



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MÉXICO**

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

**“ESTRUCTURA INTERNA DEL AUTOCONCEPTO
DESDE LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA”**

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A :

PAOLA SURIANO CERVANTES

COMISION DICTAMINADORA:

MTRA. MARÍA ANTONIETA DORANTES GÓMEZ

MTRA. MARGARITA MARTÍNEZ RIVERA

DR. MIGUEL MONTIEL CORTÉS



LOS REYES IZTACALA, EDO. DEMEX.

Octubre

2004



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS.

Un especial agradecimiento a mis asesores, Mtra. Toñita y Mtra. Margarita por sus atinados comentarios, los cuales me sirvieron de mucho, al Dr. Miguel, por su apoyo, por creer en mí, por las enormes enseñanzas y por acercarme a la Programación Neurolingüística.

Gracias a los participantes en las videograbaciones, por permitirme entrar en su mundo Interno.

A mis padres, por su amor, por apoyarme en mis decisiones, por ser el pilar de mi vida e impulsarme a seguir adelante.

A mis abuelitos, que siempre serán un ejemplo a seguir, gracias por los consejos y el amor que siempre me han dado.

A mis hermanas, por ser parte importante en mi vida:

Cynthia: Gracias por tus consejos, por el amor que me brindas incondicionalmente y por compartir juntas momentos inolvidables.

Jess: Gracias por las maravillosas pláticas, el saber escucharme y dedicarme parte de tu tiempo.

A Lucy y Clau, gracias por el apoyo y la amistad que me han otorgado, por enseñarme a trabajar realmente en equipo y por su gran ayuda.

A mis amigos Marilú, David, Martha, Uriel, Huicho, Alberto, Claudia, Laura y Adriana, con quienes he vivido parte de mi adolescencia y juventud, gracias por los momentos tan tristes y felices que hemos compartido, los cuales siempre recordaré y sobretodo gracias por apoyarme en todo momento y por brindarme su tiempo y compañía.

A mis tíos, porque sé que siempre cuento con ustedes en todo momento, y por ser un ejemplo de vida.

Gracias al Centro Interdisciplinario de Ciencias de la Salud (UST) por abrirme sus puertas.

Gracias a la Universidad Nacional Autónoma de México, por formarme como profesionalista.

Y gracias a aquellas personas que de alguna u otra forma me han ayudado a madurar tanto con risas como con lágrimas, gracias a ello he aprendido a salir adelante y pude lograr todo lo que me propuse, pese a lo dura que parecía la vida...

ÍNDICE

Introducción.	6
Capítulo 1. Autoconcepto	
1.1 Antecedentes históricos	10
1.2 Definiciones	11
1.3 Algunas investigaciones realizadas sobre el autoconcepto	15
1.4 Importancia del autoconcepto en la adolescencia.	20
Capítulo 2. Programación Neurolingüística	
2.1 Antecedentes	22
2.2 ¿Qué es la P.N.L.?	24
2.3 Presuposiciones de la P.N.L	27
2.4 Filtros	29
2.5 Sistemas Representativos	30
2.6 Accesos oculares	31
2.7 Submodalidades	33
2.8 Metamodelo	34
Capítulo 3. Adolescencia y autoestima	
3.1 Antecedentes del estudio sobre la adolescencia	38
3.2 Definición de adolescencia	42
3.3 Las ocho etapas de Erikson	46
3.4 Identidad y adolescencia	48
3.5 Autoestima en la adolescencia	51

Capítulo 4. Metodología	
4.1 Descripción de la Población	54
4.2 Descripción del instrumento	54
Capítulo 5. Resultados	
5.1 Análisis de datos por persona	56
5.2 Análisis de datos por grupo (mujeres)	80
5.3 Análisis de datos por grupo (hombres)	96
5.4 Análisis de resultados	114
Conclusiones y discusión	
	116
Limitaciones y alcances	119
Bibliografía	121
Anexos	125

INTRODUCCIÓN.

El tema del autoconcepto ha sido estudiado desde hace siglos, la importancia de su estudio radica desde que el individuo nace, es importante que se sienta querido, protegido y aceptado; en tanto que se le proporcionen dichos estímulos, tendrá tanto un mejor autoconcepto así como una autoestima adecuados.

Existe una muy estrecha relación entre el afecto con la seguridad y el nivel de autoestima; así que a menudo ocurre que cuando el individuo crece, aumenta o disminuye su autoestima dependiendo de la obtención de dichos afectos.

Andreas, (2002) alude que el autoconcepto es una generalización de una experiencia que da sentido a quiénes somos y está compuesto por una multitud de diferentes cualidades.

Cabe puntualizar que el autoconcepto sólido se logra desde pequeños y es de suma importancia que los padres apoyen y sobre todo sean amorosos con sus hijos; además de evitar ridiculizarlos y sobreprotegerlos ya que esto ocasiona que los niños manejen su vida conforme a la aceptación de los demás, dejando de lado la suya y esto ocasiona un autoconcepto bajo y por tanto también sucede lo mismo con la autoestima.

En el presente trabajo se tiene como objetivo general el estudiar la estructura del autoconcepto en alumnos politécnicos, ayudándose de la Programación Neurolingüística, la cual no tiene una definición exacta, por lo cual, entre una de ellas, la que se utilizará en el presente es: el estudio de la experiencia humana subjetiva, de cómo organizamos lo que percibimos y cómo revisamos y filtramos el mundo exterior mediante nuestros sentidos. Además de que explora cómo transmitimos nuestra representación del mundo a través del lenguaje.

El análisis de dicha estructura se tomará de acuerdo con lo que en PNL llaman submodalidades, Grinder y Bandler (2001) explican que las submodalidades son elementos universales finos y sutiles que se encuentran en los sistemas representacionales, estos sistemas son llamados: Visual (comprende principalmente la vista), Auditivo (oído) y Kinestésico (sentir, gustar, oler, movimientos propioceptivos y sensaciones). Los sistemas representacionales marcan la diferencia en las personas, y pueden emplearse para cambiar cualquier imagen visual, auditiva o kinestésica sin importar su contenido. Las submodalidades permiten describir y analizar detalladamente las representaciones internas y en muchos casos modificarlas en el sentido deseado. Varían en cada cultura y en cada persona. Además de que este autor se refiere a las submodalidades como las maneras en que nuestro cerebro clasifica y codifica nuestra experiencia.

Entre los tipos de submodalidades se encuentran: *Visuales*; Color, distancia, profundidad, duración, contraste, alcance, movimiento, velocidad, tonalidad, transparencia, proporción, orientación, figura/fondo, forma, tamaño, intensidad, brillo, enmarcado o sin límites. *Auditivas*; Volumen, duración, claridad, dimensión, localización, ritmo, tempo, distancia, calidad, tonalidad, tono, claridad, continuidad o discontinuidad, velocidad, palabras o sonidos. *Kinestésicas*; Intensidad, temperatura, localización, tipo de movimiento, limitación, área de difusión, carácter, ritmo, duración, presión (fuerte ó débil), textura (áspero o suave), peso.

En el presente trabajo se revisará la estructura del autoconcepto en PNL, ya que hasta la fecha de la realización de la presente, no se encontraron indicios de estudios anteriores sobre la estructura del autoconcepto, únicamente se encontraron estudios como el de Acuña y Bruner (1992) realizaron una investigación llamada: "Autoconcepto en función de elecciones vocacionales." En la cual consideran el autoconcepto como índice de salud mental, dada su correlación positiva con el rendimiento escolar, popularidad, independencia y

creatividad, y su correlación negativa con depresión, neuroticismo y tendencias suicidas.

La Rosa y Díaz-Loving (1991), realizaron su investigación referente a la evaluación del autoconcepto y tenían como propósito desarrollar un instrumento multidimensional de autoconcepto.

Otra investigación fue realizada por Valdez (1998), quien trabajó con una muestra de 400 sujetos de ambos sexos, de diferente nivel académico (primaria, secundaria, preparatoria y universidad). En ese trabajo se utilizó la técnica de redes y categorías semánticas naturales, encontrando que de las definidoras que se les mencionaban, eran 10 las que sobresalían, de ese número se tomaron las 5 para la realización de esta investigación.

Así mismo, se escogió trabajar con adolescentes porque es justamente en esta etapa donde el autoconcepto juega un papel muy importante, como lo señala Hurlock (1980). Los adolescentes deben manejar las exigencias y expectativas conflictivas de la familia, la comunidad y los amigos, desarrollar conclusiones con respecto a los cambios en sus cuerpos y las necesidades que los acompañen; establecer independencia y moldearse una identidad para la vida adulta. Comienzan a formarse un concepto de sí mismos que les lleva a actuar de acuerdo a como esté de sólido su autoconcepto, el cual influirá en su vida personal, en todos los ámbitos de su vida, por lo que es importante que tengan un autoconcepto alto, puesto que de lo contrario, el adolescente actuará de acuerdo a lo que los demás opinen de él, dejando de lado lo que él piense y desee para sí. Trayendo como consecuencia frustraciones, insatisfacciones, inseguridad, por mencionar algunas.

RESUMEN

Al hacer una revisión acerca de los estudios del autoconcepto, hasta la fecha, no se encontró alguno que hiciera referencia al estudio de cómo se estructura internamente el autoconcepto, motivo por el cual, se decidió realizar una investigación para conocer dicha estructura, además de que se decidió realizarla con adolescentes, porque es precisamente durante esta etapa, en la que los seres humanos tomamos decisiones importantes para nuestra vida como son el elegir una carrera, la elección de pareja, entre otras.

El trabajar con la Programación Neurolingüística, es de suma importancia, ya que es una herramienta que nos sirve para realizar el estudio de la experiencia humana subjetiva, de cómo organizamos lo que percibimos y cómo revisamos y filtramos el mundo exterior mediante nuestros sentidos. Además de que explora cómo transmitimos nuestra representación del mundo a través del lenguaje.

En este trabajo, se revisarán en el primer capítulo los antecedentes del autoconcepto, definiciones, investigaciones realizadas y la importancia del autoconcepto en la adolescencia. En el segundo capítulo se verán los antecedentes de la Programación Neurolingüística, definiciones, presuposiciones, algunas maneras de filtrar la información, sistemas representativos, accesos oculares, submodalidades y el metamodelo. En el tercer capítulo se integran los estudios sobre la adolescencia, definiciones de la adolescencia, las ocho etapas de Erikson y la autoestima en la adolescencia. En el cuarto capítulo se describirá el trabajo realizado con los adolescentes y la forma en que se trabajará. Finalmente se harán los análisis y conclusiones encontrados en la realización de la investigación.

CAPÍTULO 1.

AUTOCONCEPTO.

La relevancia del autoconcepto radica en que éste va a regir nuestro comportamiento, puesto que, como más adelante se analizará, el autoconcepto es la noción que tenemos sobre nosotros mismos y la que personas cercanas tengan sobre nosotros. Dicha noción regirá nuestra manera de comportarnos.

El estudio del autoconcepto es de suma importancia, debido a que al igual que la autoestima, es la base para que el ser humano desarrolle al máximo sus capacidades. Desde que nace, es necesario que el autoconcepto del individuo se encuentre en óptimas condiciones, ya que a medida que va creciendo, éste puede aumentar o disminuir. Siendo de vital importancia la interrelación del niño con sus padres debido a que ellos son la fuente principal de afecto y seguridad. Así que una persona con un autoconcepto bajo suele verse como una persona inútil, dependiente, angustiada, insegura y con miedo, lo cual puede ocasionar que evada su realidad o manifieste síntomas depresivos graves y tenga consecuencias familiares y sociales desfavorables.

El autoconcepto es trascendental ya que determina ciertos comportamientos. Desde que el individuo nace le es sumamente significativo sentirse querido, protegido y aceptado; esto hace que, en tanto se le proporcionen tales estímulos, tendrá una adecuada autoestima. Por ende, existe una muy estrecha relación entre el afecto y el nivel de autoestima; así que a menudo ocurre que cuando el individuo crece, aumenta o disminuye su autoestima dependiendo de la obtención de dichos afectos.

Debido a lo anteriormente mencionado, en la presente tesis se tiene como objetivo general estudiar los patrones de conformación de la manera en que las personas forman su autoconcepto.

1.1 Antecedentes

Dentro de los antecedentes históricos, es Platón quien inicia el estudio del auto concepto o *self* entendido como alma. Por su parte Aristóteles en el siglo III A.C. hace una descripción sistemática de la naturaleza del yo. San Agustín (citado en Xirau, 1990) describió el primer atisbo de introspección de un self personal.

Descartes y su frase “pienso, luego existo” coloca a su “sí mismo” como base para poder hablar de sí mismo. Locke atribuía mayor énfasis a la experiencia sensorial, hasta el punto de considerarla propiamente self: el auto concepto sería siempre nuestras sensaciones y percepciones actuales. En el siglo XVIII Hume siguió el argumento de sentido basado en la identidad (Mueller, 1982).

Ya en 1781 Kant introdujo la distinción del autoconcepto como sujeto y objeto. En el Siglo XIX, W. James, puso las semillas que brotaron en el estudio posterior del self (se refiere al sí mismo). Considerando que el self empírico está formado por tres constituyentes:

- Lo social o las opiniones que los demás tienen de él.
- Lo material o cuerpo.
- Lo espiritual, con habilidades y rasgos dirigidos por el propio ego.

Freud en el año de 1938 (Citado en Oñate, 1989) con su teoría psicoanalítica, ayudó al desarrollo del concepto del self, definiéndolo como la evaluación subjetiva de un individuo, como un compuesto de los pensamientos y sentimientos que constituyen la conciencia de una persona sobre su existencia individual, su noción de quién y qué es. El yo representa una organización cuya función es evitar el sufrimiento y el dolor al oponerse o regular la descarga de los impulsos con el fin de adaptarse a las exigencias del mundo externo.

1.2 Definiciones

Calvin, May y Gardener, informan referente al sí mismo, que es del trabajo de William James de donde derivan directa o indirectamente, gran parte de lo que en la actualidad se escribe acerca del sí mismo o Yo.

Refieren que en cuanto al empleo del término sí mismo, en la actualidad posee dos significados distintos:

- 1) Actitudes y los sentimientos de una responden de si misma y
- 2) Cómo un grupo de procesos psicológicos que gobiernan la conducta y la adaptación.

El primer significado es una definición del sí mismo como objeto (lo que una persona piensa de sí). El otro constituye una definición de sí mismo como un proceso (un activo grupo de procesos como: pensar, recordar, percibir, etc.).

Componentes del autoconcepto:

- a) Perceptual: Es la forma en que la persona se percibe a sí mismo y como se ha hecho de las impresiones de las otras personas.
- b) Conceptual: Se refiere a los conceptos que tienen de sus características, habilidades, recursos, ciertas fallas y limitaciones, así como la conceptualización de su pasado y su futuro.
- c) Propias actitudes: Influyen los sentimientos acerca de sí mismo y desenvolvimiento ante el status social y frente al futuro.

El autoconcepto no sólo incluye el conocimiento de lo que se es, sino de lo que se quiere ser y de lo que debe ser un individuo. Esto permite a la personalidad una concepción coherente y uniforme de sí mismo, dándole a la personalidad la posibilidad de desarrollarse más adecuadamente dentro de su medio ambiente.

El autoconcepto de acuerdo con Rodríguez (1988), es el conjunto de creencias que una persona tiene acerca de lo que es ella misma. Cada persona se forma a lo largo de su vida, una serie de ideas o imágenes que la llevan a creer que así es. Cuando, por ejemplo, una persona cree que no es apta para las matemáticas, aunque tenga cualidades para ellas, será inútil. El autoconcepto limita en forma poderosa. Lo mismo sucede en forma contraria: si una persona cree y tiene fe en sus aptitudes para la música, poco a poco desarrollará la habilidad para hacerlo.

Por otro lado, según Coopersmith, Mead, Rosenber y Wylie (citados en Pick, et al, 1988) el autoconcepto ha sido definido como la forma en que las personas se perciben a sí mismas.

“Esta concepción de uno mismo se desarrolla en base a la percepción que se tiene de la actitud que otras personas significativas tienen para uno mismo. Dos de las personas determinantes en este sentido son los padres.” (Cooley, 1964, citado en Espinosa y Lagunes, 2000).

Tamayo (1982, citado en Muñiz y Andrade, 1990)) considera al autoconcepto como un proceso psicológico cuyos contenidos y dinanismos son determinados socialmente, comprende el conjunto de percepciones, sentimientos, imágenes, autoatribuciones y juicios de valor referentes a uno mismo.

Rogers (1975, citado en Valdéz y Lagunes, 1994) menciona que el autoconcepto es una configuración organizada de percepciones acerca de sí mismo en relación con los otros y con el medio ambiente.

Además, Rogers (1980, citado en Rivera y Díaz, 1992) utiliza el concepto de sí mismo, distinguiendo tres aspectos en las actitudes hacia uno mismo (percepción de una persona hacia sus habilidades, sentimientos, acciones y relaciones en su medio social): el contenido específico de la actitud (dimensión cognitiva), un juicio respecto al contenido de la actitud, de acuerdo a algunos patrones (aspecto

evaluativo) y un sentimiento relacionado al juicio evaluativo, que constituye la dimensión afectiva. La aceptación de uno mismo, es decir, la autoestima, conforme Rogers se encuentra con el último aspecto.

De acuerdo con Markus y Wurf (1987, citados en Muñiz y Andrade, 1990) el autoconcepto irrumpe como un componente único del sistema cognitivo y afectivo del individuo, sus principales funciones son: proporcionar un sentido de continuidad en el tiempo y espacio; integrar y organizar las experiencias autorelevantes del individuo; regular el estado afectivo y proporcionar una fuente de incentivo o motivación.

Rosemberg (1989, citado en Acuña y Bruner, 1992) resalta que en el autoconcepto se representa la relevancia de la totalidad de los pensamientos y sentimientos del individuo con referencia a sí mismo.

La Rosa (1986, citado en Rivera. y Díaz, 1992) definió el autoconcepto a través de cinco dimensiones básicas:

- 1) Social (relación con sus semejantes como la familia, amigos, jefes, etc.)
- 2) Emocional (sentimientos y emociones intra e interindividuales así como la salud emocional).
- 3) Ética (congruencia con los valores personales como un reflejo de los valores culturales).
- 4) Ocupacional (funcionamiento y habilidades del individuo en todos los ámbitos).
- 5) Iniciativa (iniciativa en diferentes campos de la actividad humana).

Por su parte, Valdez (1998), destaca que el autoconcepto es una estructura mental de carácter psicosocial, o sea, que es el resultado de elementos de interacción e influencia que el sujeto recibe de los demás o de los otros con los que convive diariamente. Agrega que el sujeto se comporta para consigo mismo y

para con los demás, en gran medida a partir de la forma en la que se concibe a sí mismo, es decir, a partir de la forma en la que ha aprendido a percibirse o a verse a si mismo. Por último, menciona que existen tres aspectos que hipotéticamente forman el autoconcepto: conductual, afectivo y físico.

Staines (1958, citado en Oñate, 1989) analiza la estructura del autoconcepto en términos de niveles y dimensiones. En cuanto a los niveles, diferencia el nivel Yo conocido, o lo que el individuo percibe que es él mismo; el nivel del otro Yo, o lo que otros piensan de él; y el Yo ideal, o lo que desearían ser. Las categorías abarcan características físicas, habilidades, rasgos, actitudes, valores y metas. Las dimensiones serían las direcciones en las que los sujetos pueden variar, comprendiendo autoconciencia, diferenciación, potencia, integración, realismo, estabilidad, auto aceptación y certeza.

En la presente tesis, se tomará la definición del autoconcepto que hace Andreas, (2002), quien apunta que el autoconcepto es una generalización de una experiencia que da sentido a quiénes somos y está compuesto por una multitud de diferentes cualidades.

A continuación se mencionan los componentes del autoconcepto:

- a) Perceptual: Es la forma en que la persona se percibe a sí mismo, y cómo se ha hecho de las impresiones de las otras personas.
- b) Conceptual: Se refiere a los conceptos que tienen de sus características, habilidades, recursos, ciertas fallas y limitaciones, así como la conceptualización de su pasado y su futuro.
- c) Propias actitudes: Incluyen los sentimientos acerca de si mismo y desenvolvimiento ante el status social y frente al futuro.

El autoconcepto no solo incluye el conocimiento de lo que se es, sino de lo que se quiere ser y de lo que debe ser un individuo. Esto permite a la personalidad una

concepción coherente y uniforme de sí mismo, dándole la posibilidad de desarrollarse más adecuadamente dentro de su medio ambiente.

Para Allport (1977), el sí mismo se forma mediante un largo proceso que comienza desde el nacimiento, establece que existen siete factores que integran el sí mismo, los cuales se irán incorporando de acuerdo a la edad y circunstancias y al llegar a la adolescencia se espera que estén consolidados formando el autoconcepto, estos factores son:

- 1º . Sentido del sí mismo corporal
- 2º . Sentido de una continua identidad de sí mismo.
- 3º . Estimación del sí mismo, amor propio.
- 4º . Extensión del sí mismo.
- 5º . Imagen de sí mismo.
- 6º- El sí mismo como solucionador racional.
- 7º . Esfuerzo orientado.

1.3 Investigaciones realizadas

Se han realizado diversas investigaciones sobre el autoconcepto, Pick de Weiss en 1988 investigó sobre “El autoconcepto y percepción que el adolescente tiene de su relación con sus padres.” En esta investigación, se utilizó una muestra de 298 hombres y mujeres entre 14 y 16 años de edad, de escuelas secundarias y preparatorias públicas y privadas de la Ciudad de México; a quienes se les aplicó parte de la escala de autoconcepto, diseñada y validada con sujetos mexicanos.

Para el análisis de los resultados se utilizó la correlación de Pearson. Se encontró una relación significativa entre aspectos de autoconcepto y percepción de la relación padres-hijos que tienen los adolescentes de un grupo de escuelas públicas y privadas de la Ciudad de México; es decir, que al existir una mejor relación padres-hijos, es mayor el autoconcepto, el cual influye en su desempeño escolar.

Por su parte, Acuña y Bruner (1992) realizaron una investigación llamada: "Autoconcepto en función de elecciones vocacionales." En la cual consideran el autoconcepto como índice de salud mental, dada su correlación positiva con el rendimiento escolar, popularidad, independencia y creatividad, y su correlación negativa con depresión, neuroticismo y tendencias suicidas. Precisan que existen antecedentes de que el autoconcepto o salud mental varían en función de diferentes elecciones vocacionales, carreras o especialidades de una carrera. Su estudio formó parte de una investigación más amplia, cuyo propósito fue determinar la relación entre rol sexual y autoconcepto.

En esta investigación sirvieron como sujetos 1402 estudiantes de licenciatura (695 hombres y 707 mujeres) de dos diferentes universidades de la Ciudad de México. Los sujetos participantes en la investigación pertenecían a una de las cinco áreas generales de estudio en que se clasifican las carreras de licenciatura: humanidades clásicas, disciplinas sociales, disciplinas económicas administrativas, ciencias químico-biológicas y ciencias físico-matemáticas. Al azar se seleccionaron las carreras de cada área de las cuales se obtendrían los sujetos.

En los resultados se encontró evidencia de que la salud mental y el autoconcepto varían entre diferentes grupos. Los datos de esta investigación muestran que el autoconcepto de los estudiantes de licenciatura varió también entre áreas y entre carreras, aunque en un grado moderado. Como sería de esperarse, algunos autores han sugerido que la elección vocacional depende de una estructura de personalidad ya desarrollada al momento de la elección.

Otra investigación fue la realizada por Valdez (1998), quien trabajó con una muestra de 400 sujetos de ambos sexos, de diferente nivel académico (primaria, secundaria, preparatoria y universidad), 100 sujetos de cada nivel de escolaridad, la mitad de los sujetos fueron hombres y la otra mitad mujeres. Todos ellos

pertenecientes a escuelas de gobierno de la Ciudad de Toluca. Se utilizó la técnica de redes y categorías semánticas naturales.

En los resultados, se encontró que las categorías semánticas que marcan las diferencias que hacen los sujetos de la muestra acerca de su autoconcepto, tienden a ser más de tipo instrumental entre los hombres y más expresivas en las mujeres; en base a estos resultados, el autor concluye mencionando que existen muchas probabilidades de que los hombres terminen siendo figuras sumisas y abnegadas dentro de las familias que lleguen a formar, conservando así los principales rasgos de autoconcepto que son promovidos por la cultura que se desenvuelven.

La Rosa y Díaz-Loving (1991), realizaron su investigación referente a la evaluación del autoconcepto, tenían como propósito el desarrollar un instrumento multidimensional de autoconcepto, cuya definición y operacionalización fueran congruentes con la concepción de concepto, emanada de sujetos representantes de la cultura mexicana, y así lograr un instrumento más válido y confiable.

Esta investigación se dividió en seis estudios, En el primer estudio participaron dos grupos de alumnos de la preparatoria, totalizando 55 sujetos y dos grupos de universitarios de la UNAM, el objetivo era realizar una identificación de las dimensiones importantes del autoconcepto, para lo cual se utilizó la técnica de "tormenta de ideas", para identificar las dimensiones importantes del autoconcepto. Se pidió verbalmente, en el salón de clases, que los sujetos manifestasen, a través de la palabra, los aspectos que consideraban importantes cuando pensaban en sí mismos y de los cuales dependía su felicidad y realización.

En lo que respecta al segundo estudio, el objetivo principal era realizar una búsqueda de los adjetivos adecuados para describir y evaluar el individuo en las dimensiones física, social, emocional, ocupacional y ética.

Otra investigación es la realizada por Cortés, Flores y Carrillo (2000) en la que tenían como objetivo conocer la relación entre el ambiente familiar y el autoconcepto en niños, así como conocer si existen diferencias en la relación entre dichas variables por sexo con fin de determinar las generalidades y particularidades relacionadas a los diversos subgrupos.

Participaron 450 niños de primaria de escuelas públicas de la Ciudad de Mérida, se eligieron de manera accidental los niños que participaron en el estudio 231 niños y 219 niñas, de los cuales 211 cursaban 5º grado y 239 el 6º grado, la edad promedio es de 11.18 años. Se utilizaron la Escala de Autoconcepto y la Escala de Ambiente Familiar, la cual evalúa la percepción que el niño tiene de la relación con su papá, mamá y hermanos, y la que tienen sus papás entre sí.

Los datos revelaron que la percepción del ambiente familiar se relaciona con las percepciones del autoconcepto diferentes entre niños y niñas, en gran parte como producto de la socialización a la que han estado expuestos. Por otro lado, parece ser que la dimensión social-expresiva y ética-moral del autoconcepto de los niños se relaciona con el apoyo, comunicación y la aceptación tanto del padre como de la madre, aunque esto no sucedía con las niñas. Los investigadores concluyen que el autoconcepto mostrado por los niños de esta muestra fue en general positivo y presenta una clara relación con la calidad percibida del ambiente familiar.

Otra investigación es la realizada por Espinosa Fuentes y Lagunes Reyes (2000), para la cual su objetivo era analizar la relación entre la percepción del ambiente familiar y el autoconcepto en una muestra de la región de Puebla, así como la orientación individual hacia aspectos culturalmente relevantes como la religión, toda vez que es claro el sentido religioso que culturalmente es firme en esta zona, una expresión de la personalidad. Dicho estudio se levantó en una muestra universitaria compuesta de 257 hombres y 325 mujeres, dando un total de 582

casos, todos de la Ciudad de Puebla, alumnos de la BUAP rango de edad entre 17 a 25 años.

La escala de percepción del ambiente familiar aplicada fue la de Moos y el instrumento de autoconcepto desarrollado en México por La Rosa y Díaz-Loving. En los resultados se encontró que al correlacionarse positivamente entre sí el autoconcepto y el ambiente familiar, apoya no sólo su estrecha participación en la configuración recíproca que cada uno de ellos tiene, sino que además el correlacionar no alto significa que son fenómenos distintos en su constructo y que pueden tomar configuraciones de relaciones distintas, en un momento determinado, según sean los aspectos involucrados de cada uno de estos dos grandes fenómenos.

Los autores de dichas investigaciones mencionan que sí es posible estudiar el autoconcepto con una postura etnopsicológica, a través del estudio del significado psicológico. Agregan que se observan resultados que muestran los cambios que hay en su estructura a partir de la edad, pudiendo tener la certeza de que el autoconcepto se va construyendo y evolucionando como cualquier estructura cognitiva con base en la edad y la cultura propia del lugar donde se desarrollan los individuos.

En la revisión de investigaciones anteriores sobre el autoconcepto, se puede observar que han estudiado el efecto que tienen otras personas en la formación del mismo, las diferencias que tienen entre sí hombres y mujeres al formarse su autoconcepto, cómo éste varía de acuerdo con la edad, entre otras, aunque considero que se ha dejado un vacío en la forma en la que la gente organiza sus experiencias para formar el concepto que tiene de sí misma, motivo por el cual, en la presente tesis se desea realizar una investigación para observar cómo es que las personas organizan sus experiencias.

1.4 Importancia del autoconcepto en la adolescencia

La adolescencia es un periodo en el que el individuo trata de llegar a un acuerdo consigo mismo y con su medio ambiente. Es una época de desarrollo de un conjunto de conceptos del yo cuya confirmación e integración será crucial para determinar la conducta personal y social del adolescente, así como su estatus futuro como individuo funcionalmente maduro.

Papalia y Wendkos (1990) hacen hincapié en que el autoconcepto es el sentido de nosotros mismos, incluidos la autocomprensión, el autocontrol o autorregulación. Los autoconceptos que se construyen en la infancia con frecuencia son fuertes y duraderos; los positivos pueden producir niños con habilidades sociales, físicas e intelectuales que les permite verse como individuos valiosos para la sociedad. También es posible que surja una imagen negativa que puede permanecer por mucho tiempo.

Dicho lo anterior, es importante el revisar cómo está constituido nuestro autoconcepto, puesto que si es positivo, nos conduciremos de ésta forma, seguros de nosotros mismos y en caso contrario podría presentarse depresión y una imagen propia pobre y distorsionada.

Horrocks (1993), recalca que la época más difícil para resolver los problemas que plantea la formulación final del concepto es entre los 14 y 18 años, aunque hay variaciones individuales y es precisamente en esta etapa en la que el autoconcepto es más susceptible e inclusive es de suma importancia conocer cómo se encuentra, ya que puede traer consecuencias negativas, por lo que los padres o la figura autoritaria tengan una buena comunicación con sus hijos y que inclusive se involucren en las actividades y las cosas que son de interés para sus hijos; a la par de esto es preciso que los alienten a ser independientes, a tener confianza en sí mismos, reforzando sus acciones

Generalmente los adolescentes se muestran rebeldes a los requerimientos de sus padres o maestros, pero esto solamente es un reflejo de querer ganar una autonomía propia e identificarse consigo mismo, éste será el camino a seguir para obtener sus anhelos, mientras el muchacho no empiece a formar planes no completará su sentido de sí mismo pero en ocasiones éste es ambivalente ya que por lo general el adolescente es idealista, fijándose metas muy difíciles de conseguir lo cual le provocará frustración y algunas desilusiones, siendo tarea de los adultos orientar objetivamente al adolescente, sobre todo en aquellas metas que se refieren a su elección vocacional y ocupacional que serán parte importante en su vida adulta. De tal manera que alrededor de los dieciséis años según Allport, el autoconcepto ya se encuentra conformado sí y sólo sí los siete factores anteriormente descritos se fusionaron satisfactoriamente, en caso contrario se produciría algún tipo de patología.

Erikson describe el enfoque del sí mismo durante la adolescencia, afirmando que durante los últimos años escolares el joven atraviesa la “quinta edad” y es cuando sufre una serie de cambios fisiológicos en su maduración genital surgiendo una incertidumbre acerca de los roles adultos que deberán asumir en un futuro; es aquí donde la identidad llega a su etapa final.

De manera general, los adolescentes se preocupan por la forma en que los demás los perciben, comparándose con los roles que en etapas anteriores les fueron asignadas, siendo la inquietud principal de los adolescentes el probar que son dignos de confianza, sin embargo carecen de habilidad para situarse ante una “identidad ocupacional” por lo que recurren a sus amigos; quienes también atraviesan por la misma etapa, surgiendo crisis de valores y estereotipos erróneos de conducta, considerándose que para evitar esto los adultos les brinden apoyo y seguridad para permitirles reafirmar su seguridad.

CAPÍTULO 2

PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

En el presente estudio de investigación se utilizará como herramienta la Programación Neurolingüística puesto que ésta es considerada actualmente, entre otras cosas, como una tecnología que permite obtener de forma rápida y eficaz los resultados que se deseen. Aunque el objetivo en esta tesis no es realizar terapia y como observaremos más adelante, la PNL no sólo es utilizada exclusivamente en la terapia, sino que también es empleada en otras áreas como la educación, salud, deporte, por mencionar algunas. Si se conocen y aplican de manera adecuada los principios de la PNL, con ella cualquier persona podría “optimizar” y lograr una mejor calidad de vida.

2.1 Antecedentes

Bertolloto (1998) comenta que la Programación Neurolingüística surgió en la década de los 70's en la Universidad de California, en Santa Cruz, EE.UU., donde Richard Bandler (matemático, psicólogo gestáltico y experto en informática), comenzó a investigar a los terapeutas conocidos, descubriendo que repetían por completo sus patrones de comportamiento personal y con ello obtenían resultados positivos con otras personas, siendo este descubrimiento la base de la PNL. Más tarde conoció a John Grinder (lingüista), quien también era profesor de la misma universidad y que además contaba con una trayectoria especial que le facilitaba conocer los idiomas, imitar acentos e interesarse en los comportamientos culturales. Su interés por la psicología estaba en sintonía con el objetivo primordial de la lingüística. Él descubrió la gramática oculta del pensamiento y la acción. Ambos decidieron combinar sus habilidades en informática y lingüística junto con su capacidad para copiar el comportamiento no verbal a fin de desarrollar un “lenguaje para el cambio.” También estudiaron los patrones de conducta de los seres humanos para desarrollar modelos y técnicas que pudieran explicar la magia y la ilusión del comportamiento y la comunicación. Siendo objeto de su

observación: la exitosa terapeuta familiar Virginia Satir, el padre de la hipnoterapia médica moderna Milton Erickson y el creador de la gestalt Fritz Perls. Los observaron en su trabajo y, sirviéndose de grabaciones de imagen y sonido, analizaron su comportamiento hasta en los más mínimos detalles; por ejemplo, el lenguaje (en cuanto a su contenido, semántica y fonética), la mímica y la gesticulación, prestando atención en cada caso al lapso temporal preciso en que se produce la interacción entre el terapeuta y el paciente.

Bandler y Grinder (1980) llegaron a la conclusión de que estas tres personas tenían en común ciertos modelos de interacción que aplicaban la mayoría de las veces de manera inconsciente. Partieron del principio de que las estructuras en las que se basan los trabajos de los terapeutas eficaces se pueden descubrir y, una vez comprendidas, se pueden reproducir y enseñar. El conjunto de los patrones que modelaron y sus influencias intelectuales dieron origen a la Programación Neurolingüística.

Viajaron a Phoenix Arizona, para aplicar sus técnicas de modelado, que habían estudiado tanto de Perls como de Satir, a las habilidades del hipnoterapeuta Milton Erickson. La combinación sentó las bases para una exploración de técnicas nuevas en el campo de la terapia. El trabajo que realizaron con Erickson de percatarse como piensa la gente con quien están hablando inconscientemente y utilizar esta información de diversos modos les confirmó que habían descubierto un método nuevo para comprender y reproducir la excelencia humana.

Gregory Bateson era vecino de Bandler y retomaron de él su modelo de los tipos lógicos para proponer un modelo de comunicación basado en emplear un canal para cada mensaje mientras que el modelo de Bateson requería de cada acto de comunicación un canal para el contenido y un canal para la relación.

Aunque los psicoterapeutas que estudiaron eran personalidades diferentes, los tres primeros empleaban patrones sorprendentemente similares en su trabajo psicoterapéutico. Tomaron estos patrones, los depuraron y construyeron un

elegante modelo que puede emplearse para una comunicación efectiva, cambio personal, aprendizaje acelerado y, por supuesto, mayor disfrute de la vida.

Por otro lado, en su primer libro sobre Programación, Bandler y Grinder (1980) recalcan que ellos no tratan de formar una nueva escuela de psicoterapia, sino más bien un conjunto específico de instrumentos y técnicas que son una representación explícita de lo que en cierta medida ya está presente en todas las formas de terapia.

O'Connor y Seymour (2002) cuentan que una vez que Richard y John habían puesto en común las intuiciones y descubrimientos que anteriormente realizaron, esto en el año de 1976, se pusieron a pensar ¿cómo llamarle? y así nació la “Programación Neurolingüística”, dicho término cubre tres ideas. La parte “neuro” de la PNL recoge la idea fundamental de que el comportamiento proviene de nuestros procesos neurológicos de visión, audición, olfato, gusto, tacto y sentimiento. Tomamos contacto con el mundo mediante los cinco sentidos, damos “sentido” a la información y actuamos según ello. Nuestra “neurología” cubre no sólo los invisibles procesos del pensamiento, sino también nuestras reacciones fisiológicas visibles frente a las ideas y acontecimientos. El uno es el simple reflejo del otro en un nivel físico. Cuerpo y cerebro forman una unidad inseparable, un ser humano. La parte “lingüística” del título indica que usamos el lenguaje para ordenar nuestros pensamientos y conducta para comunicarnos con los demás. La “programación” se refiere a las maneras que podemos escoger para organizar nuestras ideas y acciones a fin de producir resultados.

2.2 ¿Qué es la PNL?

Aquí valdría preguntarnos ¿qué es la PNL?, siendo ésta el arte y la ciencia de la excelencia personal. Vemos que la Programación Neurolingüística no tiene una definición exacta, por lo cual, entre una de ellas, la que se utilizará en el presente proyecto es: el estudio de la experiencia humana subjetiva, de cómo organizamos

lo que percibimos y cómo revisamos y filtramos el mundo exterior mediante nuestros sentidos. Además de que explora cómo transmitimos nuestra representación del mundo a través del lenguaje.

McDermott y O'Connor (1996) mencionan que la PNL es el arte y ciencia de la excelencia personal, siendo un arte porque cada uno da su toque único y personal y de estilo a lo que esté haciendo, y esto nunca se puede expresar con palabras o técnicas. Es una ciencia, porque hay un método y un proceso para descubrir los modelos empleados por individuos sobresalientes en un campo para obtener resultados sobresalientes, este proceso se llama modelar; y los modelos, habilidades y técnicas descubiertas tienen un uso cada vez mayor en el campo de la educación, asesoramiento y negocios (entre muchos) para conseguir una comunicación más efectiva, además de tener un mayor desarrollo personal y acelerar el aprendizaje

Dichos autores consideran que la PNL es una habilidad práctica que crea los resultados que nosotros verdaderamente queremos en el mundo, mientras vamos dando valor a otros durante el proceso. Es el estudio de lo que marca la diferencia entre lo excelente y lo normal. También va dejando detrás todo un conjunto de técnicas sobre educación, asesoramiento, negocios y terapias específicas.

De acuerdo con Bertolotto (1998) la PNL nos proporciona herramientas y técnicas específicas que pueden ser aplicadas para organizar o reorganizar nuestra experiencia con la finalidad de definir y asegurar cualquier resultado conductual propio. Lo cual nos permitirá obtener respuestas adecuadas a los objetivos que nos fijemos.

Vemos que Andreas y Faulkner (1998) hablan de que la PNL nos puede ayudar para llenar nuestras vidas de comportamientos más positivos y de mayor éxito, siguiendo las características fundamentales de la PNL. Para lograr esto, primero, debemos convertir lo que queremos hacer y aquello en lo pensamos en una

afirmación positiva, segundo, incrementar la vivencia mental de lo que queremos hacer para aumentar su atractivo para nosotros y por último, asociarnos a estos comportamientos de éxito y ensayarlos mentalmente, vivirlos en nuestra mente hasta que sean familiares y nos resulten naturales.

En el presente estudio nos basaremos sobre cuatro principios de la Programación Neurolingüística:

1º . *Calidad de nuestras relaciones*. La calidad es más importante que la cantidad. Por lo cual hay que potenciar y mantener la sintonía, es decir, la calidad de una relación construida sobre la confianza.

2º . *Objetivos*. Se refiere a las cosas que deseamos.

3º . *Agudeza sensorial*. Se divide en dos: a) Internamente: recrear una experiencia a través de los propios sentidos. b) Externamente: prestar atención a las respuestas del otro.

4º . *Flexibilidad*. Surge de tener claro lo que se quiere y de encontrar maneras de conseguirlo.

La PNL es un modelo explícito y poderoso de la experiencia humana y de la comunicación. Utilizando los principios de la PNL es posible describir cualquier actividad humana de un modo detallado que permite hacer cambios profundos y duraderos en forma rápida y fácil.

Con PNL, entre las muchas cosas que se pueden aprender son:

- 1) Curar algunas fobias y otras respuestas desagradables.
- 2) Ayudar a niños y adultos con dificultades de aprendizaje (problemas de ortografía, lectura, etc.).
- 3) Eliminar hábitos indeseados como fumar, beber, insomnio, problemas de alimentación, etc.; en pocas sesiones.
- 4) Producir cambios en las interacciones de parejas, familias y organizaciones, de modo que funcionen de manera más satisfactoria y productiva.
- 5) Curar muchos problemas físicos, también en pocas sesiones.

2.3 Presuposiciones PNL

La programación neurolingüística se interesa por cómo nuestros pensamientos, acciones y emociones trabajan en conjunto, aquí y ahora, para producir nuestras experiencias. Andreas y Faulkner (1998) recalcan que basada en las ciencias modernas de la biología, lingüística y la informática, la PNL considera en primer lugar los nuevos principios sobre el funcionamiento de la mente/cerebro. Estos principios o asunciones reciben la denominación de presuposiciones. Si se les resumiera en una frase sería: *las personas funcionan perfectamente*. Nuestros pensamientos, acciones y emociones específicas producen constantemente resultados específicos. Así podemos sentirnos satisfechos o no con estos resultados, pero si repetimos los mismos pensamientos, acciones y emociones, obtendremos idénticos resultados. Agregan que si aspiramos a obtener resultados distintos, debemos cambiar los pensamientos, acciones y emociones que intervienen en el proceso. Una vez que comprendemos específicamente cómo creamos y mantenemos nuestros pensamientos y emociones, resulta sencillo cambiarlos por otros más útiles o, si los encontramos mejores, enseñarlos a otras personas. Las presuposiciones PNL son la base para hacer esto.

Algunas de las presuposiciones PNL son:

- ◆ *El mapa no es el territorio*. Esto es, que respondemos a nuestros mapas, más que directamente al mundo real. Siendo más fácil actualizar los mapas, especialmente en lo relativo a emociones e interpretaciones, que intentar cambiar al mundo.
- ◆ *Toda experiencia tiene una estructura*. Nuestros pensamientos y recuerdos tienen su propio patrón, al modificar dicho patrón o estructura, nuestra experiencia cambia automáticamente.
- ◆ *Si una persona puede hacer algo, cualquier otra puede aprender a hacerlo*. La programación nos pide “haz como si todo fuese posible”. Puesto que al existir algún límite físico o ambiental, el mundo de la experiencia nos lo hará saber.

- ◆ *Mente y cuerpo son partes del mismo sistema.* Nuestros pensamientos influyen de forma instantánea en la tensión muscular, la respiración y las emociones. Y todo ello a su vez afecta nuestros pensamientos.
- ◆ *Las personas están dotadas de todos los recursos que necesitan.* Las imágenes mentales, las voces interiores, las sensaciones y las emociones son los elementos básicos de nuestros recursos físicos y mentales.
- ◆ *No puedes NO comunicarte.* Estamos continuamente comunicando, al menos no verbalmente. Un suspiro o una mirada son comunicación. Incluso nuestros pensamientos son comunicaciones con nosotros mismos, que se revelan a otros a través de nuestros ojos, tonos de voz, posturas y movimientos corporales.
- ◆ *El significado de tu comunicación es la respuesta que obtienes.* Los demás reciben lo que decimos y hacemos a través de sus propios mapas mentales del mundo.
- ◆ *Bajo todo comportamiento subyace una intención positiva.* Incluso los comportamientos nocivos, agresivos y desconsiderados tuvieron en su origen un propósito positivo. En lugar de condonar o condenar tales acciones, podemos separarlas de la correspondiente intención positiva de la persona, de modo que se puedan añadir a ésta nuevas opciones actualizadas y más positivas que cumplan la intención inicial.
- ◆ *Las personas se deciden siempre por la mejor opción disponible.* Cada uno de nosotros tenemos nuestra propia y única historia personal. Con ella hemos aprendido qué hacer y cómo hacerlo, qué querer y cómo quererlo, qué valorar y cómo valorarlo, qué aprender y cómo aprenderlo. Ésta es nuestra experiencia. Desde ella debemos elegir todas nuestras opciones, al menos hasta que se añadan otras nuevas y mejores.
- ◆ *Si lo que haces no funciona, haz otra cosa.* Si hacemos lo que siempre hemos hecho, seguiremos obteniendo lo que siempre obtuvimos. Si deseamos algo nuevo, debemos hacer algo nuevo, especialmente cuando existen muchísimas alternativas.

2.4 Filtros

Sea como sea el mundo exterior, usamos los sentidos para explorarlo y delimitarlo. El mundo es una infinidad de posibles impresiones sensibles, y sólo somos capaces de percibir una pequeña parte de él. La parte que podemos percibir es luego filtrada por nuestra experiencia única, cultura, lenguaje, creencias, valores, intereses y suposiciones. Cada uno vive en su realidad única, construida por sus propias impresiones sensibles y experiencias individuales de la vida, y actuamos de acuerdo a lo que percibimos: nuestro modelo del mundo.

Las convicciones, intereses y percepciones muy estrechos darán como resultado un mundo empobrecido, predecible y aburrido. Este mismo mundo puede ser rico y excitante; la diferencia no radica en el mundo sino en los filtros por los que percibimos.

Tenemos muchos filtros naturales útiles y necesarios. El lenguaje es un filtro. Es un mapa de nuestros pensamientos y experiencias, trasladado del mundo real a un nivel ulterior.

Nuestras convicciones también actúan como filtros, haciendo que actuemos de ciertas maneras y advirtamos unas cosas a costa de otras. La PNL ofrece una manera de pensar sobre nosotros mismos y el mundo; es un filtro en si misma.

Algunos de los filtros básicos de la PNL se llaman Marcos de Conducta. Éstos consisten en formas de pensar acerca de cómo actuamos.

El primer marco es una orientación hacia *objetivos* más que hacia *problemas*. Esto quiere decir, descubrir lo que nosotros y los demás queremos, descubrir los propios recursos y utilizarlos para dirigirnos hacia nuestra meta. El segundo marco consiste en preguntarse *¿cómo?* más que *¿por qué?* Las preguntas sobre el cómo nos llevarán a comprender la estructura de un problema, mientras que las

preguntas sobre el porqué probablemente nos proporcionarán justificaciones y razones, sin producir ningún cambio. El tercer marco es *Interacción* frente a *Fracaso*. El fracaso no existe, sólo hay resultados. Esto puede utilizarse como interacción, correcciones útiles; una oportunidad espléndida para darnos cuenta de cosas que nos hubieran pasado inadvertidas. Fracaso es simplemente una forma de describir un resultado que nosotros no queríamos. El cuarto marco consiste en considerar *Posibilidades* más que *Necesidades*. Aquí también hay un desplazamiento de enfoque: fijarnos en lo que se puede hacer, en las opciones, posibles, más que en las limitaciones de una situación. Y por último la PNL adopta una actitud de *Curiosidad y Fascinación* más que de hacer *Suposiciones*. Esta es una idea muy sencilla que tiene profundas consecuencias. Una idea útil es que todos nosotros tenemos, o podemos crear, los recursos internos que necesitamos para alcanzar nuestras metas. Estaremos más cerca de conseguir el éxito si actuamos como si esto fuera verdad a que si creemos lo contrario.

2.5 Sistemas Representativos.

McDermott y O'Connor (1996) nos hablan de los sistemas representativos, mencionando que la comunicación comienza con nuestros pensamientos, luego usamos las palabras, tonos y el lenguaje corporal para transmitirlos a la otra persona.

Manejamos nuestros sentidos externamente para percibir e interiormente para “representarnos” la experiencia a nosotros mismos. En la PNL la forma en que recogemos, almacenamos y codificamos la información en nuestra mente –ver, tocar, sentir, gustar y oler- se conocen con el nombre de sistemas representativos.

Utilizamos nuestros sentidos externamente de forma constante, aunque estemos prestando más atención a un sentido que a otro dependiendo de lo que hagamos. Como en un concierto, utilizamos más nuestro sentido auditivo, en una galería de arte usaremos más nuestra vista. Lo sorprendente es que, cuando pensamos,

tendemos a favorecer a uno, quizá a dos sistemas representacionales, sin tener en cuenta que estemos pensando. Somos capaces de usarlos todos y a partir de los 11 o 12 años ya tenemos claras preferencias

Estos sistemas representacionales son llamados: Visual (comprende principalmente la vista), Auditivo (oído) y Kinestésico (sentir, gustar, oler y sensaciones).

Grinder y Bandler (2001) resaltan que los sistemas representacionales no se excluyen mutuamente. Es posible visualizar una escena, tener las sensaciones asociadas a ella y escuchar los sonidos simultáneamente; aunque será difícil atender a las tres cosas a la vez. Algunas partes del proceso serán inconscientes.

Cuanto más absorta esté una persona en su mundo interior de visiones y sensaciones, tanto menos sabrá de lo que está ocurriendo a su alrededor; También, las personas que experimentan fuertes emociones internas son menos vulnerables al dolor exterior.

Nuestro comportamiento está generado por una mezcla de experiencias sensoriales internas y externas. En cualquier momento podemos estar atendiendo a partes diferentes de nuestra experiencia.

2.6 Accesos Oculares

Es fácil saber si una persona piensa mediante imágenes, sonidos o sensaciones. Hay cambios visibles en nuestro cuerpo según la manera en que estemos pensando. La forma como pensamos afecta a nuestro cuerpo, y cómo usamos nuestros cuerpos afecta a la forma como pensamos.

Movemos nuestros ojos en direcciones diferentes dependiendo de cómo estemos pensando. Estudios neurológicos han demostrado que el movimiento tanto lateral

como verticalmente parece estar asociado con la activación de distintas partes del cerebro.

Andreas y Faulkner (1998) especifican que en la PNL se llaman pistas de acceso ocular, porque son señales visuales que nos dejan ver cómo accede la gente a la información. Hay una conexión neurológica innata entre los movimientos del ojo y los sistemas representativos, porque los mismos patrones se dan en todo el mundo.

Cuando visualizamos algo referente a nuestras experiencias pasadas, los ojos tienden a mirar hacia arriba y a la izquierda. Cuando construimos una imagen a partir de palabras o intentamos “imaginar” algo que no hemos visto nunca, los ojos se mueven hacia arriba y a la derecha. Los ojos se mueven en horizontal hacia la izquierda para recordar sonidos, y en horizontal a la derecha para construir sonidos. Para acceder a sensaciones los ojos irán, típicamente, abajo y a nuestra derecha. Cuando hablamos con nosotros mismos (diálogo interno), los ojos irán, normalmente, abajo, y a la izquierda. Desenfocar los ojos y mirar hacia delante, “mirando a lo lejos”, también es señal de visualización (Ver Figura 1)

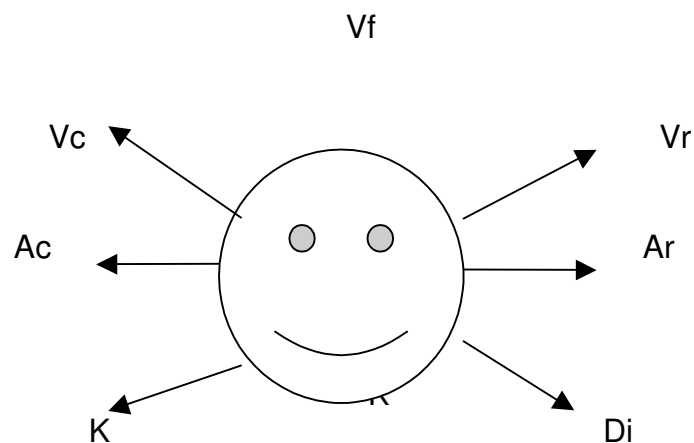


Figura 1 Claves de Accesos Oculares.

Las claves de acceso visual son únicamente uno de los modos de obtener información. Hay otras cosas que están transcurriendo y que son igualmente interesantes y eso nos dará más información. Por ejemplo, el tono de la voz es más alto durante el acceso visual y más bajo durante el acceso kinestésico.

Lo mismo ocurre con el ritmo. El ritmo del discurso se acelera para lo visual y se retarda para lo kinestésico. La respiración ocurre más alta en el pecho en el acceso visual y más bajo, en el abdomen para lo kinestésico.

2.7 Submodalidades

Bandler (1998) nos explica que las submodalidades son elementos universales finos y sutiles que se encuentran en los sistemas representacionales, marcan la diferencia en las personas, y pueden emplearse para cambiar cualquier imagen visual, auditiva o kinestésica sin importar su contenido. Las submodalidades permiten describir y analizar detalladamente las representaciones internas y en muchos casos modificarlas en el sentido deseado. Varían en cada cultura y en cada persona. Además de que este autor se refiere a las submodalidades como las maneras en que nuestro cerebro clasifica y codifica nuestra experiencia. Mientras que Krusche (1996) hace referencia a que el conocer las submodalidades es importante porque nos permite modificar el estado anímico y emotivo de los sujetos.

Tipos de Submodalidades: **Visuales** (Color, distancia, profundidad, duración, contraste, alcance, movimiento, velocidad, tonalidad, transparencia, proporción, orientación, figura/fondo, forma, tamaño, intensidad, brillo, enmarcado o sin límites). **Auditivas** (Volumen, duración, claridad, dimensión, localización, ritmo, tempo, distancia, calidad, tonalidad, tono, claridad, continuidad o discontinuidad, velocidad, palabras o sonidos). **Kinestésicas** (Intensidad, temperatura, localización, tipo de movimiento, limitación, área de difusión, carácter, ritmo, duración, presión (fuerte ó débil), textura (áspero o suave), peso)

2.8 Metamodelo

El lenguaje hace las veces de sistema representacional de nuestra experiencia. Nuestras posibles experiencias como seres humanos son enormemente ricas y complejas. Si el lenguaje ha de realizar satisfactoriamente su función como sistema representacional, deberá, además proveer un conjunto de experiencias ricas y complejas para representar nuestras posibles experiencias.

La PNL tiene un mapa muy útil de cómo funciona el lenguaje, este se llama “metamodelo”. El metamodelo emplea el lenguaje para clarificarlo, nos previene de engañarnos a nosotros mismos(as), nos permite comprender lo que significan las palabras; conecta el lenguaje con la experiencia (Ver Figura 2).

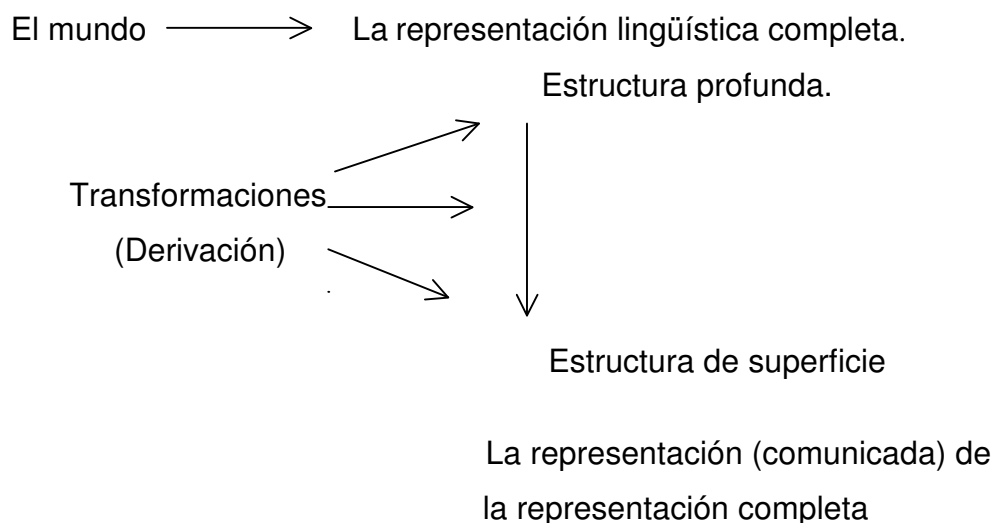


Figura 2 El Metamodelo.

El metamodelo fue uno de los primeros modelos desarrollados por John Grinder y Richard Bandler. Observaron que tres de los mejores terapeutas, Fritz Perls, Virginia Satir Y Milton H. Erickson se dirigían a sus pacientes utilizando cierto tipo de preguntas cuando recogían información.

Para entender el metamodelo, el cual es una herramienta para tener un mejor conocimiento de lo que la gente hace, necesitamos observar cómo se traducen los pensamientos en palabras. El lenguaje nunca puede equipararse a la velocidad, variedad y sensibilidad de nuestros pensamientos; sólo puede ser una aproximación. Un hablante puede tener una idea completa y total de lo que quiere decir; lo que los lingüistas llaman estructura profunda. *La estructura profunda no es consciente; el lenguaje existe en un nivel neurológico muy profundo.*

Lo que hacemos es acortar esta estructura profunda para hablar con claridad, y lo que realmente decimos es lo que se llama estructura superficial. Si no acortáramos la estructura profunda, la conversación sería terriblemente larga y tediosa. Una persona que te pregunte por el hospital más cercano, no te agradecerá si le das una contestación que incluya una descripción completa.

Para pasar de la estructura profunda a la de superficie, hacemos, de manera inconsciente, tres cosas:

- 1) Seleccionamos sólo una parte de la información existente en la estructura profunda. Gran cantidad quedará fuera (eliminamos).
- 2) Damos una versión simplificada que, inevitablemente, distorsionará el significado (distorsión).
- 3) Para evitar una conversación terriblemente aburrida, (generalizamos).

Para salir de la estructura profunda, generalizamos, cambiamos y abandonamos parte de nuestras ideas para hablar con los demás. Trocar y aclarar las eliminaciones, distorsiones y generalizaciones del lenguaje. Estas preguntas tienen la finalidad de llenar la información perdida, remodelar la estructura y sacar información específica para dar sentido a la comunicación.

Es útil tener en cuenta que ninguno de los modelos es bueno o malo en sí mismo; todo depende del contexto en que se utilicen y en las consecuencias de su empleo.

Finalmente, cabría mencionar que la programación neurolingüística ha sido criticada e inclusive rechazada; sin embargo, es sin duda, una nueva forma de abordar la psicología de una manera práctica y poniéndole mayor interés al lenguaje subjetivo, además nos ayuda a modelar el éxito en las personas.

CAPÍTULO 3.

ADOLESCENCIA

La adolescencia es un periodo de vida en que tanto el individuo como la sociedad han de llegar a un acuerdo, ya que el adolescente madura afirmándose como ser humano independiente, pero su sentido de competencia y de identidad depende de las maneras como responda a las obligaciones y asimile las primeras experiencias. También ha de descubrir cuáles son los compromisos que tiene con la sociedad y aprender a cumplirlos de manera satisfactoria, ha de adoptar los comportamientos propios de los roles que ha de desempeñar y ha de emplear los recursos de su sociedad para llevar a cabo sus cometidos.

Conjuntamente, durante la adolescencia vamos forjando nuestro autoconcepto y nuestra autoestima, ambos van a afectar tanto nuestra vida personal como social, ya que si contamos con un autoconcepto y autoestima elevados, como individuos nos sentiremos satisfechos con nosotros mismos, seguros, con gran valor sobre nosotros mismos y de esta misma forma nos conduciremos hacia los demás.

Entre las investigaciones realizadas sobre la adolescencia se encuentra la de Stanley Hall (1844-1924), quien fue uno de los primeros investigadores en reconocer la importancia de la adolescencia en el desarrollo psicológico. La tesis principal de Hall es que la adolescencia temprana de un individuo es una reminiscencia de etapas anteriores del desarrollo de la raza humana; además de que concebía los cambios psíquicos de la adolescencia como una consecuencia natural de los cambios físicos y fisiológicos básicos, Fuentes (1989).

Otra investigación es la realizada por Muuss en 1966, quien compara la descripción de tormenta y angustia con el periodo de Sturm and Drang del que habla la literatura alemana y se caracteriza por la entrega a un ideal y por el desastre y la pasión. Advierte, que Hall vio una semejanza entre las características de la adolescencia y las de la literatura alemana de la segunda mitad del siglo

XVIII. Las características de ambos periodos incluyen la entrega a un ideal, sentimientos muy intensos, una expresión altamente personalizada y sufrimiento.

Muchos de los problemas sociales y personales de desarrollo brotan durante la adolescencia, como los problemas que giran alrededor de la independencia personal, de la separación de la familia y la elección de una vocación. Además están los problemas sociales como la delincuencia, el abuso de las drogas, la paternidad no deseada, la indisciplina académica, la explotación de la juventud y actualmente los trastornos alimenticios como la bulimia, anorexia y el comer compulsivo, por citar algunos. Dichos problemas exigen un conocimiento más profundo del desarrollo normal de los adolescentes.

3.1 Antecedentes del estudio sobre la adolescencia.

McKinney y cols (1982) mencionan que no obstante que el estudio científico de la adolescencia es reciente, las actitudes hacia este conjunto humano datan desde la antigüedad; puesto que Platón se preocupaba mucho por la educación de la juventud y ya hacía notar lo modificables que son sus actitudes y por su parte Aristóteles escribió acerca del “carácter apasionado e irascible” de los adolescentes y su tendencia a dar opiniones categóricas.

La adolescencia fascinó siempre a los filósofos que han buscado mejor futuro para la humanidad en la socialización de la juventud, para lograr una sociedad transformada. La mezcla del idealismo, realidad política e investigación científica de los diferentes periodos de la historia ha rendido puntos de vista específicos respecto del desarrollo adolescente. Así tenemos que Grinder, (1986) ejemplifica lo anterior, mencionando que Platón y Aristóteles contribuyeron notablemente al entendimiento de la adolescencia, puesto que ambos reconocieron la existencia de una jerarquía de acontecimientos evolutivos, es decir, etapas diferenciadas de socialización; y otorgaron especial importancia al progreso de la capacidad de

raciocinio durante la adolescencia. Además de que trataron de resolver, principalmente, los dilemas filosóficos que hacían referencia a la naturaleza de la realidad y, a ese respecto, enunciaron cuáles eran sus opiniones sobre la manera de llegar a la madurez.

Muuss (1966, citado en Kimmel, 1998) señala que tanto Platón como Aristóteles eran de la opinión de que el proceso de la socialización alcanzaba la perfección cuando se daba un ambiente propicio que favoreciera el despliegue de las almas. Sin embargo, uno y otro diferían en lo que consideraban como ambiente favorable, y como consecuencia, en su punto de vista respecto al desarrollo de los adolescentes. Platón adoptó el método socrático del análisis racional, apartando su atención de los sucesos del mundo físico. Señaló que el conocimiento de la realidad debía adquirirse por medio del raciocinio inductivo, puesto que aquella se encontraba en los “ideales” eternos y sostuvo el dualismo o dicotomía “alma” y “cuerpo”. La madurez se conseguía mediante la capacidad de comprender los ideales. Platón defendió explícitamente que el ambiente del niño tenía que estar libre de miedos, dolores y preocupaciones, para educar el alma abogaba por la música y para la educación del cuerpo aconsejaba la gimnasia; de esa manera la socialización armonizaría con la razón desde sus inicios, aunque la capacidad de raciocinio no apareciera hasta la adolescencia. Atendiendo a su derivación o dualismo, recomendaba que se educara a los adolescentes en matemáticas y otras ciencias abstractas, con el fin de estimular la crítica de los conocimientos sensoriales conseguidos mediante las emociones y los apetitos. Platón creía que todos los adolescentes podían llegar a conseguir el alma divina, para lo que recomendaba que se impusieran austeridades como la prohibición de que los muchachos bebieran vino antes de los 18 años, con el fin de apartar todos los engaños que pudieran alterar el desarrollo de la razón pura. Por otra parte, Aristóteles rechazó el dualismo de Platón y dispuso uno tras otro alma y cuerpo, diciendo que el cuerpo, o materia, se percibe por los sentidos y contiene potencial de crecimiento; el alma era el final, la forma cabal o universal hacia la que tendía el cuerpo. Aristóteles recalcó el papel de la experiencia en el desenvolvimiento

humano e insistió en la necesidad de unir el razonamiento con la experiencia durante la adolescencia. Asintió que el adolescente estudiara matemáticas y geometría, ya que éstas le proporcionarían el conocimiento de los ideales eternos, pero era complemento necesario de su socialización adquirir un conocimiento de la naturaleza, a base de experimentación personal. Por lo tanto, razonaba que el muchacho podía llegar a ser matemático, puesto que se trataba de una disciplina abstracta, pero que al carecer de experiencia práctica, tal vez no llegaría a ser filósofo o físico.

Los presupuestos de Aristóteles contribuyeron en forma importante a las interpretaciones del desarrollo del adolescente a principios del siglo XX. Sin embargo, antes de considerar el valor de esos presupuestos, hay que notar que, durante siglos, los adelantos, hechos por los griegos quedaron oscurecidos por la miopía cultural de la Europa Medieval. En el medievo, los niños andaban mezclados con los adultos, participando en su trabajo y distracciones tan pronto como les era posible. Los niños eran compañeros de los adultos y no se distinguían de éstos en la indumentaria. Tan pronto como el niño dejaba las fajas (prenda que le envolvía el cuerpo ajustadamente durante la infancia) se les vestía como a hombre o a mujer.

Durante el siglo XVII, la educación de los niños cobró redoblada importancia, ya que se reavivó la creencia platónica-aristotélica respecto a la necesidad de una ambientación temprana para la socialización; se juzgó que se había de resguardar a los niños de la sexualidad libertina que los adultos toleraban y que se debía proceder a vigorizar su inocencia educándoles el carácter y la razón.

A medida que los hombres de autoridad empezaron a apreciar la naturaleza única de la niñez, se dio importancia social y moral a la educación de los niños en instituciones especiales; con esto se distinguió entre niñez y adolescencia.

El florecimiento de las escuelas durante los siglos XVI y XVII sirvió para agudizar la distinción entre infancia y adolescencia; en esta época se suponía que la infancia se extendía más o menos hasta la edad de los 9 o 10 años, el niño no entraba a la escuela de gramática si no tenía mas o menos esa edad.

En los umbrales del siglo XX, ya se tenía el escenario para ver de manera nueva la adolescencia. El fermento e interés que trajo la nueva ciencia al estudio de la adolescencia están evidentes en las obras escritas al principio de ese siglo por G. Stanley Hall y Sigmund Freud; los dos eran contemporáneos y ambos estaban profundamente influidos por la asimilación postdarwiniana de la teoría de la evolución, así mismo ambos hicieron hincapié en la importancia de los determinantes hereditarios de la personalidad. Hall y Freud dieron paso franco a la era de la psicología genética y defendieron la interpretación de la adolescencia como un periodo de Sturm und Drang (torbellino e impulso). Hall estudió la socialización y las consecuencias del fracaso de la misma desde el punto de vista de la teoría de la recapitulación, según la cual todo individuo repite la historia de su especie durante el proceso de su propio desarrollo.

Por otra parte, Freud sostuvo que el desarrollo personal estaba casi completo hacia el final del quinto año de vida, haciendo a un lado la adolescencia como periodo importante en la formación de la personalidad. Sin embargo, la panorámica de la teoría psicoanalítica de Freud ha contribuido inconmensurablemente al tratamiento terapéutico de las deficiencias en la personalidad del adolescente y a la formación de conceptos teóricos acerca del desarrollo de la personalidad.

Muller (1969, citado en Pepin, 1975) enuncia que el principio de una cuarta fase del desarrollo del concepto de niñez tuvo lugar alrededor de 1930. Sostiene que en nuestros propios días el niño se ha convertido en un “pequeño príncipe, alrededor del cual gira todo lo demás.” Sería interesante especular sobre los efectos que la reciente preocupación por la sobrepoblación y la liberalización

contemporánea de la mujer habrá de tener en las futuras actitudes hacia los niños y en nuestra concepción de los papeles que habrán de desempeñar en la familia y en la sociedad.

3.2 Definición de adolescencia

Ciertos autores definen biológicamente a los adolescentes, considerándolos como una persona que se convierte en adolescente cuando es capaz de reproducirse. Dicho periodo principia con la acción de las hormonas sexuales que producen la aparición de las características sexuales secundarias.

Por otra parte, Gross, (1998), explica que la palabra “adolescencia” proviene del latín *adolescere*, que significa “crecer hasta la madurez. Por tradición, esta etapa se ha considerado como un preludio y una preparación para la adultez, un periodo vital de transición entre la inmadurez y la madurez.

Así pues, la adolescencia es el periodo que nos sitúa entre la infancia que dejamos atrás y la edad adulta en la que nos embarcamos. En culturas menos desarrolladas, el adolescente es considerado como un adulto, preparado para asumir responsabilidades de trabajo, preparado para casarse, tener hijos y educarlos. En sociedades más complejas como la nuestra, el adolescente es considerado todavía un niño en la mayoría de los aspectos.

De aquí se puede vislumbrar vagamente al adulto en el cual se va a convertir, al desarrollar nuevas proporciones corporales y dedicarse más profundamente a las actividades que absorberán el resto de su vida como conseguir una firme comprensión de sí mismo, encontrar y concentrarse en el trabajo de la vida propia y formar relaciones íntimas adecuadas que tanto tienen que ver con la felicidad y el bienestar.

Semmens y Krantz (1980) observaron que además de los aumentos de estatura y peso, existen otros cambios evidentes en configuración corporal de los muchachos. Los brazos y piernas tienden a crecer con más rapidez que el tronco, aumentando el aspecto larguirucho de los niños que empiezan a entrar a la adolescencia. También ocurren cambios en el tamaño relativo de varios huesos faciales, lo cual resulta en un rostro de aspecto más maduro. Aparece el vello facial, axilar y pubiano; además el pene y los testículos aumentan de tamaño.

Por otro lado, enfatizan que la pubertad (la capacidad de función sexual) se establece en general entre los 12 y 14 años. Sin embargo, debe señalarse que el 18% de los varones no experimentan la pubescencia sino hasta después de los 15 años.

Es así que el momento real en que se inician estos cambios del crecimiento y desarrollo se encuentra altamente individualizado. Empero cada quien a su debido tiempo logrará una constitución corporal adulta y no hay manera de predecir a qué edad va a presentarse. El comienzo ocurre con toda normalidad entre los 9 y 19 años y se requiere un promedio de 4 años para que termine. La función plena y completa de los testículos y las glándulas sexuales accesorias secundarias se completa normalmente a los 22 años.

Por su parte Hoffman, Paris y Hall (1996) dejan en claro que los cambios físicos de la magnitud experimentada por los adolescentes poseen un efecto significativo en cómo éstos se sienten acerca de sí mismos. La forma en que ven su cuerpo de adultos, tanto si es con orgullo, placer, incomodidad o vergüenza, dependen en gran medida del contexto psicosocial en el que tienen lugar su pubertad.

Para dichos autores, el género también influye sustancialmente en la reacción de los jóvenes a los cambios físicos; puesto que cada cultura define un tipo de cuerpo en particular como atractivo y sexualmente apropiado para cada sexo. Lo jóvenes aprenden las características de su cuerpo ideal de los compañeros, de las

expectativas de la familia y de las imágenes que ven en la televisión, películas y revistas.

De esta forma, durante la adolescencia los jóvenes se enfrentan a una variedad de tareas cuyo resultado influye en el curso de sus vidas en el futuro. Puede que estén tratando de separarse de sus padres. Han de tomar decisiones sobre los estudios y la vocación. El nacimiento de la sexualidad les ofrece la oportunidad de intimar con miembros de otro sexo y la posibilidad de llegar a formar su propia familia. Se están esforzando por lograr la autonomía y tratan con temas de principios, política y valores. Mientras se debaten en estos asuntos descubren que sus cuerpos evolucionados evocan en sus amigos, compañeros y sociedad nuevas expectativas y conductas. Tales cambios tienen lugar en todos los aspectos de sus vidas, incluyendo las emociones. No es de extrañar que sea en la adolescencia cuando los jóvenes ponen a prueba sus sentimientos sobre sí mismos. Para algunos es una cuestión de consolidar sus conceptos actuales sobre su persona. La mayoría lleva estos temas sin demasiada dificultad y resuelve con éxito el conflicto entre sus propias necesidades y las exigencias de la sociedad. Una de las tareas esenciales de esta etapa es la formación de identidad, de la cual se hablará ampliamente más adelante.

Tras el desarrollo paso a paso de la infancia, los cambios en la adolescencia surgen como una tormenta repentina. La totalidad de la forma corporal cambia de tal forma que parece ya un adulto, aunque sus emociones y capacidades intelectuales no se encuentran al mismo nivel de madurez. Puede incluso estar afectado por su nuevo ritmo de vida que perdurará en las siguientes décadas. Los adolescentes son poco a poco absorbidos por las preocupaciones adultas.

Este proceso se inicia con la pubescencia, sobre la cual Papalia y Wendkos (1990) destacan que es una etapa de rápido crecimiento donde maduran las funciones reproductivas, los órganos sexuales y aparecen los caracteres sexuales secundarios, mismos que no están directamente relacionados con la reproducción: el desarrollo de los senos, del vello corporal y facial y cambios en la voz. Después

de dos años esta etapa finaliza en la pubertad, cuando el individuo es sexualmente maduro y capaz de reproducirse. El final de la adolescencia es difícil de determinar, ya que está definido por factores psicológicos, sociales y legales, tales como la independencia, la elección de carrera, la capacidad de votar, el ingreso en el ejército y casarse, entre otros.

Horrocks (1993) sustenta que la adolescencia finaliza cuando el individuo alcanza su madurez emocional y social, y cuando ha cumplido con la experiencia, capacidad y voluntad requeridas para escoger entre una amplia gama de actividades y asumir el papel de adulto, según la definición de adulto que se tenga y la cultura donde viva.

Para autores como Hall (1920, citado en Mueller, 1982), la adolescencia se caracteriza principalmente por la tensión y la aflicción.

Aunque esta teoría tiene sus adversarios así como defensores, tal es el caso de Bandura (1964, citado en Gallagher, 1966) quien considera que la idea de que la adolescencia es necesariamente un periodo tormentoso, es un mito. Sostiene que los adultos han prestado demasiada atención a las señales superficiales de inconformidad en los jóvenes. Asimismo, afirma que son los medios masivos de comunicación los que han destacado dramáticamente este aspecto de la adolescencia y que tal vez los adolescentes mismos se estén adaptando a un patrón que ha sido elaborado por una sociedad adulta.

Por otro lado, para Kaplan (1986) ninguna de estas dos teorías son totalmente correctas, ya que recalcan que aún cuando la adolescencia no es un periodo de tensión y de aflicción para todos y cada uno de los individuos, es en sí el periodo durante el cual el individuo establece su propia identidad. En el caso de algunos adolescentes, esto se puede lograr mediante el conflicto, mientras que otros autores han optado por destacar este aspecto en la juventud.

Blair (1979) enfatiza que durante la adolescencia, en forma más central, los adolescentes deben manejar las exigencias y expectativas conflictivas de la familia, la comunidad y los amigos, desarrollar conclusiones con respecto a los cambios en sus cuerpos y las necesidades que los acompañen; establecer independencia y moldearse una identidad para la vida adulta. Al ser más capaces de procesar ideas abstractas de manera lógica y hábil que como lo hacían en sus años de niñez, los adolescentes tienen la probabilidad de analizar lo que pasa en forma crítica y razonada, considerando soluciones alternas a sus problemas y detectando contradicciones. A causa de que la adolescencia presenta retos tan difíciles, con frecuencia se le considera como un momento de perturbación y confusión.

3.3 Las Ocho Etapas De Erikson

Según Erikson, el desarrollo se realiza en ocho etapas por las cuales pasamos a lo largo de nuestra existencia, las cuales entran en su teoría psicosocial. En cada una de las etapas propuestas por él, afrontamos una crisis decisiva que tiene dos soluciones: una positiva y la otra negativa. De la eficacia con que resolvamos los problemas de cada etapa depende nuestra capacidad futura de encarar las crisis psíquicas de la vida futura. Dichas etapas son:

- **Etapa 1:** oral-sensorial. En el primer año de vida dependemos de nuestros padres. La eficacia con que se satisfaga a nuestras necesidades y la cantidad de amor que nos den, determinan nuestra personalidad adulta: una personalidad de confianza básica o de desconfianza.
- **Etapa 2:** muscular-anal. Esta etapa decisiva se presenta en el segundo año de vida; de ella depende la obtención de autonomía.
- **Etapa 3:** locomotriz-genital. De los tres a los cinco años, el niño comienza a mostrar curiosidad exploratoria por el mundo. Quiere saber el cómo y el por qué de cuanto lo rodea. Adquiere sentido de iniciativa si le permiten obrar libremente y contestan a sus preguntas.

- **Etapa 4:** latencia. Desde el sexto año de vida hasta la pubertad, el niño asiste a la escuela. Siendo el aspecto central la adquisición de industriiosidad, frente a la inferioridad. Los niños que logran sentirse orgullosos por su dominio de las tareas y conseguir sus metas, adquieren el rasgo de industriiosidad, y si llegara a suceder lo contrario, serán víctimas de sentimientos de inferioridad.
- **Etapa 5:** adolescencia. En esta etapa el elemento fundamental es obtener una identidad personal y evitar la confusión de papeles. Aunque el individuo haya adquirido buenos resultados en los estadios precedentes, este periodo puede estar lleno de conflictos, agitación y ansiedad. Si se le permite al adolescente libertad de acción y se le alienta para que se encuentre a sí mismo, estará en condiciones de resolver su confusión.
- **Etapa 6:** adultez joven. El lugar principal en esta etapa lo ocupa la necesidad de alcanzar la intimidad para evitar la soledad o aislamiento.
- **Etapa 7:** adultez. La alternativa de creatividad o estancamiento predominan en este estadio. Si la persona desea seguir creciendo necesita trabajar para sus hijos y para la sociedad en general.
- **Etapa 8:** madurez. Al llegar a la madurez, el individuo afronta el dilema de la integridad y la desesperación.

Así mismo, Gross (1998) hace hincapié en que la calidad del cuidado que recibe el recién nacido determina la manera en que llega a ver a su madre en particular, y al mundo en general. Esto se enlaza con el sentido del niño acerca de su capacidad para influir en lo que le sucede y de allí que confíe en sí mismo. Si se satisfacen las necesidades del niño a medida que surgen y si se retira con rapidez lo que le incomoda, si se le acaricia y se le mimas, se juega con él y se le habla, desarrolla un sentido del mundo como un lugar seguro en el cual estar y de las personas como seres que ayudan y de los que se puede depender.

Del primer al tercer año, los sistemas cognoscitivo y muscular del niño están en proceso de maduración y se vuelve más móvil. El niño comienza a pensar de sí

mismo como persona por derecho propio, separada de sus padres, y este nuevo sentido de poder es la base para su creciente sentido de autonomía e independencia. De manera contraria, los fracasos repetidos y el ridículo al que otros lo someten puede conducir a un sentido de vergüenza y duda.

De los tres a los seis años, el desarrollo físico, intelectual y social suceden de manera muy rápida y el niño está ansioso de poner a prueba sus capacidades y habilidades de reciente desarrollo para alcanzar toda suerte de nuevas metas. Si se alienta al niño a hacer preguntas y a expresar de otras maneras su curiosidad natural y se le proporciona la libertad para participar en la actividad física, al igual que para permitirse la fantasía y otros tipos de juego, se reforzará su sentido de iniciativa.

3.4 Identidad y Adolescencia

Erikson (1959, citado en Ponce, 1976) sugirió que el periodo de la adolescencia es un periodo en el que el individuo lucha entre identidad y difusión o pérdida de identidad. De acuerdo en la forma en que lo usa Erickson, el término identidad significa “la confianza intensificada de que la realidad y continuidad internas que se han preparado en el pasado, corresponden a la realidad y continuidad de significado que uno tiene para los demás.”

Así observamos que en la etapa 5, Erikson menciona que la conciencia de la identidad es una nueva forma de la duda original (la cual se relaciona con la confiabilidad de los adultos que educan y del niño mismo), solo que en la adolescencia esta duda consciente de sí misma se refiere a la confiabilidad y la reconciliabilidad de todo el periodo de niñez que ahora debe quedar atrás, mientras los esfuerzos se orientan al logro de una posición permanente. El joven no pregunta quién es él, sino más bien qué y en qué contexto él puede ser y devenir. La identidad depende de la transformación de una parte (con la que se cuenta y es posible contar) de un conjunto más amplio.

Maier, (1989) comenta que el sentido de identidad, así como la superación del sentido de la difusión de la identidad, constituyen los polos de dicha fase del desarrollo. En un extremo, hay un esfuerzo por integrar las direcciones internas y externas; en el lado contrario hay difusión que conduce a un sentido de inestabilidades medio de numerosos y confusos reclamos internos y externos. Esta polaridad debe resolverse en el periodo de la adolescencia, si se desea prevenir perturbaciones transitorias o duraderas en la adultez.

El autor agrega que en la adolescencia el yo realiza una síntesis gradual del pasado y el futuro. Dicha síntesis es el problema esencial de esta fase final, antes de la adultez sociopsicológica. Puede describírsele como un periodo de autoestandarización en la búsqueda de identidad sexual, de edad y ocupacional. El joven busca un sentido de mismidad, un compromiso con roles específicos seleccionados entre muchas alternativas, porque la identificación con un ideal del yo o una persona ya no es útil. En este periodo de su vida, el joven integra todas las identificaciones anteriores. La integración gradual pero completa de las mismas abarca la identidad del yo. El joven asume entonces con fidelidad su nueva posición como persona que se halla definitivamente ubicada en los planos psicosocial, económico y cultural. Percibe la promesa de un futuro más amplio con la ayuda de una identidad más universal.

Tenemos entonces que el problema para el adolescente que va creciendo es cómo conservar la continuidad de una persona que en un tiempo fue inmadura, asexual y no responsable, y que ahora es madura, sexual y responsable. La interrogante “¿quién soy yo?”, se convierte en una pregunta penetrante ante el cambio tan rápido. La lucha por “encontrarse a sí mismo” puede revestir una gran variedad de formas como la búsqueda de una vocación o carrera, la elaboración del propio papel sexual, logros especiales, o la identificación con otros.

Erikson (citado en Davidoff 1989) menciona que en la adolescencia el joven se pregunta ¿quién soy? ¿en qué creo? ¿qué ocupación debo tener? y ¿qué clase de

vida tengo?. Durante la adolescencia, las personas comienzan a tratar de dar respuesta a estas preguntas de identidad y de alguna manera, los jóvenes deben integrar muchas autoimágenes como estudiantes, amigos, líderes, hombres o mujeres, en una sola y escoger una carrera significativa y un estilo de vida que también lo sea. Los individuos reorganizan sus ideas con respecto a ellos mismos en la adolescencia temprana y la autodefinición se expande hasta incluir la ocupación, metas e ideales.

Dentro de este subtema que nos compete, Erikson es una persona de suma importancia, puesto que él vio a la adolescencia como una moratoria, un periodo en el que las elecciones definitivas se posponen mientras se van uniendo los distintos elementos de identidad. En ese tiempo, los jóvenes pueden explorar diversos campos, tratar de encontrar algo que encaje con sus propias necesidades, intereses, capacidades y valores. La mayoría no sabe mucho sobre las opciones entre las que habrá de elegir, sobre los senderos que les harán seguir, las elecciones, alternativas o sobre la irreversibilidad de algunas decisiones. No obstante, todas las elecciones de los adolescentes tales como: qué asignatura elegir en la escuela, ir o no a la universidad y durante cuánto tiempo, tomar drogas, tener relaciones sexuales, trabajar mientras estudian, pertenecer a una iglesia o colaborar en una campaña política, contribuyen a forjar la identidad. Los factores socioeconómicos pueden ampliar o constreñir la gama de posibilidades y los contextos subculturales, las presiones de los compañeros o situaciones familiares pueden empujar al adolescente en una u otra dirección.

Macías (2000) manifiesta que el establecer una identidad es la principal tarea del desarrollo en la adolescencia. El status de la identidad del adolescente puede ser de compromiso moratorio, construcción de la identidad o difusión de la identidad.

Muchas culturas occidentales contemporáneas tienden a favorecer al adolescente que atraviesa un periodo de moratoria que puede durar hasta principios de la etapa adulta. Las dificultades de género tradicionales son el proceso de formación

de la identidad, pueden estrecharse a medida que aumenta la proporción de chicas que se enfocan en los logros profesionales y las relaciones interpersonales.

3.5 Autoestima en la Adolescencia

La autoestima se refiere al concepto de nuestra valía y el grado de aceptación de nosotros mismos, la cual se basa en todos los sentimientos, sensaciones, pensamientos y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido acumulando durante nuestra vida.

Otra definición es la que Lehalle (1986) nos proporciona, en la que enmarca que la autoestima es la expresión de actitudes de aprobación con respecto a la capacidad, prosperidad y valor del sí mismo. Además de que ésta se determina por la realización de elementos como: el yo físico, ético-moral, personal, familiar, social, identidad, autoaceptación, comportamiento y autocrítica.

Puntualiza que la autoestima es la abstracción que el individuo hace y desarrolla acerca de sus atributos, capacidades, objetos y actividades que posee o persigue.

Gillham (1999) menciona que es la familia el factor que influye en la formación de su personalidad, ya que le incorpora a ésta los valores, reglas y costumbres que a veces suelen ser contraproducentes. Aunque la personalidad de cada uno, no solo se forma a través de la familia, sino también, lo que la misma persona cree que los demás piensan de ella y lo que piensa de sí misma. Menciona además que la influencia que tiene la familia en la autoestima del niño o niña es muy importante, ya que ésta es la que le transmite o enseña los primeros y más importantes valores que llevarán al niño a formar, a raíz de éstos, su personalidad y su nivel de autoestima. Muchas veces los padres actúan de diferentes maneras, que pueden ser perjudiciales para el niño dejándole marcas difíciles y un continuo dolor oculto que influirá en el desarrollo de su vida; a estos padres se los llama mártires o dictaminadores. También están los que le valoran y reconocen sus logros y sus esfuerzos, que contribuyen a afianzar la personalidad.

La adolescencia es uno de los periodos críticos para el desarrollo de la autoestima: es la etapa en la que la persona necesita hacerse con una firme identidad, es decir, saberse individuo distinto a los demás, conocer sus posibilidades, su talento y sentirse valioso como persona que avanza hacia un futuro. Son los años en que el niño pasa de la dependencia a la independencia, y a la confianza de sus propios esfuerzos.

Un adolescente con autoestima aprende más eficazmente, desarrolla relaciones mucho más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presenten, para trabajar productivamente y ser autosuficiente, posee una mayor conciencia del rumbo que sigue.

Los adolescentes tienden a considerar que sus familias son armoniosas y que las relaciones con sus padres son buenas, ubicando a la madre antes que al padre como importante fuente de comprensión.

Los padres desempeñan un papel sustancial en la búsqueda de identidad del joven. En algunos casos lo hacen alentando la exploración y tolerando su asertividad e independencia, necesarias para forjarse una sensación del yo. A menudo imparten sus conocimientos, sus aspiraciones profesionales, valores políticos y religiosos, y los patrones interpersonales funcionan como modelos. Además es probable que su consentimiento o desaprobación sean poderosos.

Aguirre (1994) resalta que las características de los padres también determinan el nivel de autosatisfacción del adolescente. La autoestima del joven (en especial de la mujer), depende en parte, de la cantidad de halagos y críticas que provengan de los padres. Asimismo, tiene por necesarios los patrones de comunicación, disciplina y de toma de decisiones en la familia. Por lo general, los adolescentes que se quieren a sí mismos forman parte de hogares en que los padres y las madres transmiten confianza e interés, respaldan las peticiones con razones, incluyen a los niños en la toma de decisión en asuntos de la familia y alientan una gradual independencia, conservando la responsabilidad final. Los jóvenes se

sienten menos seguros de ellos si los progenitores insisten en la obediencia total, y si los corrigen con severidad, amenazas y fuerza. El extremo opuesto cuando los padres ofrecen poca orientación y permiten libertad ilimitada, también está vinculado con problemas.

Como punto final, valdría resaltar que es durante la adolescencia, cuando los seres humanos tenemos cambios importantes que inclusive llegan a determinar nuestra vida, por ejemplo el tener una identidad (saberse individuo distinto a los demás). La adolescencia corresponde a los años en los que el niño pasa de ser dependiente a independiente y la confianza en sus propias fuerzas lo puede llevar a elegir una vocación o incluso decidir si desea o no continuar estudiando. Es una etapa en la cual el adolescente pone sobre la mesa cuestiones básicas importantes como los planes para ganarse la vida, el matrimonio, los principios básicos de la existencia, la independencia de la familia y la capacidad para desarrollarse con los demás, por mencionar algunos.

Por lo tanto, para que el adolescente alcance sus objetivos, sus metas en la vida e inclusive se desenvuelva como una persona segura de sí misma, es necesario que la persona tenga un autoconcepto elevado, el cual es un determinante de su conducta debido a que influye para que las personas desarrollemos nuestras capacidades y por otra parte se encuentra la autoestima, que tiene mucha relación con el autoconcepto porque digamos que es la parte afectiva de éste. Para lograr que el individuo goce tanto de un autoconcepto como de autoestima elevados, es indispensable que desde el seno familiar al niño se le incluya en las actividades familiares, que dentro de su familia se sienta seguro, querido, protegido y aceptado; lo cual traerá como consecuencia que al paso del tiempo, en la adolescencia, la persona llegará a tener éxito en sus actividades por la seguridad que genera. De manera contraria, quien posee un autoconcepto bajo o negativo no será capaz de concluir cualquier labor o trabajo debido a su inseguridad o confusiones.

CAPÍTULO 4.

METODOLOGÍA

Como hemos visto, el estudio del autoconcepto se ha realizado desde hace muchos años, además de ser parte primordial para el desempeño de los adolescentes en todos los contextos en los que éste se desenvuelva, como son la familia, el grupo de amigos, la escuela, entre otros. En el presente trabajo se estudiaron las estrategias empleadas por un grupo de alumnos de nivel superior del Instituto Politécnico Nacional. Se indagó sobre las estrategias que le permiten organizar y estructurar sus cualidades de valorar el concepto que tienen de sí mismos como estudiantes en el pasado, presente y futuro, mediante cinco cualidades definidoras. Éstas fueron: responsable; amigable; sincero, simpático e inteligente. Estas cualidades se retomaron de un estudio sobre el autoconcepto realizado con alumnos universitarios (Valdez, 1998).

4.1 Descripción de la población.

Para la realización de esta investigación, dentro del método, se utilizó una muestra accidental de 8 participantes (cuatro mujeres y cuatro hombres) con edades de entre los 19 y 21 años. Todos ellos estudiantes de la carrera de Psicología, del Centro Interdisciplinario de Ciencias de la Salud, Unidad Santo Tomás del Instituto Politécnico Nacional.

4.2 Descripción del instrumento.

Las cualidades se determinaron mediante una serie de preguntas relacionadas con el conjunto de experiencias (visuales, auditivas y kinestésicas) tales como: ¿cuántas imágenes, sonidos o sensaciones tienen?, ¿en dónde se encuentra ubicada? y ¿cómo la representan?, ¿en dónde se encuentran tus experiencias en tu espacio personal?, ¿están a tu disposición simultáneamente, todas al mismo tiempo o una tras otra?, ¿puedes sentirte dentro de tu experiencia?, ¿qué tamaño

tienen tus experiencias?, ¿son estáticas o tienen movimiento?, ¿qué colores tienen?, ¿qué tan importantes fueron en el pasado, presente y futuro? y ¿qué sensaciones te produce recordar esta cualidad?

De esta forma ellos explicaron cómo organizan y estructuran sus experiencias.

Todas las entrevistas fueron grabadas en video para una mejor precisión y para corroborar que coincidan las respuestas de los participantes con su lenguaje no verbal.

Se utilizó la línea de tiempo (pasado, presente y futuro) para determinar en qué periodo de tiempo las definidoras son más sólidas para tener una respuesta sobre cómo valoran lo que hacen y cómo responden a esta valoración. Con esto, los resultados obtenidos nos muestran la relación entre el autoconcepto y la forma en que se conciben como individuos.

CAPÍTULO 5.

RESULTADOS.

Todos los participantes de las videograbaciones son alumnos del Centro Interdisciplinario de Ciencias de la Salud (Unidad Santo Tomás) del Instituto Politécnico Nacional, además de ser estudiantes de la carrera de Psicología, participaron cuatro hombres y cuatro mujeres. A todos ellos se les invitó a participar en las videograbaciones, pidiéndoles de antemano su permiso para grabarlos en video y se les mencionaba que se estaba realizando una tesis acerca del autoconcepto y que los datos que se proporcionaban serían confidenciales además de que lo único que se necesitaba era conocer cómo ellos tenían estructurado internamente su autoconcepto, de acuerdo con las definidoras de José Luis Valdez. En 1998 realizó una investigación para conocer cómo se definen los adolescentes y encontró que ellos señalaban que eran cinco cualidades que consideraban que los definían, éstas son: responsable, amigable, simpático, inteligente y sincero.

5.1 Análisis Datos Por Persona

Persona 1.

La primer participante es una chica de 20 años, quien actualmente cursa el cuarto semestre de la carrera de Psicología en el Centro Interdisciplinario de Ciencias de la Salud (Unidad Santo Tomás).

En la primera cualidad de ser **responsable**, ella ubica la cualidad al frente suyo, son tres imágenes, las cuales se presentan sin sonido, en un mismo plano y las representa como fotografías con movimiento. Dentro de su espacio personal ella localiza sus imágenes en situaciones que ha vivido, se siente dentro de su cualidad y sobresale el color blanco, menciona que son colores reales.

En la importancia que le daba en el pasado menciona “me doy cuenta de lo que tenemos que hacer, nuestros deberes y cumplirlos con eficacia.” Esto le produce la sensación de gratitud, se siente bien al haberlo hecho bien.

En la importancia en el presente “me dio pauta para que aquí en la licenciatura trate de ser más responsable de lo que pueda, partiendo de algo mientras logre seguirlo. Como trato de ser lo más responsable que pueda, me siento bien y cuando no soy responsable trato de corregir esos errores, lo que a mí me hace sentir bien.”

La importancia en el futuro “Me permite crecer mucho tanto personal como profesionalmente, que uno aprenda lo que es ser realmente responsable te va a permitir desenvolverte bien en tu vida personal y profesional en cualquier campo que te desenvuelves.”

En la segunda cualidad **amigable**, la ubica al frente suyo, son cinco imágenes, sin sonido y sin ninguna sensación, la ubica como en una pared. La representa como fotografías con movimiento. En lo que se refiere a su espacio personal las ubica en situaciones en las cuales se encuentra, proyectándolas simultáneamente, se ubica dentro de la cualidad, ésta es con colores reales resaltando el color rojo.

Para ella fue muy importante esta cualidad en el pasado porque “me permitió integrarme y tener relaciones con personas que me ayudaron en mi persona, por ejemplo tener comunicación, las sensaciones que me produce recordarlo son de amistad y de bienestar.”

En su presente es importante debido a que ella busca lazos hacia otros, lo que la hace sentir segura, esto le produce una sensación de seguridad y bienestar.

En el futuro, es importante porque “al relacionarnos es importante trabajar en equipo, es interdisciplinario lo que nos va a permitir tener relaciones con las

demás personas y aprender de ellas y trabajar óptimamente, esto me causa sensaciones de bienestar el pensar que puedo estar bien con compañeros de trabajo.”

Referente a la cualidad de ser **sincera**, ésta se ubica al frente, mediante tres imágenes sin sonido y sin sensaciones, las cuales representa como fotografías con movimiento, teniendo acceso a ellas simultáneamente, se puede sentir dentro de su cualidad, éstas experiencias tiene el color de la piel.

Ella le dió mucha importancia a esta cualidad en el pasado porque le permitió decir lo que sentía con la verdad, produciéndole la sensación de sentirse bien consigo misma al decir lo que tenía que decir en ese momento.

En cuanto a la licenciatura, menciona que el saber manejar la sinceridad le produce felicidad y si no habla con la verdad siente frustración; cuando puede enfrentar cosas se manifiesta en ella una sensación de tranquilidad y felicidad, cuando ocurre lo contrario siente coraje y frustración.

Respecto a la importancia en el futuro, dice que “el ser sincera te permite trabajar bien, mientras que cuando no se dicen las cosas como son nos puede crear barreras y rivalidades con personas, no experimentamos lo que realmente sentimos podemos crear barreras y disonancias, un desequilibrio y si no estás bien ni contigo misma ni con los demás no te permite trabajar óptimamente y al ser sincera puedes quitar barreras y decir cosas claras, lo que me causa sensaciones de alegría y felicidad.

En la cualidad de ser **simpática**, ubica la cualidad al frente, tiene dos imágenes sin sonidos ni sensaciones, las observa en un mismo plano, representándolas como fotografías con movimiento. Respecto a su espacio personal la ubica dentro de ella y con otras personas, proyecta las imágenes simultáneamente, además de

que se siente dentro de su cualidad, en cuanto a los colores, sobresale el color blanco.

En su pasado menciona que esta cualidad le permitió quitar barreras de antipatía con otras personas y que a la vez ocasiona barreras por no poder entablar relaciones con otras personas; agrega que ser simpática nos abre a los demás y entablar una amistad, todo esto le provoca mucha felicidad y alegría.

En su presente dice que le ha permitido entablar relaciones con los demás, le permite que les caiga bien, produciéndole alegría y bienestar.

Para su futuro, responde que es muy importante esta cualidad porque el trabajar con otros le permite entablar compañerismo y hace que el trabajo sea más fácil. Todo esto le produce una sensación de felicidad al saber que puede estar bien con los demás.

Por último, en su cualidad de **inteligente**, la ubica al frente, tiene 10 imágenes con sonido, las observa como en una pared. El sonido no es muy claro, las imágenes las representa como fotografías con movimiento, las proyecta simultáneamente, se siente dentro de su cualidad y en sus imágenes sobresalen los colores blanco y rojo.

Esta cualidad fue importante en su pasado por saber resolver problemas eficazmente y simplemente en cómo se siente, al hacer cosas mal o no saberlas afrontar le hacía sentir fracasada y al lograrlo, romper récords, lograrlos le permite sentirse contenta consigo, feliz y con sensaciones positivas.

Ahora en la licenciatura, pensar que a veces tiene límites y llegar a donde desea, sobrepasar cosas que quiere, que no la limita, puede ver que logra lo que quiere, todo esto le causa felicidad y motivación.

En un futuro, el lograr algo que es importante para ella. En cómo puede hacer lo que quiera le permite afrontar cosas, llegar a sus metas, esto le provoca una sensación de felicidad.

Persona 2.

La segunda participante es una mujer de 19 años de edad, quien actualmente cursa el cuarto semestre de la carrera de Psicología.

La primer cualidad: **responsable**, la ubica al frente, son diez imágenes, sin sonido y una sensación. La posición en la que se encuentran es una delante de la otra. Las representa como pósters sin movimiento, en su espacio personal, las ubica en la escuela y en casa, las proyecta una por una, se siente dentro de su cualidad y los colores que sobresalen son el blanco, morado y azul.

Menciona que durante el bachillerato esta cualidad fue importante porque le permitió seguir adelante y cumplir con sus objetivos, el recordarlo le produce una sensación de paz, tranquilidad y sentirse bien.

Considera que ahora en la licenciatura es más importante esta cualidad porque es más difícil por la situación en la que está, ya que ha tenido que aplicarla más; le produce orgullo, paz y tranquilidad.

En el futuro, piensa que el ser responsable irá en incremento por que dice que tiene que ponerle más atención y más trabajo a lo que hace, pensar en esto le provoca orgullo, paz y tranquilidad por hacer las cosas como debe.

Respecto a la cualidad de ser **amigable**, la ubica a la derecha, tiene 15 imágenes con sonido y cinco sensaciones, el sonido lo escucha bastante claro, este sonido significa para ella satisfacción, las imágenes las representa como póster con movimiento, las ubica en su casa, escuela, en el trabajo y en todas sus

actividades, las proyecta una por una, se siente dentro de su cualidad y sobresalen los colores amarillo, lila y rosa.

En el bachillerato esta cualidad fue importante porque le permitió relacionarse bien con sus compañeros con quienes estudiaba y le produce sensaciones de felicidad y emoción.

Ahora en la licenciatura considera que ha descubierto que si se relaciona bien con sus compañeros, todo se hace más fácil; le produce sensaciones de tranquilidad, felicidad, vida, ganas de hacer las cosas.

En el futuro, menciona que sería importante porque podría relacionarse con personas que hacen lo mismo que ella, le provoca sensaciones de felicidad y tranquilidad.

Por otro lado, en lo que se refiere a la cualidad de ser **sincera**, la ubica al frente, tiene 10 imágenes con voces y con la sensación de orgullo. Sus imágenes están unas más arriba que otras, las voces las escucha claro y el significado que le da a esas voces es que le recuerdan porqué es importante ser sincera con las personas. Las 10 imágenes las representa como pósters y las proyecta una por una, menciona que se siente dentro de su cualidad, los colores que sobresalen son el blanco, verde y beige.

Durante su bachillerato dice que esta cualidad fue importante porque le abrió puertas, le permitió relacionarse mejor con otros y le ayudó a que los demás confiaran en ella, pensar en esto no le produce ninguna sensación.

Ahora, en la licenciatura es muy importante esta cualidad, ya que su carrera está muy relacionada con ésta. Dice que hay que tratar de decir la verdad en lo que está viviendo, le produce confianza, tranquilidad y alegría.

En cuanto a su futuro, considera que esta cualidad es muy bonita y que todo ser humano debe tener aunque otros piensen que no es bueno ser sincera, las sensaciones que le produce son de confianza y paz.

La siguiente cualidad es ser **simpática**, la cual ubica a la izquierda, tiene cinco imágenes con sonido y tienen las sensaciones de gusto y alegría, las imágenes las observa tridimensionalmente, el sonido es claro y significan para ella sentirse bien con las personas. Las imágenes las representa como pósters con movimiento, en su espacio personal las ubica tanto en la escuela como en su casa y la calle, se puede sentir dentro de su cualidad y en sus imágenes sobresalen el rojo, naranja y rosa fuerte.

Para ella, el ser simpática en el bachillerato no fue muy importante aunque dice que al ser simpática se puede tratar de relacionarse mejor con otros, le produce sensaciones de gusto y alegría.

De igual forma, ahora en la licenciatura no es muy importante porque cree que ser simpática es espontáneo, le da las sensaciones de gusto y alegría.

En el futuro esta cualidad no la ubica en grado muy grande aunque ni para desecharla, le provoca gusto.

Finalmente, está la cualidad: **inteligente**, la cual ubica a la derecha, tiene 10 imágenes, con sonido y con la sensación de orgullo, la posición en que están es de forma tridimensional, el sonido lo escucha claro y el significado que le da al sonido es que le impulsan a seguir haciendo cosas que le gustan. Las imágenes las representa como pósters con movimiento, en su espacio personal las ubica en la escuela, trabajo y en su casa, las imágenes las proyecta una por una como hojear un libro, se ubica dentro de su cualidad y los colores que tienen son el azul fuerte y todos los matices de azul.

En el pasado fue muy importante esta cualidad ya que le permitió hacer cosas mejor, poner más atención y llegar a hacer mejor las cosas, lo que le causa orgullo.

Ahora es importante por hacer las cosas bien, cosas que se le presenten, afrontándolas mejor, con la sensación de orgullo.

En el futuro cree que sería muy importante ya que es como puede desarrollar mejor sus capacidades, llegar a las metas propuestas y también le causa orgullo.

Persona 3

Es una mujer de 19 años de edad y cursa el cuarto semestre. En la primer cualidad: **responsable** tiene 10 imágenes con sonido y la sensación de satisfacción, la posición en que están sus imágenes son separadas y una delante de la otra, las representa como fotografías con movimiento, las ubica muy dentro de ella en su espacio personal, las proyecta una por una, se puede sentir dentro de su cualidad y tienen los colores azul, negro, blanco y rojo.

En el pasado, fue suficientemente importante para sentir satisfacción, recordarlo le provoca alegría, estar a gusto consigo, sentirse bien y satisfacción.

En el presente, es importante porque tiene más raíces y deja mayor huella en su vida, lo cual le causa satisfacción consigo misma y alegría.

Respecto a su futuro, para ella es más importante, ya que es fundamental ser responsable con las personas, le causa incertidumbre.

En lo que respecta a la cualidad: **amigable**, la ubica a la izquierda y al frente, tiene 8 imágenes con sonido y le producen alegría, el sonido lo escucha bastante claro, significa para ella gratitud, las representa como fotografías con movimiento, en su

espacio personal las ubica muy adentro de ella, las proyecta una por una, se puede sentir dentro de su cualidad, son grandes de tamaño y sobresalen los colores azul, rosa y gris.

Para el bachillerato, fue básica esta cualidad ya que le dio ganas de seguir adelante, como un impulso, recordarlo le causa felicidad y entusiasmo.

En la licenciatura considera que es menos importante, provocándole inseguridad.

Respecto a su futuro cree que no es tan necesaria esta cualidad, la sensación que tiene es de miedo.

Siguiendo con la cualidad de ser **sincera**, la ubica a la derecha, tiene 3 imágenes con sonido y le causa nostalgia, las observa en un mismo plano, como en una pared, el sonido no es muy claro, a lo que le da el significado de vacío, las representa como diapositivas, respecto a su espacio personal, las ubica en el centro suyo, las proyecta simultáneamente, se siente más o menos dentro de su cualidad, son grandes de tamaño y tienen los colores blanco y negro.

Para ella es muy importante esta cualidad, básica y le provoca nostalgia aunque en parte siente a gusto y en parte no.

Le da mucha importancia en el presente y le da la sensación de tristeza.

En el futuro, considera que será básica y le produce nostalgia y vacío.

La cualidad: **simpática**, la ubica al frente, tiene 45 imágenes con sonido y dos sensaciones, no escucha muy claro el sonido, los sonidos significan conformidad y alegría, las representa como diapositivas con movimiento, las proyecta simultáneamente, no se siente dentro de la cualidad, de tamaño son pequeñas (señala con las manos), sobresale el color azul.

En su pasado esta cualidad no fue muy importante y tampoco le produce ninguna sensación.

En el presente tiene una mínima importancia y ninguna sensación.

En el futuro, la consideraría importante pero no básica, pensar en esto le da la sensación de comodidad.

La cualidad de ser: **inteligente**, la ubica al frente, tiene 4 imágenes con sonido y tres sensaciones, las observa tridimensionalmente, el sonido lo escucha muy claro, le da como significado el coraje, las representa como fotografías con movimiento, en el espacio personal las ubica al centro, las observa una tras otra, se siente dentro de la cualidad, son grandes de tamaño, tiene los colores rojo, azul y son colores firmes.

En el pasado fue muy importante, recordarlo le produce seguridad.

En el presente es igual de importante y le ocasiona satisfacción.

En el futuro considera que sería básica y le da sensaciones de seguridad, satisfacción, entusiasmo y poca incertidumbre.

Persona 4

Mujer de 19 años, cursa el cuarto semestre, en la cualidad: **responsable**, la ubica a la izquierda, tiene 3 imágenes sin sonido y ninguna sensación, las imágenes están una delante de la otra, las representa como fotografías con movimiento, en su espacio personal están en la escuela y trabajo, las proyecta una por una, se puede sentir dentro de la cualidad, en cuanto al tamaño de las imágenes, éstas son más grandes que una hoja tamaño carta, tienen colores amarillo, café, blanco, negro, verde y son colores opacos.

Esta cualidad fue muy importante para ella porque gracias a esta cualidad pudo terminar la vocacional, pudo alcanzar sus expectativas, esto le da la sensación de sentirse bien consigo misma porque gracias a esta cualidad que mostró, pudo terminar la vocacional.

Ahora es importante porque de eso depende cómo saque la carrera, le produce sentirse bien pero a la vez siente presión.

En el futuro, considera que será muy importante porque de eso va a depender ser buena profesionalista y que tenga éxito. Le produce escalofrío.

En la cualidad: **amigable**, la ubica a la derecha, una imagen al centro y otras arriba, tiene 5 imágenes con sonido y las sensaciones de tristeza, felicidad y emoción, están todas en un mismo plano, el sonido lo escucha claro y le da el significado de alegría, las representa como fotografías, las ubica en la escuela, trabajo y en su casa, las puede observar todas al mismo tiempo, se puede sentir dentro de su cualidad y respecto al tamaño son poco más grandes que una hoja tamaño carta, sobresale el color amarillo y son los mismo que en su cualidad de ser responsable sólo que más vivos.

En lo que respecta al pasado, dice que fue de mucha importancia para ella, como una forma de foguarse, se desestresaba, le causa emoción y alegría.

Ahora es mucho más importante esta cualidad porque a veces ha estado apartada de amigos y amigas, lo que le hacía sentirse sin motivación y al tener amigos le causa motivación en la escuela, se siente alegre y emocionada.

En el futuro cree que la importancia de esta cualidad depende de cómo se desenvuelva como persona, lo que le provoca alegría y motivación para seguir adelante.

La cualidad de ser **sincero**, la ubica al frente, tiene 33 imágenes, con sonido y las sensaciones de arrepentimiento, culpa, felicidad, descarga de conciencia, sentirse liberado y de confianza. El sonido lo escucha claramente, éste sonido le da un significado más vívido a los recuerdos, los cuales observa tridimensionalmente, los representa como videos con movimiento y pósters estáticos, los ubica en su casa y en la calle, están cerca de ella, los observa uno por uno, se puede sentir dentro de su cualidad, los pósters son de tamaño poco más grande de un metro de ancho como si observara un rectángulo, en otras sólo observa ciertos detalles y son más pequeñas de tamaño, en cuanto a los colores sobresale la luz del día.

En el pasado casi no le daba importancia a esta cualidad y no le causa ninguna sensación.

Ahora si le da importancia porque de ahí se basa la confianza y una mejor comunicación con sus amigos, pareja y familia, esto tiene como consecuencia a que sus relaciones sean más estrechas y sentirse más congruente consigo mismo.

En el futuro, considera que es importante para la vida y cree que le va a ayudar, tiene las sensaciones de confianza, bienestar y alegría.

La cualidad de ser **simpática**, la ubica a la derecha, al centro y a la izquierda, tiene seis imágenes con sonido, estas imágenes le producen la sensación de sentirse bien consigo misma y de seguridad, las imágenes están en un mismo plano, respecto al sonido, no lo escucha muy claro y no tiene ningún significado para ella por escucharlo lejos, las imágenes las representa como fotografías con movimiento, en su espacio personal las ubica en la escuela, en el trabajo y en la calle, se puede sentir dentro de su cualidad, menciona que de tamaño son como de media cartulina, tiene los colores rojo, amarillo, verde y blanco, siendo colores muy vivos.

En el pasado, considera que no fue muy relevante esta cualidad, le ocasiona sensación de confianza y seguridad.

En el presente, menciona que sí es importante porque le da confianza, seguridad y le da motivación, provocándole sensaciones de alegría y seguridad.

En el futuro, considera que sería igual de importante que en el presente porque el ser simpática la impulsa a seguir adelante, ya que afirma que esta cualidad es parte de ella, por lo que se siente mejor como persona, le causa sensaciones de alegría, felicidad, emoción y seguridad.

Por último, en la cualidad de ser **inteligente**, ubica sus imágenes dos a la derecha y una al centro, teniendo tres imágenes sin sonido, las cuales al estar recordando le ocasiona sensaciones de seguridad y de sentirse bien con ella misma, las representa como película sin movimiento, referente a su espacio personal, ubica esta cualidad en la escuela, con sus amigos y en la calle, las observa simultáneamente, se siente dentro de su cualidad y son del tamaño de una hoja tamaño carta, tiene colores verde, blanco, gris y azul.

Para ella, en el pasado fue muy importante ser inteligente porque fue de las pocas cosas que le ayudaron a terminar su bachillerato, lo que le causa sentirse satisfecha consigo misma, confianza, seguridad y felicidad.

Ahora en la licenciatura, es muy importante porque menciona que de eso depende que ella termine su carrera, aunque se le dificulte un poco, el estar recordando esto le provoca sensaciones de responsabilidad, echarle más ganas, confianza en sí misma y de seguridad.

En el futuro, de igual forma es muy importante porque dice que ahí tiene que utilizar toda la capacidad que está teniendo para poder salir adelante, todo esto le produce satisfacción responsabilidad y seguridad.

Persona No. 5

La persona no. 5, es un hombre de 21 años, quien cursa el cuarto semestre. Respecto a la cualidad de ser **responsable**, tiene cinco imágenes, ubicándolas al frente, tiene sonido y una sensación, el sonido lo escucha no muy claro y para él éstas imágenes significan los recuerdos que tiene de momentos al ser responsable, las imágenes las representa como fotografías con movimiento, en su espacio personal las ubica en su cuarto y están cerca de él, las observa como un fichero, una detrás de otra, se puede sentir dentro de su cualidad, respecto al tamaño, menciona que es como del tamaño de un trailer, tiene los colores rojo, azul y amarillo.

En el pasado esta cualidad fue muy importante porque lo ha ido formando, menciona que son transiciones que ha tratado de aumentar.

En el futuro esta cualidad le serviría de mucho, le produce emoción el pensar que el ser responsable le va a servir de mucho.

En la cualidad de ser **amigable** no tuvo ningún recuerdo de serlo a lo largo de su vida.

En la cualidad de ser **sincero**, la ubica al frente, tiene dos imágenes con sonido y recordar momentos siendo sincero le produce nerviosismo, las imágenes las observa diagonalmente, el sonido lo escucha muy claro y le da el significado de autoconfianza, las imágenes las representa como fotografías con movimiento, en su espacio personal la ubica en la escuela y están cerca de él, las observa simultáneamente, se puede sentir dentro de la cualidad y dice que son del tamaño de un vocho, sus imágenes están en blanco y negro.

A la importancia que le dió en el pasado fue mucha aunque esta cualidad le causó daño en el pasado, ahora se reafirma su cualidad pero es mala la experiencia que

tiene al ser sincero, en el futuro la evitaría, finalmente recordar todo esto le ocasiona molestia.

Para la cualidad **simpático**, tiene una imagen a la cual ubica a la izquierda, tiene un sonido y una sensación, el sonido lo escucha distorsionado, y su significado de la cualidad es que es un recuerdo agradable, la representa como una fotografía estática, la ubica en la escuela y está lejos de él, no se siente dentro de su cualidad, es pequeñita de tamaño (muestra el tamaño con su mano), tiene color marrón.

En el pasado no le dió importancia, es ahora que empieza a ponerle importancia.

En el futuro la consideraría pero no siempre ya que no sería importante para él, le produce tristeza.

Por último, en la cualidad **inteligente**, la ubica a la izquierda y son como una masa de 50 ó 60 imágenes, sin sonido y con cinco sensaciones, las observa una delante de otra, las representa como un video con movimiento, en su espacio personal las ubica en la escuela y las observa muy cerca de él, las observa simultáneamente, se puede sentir dentro de su cualidad y de tamaño son del doble que un trailer y tiene color marrón.

Esta cualidad en el pasado fue muy importante para él porque se desarrolló.

Ahora esta cualidad le está sirviendo mucho en su formación.

En el futuro, le complementarías muchas cosas, le produce tristeza

Persona 6

Es un hombre de 22 años de edad, quien cursa el sexto semestre, para la cualidad **responsable**, la ubica al frente, tiene dos imágenes, sin sonido, las observa desligadas, representándolas como pósters con movimiento, dentro de su espacio personal las ubica en la escuela y en su vida cotidiana, están cerca de él, las observa al mismo tiempo, se puede sentir dentro de la cualidad, son muy grandes de tamaño y tiene todos los colores sus imágenes.

En el pasado esta cualidad fue muy importante para él porque se dio cuenta que tenía que ser más responsable Le produce la sensación de alivio porque cumplió sus objetivos y es reconfortante para él.

Respecto al presente, es muy importante porque necesita ser responsable ya que dice, se va a dedicar a esto, además de que se está forjando un futuro y se va a dedicar al 100% a esto (la psicología) y por eso es importante. Le produce la sensación reconfortante porque le gusta la escuela.

En un futuro, sería muy importante porque se estudia un Posgrado va ser para superarse y si está trabajado va a ser para su familia y para él y es una gran responsabilidad, tiene una sensación reconfortante.

La cualidad de ser **amigable**, la ubica al frente, tiene cuatro imágenes, produciéndole la sensación de alegría y emoción, tiene sonido, las imágenes las observa tridimensionalmente, el sonido lo escucha muy claro y tiene un significado muy importante en su persona este sonido, las imágenes las representa como película con movimiento, las ubica en la escuela y su vida cotidiana, están cerca de él, las observa una tras otra, se puede sentir dentro de su cualidad, son muy grandes de tamaño y sobresalen los colores azul y rojo.

En su pasado ser amigable fue mucho muy importante porque conoció amigos que todavía frecuenta, quienes le enseñaron cosas al igual que él a ellos, le provoca una sensación de alegría.

En el presente, menciona que aprende de personas que lo rodean como en la calle, la casa, la escuela y lo puede aplicar a la psicología y le produce emoción.

Respecto al futuro, sería muy importante esta cualidad porque siendo amigable anteriormente, puede saber quienes lo son, le produce las sensaciones de alegría y emoción.

La tercer cualidad, **sincero**, la ubica al frente, tiene dos imágenes con sonido, el cual lo escucha con claridad, le producen una sensación de alivio por ser sincero, además de ser muy significativo porque se desahogó y dijo lo que tenía que decir, las representa como diapositivas con movimiento, en su espacio personal las ubica en su vida cotidiana y un poco lejos, las observa una tras otra y se puede sentir dentro de la cualidad, en cuanto al tamaño son de aproximadamente 3 metros y tiene colores oscuros.

En el pasado esta cualidad fue importante y difícil por lo que tenía que decir y lo dijo en su momento.

Ahora es muy importante para que sus compañeros y profesores lo conozcan tal cual es, no le produce ninguna sensación.

En el futuro, sería muy importante para que si está cursando un Posgrado para que lo conozcan como es, así de sincero y si está trabajando para que sus jefes o trabajadores a su cargo sepan como es y conozcan que su trabajo es sincero al igual que él. No le provoca ninguna sensación.

La cualidad de ser **simpático**, la ubica al frente, tiene cinco imágenes, con sonidos y con sensaciones de alegría y emoción, las imágenes las observa tridimensionalmente, el sonido lo escucha muy claro, la cualidad la representa como película con movimiento, en su espacio personal las ubica en la escuela y están cerca, las observa una tras otra, se puede sentir dentro de su cualidad, de tamaño es muy grande, tiene colores claros y vivos, sobresale el color azul.

En el pasado esta cualidad fue muy importante porque es su forma de ser, es como la gente lo conoce y le produce alegría el recordarlo.

En el presente es muy importante porque piensa que sí la gente se abre más caminos siendo simpático y conviviendo más con la gente, siente alegría.

En el futuro, sería muy importante porque trabajaría en lo que le gusta, esto le causa alegría.

Por último, en la cualidad **inteligente**, la ubica al frente, tiene tres imágenes con sonido y sin ninguna sensación, están tridimensionalmente (una delante de otra), el sonido lo escucha más o menos claro, lo representa como películas con movimiento, en su espacio personal las ubica en la escuela y las observa una tras otra, se puede sentir dentro de la cualidad y son de 3 metros de tamaño, tiene colores claros.

En el pasado fue bastante importante porque pudo resolver sus conflictos y le abrió y le abrió paso a muchas cosas. No tiene ninguna sensación.

Ahora es muy importante porque es a lo que se va a dedicar y puedo resolver problemas que se le presenten, le causa emoción pensar en esto.

En el futuro sería muy importante porque tiene que resolver problemas que se le presenten y siendo inteligente los podrá resolver, le produce emoción.

Persona 7

Es un hombre de veintiún años de edad, cursa el sexto semestre. La primer cualidad, **responsable**, la ubica al frente, tiene ocho imágenes, dos de ellas tienen sonido y sin ninguna sensación, el sonido lo escucha muy bajito y le da el significado de motivación, las representa como videos con movimiento, las ubica en la escuela y están cerca, las observa una tras otra, se puede sentir dentro de la cualidad, son de tamaño grande, tiene los colores café, blanco, amarillo, gris y negro.

En el pasado fue de gran valor ya que por medio de ésta cualidad se da a conocer y le produce la sensación de satisfacción.

Ahora no es muy importante, no lo ve muy grande ni de gran importancia, hay cosas que quisiera hacer antes de eso, por medio de la responsabilidad depende que termine su carrera, cumplir sus objetivos y si no los cumple no podría cumplir con otras responsabilidades. No tiene ninguna sensación.

En el futuro, considera que sería muy importante, dedicarse al doctorado, a la investigación y tendría que ser responsable. Le produce un poco de nervios.

En la segunda cualidad, **amigable**, la ubica a la izquierda y al frente, tiene cuatro imágenes con sonido y dos sensaciones, las observa tridimensionalmente, el sonido lo escucha muy claro y le da el significado de satisfacción, las representa como videos con movimiento, en el espacio personal, éstas las ubica fuera de la escuela y están lejos de él, las observa una tras otra, se siente poco dentro de la cualidad, las imágenes son muy grandes de tamaño, tiene los colores, negro, blanco, azul y gris.

En el pasado, esta cualidad fue muy importante para él porque le marcó su decisión de estudiar la carrera que actualmente estudia, además de que considera que va con su personalidad, siente una sensación de alivio.

En el presente, es de muy grande importancia, le causa una sensación de ánimo.

En el futuro, es muy importante ser amigable porque cree que no está bien si no convive con otras personas, no le causa ninguna sensación.

La cualidad de ser **sincero**, la ubica a la derecha, tiene tres imágenes, sin sensaciones ni sonido, las observa en un mismo plano, a dos de ellas las representa como fotos y otra como video, las ubica en su casa, con su pareja y no están ni muy lejos ni cerca de él, observa una por una las imágenes, no se siente dentro de la cualidad, son chicas de tamaño y la que es como video es un poco más grande, sobresalen los colores azul, café y blanco.

En el pasado no fue muy importante ser sincero y no le causó ninguna sensación.

Ahora si es importante ya que han habido momentos en que para poder lograr lo que quiere tiene que mantenerse en el margen en que quiere estar, además de que necesita ser sincero. No tiene ninguna sensación.

Considera que en un futuro tendría una leve importancia y no le causa ninguna sensación.

Sus imágenes de ser **simpático** las ubica a la izquierda, al frente y a la derecha, son tres imágenes, una con sonido y la sensación de alegría, las observa tridimensionalmente, el sonido lo escucha medio bajo, las representa como fotografías, dos estáticas y una con movimiento, las ubica en la escuela y cerca, observa las tres imágenes al mismo tiempo, se puede sentir dentro de su cualidad y tiene los colores azul marino, negro y rojo brillante metálico.

Esta cualidad en su pasado fue muy importante, ya que a partir de ahí basaba sus amigos y podía establecer mejores lazos de amistad tanto con compañeros como con maestros, tiene la sensación de alegría.

En el presente es de mediana importancia y no le causa ninguna sensación.

En el futuro, menciona que trata de verlo muy importante y no puede, trata de imaginarlo y tampoco puede, esto le provoca desorientación.

Por último, la cualidad: **inteligente** la ubica a la derecha y al frente, tiene dos imágenes que le provocan orgullo, alegría, satisfacción y superioridad, tienen sonido, observa las imágenes tridimensionalmente, el sonido lo escucha a un nivel normal y le da el significado de alivio, las observa como video con movimiento, las ubica en la escuela y fuera de ella y están cerca, las observa simultáneamente, se puede sentir dentro de la cualidad y tiene los colores negro, rosa, café, gris, vino y beige.

En el pasado no le daba mucha importancia debido a que no se esmeraba mucho y le causa satisfacción y alivio.

Ahora tiene mucha importancia ya que cree que hay mucha competencia y esto le da la sensación de tensión.

En un futuro sería muy importante puesto que a partir de ahí es como se va a estar moviendo en las investigaciones que desea hacer y el estar pensando en esto le da una sensación de relajamiento.

Persona No. 8

Es un hombre de 21 años y cursa el quinto semestre. Al pedirle recuerdos de ser **responsable**, ubicó éstos al frente, arriba y al centro, tiene un total de 25 imágenes, algunas de ellas tienen sonido y con sensaciones fuertes y otras no, el sonido lo escucha con claridad y la importancia que le da es que por ser personas importantes para él lo hacen sentir bien. Algunas imágenes las representa como películas que por momentos muy breves tienen movimiento y otras las representa

como imágenes congeladas tipo póster, en su espacio personal las ubica tanto en la escuela como en su casa y algunas de ellas están cerca y otras distantes, las observa una tras otra, se puede sentir dentro de su cualidad, en cuanto al tamaño, algunas son grandes de poco más de un metro de largo y poco menos de un metro de ancho, menciona que en algunas imágenes sólo observa las caras y por ello sobresale en color carne, además de que son imágenes iluminadas.

Lo que confiere a su pasado, le dió mucha importancia a esta cualidad porque le permitió culminar su bachillerato y poder continuar con sus siguientes metas, esto le provoca la sensación de sentirse bien porque logró terminar su escuela, la cual le costó mucho trabajo.

En el presente esta cualidad está más interiorizada en él ya que su responsabilidad es más fuerte, la cual le gusta mucho y no solo lo siente como una obligación sino que le ve el lado placentero, esto trae consigo una sensación de bienestar porque le da la oportunidad de superarse.

Considera que para el futuro, esta cualidad sería una herramienta que le va a permitir llegar hasta donde quiera llegar, lo que le da una sensación de coraje y determinación.

La cualidad: **amigable**, la ubica al frente, tiene 68 imágenes con sonido y con las sensaciones de alegría, compañía, seguridad y felicidad, el sonido lo escucha claro y este sonido constituye para él una parte muy importante de su vida, las imágenes las representa en gran mayoría como videos con movimiento, las ubica en su casa, en el trabajo, escuela y diversas actividades que realiza, están lejos de él, observa las imágenes una por una, se puede sentir dentro de sus experiencias, de tamaño son de un metro por un metro, tiene colores muy claros y muy marcados además de que son colores medio opacos, otros tienen una luz de colores brillantes.

En su pasado esta cualidad le dió significado a su vida y tiene las sensaciones de seguridad, felicidad y alegría.

En la licenciatura, esta cualidad le permite conocer a la gente, esto es importante para tener un mejor desempeño y llevarse bien con todos, lo cual se refleja en sus calificaciones, esto lo lleva a sentir sensaciones de agrado.

Para su futuro tendría la misma importancia que ahora ya que entre más amigos es mejor, pues considera que se pueden apoyar unos a otros y compartir momentos de mucha felicidad. Le provoca felicidad, compañía y bienestar.

La cualidad de ser **sincero**, la ubica al frente, tiene 33 imágenes, con sonido y las sensaciones de arrepentimiento, culpa, felicidad, descarga de conciencia, sentirse liberado y de confianza. El sonido lo escucha claramente, éste sonido le da un significado más vívido a los recuerdos, los cuales observa tridimensionalmente, los representa como videos con movimiento y pósters estáticos, los ubica en su casa y en la calle, están cerca de él, los observa uno por uno, se puede sentir dentro de su cualidad, los pósters son de tamaño poco más grande de un metro de ancho como si observara un rectángulo, en otras sólo observa ciertos detalles y son más pequeñas de tamaño, en cuanto a los colores sobresale la luz del día.

En el pasado casi no le daba importancia a esta cualidad y no le causa ninguna sensación.

Ahora si le da importancia porque de ahí se basa la confianza y una mejor comunicación con sus amigos, pareja y familia, esto tiene como consecuencia a que sus relaciones sean más estrechas y sentirse más congruente consigo mismo.

En el futuro, considera que es importante para la vida y cree que le va a ayudar, tiene las sensaciones de confianza, bienestar y alegría.

Respecto a la cualidad de ser **simpático** la observa al frente, tiene 43 imágenes, con sonido, las sensaciones de alegría por ser aceptado por los demás, están tridimensionalmente, el sonido lo escucha claramente y tiene el significado de recuerdos agradables, los representa como videos con movimiento y fotografías sin movimiento. Las ubica tanto en la escuela como en su casa, están cerca, las observa una por una, se puede sentir dentro de su cualidad y de tamaño son de 1.5 metros de largo por 1 metro de alto, sobresalen los colores rojo, azul y azul marino, son colores claros.

Durante el bachillerato fue importante esta cualidad porque le permitió acercarse a muchas personas y conocerlas, le da la sensación de recordar momentos mucho muy agradables.

En la licenciatura le permite acercarse a la gente en el momento en que está y hacerlo más placentero, pensarlo le provoca una sensación de alegría y sentirse bien consigo mismo.

En el futuro, le permitiría hacer más lazos de amistad y hacer más placenteros los momentos que vivirá en ese momento, con la sensación de alegría.

Por último está la cualidad de ser **inteligente**, la cual ubica al frente, tiene 64 imágenes con sonido y la sensación de satisfacción, las observa tridimensionalmente, el sonido lo escucha claramente y no le da mucho significado, las representa como videos con movimiento, las ubica en su cuarto y en los salones de clase, están cerca, si se puede sentir dentro de su cualidad, las observa una por una, de tamaño son de 1.5 metros de largo por 1 metro de ancho, sus imágenes tienen una luz blanca y sobresalen los colores azul y rojo.

En el pasado, menciona que de no haber sido inteligente no hubiera salido y al hacerlo logró sus objetivos de estar donde está ahorita, le da la sensación de insatisfacción porque pudo haber dado más.

En el presente le abre muchas puertas, tener una personalidad crítica que le ayudará a contemplar su realidad de una forma más clara, con las sensaciones de satisfacción y orgullo.

En el futuro ser inteligente le permitirá llegar hasta las metas mucho más altas y poder desempeñarse de una mejor manera.

5.2 Análisis De Datos Por Grupo.

(MUJERES)

Revisando los datos de las mujeres, se encontró que en la cualidad: **Responsable**, dos de ellas tienen 3 imágenes, mientras que las otras dos tienen 10 imágenes, tres de ellas las tienen sin sonido y sólo una con sonido, sólo una de ellas ubica sus imágenes en un mismo plano, las otras tres las observan una delante de otra, tres participantes las representan como fotografías con movimiento y una como pósters sin movimiento, en lo que respecta al espacio personal una las ubica en su casa y trabajo, otra en su casa y escuela, la tercera las ubica muy dentro de ella y la última las ubica en situaciones que ha vivido, las cuatro coincidieron en que sí se pueden sentir dentro de su cualidad, tres de ellas tienen acceso a sus imágenes una por una, mientras que la cuarta no lo menciona, en cuanto a los colores, una de ellas menciona que sobresale el blanco, observando colores reales, la segunda participante en sus imágenes sobresalen los colores amarillo, café, blanco negro y verde, siendo colores opacos, en la tercer participante sobresalen los colores blanco, morado y azul, en la última participante sobresalen los colores azul, negro, blanco y rojo.

Las cuatro participantes coincidieron en darle importancia a esta cualidad durante el bachillerato, esto porque les permitió terminar sus estudios, lograr sus objetivos y sentirse bien consigo mismas, tranquilas, felices y llenas de satisfacción (ver tabla 1).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “RESPONSABLE” PASADO

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Frente	Izquierda
# de imágenes	Tres	Diez	Diez	Tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters sin movimiento	Fotografías con movimiento	Fotografías con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grande	Más grande que una hoja tamaño carta
Colores	Blanco	Blanco, azul y morado	Azul, negro, blanco y rojo	Amarillo, café, blanco, negro y verde
Importancia	Importante	Iría en incremento	Muy importante	Muy importante
Sensaciones	Gratitud y bienestar	Orgullo, paz y tranquilidad	incertidumbre	Escalofrío

Tabla 1. Organización de la cualidad “responsable” de las mujeres en el tiempo pasado.

Ahora en la licenciatura para ellas esta cualidad es todavía más importante que en el pasado porque mencionan que tienen la experiencia de haberlo sido durante su bachillerato y ahora tiene más peso por estar cursando la licenciatura, coinciden también en que esto les hace sentirse bien consigo mismas, alegres y una de ellas dice que le ocasiona sentir presión (ver tabla 2).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “RESPONSABLE” PRESENTE

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Frente	Izquierda
# de imágenes	Tres	Diez	Diez	Tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters sin movimiento	Fotografías con movimiento	Fotografías con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grande	Más grande que una hoja tamaño carta
Colores	Blanco	Blanco, azul y morado	Azul, negro, blanco y rojo	Amarillo, café, blanco, negro y verde
Importancia	Importante	Muy importante	Muy importante	Importante
Sensaciones	Bienestar	Orgullo, paz y tranquilidad	Alegría, bienestar y satisfacción	Bienestar

Tabla 2. Organización de la cualidad “responsable” de las mujeres en el tiempo presente.

De igual manera, coinciden en el futuro, el ser responsable será más importante porque esto les permitirá desempeñarse mejor en el campo laboral y les provoca incertidumbre, escalofrío así como orgullo, paz y tranquilidad (ver tabla 3)..

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “RESPONSABLE” FUTURO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Frente	Izquierda
# de imágenes	Tres	Diez	Diez	Tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters sin movimiento	Fotografías con movimiento	Fotografías con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grande	Más grande que una hoja tamaño carta
Colores	Blanco	Blanco, azul y morado	Azul, negro, blanco y rojo	Amarillo, café, blanco, negro y verde
Importancia	Importante	Iría en incremento	Muy importante	Muy importante
Sensaciones	Bienestar	Orgullo, paz y tranquilidad	Incertidumbre	Escalofrío

Tabla 3. Organización de la cualidad “responsable” de las mujeres en el tiempo futuro.

En la cualidad de ser **amigable**, se encontró que ubican esta cualidad una al frente, otra a la izquierda, a la derecha y la última a la derecha y al centro, dos de ellas tienen 5 imágenes, una tiene 15 y otra 8 imágenes, tres de las participantes mencionaron que sus imágenes tenían sonido y sólo una no escuchaba ningún sonido ni voz, para las que escuchaban algún sonido, a éste le dieron diferentes significados como alegría, emoción, satisfacción y gratitud. Dos de las participantes observan a sus imágenes en un mismo plano, mientras que a las otras dos no se les preguntó, tres de ellas representan sus imágenes como fotografías con movimiento y una las representa como pósters con movimiento. En

su espacio personal, ubican esta cualidad en la escuela, casa, trabajo y en situaciones que han vivido, dos de las participantes observan sus imágenes todas al mismo tiempo, mientras que las otras dos proyectan una por una las imágenes. Las cuatro se pueden sentir dentro de su cualidad, en los colores que tienen sus imágenes sobresalen el rojo, para la segunda el amarillo, rosa y lila, para la tercera el azul, rosa y gris, finalmente en la cuarta participante sobresale el color amarillo.

En el pasado, tuvo importancia esta cualidad porque les ayudó a relacionarse con otras personas, provocándoles felicidad, bienestar, emoción, entusiasmo y alegría (ver tabla 4).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “AMIGABLE” PASADO

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Derecha	Frente y a la izquierda	Derecha
# de imágenes	Cinco	Quince	Diez	Cinco
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters con movimiento	Fotografías con movimiento	Fotografías con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grande	Más grande que una hoja tamaño carta
Colores	Rojo	Amarillo, lila y rosa	Azul, rosa y gris	Amarillo
Importancia	Muy importante	importante	Básica	Muy importante
Sensaciones	Amistad y bienestar	Felicidad y emoción	Felicidad y entusiasmo	Emoción y alegría

Tabla 4. Organización de la cualidad “amigable” de las mujeres en el tiempo pasado.

Para el presente tres de ellas hacen hincapié que es importante esta cualidad porque al relacionarse con los demás su desempeño académico mejora, mientras que una participante menciona que es menos importante esta cualidad. A las cuatro participantes les produce sensaciones de seguridad, bienestar, tranquilidad y emoción (ver tabla 5).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “AMIGABLE” PRESENTE.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Derecha	Frente y a la izquierda	Derecha
# de imágenes	Cinco	Quince	Diez	Cinco
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters con movimiento	Fotografías con movimiento	Fotografías con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grande	Más grande que una hoja tamaño carta
Colores	Rojo	Amarillo, lila y rosa	Azul, rosa y gris	Amarillo
Importancia	Importante	Importante	Menos importante	Muy importante
Sensaciones	Seguridad y bienestar	Tranquilidad, felicidad, bienestar	miedo	Alegría y emoción

Tabla 5. Organización de la cualidad “amigable” de las mujeres en el tiempo presente.

En el futuro, dos participantes mencionaron que sería importante esta cualidad, mientras que otra de las participantes considera que no es tan necesaria esta cualidad y para la última participante la importancia de esta cualidad depende de

cómo se va desarrollando como persona, lo que le acarrea miedo, a las otras tres les da bienestar, felicidad, para otra tranquilidad y miedo (ver tabla 6).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “AMIGABLE” FUTURO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Derecha	Frente y a la izquierda	Derecha
# de imágenes	Cinco	Quince	Diez	Cinco
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters con movimiento	Fotografías con movimiento	Fotografías con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grande	Más grande que una hoja tamaño carta
Colores	Rojo	Amarillo, lila y rosa	Azul, rosa y gris	Amarillo
Importancia	Importante	Importante	No sería necesaria	Importante
Sensaciones	Bienestar	Tranquilidad y felicidad,	miedo	Alegría y emoción

Tabla 6. Organización de la cualidad “amigable” de las mujeres en el tiempo futuro.

En la cualidad de ser **sincera**, tres participantes la ubican al frente y una la ubica a la derecha, una participante tienen 3 imágenes, las otras dos tienen 10 imágenes, y una tiene 33 imágenes. Tres de las participantes mencionan que sus imágenes tienen sonido y les provoca alguna sensación y sólo una menciona que sus imágenes no tienen sonido ni le produce alguna sensación. Dos participantes ven sus imágenes una delante de otra, una participante observa sus imágenes en un mismo plano, a otra participante no se le preguntó. Una participante representa

sus imágenes como fotografías con movimiento, otra las representa como pósters con movimiento, otra como diapositivas y la última las representa como videos con movimiento. Dos participantes observan sus imágenes una por una y las otras dos las pueden ver simultáneamente, tres participantes si se pueden sentir dentro de su cualidad y sólo una dice que más o menos se puede sentir dentro. Para la primer participante los colores que sobresalen de sus imágenes son color de la piel, para la segunda sobresalen el blanco, verde y beige, para la tercera están en blanco y negro, finalmente para la cuarta sobresale la luz del día.

Para tres participantes esta cualidad fue muy importante porque les permitió decir lo que sentían con la verdad, además de relacionarse con otros, provocándoles sensaciones de estar bien consigo mismas; y para una no fue muy importante porque no se la daba y no le provoca ninguna sensación el recordarlo (ver tabla 7).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: "SINCERO" PASADO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Derecha	Frente
# de imágenes	Tres	Diez	Tres	Treinta y tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters sin movimiento	Diapositivas	Videos con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grandes	Un metro por un metro
Colores	Carne	Blanco, verde y beige	Blanco y negro	Blanco
Importancia	Muy importante	Importante	Muy importante	No fue importante

Sensaciones	Bienestar	ninguna	Nostalgia	Ninguna
--------------------	-----------	---------	-----------	---------

Tabla 7. Organización de la cualidad “sincero” de las mujeres en el tiempo pasado.

En el presente, al ser sinceras le dan más importancia, esto les produce sensaciones de felicidad, confianza, tranquilidad, alegría y para una de ellas le provoca tristeza (Ver tabla 8).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “SINCERO” PRESENTE.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Derecha	Frente
# de imágenes	Tres	Diez	Tres	Trenta y tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters sin movimiento	Diapositivas	Videos con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grandes	Un metro por un metro
Colores	Carne	Blanco, verde y beige	Blanco y negro	Blanco
Importancia	Muy importante	Muy importante	Menos importante	Importante
Sensaciones	Tranquilidad y felicidad	Confianza, tranquilidad y alegría	Inseguridad	Bienestar

Tabla 8. Organización de la cualidad “sincero” de las mujeres en el tiempo presente.

Respecto al futuro, la consideran como una cualidad básica que les permitirá trabajar mejor. Pensar en ello les produce felicidad, alegría, confianza, paz y bienestar (ver tabla 9).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “SINCERO” FUTURO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Derecha	Frente
# de imágenes	Tres	Diez	Tres	Treinta y tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters sin movimiento	Diapositivas	Videos con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grandes	Un metro por un metro
Colores	Carne	Blanco, verde y beige	Blanco y negro	Blanco
Importancia	Importante	Muy importante	No es tan necesaria	Importante
Sensaciones	Alegría y felicidad	Confianza y paz	Miedo	Bienestar, confianza y alegría

Tabla 9. Organización de la cualidad “sincero” de las mujeres en el tiempo futuro.

Con relación a la cualidad de ser **simpática**, las participantes ubican esta cualidad como sigue: dos de ellas al frente, una a la derecha y otra a su izquierda, una tiene 2 imágenes, otra 5, la siguiente 45 imágenes y la última 6 imágenes, tres chicas mencionaron que sus recuerdos tienen sonido y las sensaciones de gusto, alegría, conformidad y seguridad, sólo una menciona que sus imágenes no tienen sonido ni sensaciones, dos personas mencionan que sus imágenes están en un mismo plano, otra menciona que están una delante de la otra y la última persona no lo menciona, en cuanto a la representación que le dan a sus imágenes dos participantes las representan como fotografías con movimiento, otra como pósters con movimiento y la última como diapositivas con movimiento, en su espacio personal, ubican sus imágenes en la escuela, casa, en la calle y en el trabajo, dos

participantes mencionan que proyectan sus imágenes al mismo tiempo y las otras dos no lo mencionan, tres si se pueden sentir dentro de su cualidad y una no, los colores que sobresalen son el blanco, para otra el rojo, naranja y rosa fuerte, para la siguiente participante sobresale el azul y para otra el rojo, amarillo, verde y blanco.

Solamente para una participante fue importante esta cualidad y para las otras tres no fue importante aunque dicen que le dan la importancia para entablar mejores relaciones con otras personas. A la participante que si le dio importancia a esta cualidad, le produce sensaciones de felicidad, alegría, confianza y seguridad (ver tabla 10).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “SIMPÁTICO” PASADO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Izquierda	Frente	Derecha, frente y a la izquierda
# de imágenes	Dos	Cinco	Cuarenta y cinco	Treinta y tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters con movimiento	Diapositivas con movimiento	Fotografías con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Disociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Pequeñitas	De media cartulina
Colores	Blanco	Rojo, naranja y rosa fuerte	Azul	Rojo, amarillo, verde y blanco
Importancia	Importante	No fue muy importante	Muy importante	No fue muy relevante
Sensaciones	Felicidad y alegría	Gusto y alegría	Nostalgia	Confianza y seguridad

Tabla 10. Organización de la cualidad “simpático” de las mujeres en el tiempo pasado.

Ahora en la licenciatura, para dos participantes si es importante esta cualidad porque dicen que les permite entablar relaciones con los demás y por darles confianza, seguridad y motivación, mientras que para las otras dos participantes tampoco tiene importancia esta cualidad en el presente, a una de ellas no le produce ninguna sensación y para la otra le da la sensación de alegría y gusto (ver tabla 11).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “SIMPÁTICO” PRESENTE.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Izquierda	Frente	Derecha, frente y a la izquierda
# de imágenes	Dos	Cinco	Cuarenta y cinco	Treinta y tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters con movimiento	Diapositivas con movimiento	Fotografías con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Disociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Pequeñas	De media cartulina
Colores	Blanco	Rojo, naranja y rosa fuerte	Azul	Rojo, amarillo, verde y blanco
Importancia	Importante	No fue muy importante	Mínima importancia	Importante
Sensaciones	Alegría y bienestar	Gusto y alegría	Ninguna	Alegría y seguridad

Tabla 11. Organización de la cualidad “simpático” de las mujeres en el tiempo presente.

En el futuro para una participante es muy importante esta cualidad para entablar un compañerismo en su trabajo, causándole felicidad, para otras dos sigue siendo poco importante esta cualidad y les produce gusto y comodidad y para la última participante tiene la misma importancia que en el presente por que considera que

la impulsa a seguir adelante y le causa alegría, felicidad, emoción y seguridad (ver tabla 12).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “SIMPÁTICO” FUTURO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Izquierda	Frente	Derecha, frente y a la izquierda
# de imágenes	Dos	Cinco	Cuarenta y cinco	Treinta y tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters con movimiento	Diapositivas con movimiento	Fotografías con movimiento
Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Disociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Pequeñitas	De media cartulina
Colores	Blanco	Rojo, naranja y rosa fuerte	Azul	Rojo, amarillo, verde y blanco
Importancia	Muy importante	No sería importante	Importante	Importante
Sensaciones	Felicidad	Gusto	Comodidad	Alegría, felicidad, seguridad y emoción

Tabla 12. Organización de la cualidad “simpático” de las mujeres en el tiempo futuro

Finalmente, en la cualidad de ser **inteligente**, la ubican tres personas al frente y otra participante la ubica a su derecha, dos de las participantes tienen 10 imágenes con sonido y a una de ellas con la sensación de orgullo y de impulso a seguir adelante, otra tiene 4 imágenes con sonido y tres sensaciones, la última participante tiene 3 imágenes sin sonido y con las sensaciones de seguridad y sentirse bien consigo misma. Dos participantes tienen sus imágenes una delante

de la otra, mientras que otra participante puede observar sus imágenes en un mismo plano, dos participantes representan sus imágenes como fotografías con movimiento, otra como pósters con movimiento y otra participante como una película con movimiento. Dos participantes observan sus imágenes simultáneamente y otras dos las observan una por una. En el espacio personal ubican las imágenes en la escuela, casa y en la calle, otra menciona que la ubica en su centro y otra más no lo menciona. Todas las participantes se pueden sentir dentro de su cualidad, en lo que refiere a los colores para una sobresalen el color rojo y blanco, para otra el azul fuerte y todos sus matices, para otra el rojo y azul, y para la última participante el verde, blanco, gris y azul; dos participantes no mencionaron el tamaño de sus imágenes, mientras que una participante dice que es grande de tamaño y para otra es del tamaño de una hoja tamaño carta.

Las cuatro participantes coinciden en que en el pasado, esta cualidad fue importante para ellas debido a que les ayudó a saber resolver problemas eficazmente, realizar mejor las cosas, poner más atención y por que a una de ellas esta cualidad le sirvió para terminar su bachillerato; les provoca sensaciones positivas, además de orgullo, seguridad, confianza, satisfacción y felicidad (ver tabla 13).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: "INTELIGENTE" PASADO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Derecha	Frente	Derecha y frente
# de imágenes	Diez	Diez	Cuatro	Tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters con movimiento	Fotografías con movimiento	Película sin movimiento

Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grandes	De una hoja tamaño carta
Colores	Blanco y rojo	Todos los matices del azul	Azul y rojo	Rojo, amarillo, verde y blanco
Importancia	Importante	Muy importante	Muy importante	Muy importante
Sensaciones	Felicidad y bienestar	Orgullo	seguridad	Bienestar, confianza, seguridad y felicidad

Tabla 13. Organización de la cualidad “inteligente” de las mujeres en el tiempo pasado.

En el presente, sigue siendo importante para ellas, ya que esta cualidad les permite llegar a donde desean, hacer bien las cosas que se les presenten y porque de eso depende que terminen su carrera. Estar pensando en esto les llevó a sentir sensaciones tales como felicidad, motivación, orgullo, satisfacción, seguridad y confianza en sí mismas (ver tabla 14).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “INTELIGENTE” PRESENTE.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Derecha	Frente	Derecha y frente
# de imágenes	Diez	Diez	Cuatro	Tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters con movimiento	Fotografías con movimiento	Película sin movimiento

Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grandes	De una hoja tamaño carta
Colores	Blanco y rojo	Todos los matices del azul	Azul y rojo	Rojo, amarillo, verde y blanco
Importancia	Importante	Importante	Muy importante	Muy importante
Sensaciones	Felicidad y motivación	Orgullo	Satisfacción	confianza, responsabilidad y seguridad

Tabla 14. Organización de la cualidad “inteligente” de las mujeres en el tiempo presente.

En el futuro, para tres participantes esta cualidad sería muy importante porque de ahí tienen que utilizar toda la capacidad que ahora tienen para salir adelante y además porque sería la forma en como pueden desarrollar mejor sus capacidad y llegar a sus metas; llevando consigo las sensaciones de felicidad, orgullo, responsabilidad y seguridad. Para otra participante esta cualidad sería básica y le produce sensaciones de seguridad, satisfacción, entusiasmo y un poco de incertidumbre (ver tabla 15).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE MUJERES

CUALIDAD: “INTELIGENTE” FUTURO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Derecha	Frente	Derecha y frente
# de imágenes	Diez	Diez	Cuatro	Tres
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters con movimiento	Fotografías con movimiento	Película sin movimiento

Asociado o Disociado	Asociada	Asociada	Asociada	Asociada
Tamaño de las experiencias			Grandes	De una hoja tamaño carta
Colores	Blanco y rojo	Todos los matices del azul	Azul y rojo	Rojo, amarillo, verde y blanco
Importancia	Importante	Muy Importante	Sería básica	Muy importante
Sensaciones	Felicidad	Orgullo	Comodidad	Satisfacción, responsabilidad y seguridad

Tabla 15. Organización de la cualidad “inteligente” de las mujeres en el tiempo futuro.

5.3 Análisis De Datos Por Grupo. (HOMBRES)

En la cualidad de ser **responsable**, un participante tiene 5 imágenes, otro tiene 2, otro tiene 8 imágenes y el último tiene 25 imágenes. Tres participantes coincidieron en tener sus imágenes al frente y otro las ubica al frente y arriba. Tres participantes mencionaron que sus imágenes tenían sonido y sólo a dos de ellos les producía sensaciones como motivación y sensaciones fuertes, mientras que para otro participante no le produce ninguna sensación; mientras que otro participante no tenía sonido y ninguna sensación. Un participante le da a sus imágenes la representación de fotografías con movimiento, otro participante como pósters con movimiento, otro más como videos con movimiento y el último como películas que por momentos breves tienen movimiento y como imágenes congeladas tipo póster. En lo que confiere al espacio personal las ubican en su recámara, en la escuela, actividades que realizan cotidianamente y en su casa y todos coinciden en que están cerca de ellos. Tres participantes las observan una tras de otra y sólo uno observa sus imágenes simultáneamente; además de que los cuatro sí se pueden sentir dentro de su cualidad. En cuanto al tamaño, todos coinciden en que son grandes sus imágenes, inclusive uno de ellos menciona que es como un trailer de grande y otro que de un metro por un metro. En los colores,

para uno sobresalen los colores rojo, azul y amarillo, otro menciona que tienen todos los colores, para otro participante sobresalen el café, blanco, amarillo, gris y negro, mientras que para el último participante sobresale el color carne.

Los cuatro participantes mencionan que esta cualidad fue importante para ellos, porque de acuerdo con el primer participante esta cualidad lo ha ido formando, para otro porque logró cumplir sus objetivos al igual que para el último participante quien menciona que gracias a esta cualidad logró culminar su bachillerato y continuar con sus siguientes metas. En general les produce sensaciones de alivio y de sentirse bien consigo mismo (ver tabla 16).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: “RESPONSABLE” PASADO

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Frente	Frente y arriba
# de imágenes	Cinco	Dos	Ocho	Veinticinco
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters sin movimiento	Videos con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Asociado	Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Como un trailer	Muy grandes	Grande	Muy grandes
Colores	Rojo, azul y amarillo	Todos los colores	café, blanco, gris, amarillo y negro	Carne
Importancia	Muy importante	Muy importante	De gran valor	Muy importante
Sensaciones	Ninguna	Alivio	Satisfacción	Bienestar

Tabla 16. Organización de la cualidad “responsable” de los hombres en el tiempo pasado.

En el presente, esta cualidad fue importante sólo para dos participantes, ya que según ellos, se necesita ser responsable ya que se van a dedicar a lo que están estudiando, además de que esta cualidad, les produce sensaciones reconfortantes y de bienestar. Mientras que para otro participante esta cualidad no es muy importante (ver tabla 17)

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: “RESPONSABLE” PRESENTE.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Frente	Frente y arriba
# de imágenes	Cinco	Dos	Ocho	Veinticinco
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters sin movimiento	Videos con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Asociado	Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Como un trailer	Muy grandes	Grande	Muy grandes
Colores	Rojo, azul y amarillo	Todos los colores	café, blanco, gris, amarillo y negro	Carne
Importancia	Muy importante	Muy importante	No es muy importante	Muy importante
Sensaciones	ninguna	Alivio	Ninguna	Bienestar

Tabla 17. Organización de la cualidad “responsable” de los hombres en el tiempo presente.

También en el futuro, los cuatro participantes coinciden en que esta cualidad sería importante para ellos porque les serviría como una herramienta que les permitirá trabajar mejor y lograr superarse, además de que les provoca sensaciones tales como el coraje y la determinación (ver tabla 18)

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: “RESPONSABLE” FUTURO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Frente	Frente y arriba
# de imágenes	Cinco	Dos	Ocho	Veinticinco
Representación	Fotografías con movimiento	Pósters sin movimiento	Videos con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Asociado	Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Como un trailer	Muy grandes	Grande	Muy grandes
Colores	Rojo, azul y amarillo	Todos los colores	café, blanco, gris, amarillo y negro	Carne
Importancia	Importante	Muy importante	Muy importante	Muy importante
Sensaciones	Emoción	Alivio	Nervios	Coraje y determinación

Tabla 18. Organización de la cualidad “responsable” de los hombres en el tiempo futuro.

En la cualidad de ser **amigable** solamente un participante no tuvo ningún recuerdo de serlo a lo largo de su vida, mientras que para los tres restantes participantes, dos de ellos ubican la cualidad al frente y uno a la izquierda y al frente, dos participantes tenían 4 imágenes con sonido y las sensaciones de alegría y

emoción, además de tener un significado importante para uno de ellos este sonido, el otro participante tenía 68 imágenes con sonido y las sensaciones de alegría, compañía, seguridad y felicidad, dándole el significado de satisfacción. Para los mismos dos participantes sus imágenes están una delante de la otra, mientras que el otro participante no lo menciona. En la representación que le dan a sus imágenes un participante las representa como una película con movimiento y los otros dos como videos con movimiento. Respecto al espacio personal, ubican la cualidad tanto en la escuela como fuera de ella y en sus actividades cotidianas, un participante menciona que están cerca de él y los otros dos coincidieron en que están lejos.

Los tres coinciden en observar las imágenes una tras otra. Dos de los participantes si se pueden sentir dentro de la cualidad y otro menciona que más o menos se puede sentir dentro de su cualidad; además de que coinciden en que sus imágenes son grandes de tamaño y sobresalen los colores azul, rojo, negro, blanco y gris.

Para los tres participantes esta cualidad fue muy importante en sus vidas porque les permitió conocer más amigos, darle significado a sus vidas y otro menciona que esta cualidad le marcó su decisión de estudiar la carrera de psicología y que va con su personalidad. Les provoca sensaciones como alegría, de alivio, felicidad y seguridad (ver tabla19).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: “AMIGABLE” PASADO

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	No tuvo ningún recuerdo	Frente	Frente e izquierda	Frente
# de imágenes		Cuatro	Cuatro	Sesenta y ocho

Representación		Películas con movimiento	Videos con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado		Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias		Muy grandes	Muy grandes	Un metro por un metro
Colores		Azul y rojo	Blanco, gris, azul y negro	Colores muy claros
Importancia		Muy importante	Muy importante	No fue muy importante
Sensaciones		Alegría	Alivio	Ninguna

Tabla 19. Organización de la cualidad “amigable” de los hombres en el tiempo pasado.

También es importante ahora esta cualidad para los participantes, puesto que de acuerdo con un participante que con esta cualidad aprende de las personas que lo rodean, para otro es importante porque le sirve para conocer a la gente y tener un mejor desempeño. Les produce sensaciones de agrado y alivio (ver tabla 20).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: “AMIGABLE” PRESENTE.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	No tuvo ningún recuerdo	Frente	Frente e izquierda	Frente
# de imágenes		Cuatro	Cuatro	Sesenta y ocho
Representación		Películas con movimiento	Videos con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado		Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias		Muy grandes	Muy grandes	Un metro por un metro

Colores		Azul y rojo	Blanco, gris, azul y negro	Colores muy claros
Importancia		Importante	Muy importante	Importante
Sensaciones		Emoción	Ánimo	bienestar

Tabla 20. Organización de la cualidad “amigable” de los hombres en el tiempo presente.

De igual forma, en el futuro esta cualidad sería muy importante, ya que de acuerdo con un participante, siendo amigable puede saber quienes lo son, otro dice que no está bien el no convivir con otras personas y el último menciona que entre más amigos tenga es mejor ya que considera que se pueden apoyar unos a otros. Conlleva las sensaciones de alegría, emoción, felicidad, compañía y bienestar, mientras que para otro participante no le causa ninguna sensación (ver tabla 21).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: “AMIGABLE” FUTURO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	No tuvo ningún recuerdo	Frente	Frente e izquierda	Frente
# de imágenes		Cuatro	Cuatro	Sesenta y ocho
Representación		Películas con movimiento	Videos con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado		Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias		Muy grandes	Muy grandes	Un metro por un metro
Colores		Azul y rojo	Blanco, gris, azul y negro	Colores muy claros
Importancia		Muy importante	Muy importante	Importante

Sensaciones		Alegría y emoción	ninguna	Felicidad, compañía y bienestar
--------------------	--	-------------------	---------	---------------------------------

Tabla 21. Organización de la cualidad “amigable” de los hombres en el tiempo futuro.

En la cualidad de ser **sincero**, tres de los participantes la ubican al frente y solo uno la ubica a la derecha, dos participantes tienen 2 imágenes, otro tiene 3 y el último tiene 33 imágenes. Para tres participantes, sus imágenes también tenían sonido y las sensaciones de nerviosismo, alivio, arrepentimiento y culpa, dándoles el significado de autoconfianza, y de sentirse liberado, otro de los participantes dice no tener sonido ni sensación alguna. Un participante menciona que observa sus imágenes en un mismo plano y otro dice que las observa una delante de otra, los otros dos no lo mencionan, dos participantes representan sus imágenes como fotografías con movimiento, otro como diapositivas con movimiento y el último las representa tanto como videos con movimiento tanto como pósters estáticos. En su espacio personal, ubican las imágenes en la escuela, en sus actividades cotidianas, en su casa y con su pareja, dos participantes dicen que esta cualidad está cerca de ellos, mientras que para otro no está ni tan cerca ni tan lejos, sólo para un participante está lejos esta cualidad. Tres participantes observan las imágenes una por una y solo un participante las observa simultáneamente. De igual forma, tres participantes si se pueden sentir dentro de su cualidad, siendo solamente uno quien no se siente dentro de la cualidad. En cuanto al tamaño, un participante hace referencia a que sus imágenes son como del tamaño de un vocho, para otro son de aproximadamente tres metros, para el siguiente participante son chicas y para el último participante son de poco más de un metro de largo y ancho. Uno de los participantes dice que sus imágenes están en blanco y negro, otro dice que tiene colores oscuros, para otro sobresalen el color azul, café y blanco, para el último participante sobresale la luz del día.

Dos participantes dicen que esta cualidad fue importante durante su bachillerato, aunque a uno de ellos le causó daño en el pasado y otro dice que fue difícil por lo que tenía que decir y dijo en su momento, y le ocasiona molestia (ver tabla 22).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: “SINCERO” PASADO

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Derecha	Frente
# de imágenes	Dos	Dos	Tres	Treinta y tres
Representación	Fotografías con movimiento	diapositivas con movimiento	Videos con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Asociado	Asociado	Disociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Como un vocho	De 3mts X 3mts	Grandes	Un metro por un metro
Colores	Blanco y negro	Colores oscuros	Blanco, azul y café	Blanco
Importancia	Muy importante	Importante	No fue muy importante	No fue muy importante
Sensaciones	Bienestar	Ninguna	ninguna	Ninguna

Tabla 22. Organización de la cualidad “sincero” de los hombres en el tiempo pasado.

Por otro lado, para otro de los participantes no fue importante esta cualidad y tampoco le causa sensación alguna, así mismo, otro de los participantes dice no haberle dado importancia a esta cualidad y tampoco le provoca alguna sensación

En el presente, un participante dice que reafirma esta cualidad, otro dice que es muy importante para que tanto sus compañeros como profesores lo conozcan tal como es, sincero y así tenga más oportunidades de serlo, sin tener alguna sensación.

El último participante si le da la importancia debida a esta cualidad porque dice que de ahí se basa la confianza y una mejor comunicación con sus amigos, pareja y familia, le provoca sentirse más congruente consigo mismo (ver tabla 23).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: "SINCERO" PRESENTE

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Derecha	Frente
# de imágenes	Dos	Dos	Tres	Treinta y tres
Representación	Fotografías con movimiento	diapositivas con movimiento	Videos con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Asociado	Asociado	Disociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Como un vocho	De 3mts X 3mts	Grandes	Un metro por un metro
Colores	Blanco y negro	Colores oscuros	Blanco, azul y café	Blanco
Importancia	Importante	Muy importante	Importante	Importante
Sensaciones	Bienestar	Ninguna	ninguna	Bienestar

Tabla 23. Organización de la cualidad "sincero" de los hombres en el tiempo presente.

En el futuro, el primer participante dice que la evitaría y le produce una sensación de molestia, para el siguiente participante si es importante para que si está cursando un Posgrado para que lo conozcan como es, sincero y si está trabajando para que sus jefes o trabajadores a su cargo sepan que es sincero. El otro participante considera que tendría una leve importancia y no le causa ninguna sensación, para el último participante es importante esta cualidad para su vida y cree que le va a ayudar, le produce sensaciones de confianza, bienestar y alegría (ver tabla 24).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: “SINCERO” FUTURO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Frente	Frente	Derecha	Frente
# de imágenes	Dos	Dos	Tres	Treinta y tres
Representación	Fotografías con movimiento	diapositivas con movimiento	Videos con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Asociado	Asociado	Disociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Como un vocho	De 3mts X 3mts	Grandes	Un metro por un metro
Colores	Blanco y negro	Colores oscuros	Blanco, azul y café	Blanco
Importancia	La evitaría	Muy importante	Levemente Importante	Importante
Sensaciones	molestia	Ninguna	ninguna	Bienestar y alegría

Tabla 24. Organización de la cualidad “sincero” de los hombres en el tiempo futuro.

En la cualidad: **simpático**, dos participantes la ubican al frente y los otros dos al frente y a la derecha, el primer participante tiene 1 imagen, el segundo tiene 5 imágenes, el tercero tiene 3 y el último 43 imágenes. Los cuatro participantes coincidieron en que sus imágenes tenían sonido y sensaciones, tres de ellos también coincidieron en darle el significado de alegría a ese sonido y en que sus imágenes estaban una delante de la otra. Respecto a la representación que le dan, el primer participante como una fotografía estática, el segundo como una película con movimiento, el tercero como dos fotografías con movimiento y una estática, mientras que el cuarto participante las representa como videos con movimiento y fotografías estáticas. En cuanto a su espacio personal, los cuatro ubican esta cualidad en la escuela, para uno de ellos está lejos y para los otros

tres está cerca; así mismo solo uno no se puede sentir dentro de la cualidad y el resto sí se puede sentir dentro. De tamaño, para un participante su cualidad es pequeña, para dos participantes es grande y uno de ellos no lo menciona. Dos participantes mencionan que observan las imágenes una por una, otro menciona que las observa todas al mismo tiempo y uno de ellos no lo menciona, En el color de sus imágenes, uno menciona que tiene el color marrón, el segundo dice que tiene colores claros y vivos, sobresaliendo el color azul, el tercero, dice que sobresalen el azul marino, negro y rojo brillante, para el cuarto participante sobresalen el rojo, azul y azul marino, siendo colores claros.

El primer participante opina que esta cualidad no fue importante para él, mientras que el resto de los participantes si le dieron mucha importancia, porque para uno de ellos esta cualidad forma parte de su forma de ser, para otro participante es importante esta cualidad ya que basaba sus amigos y podía establecer mejores lazos de amistades y para el último participante fue importante porque le permitió acercarse a muchas personas y conocerlas, al recordar la importancia de la cualidad, les daba la sensación de alegría a los tres participantes a quienes si les fue de importancia ser simpático (ver tabla 25).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: "SIMPÁTICO" PASADO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Izquierda	Frente	Derecha, izquierda y frente	Frente
# de imágenes	Una	Cinco	Tres	Cuarenta y tres
Representación	Fotografía sin movimiento	Películas con movimiento	Fotografías sin movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Disociado	Asociado	Asociado	Asociado

Tamaño de las experiencias	Pequeñita	Muy grandes	Grandes	1.5mts X 1mt
Colores	Marrón	Azul	Azul marino, negro y rojo	Rojo y azul
Importancia	No fue importante	Muy importante	Muy Importante	Importante
Sensaciones	Ninguna	Alegría	alegría	Bienestar

Tabla 25. Organización de la cualidad “simpático” de los hombres en el tiempo pasado.

Ahora en la licenciatura para dos de los participantes si es importante ser simpáticos debido a que les permite acercarse a la gente y les da la sensación de alegría, mientras que para los otros dos es de mediana importancia y no les causa ninguna sensación (ver tabla 26).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: “SIMPÁTICO” PRESENTE.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Izquierda	Frente	Derecha, izquierda y frente	Frente
# de imágenes	Una	Cinco	Tres	Cuarenta y tres
Representación	Fotografía sin movimiento	Películas con movimiento	Fotografías sin movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Disociado	Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Pequeñita	Muy grandes	Grandes	1.5mts X 1mt
Colores	Marrón	Azul	Azul marino, negro y rojo	Rojo y azul

Importancia	Importante	Muy importante	Mediana importancia	Importante
Sensaciones	Ninguna	Alegría	ninguna	Bienestar

Tabla 26. Organización de la cualidad “simpático” de los hombres en el tiempo presente.

Para el futuro, uno de ellos la consideraría aunque no siempre porque dice que no sería importante para él, ocasionándole tristeza, de igual forma otro de los participantes reporta que no ve como muy importante ser simpático, lo que le lleva a sentirse desorientado. Por el contrario, para los otros dos participantes si es muy importante porque estarían trabajando en lo que les gusta y por hacer más placenteros los momentos que vivirán en ese momento y coincidieron en sentir alegría (ver tabla 27).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: “SIMPÁTICO” FUTURO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Izquierda	Frente	Derecha, izquierda y frente	Frente
# de imágenes	Una	Cinco	Tres	Cuarenta y tres
Representación	Fotografía sin movimiento	Películas con movimiento	Fotografías sin movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Disociado	Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Pequeñita	Muy grandes	Grandes	1.5mts X 1mt
Colores	Marrón	Azul	Azul marino, negro y rojo	Rojo y azul

Importancia	Importante	Muy importante	No puede imaginar qué tan importante sería	Importante
Sensaciones	Tristeza	Alegría	Desorientación	Alegría

Tabla 27. Organización de la cualidad “simpático” de los hombres en el tiempo futuro.

Finalmente, en la cualidad de ser **inteligente**, tres participantes la ubican al frente y uno más a la izquierda, el primer participante menciona que se le viene una masa de 60 imágenes, el segundo observa 3 imágenes, el tercero 2 imágenes y el cuarto pudo observar 64 imágenes, tres de los participantes reportaron que sus imágenes tenían sonido y para dos de ellos en las sensaciones como orgullo, alegría, satisfacción, superioridad, mientras que para uno de los cuatro participantes no tenía sonido, aunque sí con cinco sensaciones. En cuanto a la posición de las imágenes, los cuatro las observan una delante de la otra, dos participantes dicen representar sus imágenes como videos con movimiento y los otros dos como películas con movimiento. Así mismo, los cuatro coincidieron en ubicarlas dentro de su espacio personal en la escuela y para tres de ellos están cerca y uno más no lo menciona. Por otro lado, los cuatro sí se pueden sentir dentro de la cualidad, dos de ellos pueden acceder a sus imágenes una por una y los otros dos las observan todas al mismo tiempo. En cuanto al tamaño, un participante dice que son del doble del tamaño que un trailer y tienen color marrón, para el siguiente participante, las observa simultáneamente, se puede sentir dentro de su cualidad, para el siguiente participante, sus imágenes son de tres metros y tiene colores claros, el otro participante dice tener imágenes con colores negro, rosa, café, gris, vino y beige, sin mencionar el tamaño, para el último participante son de 1.5 metros de largo por 1 metro de ancho, en sus imágenes sobresale una luz blanca y los colores azul y rojo.

Durante el bachillerato, esta cualidad fue importante para tres participantes porque dicen que les permitió desarrollarse, además uno de ellos hace hincapié en que de no haber sido inteligente, no hubiera salido del bachillerato y al hacerlo, logró sus

objetivos de estar estudiando una licenciatura, recordarlos les provoca satisfacción y alivio. Por otra parte, para otro participante no fue importante esta cualidad porque dijo no esmerarse mucho y le causa satisfacción y alivio (ver tabla 28)

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: "INTELIGENTE" PASADO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Izquierda	Frente	Derecha y frente	Frente
# de imágenes	Entre 50 y 60	Tres	Dos	Sesenta y cuatro
Representación	Fotografía sin movimiento	Películas con movimiento	Películas con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Asociado	Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Del doble de un trailer	De 3mts		1.5mts X 1mt
Colores	Marrón	Colores claros	Negro, rosa, café, gris, vino y beige	Rojo y azul
Importancia	Muy importante	Bastante importante	No fue importante	Importante
Sensaciones	Ninguna	Ninguna	Satisfacción y alivio	insatisfacción

Tabla 28. Organización de la cualidad "inteligente" de los hombres en el tiempo pasado.

En la licenciatura, es de mucha importancia ser inteligentes para los cuatro participantes porque como mencionan les está sirviendo en su formación, porque es a lo que se van a dedicar, para otro es importante por considerar que hay mucha competencia en su carrera y para el siguiente porque le permite abrirse muchas puertas y para tener una personalidad crítica que le ayudará a contemplar

su realidad de una forma más clara, les produce las sensaciones de emoción, de tensión, de satisfacción y de orgullo (ver tabla 29).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: "INTELIGENTE" PRESENTE.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Izquierda	Frente	Derecha y frente	Frente
# de imágenes	Entre 50 y 60	Tres	Dos	Sesenta y cuatro
Representación	Fotografía sin movimiento	Películas con movimiento	Películas con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Asociado	Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Del doble de un trailer	De 3mts		1.5mts X 1mt
Colores	Marrón	Colores claros	Negro, rosa, café, gris, vino y beige	Rojo y azul
Importancia	Importante	Muy importante	Muy importante	Importante
Sensaciones	Tristeza	Emoción	Tensión	Satisfacción y orgullo

Tabla 29. Organización de la cualidad "inteligente" de los hombres en el tiempo presente.

Por último, en el futuro la contemplan como muy importante porque les permitirá llegar hasta las metas mucho más altas y poder desempeñarse de una mejor manera, además de que tienen que resolver problemas, llevando consigo las sensaciones de emoción, relajamiento y para uno de ellos tristeza (ver tabla 30).

AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DEL CICS-UST EN EL I.P.N.
ANÁLISIS DE DATOS DE HOMBRES

CUALIDAD: "INTELIGENTE" FUTURO.

SUBMODALIDADES	PARTICIPANTES			
	1	2	3	4
Ubicación de la cualidad	Izquierda	Frente	Derecha y frente	Frente
# de imágenes	Entre 50 y 60	Tres	Dos	Sesenta y cuatro
Representación	Fotografía sin movimiento	Películas con movimiento	Películas con movimiento	Películas con movimiento
Asociado o Disociado	Asociado	Asociado	Asociado	Asociado
Tamaño de las experiencias	Del doble de un trailer	De 3mts		1.5mts X 1mt
Colores	Marrón	Colores claros	Negro, rosa, café, gris, vino y beige	Rojo y azul
Importancia	Importante	Muy importante	Muy importante	Importante
Sensaciones	Ninguna	Emoción	Relajamiento	Bienestar

Tabla 30. Organización de la cualidad "inteligente" de los hombres en el tiempo futuro.

CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

Se puede destacar que existió disposición por parte de todos los participantes, todos ellos comentaron las submodalidades de sus imágenes por cada cualidad y la importancia de ésta en su pasado, presente y futuro. Algunos de ellos mencionaron tener muchas imágenes (por ejemplo 64) y esto se confirmó al revisar las videograbaciones, en las cuales claramente se puede observar el acceso que hacen hacia sus recuerdos, esto de acuerdo a los accesos oculares que menciona la PNL. Así que el objetivo de la presente tesis si se cumplió, el cual era el conocer cómo los estudiantes estructuran su autoconcepto. Puesto que se observa que los participantes organizan su autoconcepto por medio de imágenes, las cuales son recuerdos de experiencias que anteriormente habían tenido a lo largo de sus vidas y que son más significativas si tienen sonido y les produce algún tipo de sensación como alegría, satisfacción, entre otras, además de que cada imagen tiene diferentes submodalidades, es decir, que las imágenes tienen cierta posición (una más cerca que la otra o viceversa), tamaño, son estáticas o con movimiento, tienen colores y sensaciones, sonidos.

Por otra parte, de acuerdo a las submodalidades, que subraya la Programación Neurolingüística, las experiencias de cada cualidad son más significativas si la persona observa sus imágenes más cerca, si se siente dentro de su cualidad (está asociado a la experiencia), sus imágenes tienen colores y tiene un tamaño grande, entre otros.

Para asegurarse de que realmente coincide la cualidad con las imágenes, se les preguntó a los participantes cómo habían ido evolucionando la importancia de cada cualidad a lo largo de su paso por el bachillerato, la licenciatura y como sería en el futuro y se encontró que en la primer cualidad: Responsable, la consideran de mediana importancia en el pasado, en el presente comienzan a darle importancia y es en el futuro cuando le dan mucha importancia porque dicen que es cuando tendrán que ser responsables ya que es a lo que se van a dedicar, en

esta cualidad se presentaron un total de 66 imágenes y tienen un tamaño mediano.

En la cualidad: Amigable, fue muy importante porque les dio pauta para conocer más amigos e inclusive marcó su decisión de estudiar la carrera de psicología; en el presente es importante y en el futuro es nuevamente de mucha importancia por considerar que es importante tener amigos y apoyarse mutuamente el uno del otro. En cuanto a las imágenes, se presentaron un total de 109 imágenes, siendo grandes de tamaño.

La cualidad: Sincero, fue importante en el pasado porque dicen que fue necesario que fuesen sinceros aunque a la vez fue difícil ser sinceros; en el presente es un poco más importante debido a que consideran que es prescindible ser sinceros para que los demás los conozcan tal cual son, en el futuro dicen que no sería muy importante porque ya han tenido experiencias previas siendo sinceros, aunque consideran que el ser sinceros les puede ayudar en futuros trabajos. En esta cualidad tuvieron un total de 96 de imágenes, esta vez las imágenes no eran tan grandes.

En la cualidad: Simpático, fue muy importante en el pasado, porque para algunos forma parte de su personalidad y para otros porque les permite establecer amistad con más personas; en el presente es de mediana importancia porque les permite entablar relaciones con los demás, también les otorga la sensación de confianza; en el futuro sería de igual forma de mediana importancia porque los impulsa a seguir adelante y entablar un compañerismo con las personas con las que estuvieran trabajando; respecto a las imágenes, tuvieron un total de 107 imágenes y con tamaño grande.

Para la cualidad: Inteligente, fue importante ya que les ayudó a resolver problemas eficazmente y porque gracias a que fueron inteligentes, lograron terminar su bachillerato, en el presente, sería más importante porque les ayuda en su

formación profesional y les servirá para terminar su carrera; en el futuro, sería muy importante porque les permitirá llegar a metas mucho más altas. Tuvieron un total de 156 imágenes y un tamaño mucho más grande, por lo que esta cualidad fue la más importante para ellos, puesto que es la cualidad en donde tuvieron mayor número de imágenes y de gran tamaño.

Respecto a la aplicación del cuestionario, cabe puntualizar que todas las preguntas fueron entendidas, excepto al preguntarles sobre su espacio personal, para lo cual se les explicó a qué se refería esta pregunta, por lo que confiere al resto de las preguntas, no existió mayor problema.

Los datos encontrados, pueden servir para que en futuras investigaciones puedan darse una idea sobre la organización de las experiencias y de desearlo, pueden trabajar con las personas que no logren tener algún recuerdo en alguna de las cualidades o inclusive hacer más significativas sus cualidades ayudándose de las submodalidades, lo cual repercutirá en el aumento del autoconcepto de los participantes.

Actualmente, se han publicado infinidad de libros acerca de la Programación Neurolingüística, dejando de lado la publicación de las aplicaciones de la P.N.L. que pueden realizarse en otras áreas como en el deporte, salud, etc., motivo por el cual la presente tesis puede ser utilizada como herramienta para el estudio de una de las tantas aplicaciones de la Programación Neurolingüística en la Psicología.

LIMITACIONES Y ALCANCES.

Una limitación se refiere a considerar en el estudio una muestra pequeña, la cual no permite establecer generalizaciones aplicables a la población de adolescentes del Distrito Federal y Área Metropolitana.

La muestra utilizada para el estudio fue tomada únicamente de adolescentes, dejando fuera a niños y adultos, motivo por el cual, se propondría realizar estudios posteriores a dichas muestras, y así, se tendría conocimiento respecto a las representaciones internas del autoconcepto en niños y adultos.

El número de imágenes dadas por los participantes no constató la solidez de las características en el estudio, algunos reportaron tener una o tres imágenes, mientras que otros treinta y tres o sesenta y cuatros. Quedando inconcluso el significado de contar con pocas o muchas imágenes de las cualidades estudiadas.

Existe falta de información y publicaciones relacionadas con el estudio de las representaciones internas del autoconcepto de las personas.

Actualmente se han publicado muchas investigaciones relacionadas con el autoconcepto, como las de Valdez (1998), Cortés, Flores y Carrillo (2000), Espinosa y Lagunes (2000), por mencionar algunos, quienes basan sus investigaciones en cuestionarios. El presente estudio permite realizar otra forma de abordar el autoconcepto, proponiéndose para ello la realización de cursos o talleres para desarrollar el autoconcepto de los participantes.

Los resultados obtenidos muestran que cada persona tiende a organizar de manera única y diferente el autoconcepto.

Las cualidades aquí revisadas se tomaron de un estudio científico realizado previamente por Valdez (1998). Esto permite tener una base científica al presente estudio.

Fue de gran ayuda para el estudio, el no revisar el contenido de las imágenes, sino únicamente la revisión de la estructura del autoconcepto. De así deseárselo, al cambiar la estructura de las imágenes, se puede cambiar el contenido para obtener un autoconcepto sólido.

BIBLIOGRAFÍA

- Acuña, Laura y Bruner, Carlos (1992) Autoconcepto en función de elecciones vocacionales. La Psicología Social en México. Vol. IV, pp. 179-185.
- Aguirre Baztán Ángel (Ed) (1994) Psicología de la adolescencia. España, Baizareu Universitaria Marcombo
- Allport, Gordon. (1977) La personalidad. Barcelona, Herder.
- Andreas, Steve (2002) Curso-taller Recreándote a ti mismo. Modelando tu autoconcepto. Guadalajara, Jalisco, Octubre, 2002
- Andreas, Steve y Faulkner, Charles, (1998) PNL la nueva tecnología del éxito. Barcelona, Urano
- Bandler, Richard (1998). Use su cabeza para variar. Chile, Cuatro vientos.
- Bandler, Richard y Grinder, John (1980) Estructura de la magia I. México, Cuatro vientos.
- Bertolloto, Valles Gustavo (1998) Programación Neurolingüística. Desarrollo personal. México, Diana.
- Blair, Glenn Myers (1979) Cómo es el adolescente y cómo educarlo. Buenos Aires, Nueva Visión.
- Cortés Ayala, Lourdes; Flores Galaz, Mirta Margarita y Carrillo Trujillo, Carlos David (2000). Autoconcepto y ambiente familiar en niños. La Psicología social en México. Vol. VIII, pp 127-133
- Davidoff, Linda (1989) Introducción a la Psicología. México, McGraw-Hill
- Gross, D. Richard (1998) Psicología: La ciencia de la mente y la conducta. México, El Manual Moderno.

- Espinosa Fuentes, Rodolfo y Lagunes Reyes, Isabel (2000) El autoconcepto: su relación con el ambiente familiar con la orientación individual. La Psicología social en México. Vol. VIII, pp 143-149.
- Fuentes, González B. (1989) Conocimiento y formación del adolescente. México, Paidós.
- Gallagher, James R. (1966) Problemas emocionales de los adolescentes. México, Paidós.
- Grinder, John y Bandler, Richard (2001) De sapos a príncipes. México, Cuatro vientos.
- Gillham L., Heber (1999) Cómo ayudar a los niños a aceptarse a sí mismos y a aceptar a los demás. México, Paidós.
- Grinder, Robert (1986) Adolescencia. México, Limusa.
- Hoffman, L., Paris, S., y Hall, E. (1996) Psicología del desarrollo del adolescente hoy. Vol. II. México, McGraw Hill.
- Horrocks, John (1993) Psicología de la adolescencia. México, Trillas.
- Hurlock, Elizabeth (1980) Psicología de la adolescencia. México, Paidós.
- Kaplan, Louise (1986) Adolescencia: el adiós a la infancia. México, Paidós.
- Kimmel, Douglas C. (1998) La adolescencia: Una transición del desarrollo. Barcelona, Ariel.
- Krusche, Helmut (1996) La rana sobre la mantequilla. Fundamentos de la Programación Neurolingüística. Barcelona, Sirio.
- La Rosa, J. y Díaz Loving, R. (1991) Evaluación de autoconcepto: Una escala multidimensional. Revista Latinoamericana de Psicología. Vol. 23, Núm. 1, pp. 15-33.
- Lohalle, Henri (1990) Psicología de los adolescentes. México, Grijalvao
- McDermott, Ian y O'Connor Joseph (1996) PNL para la salud. México, Urano.
- Macías Valadez T. (2000) Ser adolescente. México, Trillas.

- Maier, Henry (1989) Tres teorías sobre el desarrollo del niño: Erikson, Piaget y Sears. Buenos Aires, Amorrortu Editores.
- Mckinney, John Paul, Fitzgerald, Hiram E. y Strommen, Ellen A. (1982) Psicología del desarrollo: Edad adolescente. México, El Manual Moderno.
- Mouján, Octavio (1989) Abordaje teórico y clínico del adolescente. Buenos Aires, Nueva Visión.
- Mueller, F. L. (1982) La Psicología Contemporánea. México, Fondo de Cultura Económica.
- Muñoz Campos, A. y Andrade Palos, P. (1990) Concepto del maestro y autoconcepto del alumno. La Psicología Social en México. Vol III, pp 29-33
- O'Connor, Joseph y Seymour, John (2002) Introducción a la PNL. España, Urano.
- Oñate, Ma. Pilar de (1989) El autoconcepto. Formación, medida e implicaciones en la personalidad. Madrid, Narcea Ediciones.
- Papalia, Diane, E. y Wendkos, Sally (1990) Psicología. México, McGraw-Hill
- Pepin, Louise (1975) La psicología de los adolescentes. Barcelona, Ariel.
- Pick de Weiss, S., Canalizo, P. y Shabot, E. (1988) Autoconcepto y percepción que el adolescente tiene de su relación con sus padres. La Psicología Social en México. Vol. II, pp. 42-45
- Ponce, Aníbal (1976) Adolescencia, educación y sociedad. México, Cultura Popular.
- Rivera Aragón, Sofía y Díaz Loving, Rogelio (1992) Autoconcepto y empatía. La Psicología Social en México. Vol. IV, pp. 186-192.
- Rodríguez, Mauro (1988) Autoestima: clave del éxito personal. México, El Manual Moderno.

- Semmens, James y Krantz, Kermit (1980) El mundo del adolescente. México, Compañía Editorial Continental.
- Valdez Medina José Luis (1994) Autoconcepto del Mexicano. Estudios de validación. Tesis de doctorado en psicología. Facultad de Psicología. U.N.A.M.
- Valdez Medina, José Luis (1998) Las redes semánticas naturales. Usos y aplicaciones en Psicología Social. México, Universidad Autónoma del Estado de México.
- Valdez Medina, José Luis y Reyes Lagunes, Isabel (1994) El autoconcepto en el adolescente. La Psicología Social en México. Vol. V, pp. 135-147.
- Xirau, R. (1990) Introducción a la Filosofía. México, UNAM

CUESTIONARIO DE APLICACIÓN.

Cualidades: Responsable, amigable, sincero, simpático e inteligente.

- 1.- ¿Dónde se encuentra ubicada tu cualidad? (frente, izq. o derecha)
- 2.- ¿Cuántas imágenes sonidos y sensaciones tienes?
- 3.- ¿Tus experiencias están en un mismo plano como en una pared?
- 4.- El sonido, voces ¿Qué tan claro lo puedes escuchar?
- 5.- ¿Qué significado tienen para ti esas voces, sonidos?
- 6.- ¿Cómo representas tus experiencias? Puede ser mediante una diapositiva, fotografía o una película.
- 7.- ¿Son estáticas o tienen movimiento?
- 8.- ¿Dónde se encuentran tus experiencias dentro de lo que consideras tu espacio personal?
- 9.- Estas experiencias ¿Están a tu disposición simultáneamente o como en un fichero?
- 10.- ¿Puedes sentirte dentro de tu cualidad?
- 11.- ¿Qué tamaño tienen tus experiencias?
- 12.- ¿Qué colores tienen?
- 13.- ¿Qué tan importante fue para ti esta cualidad en el bachillerato?
- 14.- ¿Qué sensaciones tienes?
- 15.- ¿Qué tan importante es tu cualidad en la licenciatura?
- 16.- ¿Qué sensaciones tienes?
- 17.- En un futuro, cuando trabajes o curses un Postgrado, ¿Qué tan importante es esta cualidad?
- 18.- ¿Qué sensaciones te produce?