 2



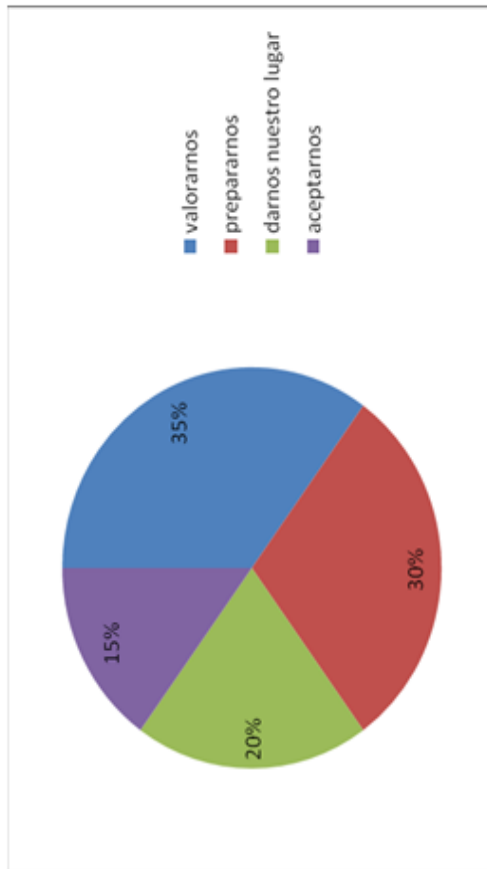
4.- Respecto al nivel educativo de las participantes, encontramos que 10 de ellas mencionaron tener secundaria, representan el 50%; 8 mencionaron tener primaria, representan el 40%; 2 cuentan con preparatoria representan el 10% de la totalidad.

Gráfica 3



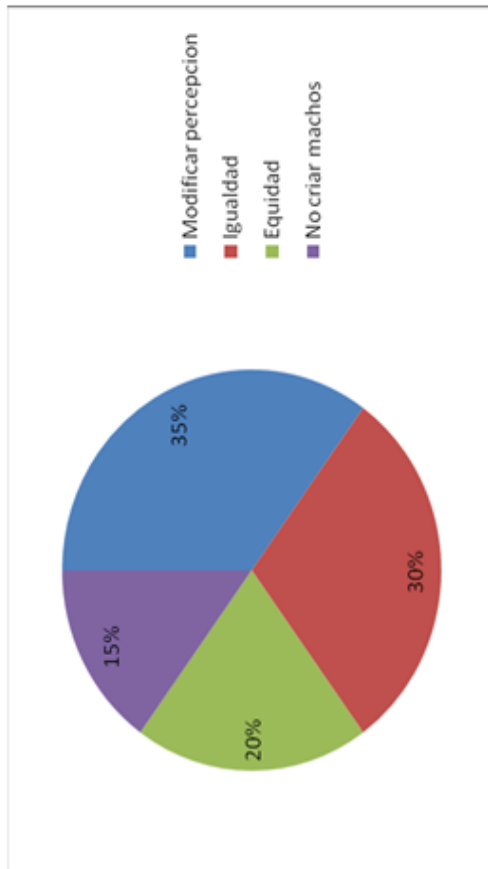
5.- De la totalidad de las participantes, 7 de ellas consideran necesario valorarnos, representan el 35%; 6 de ellas consideran que tenemos que prepararnos, representan el 30%; 4 de ellas consideran que tenemos que darnos nuestro lugar, representan el 20%; 3 de ellas consideran que tenemos que aceptarnos representan el 15% de la totalidad.

Gráfica 4



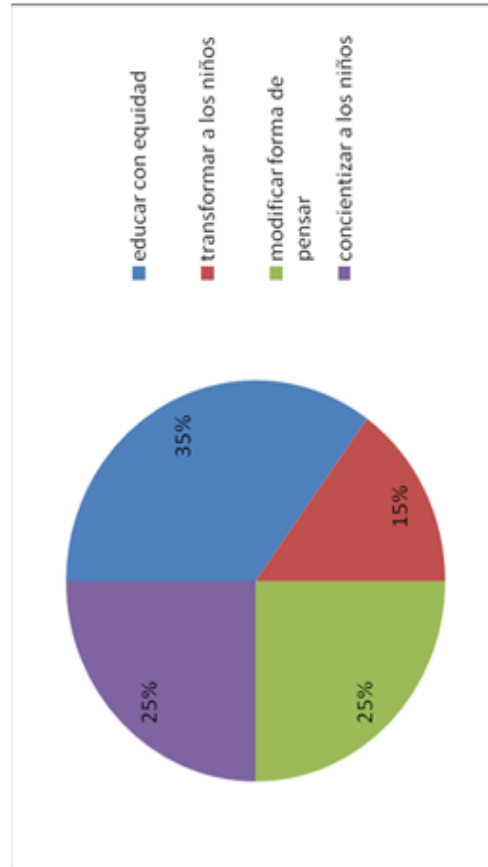
6.- Para apoyar al respeto y la dignidad de las mujeres, 7 de las participantes mencionaron: necesario modificar la forma de percibimos, representan el 35%; 6 de las participantes consideran preciso identificarnos con igualdad, estas representan el 30%; 4 mencionaron necesario educar a los niños y (as) con equidad, representan el 20%; 3 de las participantes comentaron necesario no criar niños machos, representan el 15% de la totalidad.

Gráfica 5



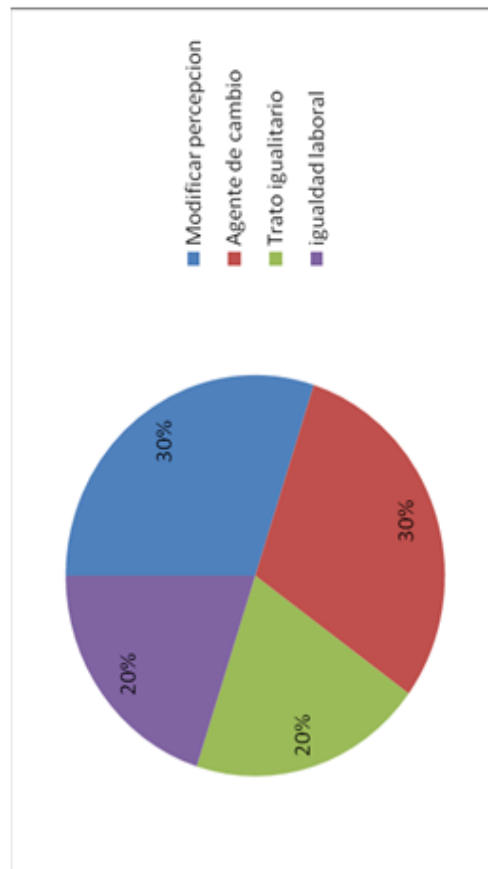
7.- De las participantes 7 de ellas consideran que las escuelas deben educar con equidad a los niños (os), que representan el 35%; 3 de ellas consideran transformar a los niños (os), representan el 15%; 5 mencionaron necesario transformar nuestra forma de pensar, representan el 25%; 5 de ellas consideran necesario concientizar a nuestros niños (os), representan el 25% de la totalidad.

Gráfica 6



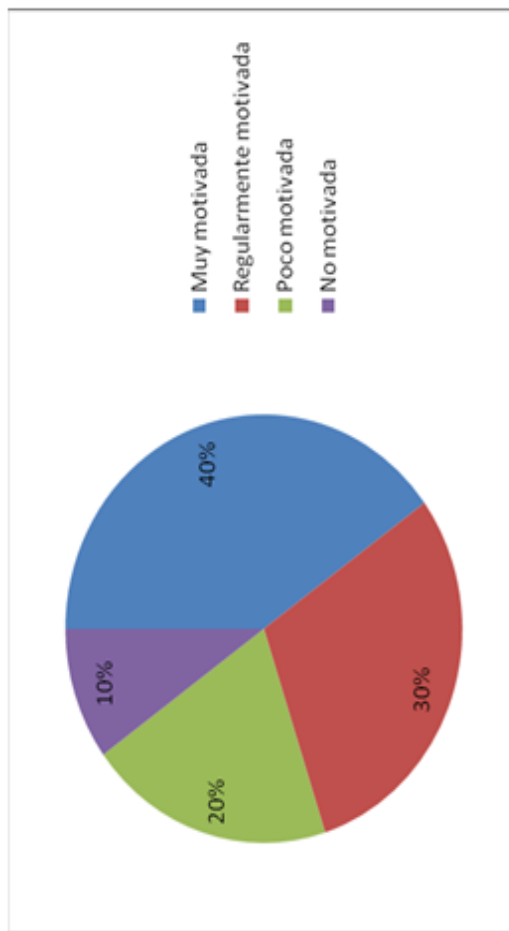
8.- En el ámbito social 6 de las participantes consideran necesario modificar nuestra percepción en la vida, representan el 30%; 6 más de ellas mencionó necesario ser agentes de cambio, representan el 30%; 4 de ellas considera necesario un trato igualitario, representa el 20%; 4 de ellas comentaron necesaria tener igualdad laboral, representan el 20% de la totalidad.

Gráfica 7



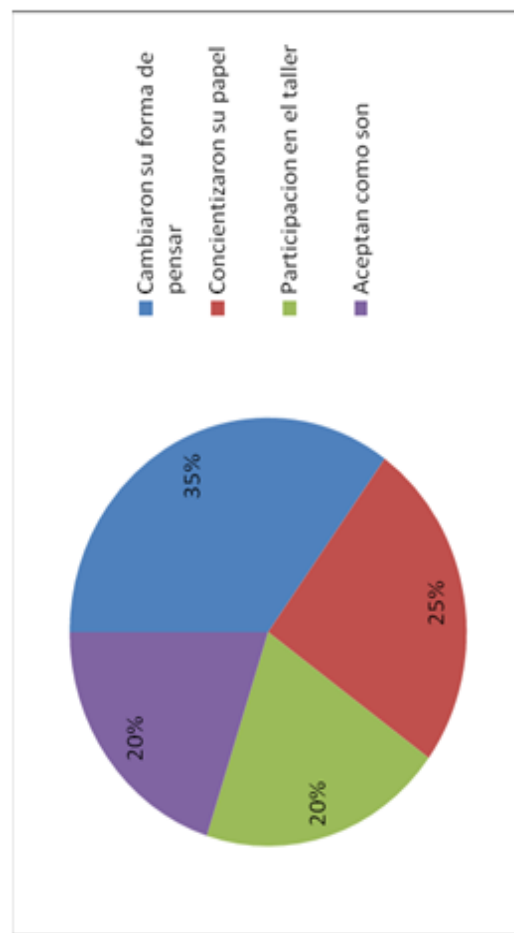
9.- De la totalidad de las participantes del Taller 8 de ellas comentaron sentirse muy motivadas a continuar sus estudios, que representan el 40%; 6 de ellas se sintieron regularmente motivadas a continuar con sus estudios, representan el 30%; 4 de ellas se sintieron poco motivadas a continuar sus estudios, representan el 20%; 2 de las participantes comentaron no haberse sentido motivadas a continuar sus estudios, representan el 10% de la totalidad.

Gráfica 8



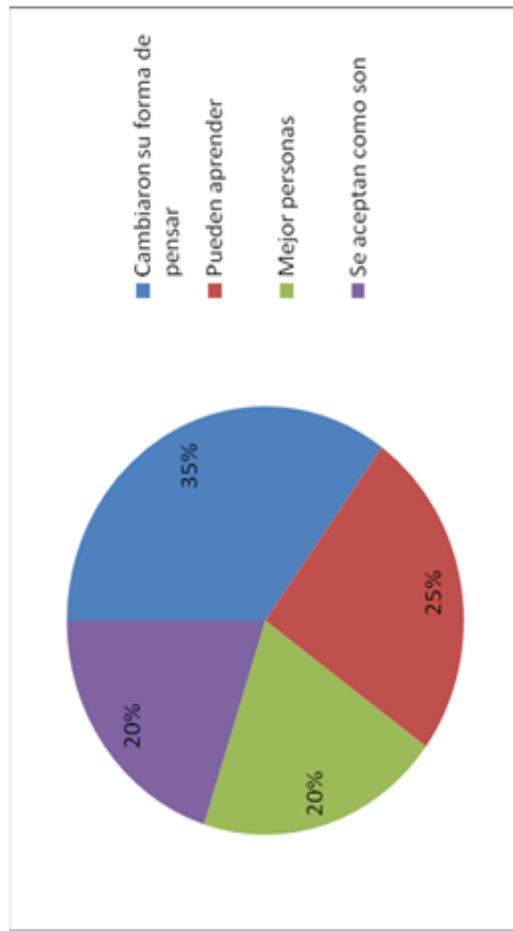
10.- De las participantes del Taller 7 de ellas mencionaron haber cambiado su forma de pensar, que representa el 35%, 5 comentan estar más consientes de su papel, representan el 25%; 4 de ellas consideran que fue a causa de su participación en el taller, representan el 20%; 4 de ellas comentó que ahora se aceptan como son, representan el 20% del total.

Gráfica 9



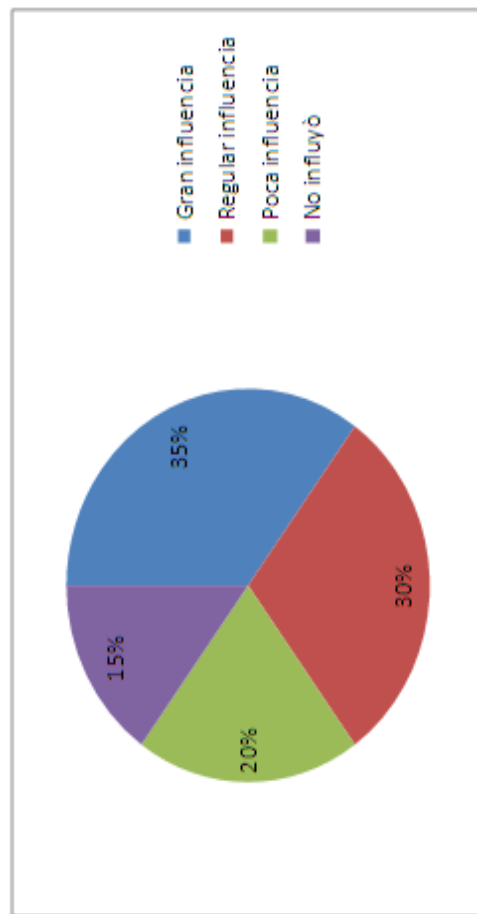
11.- De las participantes 7 mencionaron haber cambiado su forma de pensar, representan el 35%; 5 de ellas hoy saben que pueden aprender, representan el 25%; 4 de ellas se consideran mejores personas, representa el 20%; 4 de ellas se aceptan como son esto contribuyó a su superación personal, representan el 20% de la totalidad.

Gráfica 10



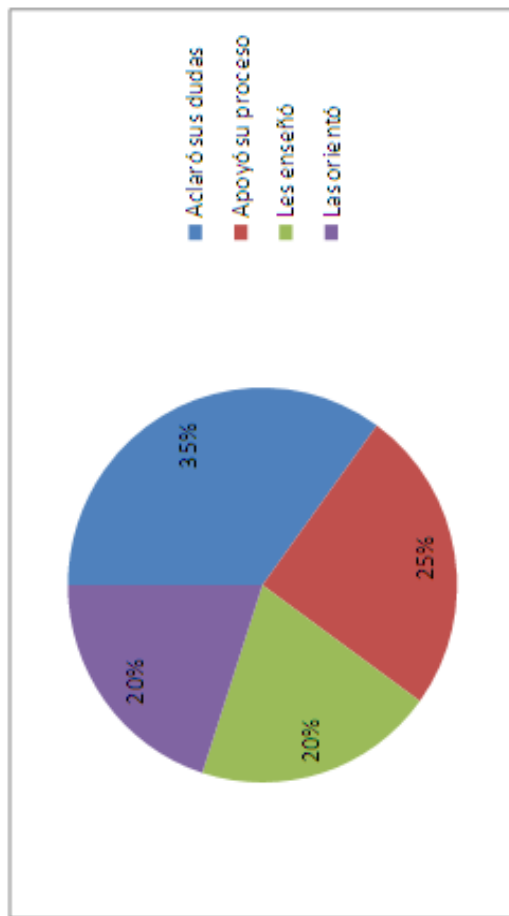
12.- La medida en la que el taller de Autoestima influyó en su forma de pensar para 7 de ellas, fue de gran influencia, representan el 35%; 6 de ellas comentaron que el curso fue de regular apoyo, representan el 30%; 4 de ellas mencionaron que el curso les había sido de poco apoyo para modificar su forma de pensar, representan el 20%; 3 de ellas aseguraron que de nada les había servido el taller para modificar su forma de pensar, representan el 15% de la totalidad.

Grafica 11



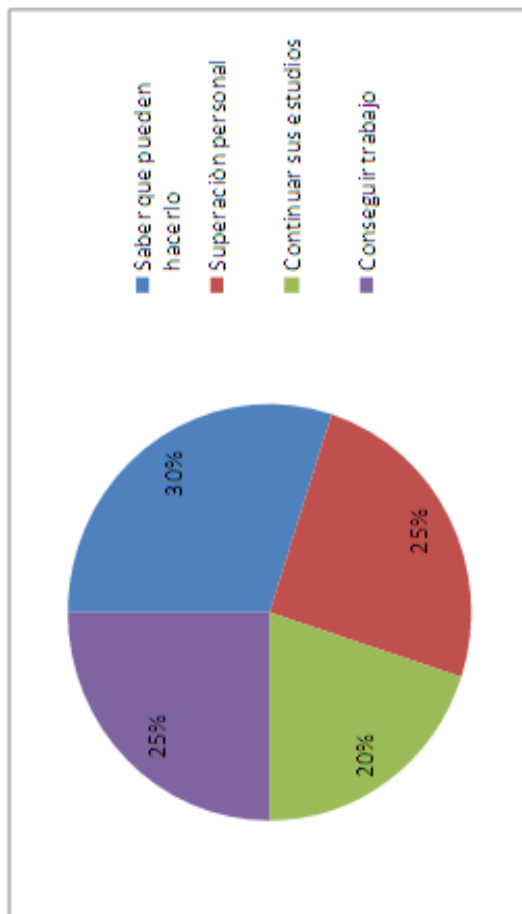
13.- De la totalidad de las participantes 7 de ellas comentaron que el asesor había apoyado su proceso educativo aclarándoles sus dudas, representan el 35%; 5 de ellas mencionó que su asesora había apoyado su proceso educativo, representan el 25%; 4 de las participantes comentan que su asesor les enseñó, representan el 20%; 4 de las participantes menciona que su asesora las orientó en su proceso educativo, representa el 20% del total de las participantes.

Gráfica 12



14.- Del total de las participantes 6 de ellas desean obtener su certificado para saber que pueden hacerlo, representan el 30%; 5 de ellas comentaron haberlo hecho por superación personal, representan el 25%; 5 de ellas comentaron que lo necesitan para conseguir trabajo que representan el 25%; 4 de ellas aseguran que desean obtener su certificado para continuar estudiando, representan el 20% de la totalidad de las participantes en el taller.

Gráfica 13



Conclusiones

Como militante de la UBADEZ mi participación fue comprometida en las diversas actividades en las que decidí participar o me fueron asignadas en asamblea general, esta experiencia fue muy reconfortante y asumí con responsabilidad mi colaboración, cabe señalar que aprendí muchas cosas de mis camaradas, entre ellas la responsabilidad, la tolerancia, el respeto, la solidaridad, así como asumir el compromiso con la transformación de nuestra sociedad.

Como estudiante de la Licenciatura de Educación de Adultos, darme cuenta la estrecha relación que existe entre la educación, familia y autoestima fue de gran importancia, puesto que al identificar la problemática que aqueja al educando podemos intervenir en su proceso educativo. Hoy las características de la familia han cambiado, nos enfrentamos a familias diferentes, en las que es uno de los padres toma la responsabilidad de la manutención de los hijos y su educación en las que no se produce, el ciclo vital de la familia.

Como educadora de adultos me fue gratificante dar respuesta a una de las necesidades de las mujeres que asistían regularmente al Centro de Desarrollo Comunitario Zapatista.

Como estudiante de la Licenciatura de Educación de Adultos, esta me proporcionó elementos para comprender los procesos y las necesidades educativas de las personas jóvenes y adultas, por esta razón no me fue difícil entender sus inquietudes personales y sociales.

El taller de autoestima me ayudó a reflexionar sobre la situación de violencia física, verbal y emocional en la cual, todas las familias nos vemos inmersas.

La mayoría de las participantes expresó que el taller de autoestima les permitió revalorar sus experiencias de vida en un marco de respeto y dignidad de la condición humana y de género.

Además de lo anterior, a las participantes el taller de autoestima les ayudó a decidir por la continuación y terminación de sus estudios de primaria, secundaria y bachillerato, en una perspectiva de superación personal y familia.

El taller de autoestima contribuyó de manera significativa en aumentar los niveles de motivación de las mujeres participantes para emprender diferentes iniciativas de vida

Bibliografía

BADILLO, R. M. Cuentos para quererse más. Autoestima para niños y jóvenes, Ed. Alfa Omega, México, 2000.

ENGELS F. El origen de la familia la propiedad privada y el estado, Ed. Quinto Sol, México, 2008.

ENRIQUE PIECK GOCHICOA. La educación para los adultos: caracterización, impacto y consideraciones propositivas. Serie documentos de investigación No.3 Colegio Mexiquense 1997.

FREIRE PAULO. Cartas a Guinea-Bissau, Apuntes de una experiencia pedagógica en proceso. Ed. Siglo Veintiuno, México, 1977.

FREIRE PAULO. La educación como practica de la libertad, Ed. Siglo Veintiuno, 50 Ed., México, 2002.

FREIRE PAULO. Pedagogía de la autonomía, saberes necesarios para la práctica educativa. Ed. Siglo Veintiuno, 7ª Ed., en España, 2002.

GUILHAM, H. Cómo ayudar a los niños a aceptarse a sí mismos y aceptar a los demás, Ed. Paidós Educador 3º Ed., México, 1991.

HUMPREYS, T. Autoestima para niños y padres: la clave para la educación, la salud emocional y el éxito escolar y humano de sus hijos. Ed. Neoperson, España, 1999.

LAURO ESTRADA. Ciclo vital de la familia. Ed. Posada, México, 1990.

LAU, JESS. No soy gran cosa, pero soy todo lo que tengo. Ed. Diana, México, 1997.

LOUISE-ANNE BEAUREGARD, et al. (Y otros) Autoestima para quererse más y relacionarse mejor. Ed. NARCEA, Madrid, 2005.

MARCHESI, ÁLVARO Y ELENA MARTIN. Calidad de la enseñanza en tiempos de cambio. Colección Alianza Manuales 1ª edición. Madrid, 1998.

MOOMAN, CHICK. Cómo hablar a los hijos. Palabras que enseñan y palabras que lastiman. Colección Programación Mental Positiva, México, 2000.

PAPALIA, D. Psicología del desarrollo. Mc. Graw Hill, 8ª Ed. Colombia, 2001.

SAN ROMÁN, VÁZQUEZ ÁNGEL, CHRISTLIEB IBARROLA CARMEN. Historia de la alfabetización y de la educación de adultos en México. El México de los grandes cambios. La época contemporánea, tomo 3. Ed. Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, SEP, México, 1993.

VALDEZ CASTELLANOS LUIS, S.J. Comunicación y manejo de sentimientos. Ed. Obra Nacional de la Buena Prensa, México, 1999.

VALLÉS ARÁNDIGA ANTONIO. Cómo desarrollar la autoestima de los hijos. Ed. EOS, Madrid, 1998.

ANEXO 1

Cuestionario

Objetivo: conocer los alcances y limitaciones del taller de Autoestima.

Instrucciones: lee con atención contesta brevemente y elige la opción que conteste las siguientes preguntas:

Datos generales:

- 1.- Estado civil: _____
- 2.- Edad: _____
- 3.- Ocupación: _____
- 4.- Nivel Escolar: _____

5.- ¿Qué podemos hacer en lo personal para que como mujeres nos respeten más?

- A) Valorarnos
- B) Aceptarnos
- C) Prepararnos
- D) Darnos nuestro lugar

6.- ¿Qué podemos hacer en casa para apoyar el respeto y la dignidad de la mujer?

- A) Educar a las(os) niños
- B) No crear machos
- C) Identificarnos con igualdad
- D) Modificar la forma de percibirnos

7.- ¿Qué se debe hacer en la escuela para revalorar la autoestima, la participación activa y comprometida de las mujeres y los hombres?

- A) Educarnos con equidad
- B) Concientizar a los niños(as)
- C) Transformar nuestra forma de pensar
- D) Transformar a los niños(as)

8.- ¿En el ámbito social, que se puede hacer para mejorar los manejos denigrantes en contra de las mujeres?

- A) Trato igualitario
- B) Igualdad laboral
- C) Modificar nuestra percepción en la vida
- D) Ser agente de cambio

9.- ¿En qué medida consideras que se ha desarrollado tu motivación para continuar con tus estudios?

- A) Mucha
- B) Regular
- C) Poca
- D) Nada

10.- ¿A qué atribuyes ese grado de motivación alcanzado?

- A) Cambio mi forma de pensar
- B) Estoy más consciente
- C) A mi participación en el taller
- D) Aceptarme

11.- ¿En qué consideras que ha contribuido el taller de autoestima en tu superación personal?

- A) Cambiar mi forma de pensar
- B) Aceptarme como soy
- C) Saber que puedo aprender
- D) Ser mejor persona

12.- ¿En qué medida?

- A) Mucha
- B) Regular
- C) Poca
- D) Nada

13.- ¿De qué manera a contribuido tu asesor del círculo de estudio para lograr concluir tus módulos?

- A) Enseñándome
- B) Aclarando mis dudas
- C) Orientándome
- D) Apoyando mi proceso de aprendizaje

14.- ¿Deseas obtener tu certificado, con qué finalidad?

- A) Continuar mis estudios
- B) Superación personal
- C) Conseguir trabajo
- D) Saber que puedo

Gracias por tu participación.

Anexo 2

ESTATUTOS DE LA ORGANIZACIÓN

TÍTULO PRIMERO

Disposiciones generales:

Artículo 1

Las disposiciones de este estatuto son de observancia general para el municipio de Netzahualcóyotl. Regula las actividades relativas a:

- I. Derechos y obligaciones de los miembros de la Unión de Bases Autogestivas Democráticas Emiliano Zapata. (UBADEZ).
- II. La organización y función de las instancias de la UBADEZ.

Artículo 2

Para efecto de este estatuto se entiende por:

- I. Organización: Unión de Bases Autogestivas Democráticas Emiliano *Zapata* (UBADEZ)
- II. Estructura: Conjunto de instancias (Asambleas, Coordinaciones, Comisiones) formalmente constituidas por la organización.
- III. Asamblea: Reunión convocada para discutir, analizar y tomar acuerdos sean estos por consenso o por mayoría de votos. Es una instancia de toma de decisiones.
- IV. Coordinación: reunión convocada con la finalidad de operar las tareas emanadas de las instancias de decisión. Es una instancia deliberativa y operativa.
- V. Izquierda: posición política que, en general, se opone al sistema social actual, que busca lograr cambios y aspira a la igualdad, la libertad y la justicia social.

CAPÍTULO I

Del objetivo de la UBADEZ

Artículo 3

La Unión de Bases Autogestivas Democráticas Emiliano *Zapata* en una organización social de izquierda integrada por personas que se unen libremente y de manera voluntaria con el objeto de transformar la sociedad a una más justa donde predomine la igualdad y la libertad.

Artículo 4

Los objetivos generales de la UBADEZ son los siguientes:

- I. Construir e impulsar la organización de la gente para defender sus derechos y desarrollar las comunidades.
- II. Generar condiciones de concientización de la realidad social, política y económica, desfavorables para la mayoría de la gente, para desarrollar alternativas que mejoren las condiciones de vida de la gente.
- III. Desarrollar proyectos productivos, sociales, culturales y políticos, generadores de empleo y capacitación.
- IV. Activar redes de acción político-ideológica con organizaciones acordes con el planteamiento político de la UBADEZ
- V. Incidir en el gobierno permitiendo que el poder político quede en manos del pueblo mediante la participación en el gobierno municipal.
- VI. Contribuir en la lucha contra el neoliberalismo solidarizándose con los movimientos antiglobalización y de defensa de la soberanía de los pueblos.

Artículo 5

La UBADEZ se distingue por:

- I. Su nombre que es Unión de Bases Autogestivas Democráticas Emiliano Zapata.
- II. Sus siglas UBADEZ.

III. Su emblema que es una silueta de Emiliano *Zapata* con las siguientes características:

- a. Un rectángulo como fondo de la silueta
- b. El emblema se complementa por las siglas UBADEZ escrita con *monotipia cursiva* y la leyenda Unión de Bases Autogestivas Democráticas Emiliano *Zapata*

IV. Los colores de la organización son: el rectángulo en rojo, las letras en negro y el fondo en blanco.

Artículo 6

Los principios, estatuto y plan de acción constituyen los documentos básicos de la organización y sólo pueden ser establecidos y modificados en la asamblea general. Los documentos básicos son normativos para la conducta de las instancias e integrantes de la organización.

TÍTULO SEGUNDO

De los miembros de la UBADEZ

Artículo 7

En la UBADEZ nadie puede ser discriminado por razón de género, preferencia sexual, edad, ocupación, posición política, de condición económica, social o cultural.

CAPÍTULO I

De los derechos y obligaciones:

Artículo 8

Todo miembro de la UBADEZ tiene derecho en igualdad de condiciones a:

- I. Votar y ser votado, bajo las condiciones establecidas en el presente estatuto y acuerdos derivados de sus respectivas instancias.
- II. Recibir credencial que lo acredite como miembro de la organización
- III. Manifestar libremente sus puntos de vista.
- IV. Proponer, elaborar y desarrollar los proyectos y línea política de la organización.
- V. Tener acceso a información veraz, suficiente y oportuna de la organización; conociendo el manejo y utilización de los recursos económicos de la misma.
- VI. Recibir formación política.
- VII. Ser escuchado en su defensa antes de que se le imponga cualquier sanción por el incumplimiento de sus obligaciones estatutarias.
- VIII. Reunirse con otros miembros de la organización sin suplantar en ningún momento a las instancias formalmente constituidas.

Artículo 9

Todo miembro de la UBADEZ está obligado a:

- I. Conocer y respetar el estatuto, los principios, la línea política, el plan de acción y demás acuerdos emanados de las instancias de la organización.
- II. Desempeñar con honestidad y honradez los cargos que le encomiende la organización.
- III. Abstenerse de recibir beneficios por el desempeño de cualquier cargo o comisión encomendado por la organización.
- IV. Asistir puntual y regularmente a las instancias a las que pertenezca.
- V. Cubrir puntualmente las aportaciones económicas que fije la organización.
- VI. Cuidar los bienes muebles, inmuebles y recursos económicos de la organización que hayan sido puestos a su disposición.
- VII. Informar con regularidad sobre su actividad a través de las respectivas instancias.
- VIII. Abstenerse de hacer uso de la violencia física y verbal en las actividades cotidianas de la organización.
- IX. Guardar respeto por los compañeros y las instancias de la organización.

TÍTULO TERCERO

De la estructura organizativa

Artículo 10

La estructura de la UBADEZ cuenta con las siguientes instancias:

- I. Comité de base.
- II. Sectores.
- III. Comisiones.
- IV. Coordinación de colonia.
- V. Coordinación distrital.
- VI. Asamblea de Representantes.
- VII. Comisión de Honor y Justicia.
- VIII. Comisión Política.
- IX. Asamblea General Municipal.

CAPÍTULO I

De los comités de base

Artículo 11

El comité de base representa la instancia fundamental de la estructura de la organización dado que es el órgano que mantiene contacto permanente con la comunidad.

Artículo 12

El comité de base realiza reuniones al menos 2 veces al mes y sus funciones son las siguientes:

- I. Ejecutar los resolutivos de la Asamblea General y de Representantes.
- II. Recibir información de las demás instancias de la organización, discutir y decidir sobre las actividades a realizar en su respectivo territorio.

- III. Informar, organizar y movilizar a la comunidad para la solución de sus demandas y necesidades.
- IV. Concientizar y convencer a la gente a participar políticamente para lograr cambios sociales.
- V. Gestionar demandas ante el gobierno para sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de la participación política.
- VI. Generar identidad de la gente con la organización y su proyecto político.
- VII. Realizar actividades para recabar financiamiento que le permitan desarrollar su trabajo territorial.
- VIII. Nombrar responsables y representantes de comité ante las demás instancias de la organización.

CAPÍTULO II

De los sectores:

Artículo 13

El sector es la instancia de la UBADEZ donde se coordinan los miembros que desempeñan una actividad específica, permanente, que requiere de una administración propia de sus recursos y una particular gestión ante instancias de gobierno. Los sectores que reconoce la organización son el de comerciantes, el educativo, el de transporte, el de recolectores de basura y los demás que determine la asamblea general municipal.

Artículo 14

Los sectores se manejan con autonomía en todo lo que se refiere a la administración interna de su actividad. Sin embargo, en lo que se refiere a la participación política y social están obligados a coordinarse con las demás instancias de la UBADEZ.

Los sectores tienen las siguientes funciones:

- I. Cumplir con la Línea Política, el Estatuto, los Principios y resoluciones de las asambleas general y de representantes.
- II. Organizar a la comunidad a través de la solución de las necesidades relativas al Sector.
- III. Realizar reuniones de coordinación con los miembros de la organización que pertenezcan al sector
- IV. Nombrar responsables del sector para coordinarse con las demás instancias de la UBADEZ.

CAPÍTULO III

De las comisiones:

Artículo 15

Las comisiones son órganos facultados para ejecutar actividades de un orden específico encomendadas por la asamblea general o la de representantes. Las comisiones se formarán de acuerdo a las necesidades de la propia organización como son: gestión, salud, abasto, finanzas, formación política, cultura, prensa y propaganda, organización, honor y justicia, política y las demás que determinen las instancias de la organización.

Artículo 16

Las comisiones son nombradas en Asamblea General Municipal bajo los siguientes supuestos:

- I. Se nombran de 3 a 5 responsables por comisión pudiendo integrarse más compañeros sin responsabilidad ante las instancias de la organización.
- II. Ningún miembro de la organización puede ser nombrado responsable en más de dos comisiones, -exceptuando la de Honor y Justicia en la cual sólo podrán ser responsables de esa comisión.
- III. Las comisiones funcionaran por 6 meses y sus integrantes podrán ser reelegidos en una ocasión en Asamblea General Municipal.
- IV. Las comisiones presentarán un plan de trabajo a la Asamblea de Representantes y le informara de manera permanente sobre sus actividades.
- V. La asamblea de representantes tiene la facultad de crear de manera provisional las comisiones que considere convenientes y sustituir a los miembros responsables de comisión por incumplimiento.

CAPÍTULO IV

De las coordinaciones de colonia:

Artículo 17

La Asamblea de Representantes convocará a los Comités de Base que se encuentren en una misma colonia a reuniones para coordinar el trabajo territorial y la aplicación de la Línea Política, los Principios y estatutos.

Artículo 18

La coordinación de colonia es formada por los representantes de comité de base y miembros de la organización que mantengan un trabajo en el territorio. Las reuniones son deliberativas y ejecutivas.

CAPÍTULO V

De las coordinaciones de distrito:

Artículo 19

La asamblea de representantes convocará a reuniones de coordinación por distrito electoral local o federal cuando considere necesario en coyunturas electorales en las que se involucre la UBADEZ. En estas coordinaciones se preparan los procesos electorales internos y constitucionales.

Artículo 20

Las coordinaciones distritales son instancias operativas de los acuerdos de la asamblea de representantes.

Artículo 21

A las coordinaciones distritales asisten los responsables de comités de base, los responsables nombrados en asamblea de representantes sin menoscabo de la participación de otros miembros de los comités de base, comisiones etc.

CAPÍTULO VI

De la asamblea de representantes:

Artículo 22

La asamblea de representantes es la instancia de de dirección política del municipio donde se diseñan y ejecutan los planes de trabajo en correspondencia con la línea política. La asamblea de representantes se reúne cuando menos 2 veces al mes y de ser necesario de forma extraordinaria.

Artículo 23

A la asamblea de representantes asisten los representantes de comité de base, los responsables de las comisiones y de sectores así como los miembros de la organización que así lo deseen.

Artículo 24

Corresponde a la asamblea de representantes ejecutar los resolutive emanados de la asamblea general municipal, los principios y el presente estatuto. Es responsabilidad de esta asamblea elaborar un reglamento para su correcto funcionamiento.

CAPÍTULO VII

De la comisión de honor y justicia:

Artículo 25

La comisión de honor y justicia es la instancia encargada de garantizar el ejercicio de los derechos y cumplimiento de las obligaciones de los miembros de la UBADEZ y de que los actos y resoluciones de las diferentes instancias se apeguen a los principios, estatuto y línea política.

Artículo 26

La Comisión de Honor y Justicia se nombra en Asamblea General y sus miembros no pueden ser responsables de ninguna otra comisión, sector o coordinación. A esta comisión le corresponde:

- I. Actuar a petición de una instancia o miembro de la organización.
- II. Conocer de las controversias entre miembros de la organización.
- III. Contar con toda la información necesaria para su funcionamiento. La información será proporcionada por las distintas instancias de la organización.
- IV. Investigar y emitir una resolución objetiva basada argumentos debidamente sustentados.

Artículo 27

Para ser miembro de la comisión de honor y justicia se requiere:

- I. Probada militancia en la organización.
- II. Estar en pleno goce de sus derechos.
- III. Probada honestidad.

CAPÍTULO VIII

De la comisión política.

Artículo 28

La comisión política es la instancia encargada de ejecutar los acuerdos emanados de la asamblea general y de la asamblea de representantes. Corresponde a la comisión política orientar políticamente las actividades que desarrolla la organización.

Artículo 29

Los miembros de la comisión política serán nombrados en asamblea general y tienen la las siguientes funciones:

- I. Representar política y legalmente a la UBADEZ en el municipio.
- II. Representar los intereses de la organización ante las autoridades municipales.
- III. Elaborar un programa de trabajo.
- IV. Presentar de manera permanente el análisis de coyuntura.
- V. Proponer las estrategias políticas de la organización.

Artículo 22

La asamblea de representantes es la instancia de de dirección política del municipio donde se diseñan y ejecutan los planes de trabajo en correspondencia con la línea política. La asamblea de representantes se reúne cuando menos 2 veces al mes y de ser necesario de forma extraordinaria.

Artículo 23

A la asamblea de representantes asisten los representantes de comité de base, los responsables de las comisiones y de sectores así como los miembros de la organización que así lo deseen.

Artículo 24

Corresponde a la asamblea de representantes ejecutar los resolutive emanados de la asamblea general municipal, los principios y el presente estatuto. Es responsabilidad de esta asamblea elaborar un reglamento para su correcto funcionamiento.

CAPÍTULO VII

De la comisión de honor y justicia:

Artículo 25

La comisión de honor y justicia es la instancia encargada de garantizar el ejercicio de los derechos y cumplimiento de las obligaciones de los miembros de la UBADEZ y de que los actos y resoluciones de las diferentes instancias se apeguen a los principios, estatuto y línea política.

Artículo 26

La Comisión de Honor y Justicia se nombra en Asamblea General y sus miembros no pueden ser responsables de ninguna otra comisión, sector o coordinación. A esta comisión le corresponde:

- I. Actuar a petición de una instancia o miembro de la organización.
- II. Conocer de las controversias entre miembros de la organización.
- III. Contar con toda la información necesaria para su funcionamiento. La información será proporcionada por las distintas instancias de la organización.
- IV. Investigar y emitir una resolución objetiva basada argumentos debidamente sustentados.

Artículo 27

Para ser miembro de la comisión de honor y justicia se requiere:

- I. Probada militancia en la organización.
- II. Estar en pleno goce de sus derechos.
- III. Probada honestidad.

CAPÍTULO VIII

De la comisión política:

Artículo 28

La comisión política es la instancia encargada de ejecutar los acuerdos emanados de la asamblea general y de la asamblea de representantes. Corresponde a la comisión política orientar políticamente las actividades que desarrolla la organización.

Artículo 29

Los miembros de la comisión política serán nombrados en asamblea general y tienen la las siguientes funciones:

- I. Representar política y legalmente a la UBADEZ en el municipio.
- II. Representar los intereses de la organización ante las autoridades municipales.
- III. Elaborar un programa de trabajo.
- IV. Presentar de manera permanente el análisis de coyuntura.
- V. Proponer las estrategias políticas de la organización.
- VI. Presentar documentos y materiales de información para su analizar y discutir la realidad social.
- VII. Convocar a reuniones de coordinación con las comisiones, sectores y coordinaciones de colonia y distrital.
- VIII. Establecer relaciones con otras organizaciones sean estas políticas, sociales, ciudadanas, sindicales, culturales o de otro tipo que coincidan en el proyecto político de la UBADEZ.

CAPÍTULO IX

De la asamblea general municipal:

Artículo 30

La asamblea general municipal es la autoridad máxima de la UBADEZ, sus resoluciones son obligatorias para todas las instancias de la organización.

Artículo 31

La asamblea de representantes convoca ala realización de asamblea de manera ordinaria cada 6 meses y de ser necesario de manera extraordinaria.

Artículo 32

La asamblea general municipal se integra por todos los miembros de la UBADEZ que de manera libre y voluntaria decidan participar.

Artículo 33

Corresponde a la Asamblea General Municipal de la UBADEZ:

- I. Establecer o reformar total o parcialmente el estatuto y los principios de la organización.
- II. Acordar la Línea Política a seguir por la organización.
- III. Analizar la coyuntura política que se le presenta a la organización.
- IV. Definir las estrategias.
- V. Establecer las políticas de alianzas con organizaciones sociales, partidos políticos u otras fuerzas políticas.
- VI. Resolver en última instancia sobre las resoluciones de la comisión de honor y justicia.
- VII. Nombrar, destituir o reelegir a los responsables de las diferentes comisiones.

TÍTULO CUARTO

Del patrimonio y las finanzas:

Artículo 34

El patrimonio de la UBADEZ lo constituyen los bienes muebles e inmuebles adquiridos conforme a la ley.

Artículo 35

La fuente de financiamiento de la UBADEZ la constituyen las aportaciones que realizan aquellos miembros que ostentan cargos de representación popular o de la administración pública.

LÍNEA POLÍTICA:

Nos trazarnos como línea política dividida en tres ejes fundamentales:

1. La democracia directa o participativa.
2. La autogestión social.
3. La lucha por la democracia formal o electoral.

Así nuestro objetivo estratégico, consiste:

Generar condiciones propicias de concientización de la realidad social, económica y política; de miseria, para desarrollar alternativas de liberación y mejorar las condiciones de vida de la gente, permitiendo que el poder político quede en manos del pueblo en beneficio propio.

1. Objetivo: Consolidar una organización social y política, con una estructura horizontal y participativa.
2. Desarrollar proyectos productivos, sociales, culturales, políticos, generadores de empleo, capacitación, participación, y de mejorar de forma más inmediata las condiciones de vida personal de la gente que se integre en éstos.

3. Obtener espacios de representación popular en el 2006; que permitan generar políticas públicas que plasmen nuestro objetivo estratégico y se expanda nuestra organización.
4. Activar redes de acción político-ideológica con organizaciones ciudadanas y políticas acordes a nuestro planteamiento político a nivel estatal y nacional.
5. Desarrollar estructuras sociales que estén articuladas en la política social y electoral en el Estado de México.
6. Vincularnos al movimiento antiglobalización altermundista.

Construir y consolidar la organización en varios municipios del estado de México.