

01025
43



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Autorizo a la Dirección General de Bibliotecas de la UNAM a difundir en formato electrónico e impreso el contenido de mi trabajo intelectual.

NOMBRE: Garduño Cancino Reyna Guadalupe

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS - 2003
FIRMA: [Signature]

PROPUESTA DE TALLER PARA ELEVAR NIVELES DE AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES DE 14 A 20 AÑOS.

TESIS

TESIS CON FALLA DE ORIGEN

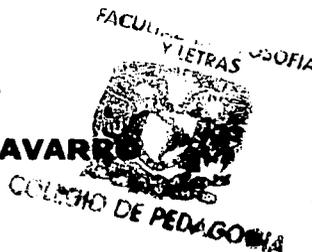
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PEDAGOGÍA

PRESENTA

GARDUÑO CANCINO REYNA GUADALUPE

ASESORA

Laura Ortega Navarro



2003
A



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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.

PAGINACIÓN DISCONTINUA

Me llevaría mucho tiempo escribir todo lo que siento en este momento, no obstante, nunca he vivido sola y quiero, con una simple y compleja palabra manifestar todo el amor que no cabe en mi pecho cursi.

¡ G R A C I A S !

GRACIAS Jesús Amigo, por estar en cada momento, aun cuando no te hice presente, GRACIAS por iluminar mis pensamientos -que tantas veces hubiese preferido los eliminarás-. GRACIAS Dios, por darme unos padres hermosos que siempre se han preocupado de enriquecer nuestra familia mediante el amor, el respeto y el ejemplo cotidiano.

GRACIAS a mis padres Chucho y Mari por engendrarme y dejarme vivir y convivir con ellos, para que con su ejemplo, dedicación y entrega alcanzará este nuevo peldaño en mi vida. GRACIAS por las noches de desvelos, de lágrimas, de sonrisas, gracias por arrullarme en sus brazos cálidos y seguros. GRACIAS también por darme hermanos, que siempre han sido amigos para mi.

GRACIAS a la misma VIDA por permitirme descubrir el mayor de los tesoros que alguien puede encontrar: LA AMISTAD. Para iniciar con la lista de los amigos se encuentran:

Mi pequeño hermano, consejero y respaldo: Ricardo. Que con su ejemplo, apoyo y cariño me ayuda a crecer y a descubrir los hermosos y sencillos detalles de la vida. GRACIAS GORDUCHIS. Te Quiero.

También se encuentran mis amigas, confidentes y hermanas Blanca y Lulú, con las que estaré perennemente agradecida, pues en gran parte, este trabajo surge por ellas y para ellas. GRACIAS por dejarme entrar en su corazón, en sus pensamientos e inquietudes. GRACIAS Flaqui y a ti Gordí. Las Quiero.

TESIS CON
FALLA LE ORIGEN

A todos los amigos de infancia, adolescencia y ahora de juventud que en el momento menos pensados se encuentran ahí, como ángeles de guardia, ayudándome a ponerme de pie cuando mis alas habían olvidado como volar GRACIAS: Alberto (Betito), Lupe (W), Rosy, Blanca, Malú, Lili y Ben Rodríguez, Rocío, Sandy, ROS, Sandyvela, Ana, Chayito, Marco (lentejito), Israel, Gaby-Ale, Viri, Juan Pablo, Anita, Nacho, Erivan, Efrén, Paco, Gabacha, Daniel, Yael, Tere, Emerzón, Karina, Martín, Salvador, Arturo (tambor), John (corazoncito), Adrix, Gabriel, Edgar, Azu, Bety, Mario, Isa, Roberto N., P. Alex, Memo, Juan Alberto, Luis (Vite)... GRACIAS David, Arnulfo, Mara, Angi, Allan, Mau (pomposo), Josefo, Julia, Gabo, Mari, Erika por la amistad que comienza.. ***Un agradecimiento muy especial a los chicos y chicas que contribuyeron como conejillos de indias para llevar a la practica esta propuesta de taller.***

GRACIAS a los maestros y maestras que me enseñaron a amar la pedagogía y a la misma vida: Alberto Núñez, Héctor Teuti, Alejandro Rojo y especialmente gracias a Laura Ortega por sus sabios consejos, su apoyo y paciencia en este nacimiento. GRACIAS a Laura Rodríguez por su amistad y por su apoyo incondicional.

GRACIAS a los compañeros y amigos con los que he tenido la alegría de compartir actividades, espacios y momentos inolvidables:

*ACAN.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

GRACIAS porque aquí he descubierto gran parte de estos talentos ocultos, porque desde siempre han sido un impulso para seguir viviendo y trabajando a favor de la educación integral y divertida. GRACIAS porque en gran parte ahí descubrí la amistad. GRACIAS Iñigo y Aurora por su amistad, por su tiempo que confiaron para mi y por su testimonio de vida. GRACIAS por insistir incansablemente en la elaboración de esta tesis. Que Dios los bendiga.

***FUNDACIÓN ROBERTO PLA INCHAUSTI.**

**TESIS CON
FALLA LE ORIGEN**

GRACIAS por el apoyo moral, afectivo y efectivo que he recibido en este fantástico mundo de respeto. GRACIAS en especial a Rosario por confiar en mi y por ser una sencilla y hermosa persona, que en todo momento abre su corazón y oídos incluso ante las palabras necias. GRACIAS a Maru por esos momentos en los que ahí estas, dispuesta a escuchar, a dar un consejo e incluso a compartir las locuras de un grupo jovial y un tanto loco. GRACIAS a todos los compañeros y amigos que tantas veces me preguntaron ¿cómo va la tesis?, ¿para cuándo te titulas?, a todos aquellos que enviaron algún mensaje de ánimo, etcétera.

***DEPARTAMENTO DE PLANES Y PROGRAMAS DE ESTUDIO (FFYL).**

GRACIAS por compartir todo sin importar nada, por las sonrisas, las palmadas, las lágrimas secas y sobre todo por la sencillez y la disponibilidad que siempre han tenido para conmigo y para con todos los que llegan de "visita". GRACIAS a Laura (La jefa) y a Claus por todos sus consejos, por sus comentarios e incluso por sus chistes y bromas, ya que con ellos, día con día descubro lo complejo y maravilloso de la vida. GRACIAS también a Sand, Alicia, Tere+, Ruth, por sus locuras, sus ánimos y por compartir esta etapa tan importante de mi vida.

GRACIAS a todas las personas que a veces sin saberlo han contribuido en este trabajo. A los amigos maestros, familias, instituciones y sujetos que a lo largo de esta investigación han colaborado con una sonrisa, una palabra o una acción. Gracias incluso a aquellas personas que ya no se encuentran entre nosotros, pero que estuvieron y aún se encuentran presentes en mi pensamiento y en mi corazón.

TESIS CON FALLA
DE
ORIGEN

ÍNDICE

TEENS CON
FALLA DE ORIGEN

INTRODUCCIÓN

I

1. AUTOESTIMA

1.1	Concepto de Autoestima.....	1
1.2	Relación con la personalidad	4
1.3	Identidad	10
1.4	Desarrollo de la Autoestima	14
1.5	Características de Autoestima	21
1.6	¿Por qué es tan importante la Autoestima en el trabajo del pedagogo?	25

2. ADOLESCENCIA

2.1	Definición de adolescencia	26
2.2	Proceso de socialización	30
2.3	Educación y crisis	32
2.4	Necesidad de afiliación	53
2.5	Creando una identidad	69
2.6	Autoestima en la adolescencia	73
2.7	Trabajo	76

**TESIS CON
FALLA LE ORIGEN**

3. MEDIOS DE COMUNICACIÓN

3.1 Los medios de comunicación modernos 77
3.2 Funciones de los medios de comunicación 78
3.3 ¿Qué nos ofrecen los medios de comunicación? 83
3.4 Los mensajes y sus efectos 91
3.5 Adolescente: propiedad de los medios 101

4. FAMILIA

4.1 La estructura de la familia actual..... 106
4.2 La función de la familia113
4.3 Los hijos: proyecto de vida122
4.4 El encuentro intergeneracional 125
4.5 Comunicación intra-familiar 126
4.6 Ambiente familiar y personalidad 129

**5. PROPUESTA DE TALLER PARA ELEVAR NIVELES DE
AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES DE 14 A 20 AÑOS.**

5.1 Presentación 131
5.2 Objetivos 132
5.3 Metodología 133
5.4 El facilitador, pieza clave 137
5.5 Sesiones 140

ANEXOS 204

CONCLUSIONES 221
BIBLIOGRAFÍA 227

INTRODUCCIÓN

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Desde que el ser humano nace es objeto de estudios en muy diversos campos, porque la sociedad busca de manera permanente alternativas para que sus individuos tengan una mejor forma de vida. Así a lo largo de la historia encontramos cambios y avances tanto científicos como tecnológicos, de tal forma que, por ejemplo hoy en día miles de personas pueden estar enlazadas al mismo tiempo y en diferentes espacios por medio de la tecnología desarrollada para la comunicación, pareciera que las distancias no existen, sin embargo el mundo en el que vivimos se encuentra marcado por factores determinantes que cada vez más separan al hombre de sí mismo.

En el trabajo pedagógico se pretende promover la existencia auténtica, la cual se realiza conforme al modo propio de vida del ser humano, es decir de lo que sale de él mismo y se vierte en la sociedad. "Confiar en el educando es una disposición que, en el fondo, supone una actitud correctamente optimista en torno a la calificación general que le demos a la naturaleza humana".¹

Si el trabajo de cada una de las partes que componen al ser humano se desempeña bien, en el ser humano habrá orden interior, es decir, salud mental, corporal y espiritual. La educación está en función de tomar en cuenta las necesidades de desarrollo propias del ser humano y de las más específicas de su crecimiento integral.

Dentro de las etapas más importantes del ser humano encontramos la adolescencia. En ella se entra en una fase acelerada de evolución física y psicológica, donde muchos de los aspectos que se encontraban dormidos

¹ Rogers, C. R. El proceso de convertirse en persona. p.174.

TESIS CON FALSA DE ORIGEN

despiertan y tienden a desarrollarse mediante tanteos, fracasos y éxitos, que señalan el camino a la madurez. En la adolescencia presenciarnos el nacimiento de un adulto que quiere remover todo aquello que signifique ser niño, por lo tanto entre otras cosas le molesta que lo sigan tratando como tal. Pero al mismo tiempo tiene miedo de entrar en el desconocido mundo de los adultos.

Lo que hasta hacía poco se había aceptado y se había hecho con gusto dentro de la familia, como las reuniones familiares, empieza a "chocarle" al adolescente. Le es mucho más agradable la compañía de los amigos de su edad que la de los padres o hermanos.

"Aunque los profundos cambios sociales acontecidos durante las últimas décadas han llevado a que los niños actuales entren en la adolescencia antes de lo que lo hacían sus padres o sus abuelos - en torno a los 9 o 10 años - y que salgan de la misma más tarde - bastante después de los 21 años-, se siguen considerando tres momentos claves en el transcurso de la misma: la adolescencia temprana hasta los 14 años, la adolescencia media hasta los 17 años y la adolescencia tardía que finalizaría en torno a los 20 años".²

Del ambiente que rodea al adolescente y de lo que ve que tienen sus amistades, son muchas cosas las que llaman su atención y que quisiera tenerlas. Por ello es común que el adolescente comience a quejarse del poco dinero que le dan, le moleste tener que pedirlo, quisiera que sus pertenencias fueran resguardadas bajo llave y si por ejemplo, existe un horario para ir a dormir, hará lo posible por no respetarlo. Aunque todos los adolescentes tienen las crisis señaladas, no se manifiestan con igual intensidad, ni en los mismos aspectos, es decir, no hay adolescentes iguales, sin embargo, ayuda tener una idea de ese mundo interior del adolescente.

² Coleman J. y Hendry. Psicología de el adolescente. p. 8

TEJIS CON FALLA DE ORIGEN

El adolescente que va dejando poco a poco su niñez, trata de ser una persona diferente, de vivir su propia vida. Este vivir su vida implica un conocerse y cómo hacerlo, aun cuando en su interior exista la inseguridad y de que se dé cuenta de que existen cosas que no están definidas.

Del mundo en donde vive, por lo general opina que tiene cosas maravillosas como los amigos y otras detestables, como el tener que estudiar cuando tiene una fiesta.

El adolescente es consciente en su interior de que necesita apoyo y guía, pero también es consciente de que puede elegir sus acciones, no le gusta permanecer con los brazos cruzados frente a una situación. Así, una vez que ha ejecutado una elección, ya sea buena o equivocada, quiere llevarla a cabo.

La problemática en la que centro este trabajo es la del desarrollo de la autoestima, y cómo se va construyendo a lo largo de la vida, en particular se estudiará el periodo de la adolescencia, ya que ésta es una etapa en la que el ser humano se encuentra con importantes cambios físicos, sociales y psicológicos. En la adolescencia el individuo hace frente a las tareas de establecer una identidad personal satisfactoria y crea lazos interpersonales fuera de la familia, como son elegir una pareja y aprender a controlar de manera responsable la sexualidad en desarrollo.

Las actitudes y los hábitos del adolescente cambian según las actividades que realiza y según el nivel de autoestima que el han construido hasta este momento de la vida. Cuando un individuo —en especial un adolescente— es llamado a alcanzar la perfección no es capaz de aceptar que tiene defectos, ni siquiera de admitir que estos conviven dentro de él, sin embargo, al fortalecer el autoconcepto (autoestima) del adolescente se dará la pauta para que por sí mismo quiera cambiar o modificar las actitudes que lo ponen en riesgo.

TENIS CON FALLA LE ORIGEN

Por otra parte nunca se podrá dar por terminado el trabajo de autoconocimiento, ya que las circunstancias en las que se encuentra inmerso el ser humano, se modifican día con día. Por ejemplo cuando en la familia los hijos comienzan a crecer, cuando los padres tienen más hijos, cuando los padres también crecen, etcétera. Aun para aquellos padres que intentan dar una formación completa y adecuada a los hijos, dentro de sus limitaciones humanas, la adolescencia no deja de ser una época difícil para ellos. La vida familiar cotidiana está llena de mil detalles y cada uno de ellos contribuye en la construcción de nuevos sujetos.

Ya que nunca se deja de construir el sujeto, es importante que tenga una formación constante mediante el uso nuevas estrategias útiles, en tiempos como los actuales, donde una fuerte marea mueve los valores, donde existe una competitividad salvaje, donde el desajuste social y familiar amenaza e invade los ambientes donde vivimos; ante tal derrumbamiento se necesitan instrumentos, herramientas y métodos para vivir mejor.

Por lo que se propone como medio para evaluar el nivel de autoestima un taller que esté dirigido a todos los adolescentes que necesitan impulso para elevar su autoestima, para vivir con una mejor calidad y, en general, a todos aquellos que buscan las veredas y los caminos para conocerse a sí mismos. Puede ser útil para los adolescentes que necesitan orientaciones y soluciones en estos momentos de su vida. Así, al incorporar alternativas como este taller, el adolescente descubrirá sus talentos que aún no ha identificado.

En el primer apartado del trabajo se describirán los principales conceptos de autoestima, la relación que existe con la conformación de la personalidad de cada sujeto y cómo ésta es en factor determinante desde la infancia hasta la edad adulta.

TESIS CON FALLA DE ORIGEN

En este capítulo se estudiarán las características de la autoestima desde la construcción de su estructura, con los primeros contactos en la familia y en la sociedad.

En segundo capítulo se planteará la relación que existe entre la autoestima y la adolescencia. Ya que, como se ha dicho, la adolescencia es una etapa muy importante de transición en la vida, por lo que en este capítulo se estudiarán algunas de las características más representativas de la adolescencia y que ayudan en la construcción de la identidad del adolescente. Se estudiará cómo se da el proceso de socialización en la familia, en la escuela y en la sociedad. Así mismo la construcción de la identidad en la adolescencia, es otro de los temas que se desarrollará en este capítulo.

En tercer lugar, se conectarán los dos temas anteriores con los factores sociales que afectan el desarrollo de la autoestima, tales como la cultura, los valores que en ella se dan, los medios de comunicación, la economía familiar (status), cómo son percibidos por el adolescente estos factores y de qué forma elevan o disminuyen los niveles de autoestima. Al hablar de medios de comunicación también es necesario mencionar que hoy en día se emplean instrumentos informáticos y la telecomunicación para intercambiar puntos de vista diversos y por supuesto que se desarrollan redes de comunicación. Al tiempo de definir los medios no entraremos en detalle, tampoco haremos un análisis descriptivo, ni valorativo de éstos. Nuestro objetivo será analizar cómo los medios de comunicación tienen influencia en la autoestima, principalmente de los adolescentes.

Puesto que nos encontramos dentro de una sociedad, es necesario conocer los cambios que nos rodean y de qué forma influyen en las conductas y en el desarrollo de los sujetos .

En el cuarto apartado se tratará el tema de la familia y se vinculará con sus funciones básicas; el ambiente que se da dentro de esta pequeña sociedad y cómo ésta influye en la personalidad y en el desarrollo pleno del adolescente.

Frente a las dificultades actuales, una de las actitudes es conservar los valores fundamentales y formar un recto criterio, para descubrir los que son esenciales. La familia como elemento primordial en la construcción de la autoestima se estudiará desde sus influencias tanto internas como externas, y cómo éstas contribuyen en la formación de la personalidad del adolescente.

En la quinta parte se encontrará la propuesta del taller, así como cada una de las actividades que se realizaron de acuerdo con los temas y objetivos planteados para cada una de las sesiones.

Dentro del taller los temas están relacionados con algunos de los aspectos que se consideran más relevantes y que le facilitarán al adolescente el poder llegar a un nivel alto de autoestima. Para seleccionar cada una de las actividades y los contenidos se tendrá en cuenta que dichos contenidos resulten motivantes para el adolescente, de forma tal que participe de manera activa en el taller. Pero no sólo dependerá de los contenidos, que en sí mismos le resulten interesantes, sino en gran parte de la metodología de trabajo y del facilitador que imparte el taller.

La participación del pedagogo en actividades de esta naturaleza, además de enriquecer sus habilidades proporciona experiencia de campo en áreas diversas como son la Psicología, sociología, filosofía, entre otras. El diseño y la aplicación de dichos programas pueden constituir el inicio de posibles temas de investigación, los cuales contribuyan en el desarrollo de la pedagogía comunitaria.

En el transcurso de la investigación, además de una búsqueda bibliográfica amplia relacionada con las temáticas tratadas en el presente trabajo, también utilizaremos una metodología cualitativa, la cual nos permitirá obtener datos descriptivos de las propias palabras, de las conductas observables de las personas, los espacios y de el grupo, donde es importante tanto el pasado como el presente de cada uno de los personajes. Con esta metodología tendremos un acercamiento al escenario de investigación y sobre todo una aproximación con los sujetos de nuestro estudio. Al mismo tiempo nos permitirá conocer y entender los fenómenos sociales desde la propia perspectiva de los adolescentes. Nos ayudará a examinar el modo en el que experimenta el mundo nuestro principal actor –el y la adolescente-.

Por lo tanto daremos énfasis a la validez en la investigación. Ya que el método cualitativo nos permite permanecer próximos al mundo empírico, al observar a las personas en su vida cotidiana, escuchándolas hablar sobre lo que tienen en mente y viendo los documentos que producen, con lo cual obtendremos un conocimiento directo de la vida social. El estudio cualitativo por tanto no es un análisis impresionista, informal, basado en una mirada superficial a un escenario o a personas. Es una pieza de una investigación sistemática conducida con procedimientos rigurosos aunque no necesariamente estandarizados.

1. AUTOESTIMA

1.1 CONCEPTO DE AUTOESTIMA

¿De dónde viene el concepto autoestima?

Se ha escrito mucho y en diversos campos de estudio, acerca del concepto autoestima, diversos profesionistas y científicos han buscado la esencia de la autoestima y de la actitud del humano referente a ésta. Existen diferentes teorías que han tratado de explicar este proceso. Actualmente, el modelo más utilizado para explicarlo es el relacionado con la estructura jerárquica, en la que el concepto de autoestima integral que poseemos es el resultado de las evaluaciones perceptivas que realizamos en cada una de las distintas áreas, tales como son las: académicas, sociales, emocionales y físicas. Cada área está dividida en subáreas que, a su vez, presentan diferentes niveles, de manera que conforme se va descendiendo en esta organización jerárquica, se encontrarán percepciones más específicas.

El concepto de autoestima encuentra sus orígenes en Freud, como lo muestran sus trabajos sobre el narcisismo, en los cuales el Yo abarca a todo el individuo. Es a partir de la escuela psicoanalítica de Hartmann (1950) y Erikson (1971) que se plantea un enfoque de lo que significa el Yo dentro del desarrollo de concepto del sí mismo o "self".

Hartmann (1950) ayuda en la separación conceptual entre el Yo como sistema psíquico y el self como concepto referido a "uno mismo", estableciendo la importancia de hacer una clara diferenciación entre el self (uno mismo), Yo y

personalidad. Para este autor en el self se encuentra el ELLO, el YO y el SUPER YO, así como también la representación del self frente al propio self, siendo un concepto que incluye a la integridad de la persona.

El concepto del Yo se desarrolla como una serie secuencial de niveles de percepción del Yo que surge mediante la interacción con otros sujetos . En estas interacciones sociales el sujeto descubre que sus pruebas de realidad lo identifican frente al otro y esto se conoce como autoestima.

La autoestima surge como un indicador social que nos permite distinguir diversas problemáticas, tanto individuales como colectivas. "Vivimos la autoestima del mismo modo que vivimos nuestros entornos culturales, historias evolutivas o identidades... del mismo modo que la cultura, la historia y la identidad, nuestra autoestima se vive concretamente. Está incorporada a nuestras percepciones del aquí y ahora, experimenta a modo de sentimiento y expresa mediante palabras y acciones".¹

¿Qué es la autoestima?

De acuerdo con Mauro Rodríguez, autoestima es el conjunto de creencias que una persona tiene de sí misma. Donde, cada persona forma a lo largo de su vida una serie de creencias, imágenes e ideas que le llevan a creer que es así. Es conocer las partes que componen el Yo, sus necesidades, sus manifestaciones, y sus habilidades de acuerdo a su forma de actuar y de sentir.

La autoestima es la propia capacidad de enfrentarse a los desafíos de la vida; es la forma en la que cada sujeto se percibe. Es la suma de la confianza y el respeto que se tiene en sí mismo. Es la aceptación positiva de la propia identidad,

¹ MRUK, Chris. Autoestima. Investigación, teoría y práctica. p.34

e implica el desarrollo adecuado en el descubrimiento de la identidad. "La esencia de la autoestima es confiar en la propia mente y saber que somos merecedores de la felicidad"².

La autoestima es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos cultivamos durante nuestra vida; creemos que somos listos o tontos; nos gusta ser como somos o no; nos sentimos graciosos o sin chiste. Las impresiones, valoraciones y experiencias reunidas se unen en un sentimiento positivo hacia nosotros mismos o, por el contrario, en un incómodo sentimiento negativo al no encontrar lo que esperábamos.

Se puede definir autoestima como el sentimiento de aceptación y aprecio hacia uno mismo, que va unido al sentimiento de competencia y valía personal. El concepto que tenemos de nosotros mismos no es algo que se nos herede, sino que lo aprendemos de nuestro entorno, mediante la valoración que hacemos de nuestro comportamiento y de la interiorización de la opinión de los demás respecto de nosotros. La importancia de la autoestima radica en que nos impulsa a actuar y nos motiva para perseguir nuestros objetivos.

La autoestima está en la capacidad humana de juicio. El juzgarse y rechazarse a sí mismo produce un enorme dolor, al dañar estructuras psicológicas que literalmente mantienen vivo al sujeto. Uno de los principales factores que diferencian al ser humano del resto de los animales es la capacidad de establecer su identidad y de darle valor. En otras palabras, como humanos tenemos la capacidad de definir quienes somos y luego poder decidir lo que nos gusta o no de nosotros mismos.

² BRANDEN, N. Los seis pilares de la autoestima p.22

Los valores se aprenden desde la infancia y son transmitidos mediante las acciones y actitudes que tienen las personas con las que se vive. Los valores se transmiten por el ejemplo, son la guía en la toma de decisiones y en el autoconcepto, por consiguiente en nuestra forma de vivir.

La falta de autoestima en los individuos de alguna sociedad genera conductas negativas ya que no se tiene ninguna guía para actuar, pensar o convivir. Las ganas de realizar cambios positivos o el entusiasmo, tiene que ver con el nivel de autoestima, los seres humanos tienen la posibilidad de elegir y de inventar en gran parte una forma propia de vida.

1.2 RELACIÓN CON LA PERSONALIDAD

Durante los primeros años de vida se construye progresivamente al otro, tal construcción resulta necesaria para que el pequeño pueda reconocerse como un sujeto respecto de sí mismo (narcisismo). Es decir, en los primeros años de vida hay una ausencia de posición completa. Sin embargo, en estos primeros años comienza el reconocimiento del propio cuerpo y el de los objetos o cuerpos externos a él. Mediante las experiencias y sensaciones que tiene el niño, reconoce su cuerpo y ya no lo ve como un completo extraño. Poco a poco integra las partes de su cuerpo, primero las ve como objetos separados, luego puede integrarlos todos. Esta integración se efectúa aproximadamente entre los 15 y los 30 meses de vida.

El adolescente ³, que ha dejado la niñez, descubre que dentro del cuerpo que el ya conocía comienza a haber ciertos cambios, físicamente ya no es el mismo, sus pensamientos e inquietudes son diferentes de cuando tenía 5 o 6 años. Parece como que todo aquello que parecía fuera de su mundo ha entrado a formar

³ El concepto de adolescencia se trabaja en el capítulo siguiente.

parte de él, le confunden tantas cosas, tiene temor de enfrentarse ante la nueva integración de sí mismo. Ahora trata con más intensidad ser una persona diferente, quiere vivir "su propia vida". El vivir la propia vida significa que quieren decidir qué y cómo hacer tal o cual cosa, aun cuando sientan poca seguridad en su interior. Podemos decir que hay tres factores que ayudan para que el adolescente edifique su personalidad:

- a) Una voluntad que determina y actúa
- b) Una inteligencia en movimiento
- c) Una afectividad que despierta el amor ⁴

Una voluntad que determina y actúa

El adolescente quiere tomar sus propias determinaciones, está consiente de que tiene la capacidad de elegir, quiere poner en practica su voluntad. Ante esta situación se pueden dar los primeras muestras de rebeldía, Se rebela cuando algún adulto intenta imponerle ambientes o situaciones que ya no son de su agrado, las normas morales le molestan, vestirse con la ropa que los padres le compran es todo un reto.

A pesar de que el adolescente en su interior se encuentra consiente de que necesita apoyo y guía de algún adulto, también sabe que él puede tomar sus propias elecciones. Y todo esto es importante puesto que cuando un adolescente no desarrolla la capacidad de tomar decisiones posiblemente sea un adulto sobre el cual decidan otros.

Cuando un adolescente toma una elección, no le gusta permanecer de brazos cruzados o quedarse sentado, ya sea positiva o negativa la elección que haya tomado, quiere llevarla a cabo en el tiempo mínimo posible.

⁴ Nos referimos al despertar el amor por el otro sexo.

Una inteligencia en movimiento

Desde la infancia el niño crea, hace dibujos, raya las paredes, etcétera. Aunque en estos primeros encuentros de creación -principalmente en la escuela- el niño crea mediante la imitación de los que se encuentran cerca de él, de sus padres, hermanos, compañeros o de los profesores. En cambio el adolescente, busca ser creativo. Lo más común es que busque ser original y comience a experimentar con nuevas formas de vestirse y peinarse. "Cada vez que usted se compara con algún otro está desconfiando de su propia capacidad de realizar elecciones apropiadas".⁵ También no es nada raro que los adolescentes tengan un "ídolo" y que imiten su forma de ser y de actuar.

Esta inteligencia que es capaz de crear también juzga a todo aquello que lo rodea, incluso a sí mismo. Opina sobre lo positivo que tiene el mundo por ejemplo los amigos, las fiestas y otras que son detestables como son el tener que estudiar para un examen cuando podría asistir a una fiesta o ir de paseo con los amigos. Los primeros objetos de crítica son las personas que tienen una relación más estrecha con él, como son sus padres, sus hermanos. En la medida que el adolescente crece física y mentalmente la figura enaltecida que tenía de los padres en la infancia, se desvanece. Al parecer los adolescentes adquieren "súper poderes", pueden ver más allá de lo que antes, ahora pueden percibir la más mínima mentira o injusticia de parte de los padres. Con frecuencia al expresarse de los papás dicen: "no me comprenden", "la traen conmigo", se quejan de que los papás les hacen todo un interrogatorio antes de salir con los amigos o alguna fiesta.

Cuando se juzgan a sí mismos se cuestionan por su apariencia física, por si son inteligentes, alegres, aceptados por los demás, si su familia los acepta y los quiere como son, si ellos tienen cierto poder sobre sus amigos y compañeros. Es

⁵ FIELD, Lynda. Aunque no lo crea vale más de lo que piensa p.31

con esta inteligencia en movimiento por la que con facilidad se dan cuenta de los defectos y cualidades que tienen con respecto a sus amigos. Se hacen una auto evaluación en cuanto a su economía, sus habilidades y sus defectos, tomando como referencia a sus compañeros. Por lo que aquí es importante estimular las cualidades individuales que a veces no se descubren con facilidad.

Una afectividad que despierta el amor

Biológicamente se puede atribuir este despertar a la presencia de sustancias que circulan en el organismo (hormonas) y psicológicamente a la atracción por un mundo desconocido. Se quiere descubrir como sienten y cómo piensan los demás. Se quiere penetrar en el misterioso mundo de los otros y en el propio mundo. También brota la necesidad de complementarse.

Actualmente hay diversos factores en el ambiente que parecen haber acelerado esta necesidad del amor. En el cine, la televisión, el Internet, las revistas, la radio. Todos estos influyen en el adolescente con las imágenes tan vivas, así como los personajes que se presentan. Sucede que con frecuencia el significado del amor se deforma y se altera, ya que se impregna de conceptos y emociones sin responsabilidad.

En el despertar del amor el adolescente se sensibiliza a nuevos valores. Siente y comprende otras formas de belleza, comienza por la de otra persona; empieza a tener gusto por la poesía, disfruta de la naturaleza, busca nuevas maneras de vestir para ser más atractivo. También descubre nuevos campos de afectividad, por lo que se encuentra muy sensible a los cumplidos o desprecios. Un comentario o una palabra de burla pueden dejarle todo el día desanimado, así como un halago puede levantarle el ánimo.

Cabe señalar que el despertar al amor no se da con la misma intensidad en un adolescente que en una adolescente. Mientras que para ellos el amor no lo es todo en la vida, pues pueden poner el mismo entusiasmo en la novia, que en la escuela o en un partido de fútbol. Un adolescente, después de que se despide de la chica que le gusta inmediatamente después puede ir a visitar a otra chica que también le gusta, en cambio una adolescente, después de que termina la visita o el paseo con el muchacho con quien se encuentra ilusionada, parece que no puede pensar en otra cosa. Comienza a pensar en lo que le dijo, en lo que no le dijo, en lo que le hubiera gustado que le expresara y todavía al siguiente día en la escuela puede ser el tema central de sus pláticas, deja en segundo plano lo que suceda en sus clases.

En el despertar del amor es importante tener un concepto claro, de lo contrario los adolescentes corren el riesgo de confundir el amor con el "amor-parodia" en el cual a quien se ama es a uno mismo. Entonces, encontramos a la novia caprichosa que reclama una llamada telefónica todos los días y a la misma hora, el novio que no permite que la novia tenga amigos o salga a fiestas sin él, o un esposo rígido que a pesar de los esfuerzos de su esposa, éstos le parecen insuficientes para él. Es decir, el hombre o la mujer que provocarán desprecio y desesperación en los que los rodean. En una palabra, hombres y mujeres egoístas.

Determinante social: cultura y personalidad.

A lo largo de la vida se nos asignan ciertas etiquetas, que podemos ir modificando con el paso de nuestros días. Desde la infancia se juegan roles diferentes, primero como simples juegos, luego como realidades y ambos son marcados por el ambiente en el que se vive, es decir, por la sociedad. Cuando se es adolescente y luego cuando se llega a ser adulto vamos tomando algún papel en

esta maravillosa obra teatral. En los primeros meses de vida el niño no interpreta prontamente su existencia en términos de sí mismo, sino que lo hace en la medida en que primero se convierte en objeto para sí mismo y sólo se reconoce al hacer suyas las actitudes que los otros tienen para con él en un ambiente social establecido.

En cuántas ocasiones al caminar por las calles, al escuchar la radio, al navegar en Internet o al platicar con algún conocido, encontramos algún anuncio o comercial que nos invita a un curso o a alguna escuela para "formar la personalidad" en unos cuantos días. En diversas situaciones se dice que un alumno tiene problemas de personalidad, que no se adapta al grupo, es decir, sus habilidades sociales "no son adecuadas".

A la cultura se le ha definido como un conjunto de normas, de patrones de comportamiento, de valores, que traducen el modo de comportamiento de un grupo. Por lo que llega a ser imposible interpretar la conducta del sujeto sin la intervención del medio social. "La persona humana es, después de todo, la que observa e interpreta los sistemas".⁶ En la sociedad se encuentran tanto los estímulos como las barreras y los modelos que condicionan la acción del sujeto y ayudan en la construcción de la personalidad. Entonces, la sociedad se compone de individuos y la forma como éstos se comportan constituye la cultura.

La personalidad por tanto se define por la relación que se tiene con los otros. La habilidad o destreza social, supone que la personalidad de un individuo se evalúa por la eficacia para suscitar respuestas positivas en una cantidad de personas y en circunstancias diferentes. La impresión general intensa o profunda que produce en los demás, entonces podemos decir: tiene una personalidad agresiva, sumisa, ofensiva, etcétera. Se define personalidad como "una

⁶ ALLPORT, Gordon W. ¿Qué es la personalidad? p. 115.

organización más o menos estable del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona, que determina su adaptación única al ambiente".⁷

Para enunciarlo con mayor precisión diremos que cada personaje posee ciertos rasgos característicos exclusivos, que pueden ser definidos mediante el relato de sucesos representativos de la vida. Indudablemente la personalidad nos diferencia de los demás, porque desde cierto punto de vista, los seres humanos, somos como los demás o, al menos como algunos, también es cierto que se es como ningún otro. Aquí hablamos de la singularidad, la cual está estrechamente vinculada con la unicidad, la unidad misma, la historia propia, la cual mencionaremos como identidad.

1.3 IDENTIDAD ⁸

¿Quién soy yo?

Ya desde la antigüedad y durante todos los tiempos se ha planteado que el hombre y la mujer debía aspirar a conocerse a sí mismo. Entre tanto no se descubra la respuesta, no hay forma de ordenar las cosas. Hay que saber que terreno se pisa, por lo tanto es menester conocerse y estar seguro de quién se es. Hoy en día se habla de una crisis de identidad. Escuchamos decir: "Estoy buscándome", surgen preguntas: ¿Quién soy yo?, ¿Qué es lo que quiero?, ¿Qué necesito hacer para ser yo mismo?, y ante tales preguntas pueden existir diferentes avenidas para llegar a la identidad personal. Sin embargo existe un

⁷ EYSENCK, Hans J. Personalidad y diferencias individuales. p. 24

⁸ Según Bleger (PIERINI, C.D. p. 9-11) la identidad se caracteriza en su propia definición por la cualidad de: lo más evolucionado de la personalidad, lo interiorizado y lo más individuado que, a su vez, incluye: lo propio, delimitado, único, distintivo, independiente y autónomo.

Tomaré como referencia la definición que sobre identidad da James Dever en A Dictionary of Psychology (Penguin Books 1956). Identidad: "la condición de ser el mismo, o similar en todo respecto; el carácter de persistir esencialmente inmodificado".

camino central para llegar a uno mismo, y, ese camino principal es el que individualmente cada uno de nosotros recorremos, al contar con un modo personal de elegir el mejor camino.

Es asombroso el hecho de que conocemos muy poco sobre nosotros, sobre nuestra figura, nuestro rostro, sobre nuestra aspecto externo, sobre nuestra voz y más aún, nos es difícil poner en armonía los propios rasgos internos. Cuando nos observamos ante un espejo, éste nos revela una imagen invertida, con la que cambia por completo la figura propia. Simplemente, al grabar nuestra voz. ¿Quién no se ha quedado pasmado al escuchar su propia voz grabada?.

Al encontrarnos por primera vez con un sujeto, rápidamente obtenemos una imagen general de su persona, encontramos entrelazadas su forma de conversar, su manera de caminar, su vestimenta, sus miradas, sus gestos. Sin embargo, al intentar penetrar con la mirada hacia nosotros mismos, nos damos cuenta que es necesario situarnos ante los demás, pues necesitamos reflejarnos en el otro.

La búsqueda

Cuando se decide buscar algún objeto, dirigimos nuestra mirada a todas direcciones, nuestros sentidos permanecen alertas, nuestra atención se centra en el objeto que buscamos, revisamos aquí y allá, donde podemos encontrar lo que buscamos. En la búsqueda de uno mismo es algo parecido, es necesario dirigir nuestra mirada, sólo que aquí tiene que ser una mirada hacia dentro, así como lo hacen los buzos, penetrar en lo más profundo de nuestro océano.

Cada uno de nosotros sabemos nuestro nombre y nuestros apellidos desde pequeños, luego aprendemos nuestro número telefónico y nuestra dirección, los cuales nos ayudan a identificarnos, sin embargo el identificar nuestros propios

gustos, sentimientos, habilidades, disgustos, defectos, actitudes, etcétera, es dificultoso.

Es curioso cuando buscamos o preguntamos por nuestra identidad, ya que somos nosotros mismos. La respuesta que buscamos somos nosotros mismos. "...la identidad no consiste en cómo "conectarse" o relacionarse con otras personas sino en cómo "desconectarse" a partir de esa fusión primitiva y organizar otro tipo de conexión o de relación".⁹

La misma identificación del niño con el modelo paterno es provisional, pues nadie puede desempeñar su papel, nadie debe actuar por él. La búsqueda tiene una meta: la de suscitar su propia identidad. Cada niño construye su propia imagen de sí mismo, primero mediante los sentidos y luego mediante el lenguaje. Mucho antes de lograr entender las palabras, el niño habrá reunido impresiones generales acerca de sí mismo y del mundo mediante la manera en la que lo tratan los que lo rodean.

Encontrar la propia identidad es iniciar a reconocernos por nuestro propio nombre, ya no con etiquetas que se nos han otorgado. No ser un número más. Es necesario perder el anonimato propio. Vivir la propia realidad, la búsqueda es una invitación a descubrir algo, como lo es también una llamada. Cuando se llama por teléfono se invita, se cambia la realidad de ese momento, puede ser una buena o una mala noticia, sin embargo siempre te invita a algo. Llamarte a ti mismo es provocarte a que seas, es atraerte hacia tu propia existencia. Cuando suena el teléfono y te encuentras dormido, te despierta el sonido y, desde dentro de tu aparato receptor escuchas una voz que llega a cambiar tu realidad.

⁹ PIERINI, C.D. Identidad en la adolescencia. p.9

La imagen se transforma en una cualidad compleja en la que entran en juego las actitudes, la información que se ha recibido, esperanzas, deseos, etcétera. Influidos por un estado de opinión.

Ser tu mismo ¿siempre el mismo?

El ser humano al ser un ser en proceso es al mismo tiempo un ser cambiante.

Indudablemente a lo largo de la vida tenemos cambios, sin embargo, en las raíces más profundas no. Es decir, todos tenemos cambios evidentes tanto física como espiritualmente, sin embargo la esencia del sujeto no cambia. Cuando se es una persona que cambia constantemente se dice que se carece de fidelidad al propio ser, no vive su propia identidad. La fidelidad, hacia uno mismo tiene relación con la integridad personal. La identidad implica una integración total de ambiciones y aspiraciones junto con todas las cualidades adquiridas mediante las identificaciones previas: imitación de padres, admiración, rechazo, enamoramientos, etcétera.

El ser igual a uno mismo¹⁰ es no ser otro. Al decir uno mismo, se subraya la propia identidad. Uno, es decir, no dos ni tres. Se es uno sólo. La identidad es una e irrepetible. Ser uno mismo es ser único, porque los demás son otros y sólo porque al asumir tu identidad te separas de alguna manera de los demás.

Soledad necesaria

Todos y cada uno de los seres humanos pasamos por períodos de soledad y hay momentos en que se necesita ser uno mismo, curar las heridas, recomponer la

¹⁰ Mencionamos al uno mismo como el "self", explicado en la página 1.

vida hecha polvo, aceptar los momentos no tan buenos. Esos son los días negros y que al mismo tiempo permiten ver con claridad las necesidades y problemáticas individuales.

La soledad del ser es necesaria, porque es una soledad fecunda, buscada, se descubre la plenitud del ser individual. A diferencia de la de aquellos que huyen de los demás, porque no los aguantan o les temen. Está soledad mata e impide vivir la propia identidad. "La palabra identidad se le asocia con la soledad transitoria, un momento agazapado para afirmarse y entrar después en el mundo. Ser idéntico, es desligarse para contar consigo mismo".¹¹

1.4 DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA

Los primeros intercambios de afecto entre el recién nacido y su madre y las formas tempranas de cuidados físicos proveen de un contexto de actividad placentera mutua entre padres e hijos. Se puede considerar un precursor de la autoestima el tener sentimientos corporales agradables, como el sentirse apapachado, acariciado, mirado, así como también afectos de agrado y un vívido interés asociado a estos mutuos intercambios amorosos. Es por esta razón, por la cual uno puede suponer que los restos (vestigios) de autoestima están íntimamente ligados a través de la vida humana con nuestras evaluaciones de lo atractivo de nuestro cuerpo y nuestra cara. La imagen del cuerpo que emerge estará asociada con sentimientos de aceptación que le darán al niño la posibilidad de sentirse querido y le proveerán de seguridad, le darán además un sentimiento de pertenencia, el cual es esencial para sentirse valorado.

¹¹ PIERINI, C.D., op.cit. p19

El niño que no siente este valor de sí mismo en los ojos de sus padres temerá su abandono y sentirá en peligro su existencia. En cada estadio del desarrollo los logros alcanzados le darán un sentido positivo de valía de sí mismo que contribuirán no sólo a que el niño se sienta bien sino también a que calme sus miedos. Por lo que el mantenimiento de una autoestima positiva es una tarea fundamental a lo largo del desarrollo.

La autoestima es afectada constantemente por experiencias en el mundo externo que posteriormente son llevadas al mundo interno.

En el transcurso de su desarrollo el niño tiene experiencias placenteras y satisfactorias, otras dolorosas y cargadas de ansiedad. El mantener la autoestima depende de la exitosa integración de las imágenes de sí mismo, tanto positivas como negativas, es decir, sentirse bueno en algunos momentos y malo en otros, pero por encima de esto el sentirse valioso que lo va a hacer más o menos impermeable a los errores, las fallas, las frustraciones y a la crítica externa.

En la segunda mitad del segundo año, cuando el niño comienza a ser capaz de tener metas generadas por sí mismo, es decir, de tener inquietudes y deseos de hacer algo por él mismo, demostrar y demostrarse que es capaz de hacerlo, su autoestima derivará de dos fuentes, por un lado de la aprobación de los otros y por otro, de la satisfacción de realizar la actividad, agradable por sí mismo y de manera independiente.

En los años preescolares a través de las fantasías y del juego, los niños buscan vencer y superar las heridas a su autoestima, las cuales derivan de ir conociendo sus limitaciones.

Durante los años escolares los niveles de autoestima se ven afectados aún más por la adquisición de habilidades y de competencia, especialmente en el

desempeño escolar, en las relaciones de amistad y en los deportes. Durante estos años la autoestima se ve profundamente afectada por los éxitos y los fracasos en estas tres áreas de la vida del niño. La escritura y la lectura son habilidades cruciales a obtener en el inicio de los años escolares. La capacidad de leer y escribir adecuadamente está íntimamente ligada con la autoestima. "Escuela" es en primera instancia "lectura"¹², la lectura no sólo es la mayor demanda en el niño en los primeros años, sino el punto de apoyo para el resto de su aprendizaje. La lectura tiene un efecto multiplicador para bien o para mal. Un niño que lee mal, es a sus propios ojos una persona inadecuada, y los niños se sienten malos o tontos y muy frecuentemente también son vistos de la misma manera a los ojos de sus padres, sus maestros y sus amigos. El impacto de la reprobación de los amigos, el no poder tener amigos o ser rechazado por ellos por su falta de habilidad los lastima profundamente en su autoestima.

La dinámica familiar es un factor importante para la construcción de la autoestima. El medio ambiente, las buenas relaciones familiares son fundamentales para el desarrollo adecuado de la autoestima alta; es en la familia en donde se aprende o no la motivación para lograr algo, en donde se puede descubrir cuan valioso se es, donde se aprende a compartir algo de sí mismo a los demás, por tanto, se encuentra un sentido más pleno de la vida; es donde se puede fomentar una sana competencia.

¿Cómo llegar a la autoestima?

Cuando se piensa en la construcción de un edificio se piensa en las características que tendrá, por lo tanto se busca el terreno apropiado para tal objeto. Ulteriormente se diseña y se lleva a cabo el proyecto arquitectónico.

¹² Tanto la lectura como la escritura son habilidades que se comparten en la escuela, con el profesor y con los compañeros de clase. Sin embargo, la lectura se comparte de manera más abierta, pues la mayor parte de las veces la escritura es más personal, aunque también llega a marcar a algún niño que sea lento en los dictados, ya que los compañeros y el profesor lo etiquetarán como el que atrasa el trabajo.

Sabemos que se prepara el terreno escarbando para hacer las zanjas, en las que se construyen los cimientos, luego, los maestros de obra pegan los tabiques y forman los muros, se hace lo necesario para construir los techos y depende del número de pisos que se pretendan edificar así se necesita de material, de trabajadores y tiempo. Así como en la construcción de una casa o un edificio son necesarios algunos materiales y espacios, en la formación de la autoestima intervienen: el medio ambiente, la dinámica familiar, la historia de vida y la conciencia de querer ser mejor. "Una comunidad verdadera es en sí misma un agente creador, emprendedor y de síntesis, con el poder de decidir la unidad y la armonía arquitectónicas entre los espacios destinados a la habitación y al trabajo, la capacidad de disponer de la propiedad comunal para usos sociales..."¹³

El ser humano como ser social y biológico descubre su autoestima en cuanto se encuentra frente a la opinión que tienen los demás de su persona. Pero como se sabe, la escala de valores varía de un sujeto a otro, todos los seres humanos tienen una concepción temprana sobre el sentido de existir. Para unos el aspecto físico, para otros el porvenir económico, para otros el éxito o el poder. Otros tantos la encuentran en el interés o en las labores altruistas en las que pueden participar aportando algo de sí mismos. En fin, el grado de valor que cada persona tenga, dicta las modalidades de esa búsqueda de sentido a la vida.

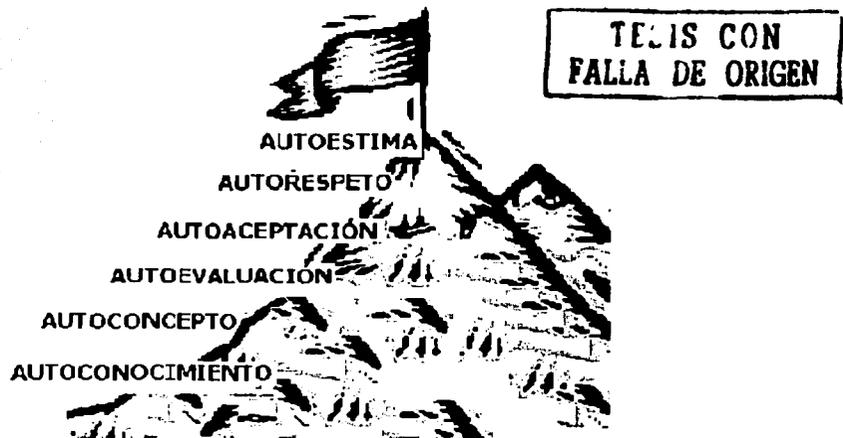
El desarrollo de la autoestima viene desde la infancia, cuando escuchamos las opiniones positivas que los adultos tienen de nosotros, o cuando sabemos que nuestras conductas son apreciadas por los demás.

La autoestima sufre una crisis cuando suponemos que no valemos nada y vivimos con el temor de ser engañados, menospreciados o agredidos. Esta situación nos impide actuar siguiendo las determinaciones de nuestro ser interior.

¹³ Illich, Ivan. Un mundo sin escuelas. p. 63

Por el contrario cuando la autoestima es alta, el adolescente tiene confianza en lo que dice y hace, se comporta con honestidad y sabe que su mejor herramienta para combatir las adversidades es él mismo; se acepta como es, pero siempre con deseos de superación; disfruta plenamente cada uno de sus logros y acepta los momentos difíciles como situaciones pasajeras; acepta sin dificultad, no siente frustración cuando alguna situación tiene que cambiar. Todo esto hace un adolescente que tenga plena seguridad en sí mismo, siendo ésta una característica indispensable para vivir sanamente la etapa del desarrollo humano denominada la adolescencia.

En la escalera que se presenta a continuación encontramos los pasos o eslabones a seguir para llegar a la autoestima, mediante la cual el sujeto se conoce a sí mismo y descubre aquellas necesidades individuales e internas que lo hacen ser y, posteriormente interactuar de una mejor manera en la sociedad en la que vive y convive.¹⁴



¹⁴ Los conceptos a continuación definidos y la escalera para llegar a la autoestima son retomados de Mauro Rodríguez.

Autoconocimiento

Se dá énfasis al autoconocimiento en distintos momentos de la historia desde la Antigua Grecia en el Oráculo de Delfos, donde el dicho popular "Conócete a ti mismo" es un imperativo para alcanzar la felicidad y la armonía, es un medio de desarrollo y evolución.

El autoconocimiento es conocer las piezas que forman el yo, cuáles son sus manifestaciones, necesidades y habilidades, los roles que vive el individuo a través de los cuales puede conocer el por qué y el cómo actúa y siente. El autoconocimiento hace referencia al saber identificar mis gustos y disgustos, mis habilidades y mis defectos, es decir, descubrir la propia personalidad.

El autoconocimiento se obtiene mediante el respeto y la comunicación en el medio familiar y social iniciando por nosotros mismos.

Autoconcepto

Unido al anterior, el autoconcepto es lo que creemos de nosotros mismos, lo cual manifestamos en nuestras conductas. Si tenemos una creencia positiva sobre nosotros, nos será más fácil descubrir todas las capacidades que tenemos para dar y recibir, de cooperar y trabajar. Nuestro autoconcepto será positivo y nuestras conductas nos ayudaran a vivir mejor.

Autoevaluación

Desde la etimología, la palabra evaluación como verbo se refiere a determinar el valor de una cosa, desde el punto de vista de orden moral y no material (valor: lógico, estético, etcétera).

La autoevaluación es la consecuencia de los procesos sociales que involucran apreciaciones de otras personas significantes, resaltando también, el desempeño de roles sociales. La autoevaluación de un sujeto se desarrolla en respuesta a la evaluación que los otros hacen de la persona.

También podemos definir la autoevaluación como el proceso en donde se lleva a cabo una reflexión de la importancia social del yo. La autoevaluación es el reflejo de la capacidad interna para evaluar las cosas como buenas si lo son para el sujeto, si le satisfacen, le hacen sentir bien y le permiten crecer y aprender sin lacerar a los demás. Le permiten evaluar también las cosas como malas, si no le satisfacen o si no llenan sus expectativas. La autoevaluación requiere de aprender a confiar en sí mismo, confiar en el ser biopsicosocial, es un proceso de toda la vida. Involucra el darse cuenta que se poseen todos los recursos internos para ser el propio guía.

Autoaceptación

La autoaceptación es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como la forma de ser y sentir ya que sólo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello. La aceptación de nosotros mismos proporciona el poder vivir con flexibilidad y en un proceso de cambio para aceptarnos es indispensable conocernos. A cada ser humano corresponden ciertas virtudes y defectos, el proceso de la autoestima implica potencializar las virtudes y trabajar en los defectos, de tal forma que nos convirtamos en las personas que queremos ser. Todo lo anterior basado en el aprecio y el respeto que nos debemos profesarnos a nosotros mismos.

Autorespeto

El autorespeto es atender y satisfacer necesidades y valores. Expresar y emplear en forma favorable sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que haga sentirse al individuo orgulloso de sí mismo.

Autoestima

Las consecuencias de la autoestima son la aceptación y respeto a uno mismo, formación y enriquecimiento propio. Esto supone una garantía de cuidado personal sano, diversión, desarrollo armónico, nuevas experiencias interesantes y curiosas, relaciones alegres y útiles. El amor a uno mismo es un sentimiento legítimo que nos motiva a fijarnos objetivos y metas; así como a procurar ser eficaces en la resolución de nuestros problemas y a establecer alianzas y vínculos sociales sanos.

Para Mauro Rodríguez la autoestima es el conjunto de todos los pasos anteriores. Si una persona se conoce y está consciente de sus cambios crea su propia escalera de valores y desarrolla sus capacidades; y se acepta y respeta, tendrá autoestima. Por el contrario si una persona no se conoce, el concepto de sí misma es pobre, no se acepta ni respeta y entonces no tendrá autoestima.

1.5 CARACTERÍSTICAS DE LA AUTOESTIMA

Consideramos que la autoestima es un tema que cada día cobra mayor interés en nuestro mundo actual. La gente ha incluido la palabra dentro de su vocabulario y en diferentes conversaciones cotidianas se llega a hablar del tema. La autoestima es la función de evaluarse a uno mismo, por lo que implica por un lado un juicio de valor y por otro un afecto que le acompaña. La autoestima

positiva está relacionada con afectos positivos como son el gozo, la confianza, el placer, el entusiasmo y el interés. La autoestima negativa soporta afectos negativos como el dolor, la angustia, la duda, la tristeza, el sentirse vacío, la apatía, la culpa y la vergüenza. La autoestima se refiere a la valoración de nosotros mismos, hacia los actos propios y hacia nuestras conductas.

Podemos ver niveles de autoestima, los cuales se construyen desde los cimientos de la infancia y que a lo largo de los acontecimientos pueden cambiar de terreno. Encontramos un nivel alto y bajo de autoestima. Los cuales implican amor, valoración y protección.

Amor: Es el conocer y aceptar a la persona tal y como es.

Valoración: Es la apreciación por parte de los otros de la persona.

Protección: Es la seguridad que un individuo manifiesta al saber que sus necesidades pueden ser atendidas.

Autoestima Alta

Aquí es necesario mencionar que el poseer un nivel de autoestima alto, no significa tener un estado permanente de éxito total, es preciso reconocer las propias capacidades y limitaciones, tener confianza al tomar decisiones. Por lo que una persona con autoestima alta vive y comparte con compromiso, razón y amor. Tiene confianza en su propia competencia. Al aceptarse y respetarse es una persona dispuesta a respetar a los demás, transmite confianza y se acepta como un ser humano íntegro. Donde, a pesar de lo "fatal" que pueda presentarse en su vida, siempre busca la forma más positiva para salir de esos momentos, de una manera exitosa, y continuar en el camino.

Las personas con alta autoestima se caracterizan por lo siguiente:

- * Superan sus problemas o dificultades personales.
- * Se sienten plenos de energía.
- * Se sienten seguros de su propia importancia.
- * Saben pedir ayuda a los demás.
- * Saben que ellos y ellas mismos son su mejor recurso.
- * Saben apreciar y respetar a los demás.
- * Irradian confianza y esperanza.
- * Se aceptan con todos sus sentimientos, tanto positivos como negativos.
- * Favorecen su creatividad.
- * Son más independientes.
- * Tienen más facilidad a la hora de tener relaciones interpersonales.

Cuando se tiene una autoestima alta, se está bien consigo mismo; siente que está al mando de su vida y es flexible e ingenioso; disfruta con los desafíos que la vida le presenta; siempre está preparado para abordar la vida de frente; se siente poderoso y creativo, sabe cómo "hacer que sucedan cosas" en su vida.

Autoestima baja

Una persona con baja autoestima tiene sentimientos de inseguridad e inferioridad. En nuestra sociedad podemos descubrir un gran número de personas, que la mayor parte de sus vidas atesoran un nivel bajo de autoestima, piensan que no valen nada o que valen poco, por lo tanto llegan a sentir celos, envidia, ansiedad, depresión, agresividad, miedo y rencor, simultáneamente, siembran un profundo sufrimiento con el que consiguen separar individuos, pequeños grupos sociales, e inclusive a naciones completas.

Estas personas esperan ser humilladas, engañadas y pisoteadas por los demás, y como se anticipan a ello, logran atraerlo como a un imán. Podemos identificar con facilidad a estas personas pues, por lo general se ocultan tras una barrera de desconfianza, quedando en la soledad y aisladas, por lo que se vuelven personas apáticas e indiferentes hacia sí mismas y por lo tanto hacia el resto del mundo. Les resulta casi imposible expresar sus pensamientos, sentimientos y acciones con claridad.

Las personas con una baja autoestima presentan las siguientes características:

- * Se sienten poco importantes. Falta de credibilidad, inseguridad.
- * Se sienten cansados. Desciende su rendimiento.
- * Se sienten aburridos.
- * Se sienten resentidos. Sentimiento de culpabilidad.
- * Se sienten antipáticos.
- * Se sienten incapaces.
- * Se dejan invadir por miedos y temores. Incremento de rechazo social, y, por lo tanto, inhibición para participar activamente en las situaciones.
- * No toman riesgos. No alcanzan las metas propuestas.
- * No busca nuevas soluciones.
- * No aceptan sus estados de ánimo cuando son negativos. Falta de habilidades sociales adecuadas para resolver situaciones conflictivas (personas sumisas o muy agresivas).
- * Atribuir a causas internas las dificultades, incrementando las justificaciones personales.
- * No se realizan críticas constructivas y positivas.

Como ya mencionamos, cuando una persona no se ama, no puede amar, por lo cual una persona con baja autoestima, tendrá la tendencia a despreciar a los otros. Como se siente con ella, trata a los demás.

Es necesario recordar que la autoestima no es inamovible, y que el autoconcepto de todas las personas evoluciona durante los días y acontecimientos de su vida. Por lo tanto la labor es constante, permanente y real. La autoestima es una formación continua, se construye a través de toda la vida.

1.6 ¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE LA AUTOESTIMA EN EL TRABAJO DEL PEDAGOGO?

Puesto que afecta todas las facetas de la vida y a todos nos es imprescindible, independientemente de nuestra edad, sexo, condición, nivel cultural, profesión o propósitos que nos hayamos marcado para el futuro. Alguien ha dicho que la autoestima es para el hombre lo mismo que el motor para un automóvil; una autoestima elevada es la fuente donde beben las cualidades más relevantes, positivas y determinantes de una personalidad fuerte, sana, equilibrada y madura. Es claro que si no se satisface en el ser humano la necesidad de autovaloración, tampoco se satisfarán otras necesidades. Quien se siente a gusto consigo mismo suele sentirse bien en la vida, desarrollar todo su potencial y creatividad y afrontar responsablemente y con eficacia los retos que se le planteen.

La autoestima es importante en el trabajo pedagógico, ya que mediante ella los sujetos tienen un desarrollo pleno como personas individuales y por tanto tienen una mejor participación en los proyectos educativos en los que participe, tanto en lo individual como en lo colectivo. La autoestima contribuye de manera decisiva en la transformación de la humanidad, pues, en la medida que el hombre sabe lo que quiere y lo que le hace sentirse bien consigo mismo, puede trabajar en la búsqueda y el encuentro de hombres y mujeres distintos, mejores.

2. ADOLESCENCIA

2.1 DEFINICIÓN DE ADOLESCENCIA

Adolescencia, proviene del verbo latín *adolescere*, que se define como la edad que sucede a la infancia y que comienza con los primeros signos de pubertad¹⁵. Sin embargo, si tomamos en cuenta los elementos biológicos, psicológicos y sociales, podemos definirla como una etapa de transición de la infancia a la vida adulta, durante la cual el adolescente busca los patrones de conducta que respondan al nuevo funcionamiento de su cuerpo y los requerimientos socioculturales de su contexto.

La adolescencia se consideraba como una etapa de la vida que, por su misma naturaleza, implicaba graves conflictos y trastornos en la medida en que el adolescente trataba de romper la dependencia de la niñez y luchaba por alcanzar una identidad adulta independiente. Los problemas del adolescente se veían como algo común y corriente, más que como signos de que algo andaba mal. Sin embargo, la corriente actual de pensamiento tiende a ver menos dificultades en el proceso y mucha más continuidad entre el niño de ayer, el adolescente de hoy y el adulto de mañana.

¹⁵ Pubertad se define como el inicio biológico de la adolescencia. Se inicia en la mujer de los 9 a los 15 años y en el hombre de los 11 a los 17 años aproximadamente. Es difícil determinar el fin de la pubertad y de la adolescencia en sí, ya que el fin se marca de forma individual.

La aparición de la pubertad se encuentra sujeta a variaciones que dependen de diversos factores como son el clima, el estado de nutrición, el código genético, la forma de vida de la sociedad en la que se vive, etcétera. Por ello, las edades manejadas como el inicio de la pubertad y de la adolescencia tienen un rango muy amplio, por tanto son aproximadas.

Las definiciones de adolescencia en la actualidad se multiplican. Algunos autores las identifican por la aparición de los instintos sexuales, otros la mencionan como el periodo en dónde se provocan y crean conflictos al momento de adaptarse e integrarse, mencionan las luchas que existen entre el Yo y el mundo. Sin embargo, los fenómenos básicos son señalados más o menos por todos. Coinciden en que es una etapa en la que se manifiestan modificaciones en el organismo total. "La adolescencia no es sólo la edad de las grandes ideas y de los grandes sentimientos, es también la edad de los grandes choques con los padres".¹⁶

El segundo nacimiento

Ya en las sociedades primitivas, la preocupación por la juventud fue causa de actividades específicas por parte de los adultos. Sócrates se preocupó por la educación de los jóvenes, y ya hacía ver las modificable que son sus actos. Muchos de los comportamientos y actitudes del adolescente no surgen como "generación espontánea" sino, más bien, se desarrollan desde los primeros años de vida, desde el núcleo familiar, donde los padres transmiten los valores y costumbres que les fueron inculcados.

Con el nacimiento de un hijo cambia la vida de la familia, ya sea el primero, el segundo, el quinto o el décimo hijo, el rol de los padres y de la familia en general requiere mayor disposición y responsabilidad. Tanto el padre como la madre buscan alternativas para poder llevar el "paquetito". Preguntan a sus padres, abuelos, hermanos, amigos, vecinos y a todos los que (creen que) ya tienen cierta experiencia en el terreno.

Cuando el hijo llora no se sabe si es porque tiene hambre, sueño, frío, cólicos o simplemente lo quiere hacer, sin embargo, el pequeño sabe que llorando

¹⁶ FRANCOISE, Gauquelin. Aprender a aprender. p.141.

llama la atención de los padres e inmediatamente acudirán a ver lo que sucede dentro de la cuna.

El adolescente nace a una vida donde descubre muchos cambios, primero en él mismo, y poco a poco va descubriendo que el mundo donde habitaba ya no es tan pequeño y que puede ir un poco más allá de la cuna familiar en la que vivió por todos esos años.

Haciendo la comparación con el primer nacimiento, donde el médico corta el cordón umbilical y quedan separadas la vida de la madre y la del hijo, el recién nacido comienza a observar todo lo que lo está rodeando, pronto identifica la figura de la madre y la del padre, identifica cada parte de su cuerpo hasta que lo puede identificar como uno solo, empieza a descubrir ese otro mundo lleno de luz, donde ya no se está tan calentito como cuando estaba conectado con la madre. Es un mundo tan inmenso que tiene ciertos temores.

El adolescente siente y ve los cambios que ocurren en su cuerpo y en sus propias decisiones, se percata de que ya no es tan débil como antes, que la mayor parte de las cosas ya las puede hacer sólo, ya no necesita tanto de los padres y conoce muchas cosas, incluso un poco más de las que llegan a conocer sus padres.

Se encuentra con tantas cuestiones, sin embargo ya no son las mismas cuestiones que hacía cuando niño, siempre pregunta el por qué de las cosas; el adolescente en cambio se pregunta para qué hacer tal o cual cosa, se encuentra con sensaciones, pensamientos y actitudes propias que va descubriendo por partes hasta llegar a conformar su propia personalidad adulta, va identificando todas esas partes que lo integran e intenta ponerlas en común con sus iguales. Como dice Dolto: "el adolescente está en una etapa de mutación". El adolescente se enfrenta a un mundo, donde no es un niño, pero tampoco un adulto, se encuentra con dos

mundos para compartir con sus iguales. Los amigos son con los "únicos que se entiende", son con los que comparte una moda, una ideología, unos padres "insoportables" y todos esos cambios en este segundo nacimiento.

¡A punto de estallar!

Una imagen apropiada para comprender la conducta problemática del adolescente es la de un volcán. El volcán tiene un sustancia incandescente y un núcleo agitado, numerosas grietas a través de las cuales ha de aminorarse la presión acumulada. Una de las grietas podría equivaler a la conducta sexual de riesgo; otra podría ser el consumo abusivo de drogas; una tercera grieta se relacionaría con una conducta criminal y una cuarta sería la deserción escolar. Cuando el programa concentra su atención sólo en reparar el síntoma que emerge a través de una sola fisura, la presión profunda causada por las condiciones de vida de los jóvenes en alto riesgo encuentra otra vía de escape, la cual, quizás, llegue a constituir un nuevo proceder problemático. Pero puede ser también que, con la guía y las mediaciones adecuadas, el adolescente pueda completar positivamente sus tareas de desarrollo por medio de actividad laboral o de servicios comunitarios. Lo importante es que, para cambiar el destino del adolescente que vive en esas circunstancias, es necesario encontrar maneras de reducir la presión o bajar la temperatura del fondo del volcán. Esto supone el tratamiento de las causas y condiciones profundas en la vida del adolescente y, al mismo tiempo, mediaciones efectivas y afectivas que ayuden al adolescente a completar sus tareas fundamentales de desarrollo de una mejor manera.

2.2 PROCESO DE SOCIALIZACIÓN

Los seres humanos dependen siempre de otras personas, aunque sólo sea del panadero o del lechero. Requerimos a los otros para afirmar nuestra realidad, para que nos muestren afecto, para que nos den ánimos. Vivir sin otro ser humano es danzar al ritmo de la música de la vida, pero sin pareja: se puede disfrutar de la música, a pesar de todo, pero tiene mucha más gracia y es mucho más divertida cuando se comparte con alguien más. El grupo, no el individuo, es la unidad básica de la vida humana. La colaboración aporta muchas más ventajas que la competición a nuestro bienestar mental.

El proceso de socialización sucede en primera instancia, dentro de los grupos particulares en los cuales nace el niño. En donde aprende patrones particulares de comportamiento, tanto dentro de su grupo como posteriormente fuera, en la sociedad. Durante el proceso de socialización se prepara al individuo para el papel que ocupará en un futuro dentro de la sociedad. La socialización se adquiere mediante diversos agentes de socialización como son: la familia, la escuela, los coetáneos, los medios de comunicación y las situaciones de trabajo.

La socialización del chico en un primer momento está centrada en la familia, en las reuniones, los paseos, la dinámica familiar cotidiana. La socialización del adolescente ahora tiene como finalidad el conocer más chicos de su edad –de su sexo como del ópuesto-, hacer más amigos y como entre ellos dicen “conocer la vida tal cual”. La vida como es.

El adolescente integrado a un grupo social respeta reglas y normas. La realización satisfactoria de cada rol, implica la adquisición de un conjunto de hábitos, creencias, actitudes y necesidades. Es decir, hablamos de una socialización como una formación cuidadosa de los individuos, de forma tal que puedan ser

colocados dentro de un sistema. "La socialización tiene como mecanismos respetar las reglas y actuar de manera disciplinada".¹⁷

La base inicial para la socialización es la presencia de la comunicación entre el infante y el adulto. Mediante esta comunicación el niño desarrolla lazos con los adultos que los cuidan y al mismo tiempo desarrollan su propia independencia futura ante la sociedad.

El proceso mediante el cual los niños aprenden a diferenciar lo aceptable de lo inaceptable, se llama socialización. "Las situaciones de interacción varían de acuerdo con la edad, el sexo, la posición social, los valores de los participantes, los sentimientos, etc."¹⁸ Se espera que los niños aprendan, por ejemplo, que las agresiones físicas, el robo y el engaño son negativos, y que la cooperación, el servicio, la honestidad y el compartir son positivos. Algunas teorías sugieren que la socialización sólo se aprende a través de la imitación o mediante los premios y los castigos. Sin embargo, las teorías más recientes destacan el papel de las variables cognitivas y perceptivas, del pensamiento y del conocimiento, y sostienen que la madurez social exige la comprensión explícita o implícita de las reglas del comportamiento social aplicadas en las diferentes situaciones.

Los vínculos que se construyen desde la infancia ejercen una influencia determinante en la socialización del adolescente y posteriormente del adulto. Al convivir con los compañeros se adquiere independencia y autonomía, un sentido de reciprocidad, de justicia y apoyo que permiten la cooperación dentro de un grupo. Al principio las normas, órdenes y nociones se aprenden del adulto y luego de los compañeros.

¹⁷ GARZA T., José. Educación en valores, p. 28

¹⁸ BEJAR N., Raúl. El mexicano, p. 46

Los primeros lazos que tiene el niño proveen datos inherentes que el niño y posteriormente el adolescente utiliza en sus encuentros con los demás. Son estos primeros encuentros los que constituyen la base de su socialización, mediante la cual, el niño se modifica de ser biológico en ser cultural.

Después de la familia es en la escuela donde se continua con el ejercicio de la socialización, aquí los compañeros y los maestros, juegan un papel muy importante en todo este proceso de ser un ser social. El adolescente se encuentra ante dos caminos uno que le indica su forma de actuar según la sociedad y el otro, donde él puede actuar según su visión, según su pensamiento.

2.3 EDUCACIÓN Y CRISIS

La educación¹⁹ actual busca preparar al hombre para vivir su vida en plenitud y en relación con sus semejantes y con su medio. Se pretende conservar, proteger y se es posible acrecentar los valores y bienes que posee nuestra cultura. Se pretende la unificación sin dejar de lado las diferencias de cada región nacional.

Al parecer la educación normalizadora ha llegado a su "límite". Esta educación pretendía que los alumnos tuvieran conductas y formas de pensar uniformadas para así formar ciudadanos que continuarán repitiendo las costumbres y usos de la sociedad. Sin embargo, la educación rígida aún existe, una vida escolar de temores, donde no se puede levantar el tono de voz, donde levantarse del asiento sin el consentimiento del profesor es intolerante, donde los alumnos deben permanecer formados en la fila. Existe un reglamento que pesa kilos y que contiene todos los movimientos permitidos para los alumnos durante su estancia

¹⁹ Educación del latín educare: alimentar. Educar es encaminar, desarrollar y perfeccionar las facultades intelectuales y morales de las generaciones jóvenes. Alimentar los requerimientos y necesidades de los "menores".

en las instalaciones escolares. La problemática en la adolescencia crea dificultades en la aplicación de la disciplina escolar ya que surgen el rechazo y el cuestionamiento a las normas establecidas.

La educación como se ha concebido tradicionalmente ya no responde a las exigencias sociales y a pesar de el querer renovar el sistema educativo, es difícil ya que no se llega al punto donde se pueda entrelazar la teoría con la práctica, tanto en el aula como fuera de ella. Es por tanto importante conocer los problemas que se dan en cuanto a la educación, ya que este conocimiento permite ir descubriendo nuevos métodos de mejoramiento educativo. Es necesario tener presente y bien claro que tipo de hombre se pretende formar; precisar las exigencias del hombre completo. Y solo así podremos lograr un acercamiento global e integrado al hombre, necesario para elaborar nuevas estrategias.

Es necesaria la educación para la formación de hombres íntegros, libres, conscientes que sean capaces de transformar el pedazo de tierra que les corresponde, que en su batalla interior pueda encontrar la verdad y la libertad a sus inquietudes, a su propio ser y a su propio actuar. "El amor consiste en la unificación de dos vidas, de tal manera que el uno vive para el otro. Es diferente y superior al compromiso, pues el amor lo incluye y añade un elemento nuevo, a saber, el acto de donación de la propia persona hacia el otro sujeto".²⁰

En todos los niveles escolares, desde el preescolar hasta el posgrado, se habla de la formación integral del educando, lo cual significa que deben atenderse todos los aspectos necesarios en ésta labor. Sin embargo, existen diversas incoherencias en la educación actual como son: el intentar promover una educación integral y en las aulas se continúa pidiendo que los alumnos memoricen

²⁰ GUTIERREZ S., Raúl. Introducción a la Pedagogía Existencial. p.120

los datos requeridos para la asignatura; el atraso educativo comparado con la modernización tan renombrada; los grupos saturados; la ausencia de material didáctico; profesores improvisados, carentes de formación pedagógica; por otro lado las remuneraciones raquíticas, que hacen que los profesores trabajen dos o hasta tres turnos.

El sistema educativo aporta una carga al adolescente. Ya que, durante los años de su educación primaria, el niño había tenido en su maestro un sustituto de sus padres, tiene una relación más directa con el profesor, lo considera como un individuo con el cual de alguna manera se siente aliado. Al ingresar a la secundaria se le priva del vínculo con el profesor, aquí la experiencia escolar está dirigida principalmente al estudio de las materias. Y más aún en la preparatoria o el bachillerato. El profesor sólo enseña lo que corresponde ver en ese día, luego sale del salón para ir con otro grupo, limitando la relación con los alumnos. Y aunque se intenta resolver esta situación con la ayuda de orientadores, consejeros o asesores vocacionales, es una misión titánica al existir grupos tan numerosos de alumnos.

Puesto que, después de los primeros años de vida, en la escuela el niño pasa gran parte de su tiempo, es importante tener una visión de como se va constituyendo como adolescente. Es en la escuela donde el niño aprende a relacionarse con sus compañeros, que en ese momento forman su sociedad, sociedad donde se debe mostrar la virtud viva. Debe ser un ambiente propicio y constante con objetivos éticos y morales. El ambiente de la escuela y el de la familia se proyectan a la comunidad. " La escuela constituye la segunda gran fuente de aprendizajes sociales, culturales y vivenciales; pero su afecto está supeditado a los rasgos de madurez que haya ido adquiriendo en su ambiente familiar, en la relación con la capacidad de comunicarse la aceptación de su lugar

dentro del conjunto de personas, la capacidad de controlar los impulsos agresivos”.²¹

La escuela secundaria y preparatoria, es una etapa de adaptación del adolescente, así como la formación del carácter y la responsabilidad para el desempeño de otras actividades. La tarea de educar siempre está cargada de utopías, que tienen puesta su mira en los años venideros y requiere del trabajo de nuestra imaginación.

Relación con el profesor

Entre las relaciones propias de la situación educativa las referidas al binomio profesor–alumno son auténticamente decisivas e importantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje. La figura del profesor, desde los primeros días de vida escolar tiene un papel protagónico en la vida del alumno.

En los primeros años de la educación no se percibe al maestro como mentor, sin embargo con el paso de los años el maestro llega a ocupar un lugar muy importante en el futuro de los niños, muchos de ellos quieren ser maestros o no quieren ser como ellos; siempre se recuerda a los maestros ya sea porque fueron “buenos” o “malos”. Por lo que, el comportamiento del profesor es muy importante en el ambiente escolar, su comportamiento frente al niño crea un ambiente donde puede hacer que se sienta apoyado o rechazado, y es importante predicar con el ejemplo, hacer que el niño se sienta respetado, que sienta la confianza de hablar sin temor a equivocarse y que sepa que cuando se equivoque nadie lo sancionará por ello y tampoco nadie se burlará de él.

²¹ TSCHORNE, Patricia. Padres y Madres en la escuela. p.18

La influencia del medio social sobre el adolescente, hace que llegue a la conclusión de que lo que aprende en la escuela le debe servir para relacionarse de una mejor manera en la sociedad, por lo cual tiende a rechazar las asignaturas a las que no les encuentra una función práctica para su vida. Muchas veces el alumno se dirige al profesor con la pregunta de "¿Y esto para qué me sirve?". Aquí el papel del profesor es muy importante, ya que le corresponde dar una respuesta adecuada, donde el adolescente pueda descubrir todo lo que encierra la asignatura, el por qué es necesaria en su formación, y, una vez que haya descubierto el para qué, pedirá más información respecto a la materia.

El profesor tiene una influencia relevante sobre los alumnos, es el que legitima y no sólo por el carácter del rol institucional, sino también por lo que esperan de él los alumnos. En gran medida desean que el profesor les ayude a aprender y que sea capaz de mantener el orden y la disciplina en el salón de clases.

El rol de enseñante

Representa al grupo adulto de la sociedad. El docente representa el saber, el conocimiento, él es el encargado de delimitar el qué, cómo y cuándo se va a aprender en el aula. Es él que elige la metodología, busca las técnicas y recursos que emplea en sus clases; define el currículum.²²

El papel del profesor fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje, pues él es el encargado de seleccionar, organizar y transmitir los contenidos según su propio criterio. Es el que presenta, ofrece, el que "vende" el saber.

²² El currículum formal es una imagen de la cultura digna de transmitirse. El currículum real es un conjunto de experiencias tareas, actividades que van a originar aprendizaje. El currículum oculto son las normas y valores implícitas, referentes a cual debe ser la conducta adecuada que el alumno debe mantener en el trabajo escolar.

Guía el proceso de enseñanza-aprendizaje

Es el que regula las actividades realizadas en la clase, regula las tareas y las acciones - todo esto a través de la comunicación-, es decir, está encargado de decir quién, cómo y cuándo puede participar el alumno en los diálogos dentro del salón de clase.

Delimita los tiempos de participación, en las preguntas y en las respuestas del alumno. Da la palabra a los alumnos que quieran hablar o participar. Impone un tipo de lenguaje y un código lingüístico, es decir, si el profesor lo permite el alumno puede hablar con groserías o palabras en doble sentido, o por el contrario habla con solemnidad. El profesor decide el cómo se expresan en su clase. Distribuye el uso del espacio y de los recursos dentro del aula, por ejemplo, en un laboratorio o en los talleres, el profesor asigna los lugares, los materiales a usar, las condiciones y normas de uso de dicho lugar.

El evaluador

Al estar encargado de la selección y limitación de los contenidos y la forma de transmitirlos, es natural que sea él mismo el encargado de evaluar en qué medida los alumnos consiguieron o no los objetivos de aprendizaje. La evaluación juega un papel importante dentro de las aulas.

Mantiene la disciplina en el aula

Gran parte del tiempo los profesores lo dedican a mantener el orden y la disciplina dentro del salón. El profesor busca formas diversas para mantener más o menos en orden sus actividades, mediante sanciones, castigos, premios, pretende que los alumnos respondan de una forma positiva ante las actividades a realizar.

Otra de las cosas que hacen los docentes es delegar responsabilidades a los alumnos, planifican sus actividades y presentan reglas de trabajo en sus clases.

Para el adolescente el profesor ya no se encuentra en el pedestal, ahora se le exige, además de un conocimiento profundo acerca de la materia que imparte y un método efectivo de enseñanza, que sea capaz de actuar ante la clase con la máxima justicia.

Los alumnos dejan de identificar al docente con la asignatura que imparte, como sucedía en etapas anteriores y pueden distinguir un buen maestro, aunque no tengan el mínimo interés en la asignatura que les imparte, que un mal profesor que de enseñarles una materia que se considera de interés para todos ellos.

Etiquetas en la escuela

El profesor como mencionamos juega un papel vital dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje y, así como juega este papel, también es reconocido con una lista incalculable de "tipo profesor", que entre los adolescentes es conocido y etiquetado. Algunas de las etiquetas más populares que se le han puesto al profesor de acuerdo a sus características son: El titanic, el mago, el rollero, el canción de cuna, el sobornable, el cometa, el aladino, el exigente, el impuntual, el bufón, el autoritario, el dálmata, el gruñón, el perfeccionista, el seleccionador, el enfermizo, el pisa y corre, el examinador, el flojo, el trabajador final, el barbón, el esquemático, el cumplido, el innovador, el galán, el puntual, el buena onda, el motivante, el pulcro, etcétera.

Así como el alumno etiqueta al profesor también los profesores lo hacen con los alumnos, dicen los profesores: "los alumnos son cada vez peores", "en mi generación nunca hubo una nota tan baja", "nosotros si respetábamos a la

autoridad", "como ha cambiado la juventud", etcétera. E incluso, no sólo se dan las etiquetas de docente-alumno, alumno-docente, sino que, entre los mismos compañeros se hace la categorización de los otros. Se evalúan tanto las características físicas como las intelectuales, los comportamientos y hasta el mínimo detalle de la personalidad de cada sujeto. Entre las principales etiquetas que da el docente a sus alumnos se encuentran: el inteligente, el burro, el rápido, el lento, el tímido, el cabecilla, el negativo, el desobediente, el impuntual, el ordenado, el que sólo va a calentar el asiento, el que se duerme, el que tiene los apuntes bien, el que copia, etcétera. Y entre los mismos alumnos se dan muchas otras definiciones como son: el cerebritito, el matado, el chismoso, el mudo, el fresa, el naco, el tranquilo, el alocado, el más guapo, el piedra, el friega quedito, el vicioso, el más popular, el ratón de biblioteca, la vanidosa, etcétera.

Es en la escuela es donde, en gran medida, se aprende a tomar como referencia el discurso, medio de "aprobación", ¿cómo tengo que ser para agradar al profesor?, ¿cómo comportarse con los amigos y los compañeros para ser aceptado?. En lugar de hacerlo como uno mismo se sienta mejor.

La comunicación debe ayudarnos a ser felices

La comunicación nos permite expresar nuestros sentimientos, nuestras inquietudes, nuestros sueños, nuestros saberes, nuestras ignorancias, nos permite que mostremos una parte de nosotros mismos a los demás, por lo que la comunicación nos da un espacio para plasmar artísticamente nuestras ideas, las cuales serán atendidas o escuchadas por las personas que están cerca de nosotros."La buena vida humana es buena vida entre seres humanos o de lo contrario puede que sea vida, pero no será ni buena ni humana".²³

²³ SAVATER, Fernando. Ética para Amador p.77

Algunos de los adolescentes, llegan a comentar que se sienten rechazados por sus profesores, incluso por algunos de sus compañeros que no pertenecen al grupo del barrio, que a veces prefieren permanecer callados por temor a no saber hablar como lo esta pidiendo el profesor o llegan a tener un comportamiento muy inquieto, donde no respetan a la autoridad.

Cuando los adolescentes emplean sus palabras en la escuela, la mayoría de las veces son reprendidos y sobre todo en la primaria llegan a tener un bajo nivel escolar o no llegan a entender en ocasiones lo que el profesor o la profesora les esta diciendo. *Aprender a emplear palabras adecuadas.* "La comunicación es una ciencia: se aprende poco a poco, se desarrolla con la práctica, cuando se logra es el fruto de la perseverancia, a veces supone tropiezos y dificultades".²⁴

Al comunicarnos de una manera positiva sentimos una satisfacción, que nos lleva a sentirnos seguros de nosotros mismos y nos da una mayor confianza en lo que somos y en lo que tenemos, la confianza nos motiva y la motivación nos hace felices."Si los adolescentes fueran alentados por la sociedad a expresarse, eso les sostendría en su difícil evolución".²⁵

Enriquecimiento y empobrecimiento de la persona

Cuando se mata la forma de expresión del adolescente, se está matando no la palabra sino todo un mundo que para el adolescente es importante porque es parte de su vida, se empobrece al no ser capaz de aceptar la forma de comunicación del adolescente.

²⁴ FRANCO CUARTAS ,G. Elena. La comunicación en la familia. p.14

²⁵ DOLTO, F. La causa de los adolescentes. p. 83

El enriquecer o empobrecer depende de lo que nos dice Freire²⁶ en su Pedagogía del oprimido, puesto que, en realidad siempre existe quién domina y quién es dominado. En su libro nos plantea que mientras haya un oprimido, habrá un opresor y que si existe un esclavo no podemos ser completamente libres, por lo que cuando nos relacionamos con otros que tienen una forma distinta de hablar o de comunicarse y no somos tolerantes y respetuosos, estamos enterrando todo un mundo lleno de riquezas y empobrecemos nuestro mundo, nuestra cultura. "En los colegios encontramos al maestro-autoridad, que todo lo que sabe, lo dispone, lo previene y lo regula. El educando es un objeto manipulable, y el profesor el buen manipulador".²⁷

Hablar el mismo lenguaje

Anteriormente mencionamos que dentro del aula se regulan las actividades realizadas en la clase, las tareas y las acciones mediante la comunicación. Es decir, en el aula se dan relaciones mediante la comunicación y puede existir un rechazo por aquellos que tienen un estilo diferente para decir las cosas.

¿Qué hacer si en casa se habla una modalidad del idioma que es diferente a la que se usa en la escuela?. Imaginemos a un niño que en su casa dicen *haigas, pus, va, juistes, chido, gandalla, ansina*, etc. El chico puede estar bien integrado en su familia...hasta que entra a la escuela, en ese momento aprende que no "debe" hablar como aprendió en su familia, en su barrio, no debe hablar como le enseñaron sus padres, sus hermanos, sus amigos, sino que tiene que decir *hayas, pues, esta bien, fuiste, bien, mala onda- abusivo, así..* lo que lo diferencia lingüísticamente del habla familiar aunque lo asimilará al ambiente escolar y a la sociedad. "Los intentos de comunicación que hacemos son ineficaces, pues el

²⁶ FREIRE, Paulo. La pedagogía del oprimido.

²⁷ GUTIERREZ S., Raúl. Op. cit. p.112

vocabulario, los conceptos y los ademanes a lo sumo indican una experiencia, pero no la reproducen...sólo la experiencia personal abre el horizonte de la comprensión de otros".²⁸

El etiquetar de forma positiva o negativa a una persona por su forma de ser, pensar y actuar contribuye en gran medida al nivel de autoestima que puede llegar a construir, pues, si se le etiqueta con un adjetivo peyorativo, su autoestima, poco a poco se derrumba por los suelos. Por lo que el papel del profesor en sus roles es importante y es menester que los profesores estén comprometidos y motivados, con capacidad de revelar valores morales que permitan el crecimiento de los alumnos, por lo que se necesita que los docentes tengan cierto perfil en el cual puedan mostrar mediante el ejemplo sus propios valores.

Educación en los valores

Desde la educación básica el niño recibe ciertos valores, conductas y hábitos que le permiten vincularse con la sociedad. En la escuela se establecen normas tanto de trabajo como de conducta, para todos los integrantes, con el fin de establecer una disciplina. Los valores son proporcionados en los diversos elementos que integran su vida escolar como son la participación con sus compañeros, la metodología, la convivencia cotidiana, incluso la toma de decisiones tanto dentro como fuera del aula. El adolescente durante su etapa escolar recibe un conjunto de normas dadas por la institución.

En efecto, el adolescente al contemplar su cuerpo comprueba que ha sufrido transformaciones. Al observar la realidad inmediata constata que su modo de divisar el mundo ya no es el mismo. Al pretender descubrir valores en las cosas y

²⁸ GUTIERREZ S., Raúl. Op. Cit. p.106

en los acontecimientos, se da cuenta de que estos valores ya no son universales, sino individuales, de manera especial los valores que son atribuidos por ellos mismos: en primer lugar los valores estéticos. Son consecuencia de la necesidad de satisfacer determinadas emociones y parte de sus carencias afectivas, luego aparecen los cambios en los valores éticos, los adolescentes quieren conocer el bien y saber dónde está y en qué consiste, lo quieren descubrir por ellos mismos. El adolescente abandona el mundo vigilado y protegido de la infancia para abrirse a nuevas actividades, comienza a volar hacia rumbos diferentes y con sus propias alas. La forma en la que él resuelve y afronta sus dificultades dependen del carácter, de la sociedad respecto a él y de sus bases de infancia.

Algunos de los valores que permiten al adolescente relacionarse de una mejor manera consigo mismo y por tanto con la sociedad son la responsabilidad, la justicia, la cooperación, la honestidad, el respeto a los demás, la amistad, entre otros. "La educación en valores, o formación de valores, entendida con esta perspectiva, tendría que proporcionar las condiciones pedagógicas para que los niños y los jóvenes desarrollasen las capacidades, habilidades y actitudes necesarias para actuar congruentemente con base en los valores éticos".²⁹

Educación bancaria³⁰

La educación del hombre es desde siempre una de las preocupaciones más importantes, tanto en mundo antiguo como en el moderno. Es una de las responsabilidades más grandes en la sociedad y en la cual se ha limitado y no se ha permitido que el sujeto llegue a ser ese ser que actúa e interactúa con todo lo

²⁹ GARZA T., J. op. Cit. P. 15

³⁰ Aquí mencionamos la educación bancaria como el permanecer inmóvil ante la educación, en la cual se nos pide guardar silencio y hacer el ruido menos posible. Otros autores manejan este concepto como el hecho de depositar sus conocimientos en los alumnos, donde, después de un plazo se obtendrán ganancias.

que lo está rodeando. El individuo se ha vuelto un ser pasivo, inactivo, que se adapta al medio (que se tiene que adaptar para poder pertenecer a su grupo social) y al lugar en el que se encuentra, que no se preocupa (o no se le permite preocuparse) por la participación de su propia transformación. "La justificación de la escuela en una sociedad democrática sólo es posible cuando aquella es capaz de dar a sus alumnos herramientas y recursos necesarios para poder modificar el entorno y adoptar nuevas formas de convivencia que garanticen las libertades de la persona".³¹

"Siéntate bien", "te callas y te sientas", "todos sentados", "el que no se siente no sale", "sentados o no continuo", estas y muchas otras frases forman parte de nuestra educación. El permanecer sentado implica la autoridad de alguien superior. Permanecer sentado es permanecer inmóvil. Es no respetar los valores de los sujetos.

En nuestro sistema educativo tenemos una instrucción pasiva, con programas y horarios obsesivos que no permiten en lo absoluto el contacto con la cultura. La educación de banco nos lleva a permanecer sentados, a no querer caminar más allá de la realidad. Algunos sujetos (no precisamente adolescentes, ni jóvenes), continúan inmóviles, ante las diversas problemáticas que se les presentan. Pueden sentarse y simplemente acatar órdenes de alguien superior.

Durante los años de la primaria el profesor puede tener control sobre el grupo y por la escuela completa, incluso puede ser temido por todos los alumnos, sin embargo, un adolescente en la secundaria y más aún en el bachillerato, puede desobedecer la orden dada. El adolescente sobrepasa la autoridad sin importarle demasiado el ser remitido a las autoridades.

³¹ TSCHORNE, Patricia. Op.cit. p.17

En nuestra sociedad actual podemos encontrar la cultura³² del tener y la del ser. Son tan contrarías entre sí, y al mismo tiempo encontramos a las dos en nuestro interior. Ambas culturas son de gran importancia y en ellas es necesario ser educados, para participar en la colectividad.

Educar para tener (competitividad-consumismo)

La cultura del tener la entendemos como una forma de vivir, de pensar y actuar, de relacionarnos con los que nos rodean, de tal manera que cada día podamos poseer más cosas. La cultura del tener es la que se fomenta continuamente en nuestra sociedad manifestándose de diversas formas. Un buen número de personas emplea gran parte del tiempo y energía en obtener un buen número de bienes, poseer, usar y desechar cosas que luego vuelve a comprar. Un hombre recibe más atenciones cuanto más bienes posee.

En la cultura del tener lo más importante es acumular cosas, se busca el éxito personal mediante los objetos que se puedan conseguir, se llega a desconocer la importancia de la colaboración de los demás sujetos. Se busca ser reconocido por los objetos que se posee.

El fomento de esta cultura lo debemos en gran parte a los medios de comunicación masiva, pues día a día nos exhorta a consumir y adquirir productos que se vuelven una necesidad en la vida cotidiana de los consumidores. Por medio de la propaganda se nos puede hacer creer que nuestra felicidad se encuentra depositada en los productos que acaban de salir al mercado y esto lo podemos ver con mucha facilidad entre los adolescentes.

³² Cultura se le ha definido como un conjunto de normas, de patrones de comportamiento, de valores, que traducen el modo de comportamiento de un grupo. Por lo que llega a ser imposible interpretar la conducta del sujeto sin la intervención del medio social.

El consumismo es una de las características de la cultura del tener, donde la producción constante de nuevos productos busca llenar los bolsillos de los empresarios y no el bienestar del hombre.

Al tener nuestros pensamientos y nuestras acciones hacia el poseer nos volvemos esclavos de los objetos. La cultura del tener es campo fértil para que crezcan la inseguridad, la inestabilidad ante el sufrimiento, la pereza en los deberes escolares y sobre todo un deterioro en las relaciones sociales.

La cultura del tener fomentada por el consumismo, no pocas veces prepara el camino para las situaciones riesgo como son el alcoholismo, la drogadicción, etcétera, porque en el deseo de tener, se buscan nuevas experiencias, para no quedarse atrás en las experiencias que han tenido otros, o bien se opta por la drogas ante la frustración de no poder poseer lo que otros tienen.

Educar para ser

La cultura del ser es una forma de vivir en relación con los demás, dar lo mejor de nosotros a nuestra sociedad, donde se promueva el desarrollo integro del sujeto. El desarrollo humano no sólo se refiere simplemente a la reproducción de los humanos, sino poder razonar, expresar lo que se piensa, lo que se cree, lo que se siente; querer trabajar por el bien comunitario; adquirir habilidades y actitudes para colaborar de una mejor manera con los demás, de ser responsables de nuestros actos, de participar en la tomas de decisiones, de elegir con libertad.

La cultura del ser permite una actividad y productividad de cada uno de los actos que realizamos, no se trata simplemente de hacer mil cosas sino de hacerlas

con calidad, lo mismo puede ser una tarea escolar que alguna actividad en la familia o en la comunidad.

Con esta cultura se desarrollan aspectos positivos de la personalidad, el deseo de continuar en preparación y formación, el querer servir a los demás, por tanto la responsabilidad en las tareas encomendadas, la mente reflexiva, teniendo un compromiso con los valores éticos y muy difícilmente se caerá en vicios o en fracasos humanos. "Si el adolescente tiene un proyecto, incluso a largo plazo, está salvado. Hace cosas como alimentar ese proyecto".³³

En resumen, la cultura del ser nos permite apreciar la necesidad que como seres humanos tenemos de los objetos materiales, que no son lo más importante en la vida de un sujeto, aun cuando se nos manifiesta lo opuesto en los medios de comunicación. Sin duda alguna es importante vestirnos, alimentarnos, tener una vivienda digna, tener educación y un tiempo dedicado para el esparcimiento. Además es indispensable tener nuestras propias formas de ser y pensar, y así poder contribuir con los que nos rodean.

En gran medida estas dos culturas nos permiten llegar hasta un cierto punto dentro de la sociedad. Para llegar a adquirir una de estas culturas es necesario que en la familia se le de un valor importante a los valores y actitudes que se quiere para los hijos.

³³ DOLTO, F. op. cit. p.82

Fracaso escolar

Las causas de éxito o fracaso escolar están delimitadas en gran parte por las culturas del tener y del ser, de acuerdo con los intereses del alumno, la calidad de las clases impartidas por los profesores, la dificultad en los exámenes y las condiciones familiares propias de cada alumno. Al hablar de fracaso escolar nos surge la siguiente pregunta. ¿Qué pasa actualmente con la educación en México?. Así podemos ver que las sociedades industrializadas adaptan su sistema educativo al ritmo del período productivo, extendiendo los límites de su escolaridad obligatoria, encomendando a la escuela toda la función de aprendizaje de roles sociales y profesionales.

El fracaso escolar generalmente se manifiesta con la reprobación, deserción y repetición de cursos. En tales manifestaciones influyen un conjunto de factores tanto individuales, familiares y sociales, los cuales se encuentran estrechamente ligados.

La mayoría de los adolescentes de nuestra área de estudio llegan hasta la secundaria, posteriormente se emplean en alguna fabrica o son ayudantes de los padres. Los chicos que continúan en los estudios llegan al bachillerato, siendo muy raros los que llegan a terminar una carrera. En la mayoría de los casos los padres no impulsan a los adolescentes a continuar con estudios superiores; dejan que ellos tomen una determinación. En el caso de los hombres aproximadamente a los 14 años salen a trabajar con sus hermanos mayores, sus padres o familiares; en el caso de las chicas entre los 14 y 16 años se embarazan y van a vivir ya sea a la casa de los suegros o a la casa de sus padres.

En el fracaso escolar podemos encontrar diversa causas que llevan a los adolescentes a dejar a medias su educación. Las principales causas son: las sociológicas, las psicológicas, las filosóficas, las espirituales y las pedagógicas.

Dentro de las sociológicas podemos ver que la clase social inferior tiene un mayor número de fracasos escolares debido a las desventajas con las que llega el niño a la escuela. Estas desventajas pueden ser desde los valores adquiridos en la familia, el lenguaje empleado en su grupo social, la forma en que se desarrollan sus aptitudes intelectuales y el propio interés que presentan los padres ante la educación del hijo.

En las psicológicas podemos apreciar el sentimiento de inseguridad o seguridad del niño, el cual vendrá a marcar su propio ritmo, tanto en la familia como en el salón de clase. El niño se sentirá seguro según sus propias experiencias, según sus éxitos o fracaso anteriores. El fracaso escolar manifiesta un profundo malestar o ciertas dificultades en la personalidad del adolescente, vinculando a su vez la relación de sus padres.

Por lo que podíamos decir que la seguridad afectiva que recibe el niño y posteriormente el adolescente es uno de los mejores ingredientes en contra del fracaso escolar. "El fracaso en los estudios esta entre las primeras reacciones de abandonismo...Solo un ambiente familiar estimulante proporciona esta tensión intelectual".³⁴

Al hablar de las filosóficas nos referimos a los tipos de pensamiento que se nos presentan, los cuales llegan a ser contradictorios con los que se vive. Es ese sistema de principios que se establecen para explicar o agrupar ciertos hechos que se dan en la actualidad. Y para encontrar congruencia entre lo que se dice, se hace es necesario ayudar a conocer o a formar grupos con ciertos métodos que los lleven a descubrir, junto con otros jóvenes, el sentido de la vida, saber elegir y tomar sus propias decisiones, a comprometerlos a participar en los cambios

³⁴ FRANCOISE Gauquelin. Op. Cit. p. 143

necesarios en la familia, la escuela, la iglesia, el gobierno, el país después de que han comprendido los problemas de estas instituciones.

Dentro de las espirituales podemos ver la falta de confianza. En nuestros días es difícil poder fiarse de alguien o de algo. Antiguamente se tenía a la familia, la religión, el gobierno, los adultos, la escuela, etcétera. Actualmente tanto los adolescentes, los jóvenes así como los adultos no creemos en nada, simplemente tenemos que cuidarnos de todo y de todos pues no se sabe en que momento alguien te va a derivar o a dar la puñalada por la espalda.

En la pedagógicas, que son las que nos corresponde trabajar arduamente, podemos iniciar desde la estructura de nuestro sistema educativo, la forma en la que se evalúa al alumno, los espacios donde se imparten clases, la relación que existe entre maestro y alumno, y la relación que hay entre familia y escuela.

El fracaso escolar provoca en la mayoría de los casos un fracaso que va un poco más allá de la escuela, que incluso puede llevar a un fracaso humano, donde el adolescente ya no quiere conocer otras posibilidades creativas de dejar algo de sí a la sociedad. La educación mexicana nos ha limitado ciertas actividades donde como humanos podemos manifestar nuestros propios carismas, nuestros propios intereses. "El fracaso escolar sólo tiene sentido si el niño vive un fracaso en sus relaciones sociales, pero si el fracaso escolar esta acompañado de un éxito musical, o de un éxito técnico, manual no estamos entonces ante un fracaso humano...imponer el éxito en todas las disciplinas al mismo tiempo es aberrante."³⁵

Para contrarrestar el fracaso escolar podemos tomar ciertas medidas que nos permitan desarrollar nuevas formas de trabajo conjunto y responsable.

³⁵ DOLTO, F. Op. Cit. p.151

Dentro de las medidas sociales existen programas de enseñanza individualizada en pequeños grupos, clases bilingües donde los chicos pueden interactuar con su mismo grupo, teniendo la posibilidad de realizar un trabajo fuera de la escuela, un trabajo con el cual puedan ayudar a otros más pequeños y así puedan recuperar la confianza de sus propias experiencias negativas.

En las medidas psicológicas sería necesario hacer que tanto los padres como las madres participen cada vez en las actividades que su hijo realiza en la escuela.

En las pedagógicas es necesario crear motivaciones que puedan eliminar la amenaza de repetir cursos. Crear lugares (fuera de la escuela) donde el niño y el adolescente sea tomado en cuenta y pueda llevar a cabo sus propias inquietudes. Donde pueda depositar todos sus impulsos e incluso se de un espacio para reciclar todas esas actitudes que parecen tan negativas y así poder encontrar algo positivo en ellas.

El adolescente y los estudios superiores

Para el objeto de este tema, se considerarán como estudios superiores aquellos que se realizan después de la secundaria.

Los estudios superiores en la actualidad son una necesidad y al mismo tiempo un riesgo. Una necesidad porque constituye un factor importante para la vida laboral e incluso la social y, un riesgo por que es cuando el adolescente está en búsqueda de su propia identidad por lo que se presenta con mucha frecuencia que los adolescentes se dejen llevar de las impresiones, hay una gran tendencia en abandonar las ideas y la forma de ser con la familia; empieza a desarrollarse un sentido de superioridad, en relación con los padres, sobre todo si estos últimos no han tenido estudios superiores, y aún cuando los hallan tenido se les considera

fuera de época. "Así, en los últimos años de la escolaridad, los jóvenes acosados por la revolución fisiológica de su maduración genital y ante la incertidumbre de sus roles adultos, parecen muy ocupados con caprichosas tentativas por establecer una subcultura adolescente mediante lo que tiene el aspecto de una identidad final".³⁶

Competitividad sana... hacer progresar

Al hablar de la competitividad-sana me refiero a la individualidad de cada adolescente, puesto que *"La carrera de cada uno es personal y no se mide en relación a los otros, sino en relación consigo mismo"*, entonces es necesario que el maestro destaque el progreso individual de cada niño, que los niños quieran sacar "buenas notas" no por la competencia o la rivalidad que suele haber entre los niños, sino porque ellos quieren ser mejores para ellos mismos, que se sientan contentos con lo que hacen, que no se sientan obligados a sacar buenas notas sólo porque los otros reconozcan sus capacidades y aptitudes. El ser modernos, mantenernos actualizados nos admite construir un medio ambiente que nos permite encontrar aventuras, alegrías, crecimiento, poder, transformación de nosotros mismos y del mundo

Durante la adolescencia media y al final de la niñez es posible diferenciar entre competencia académica, competencia deportiva, apariencia física, aceptación social (pares), conducta y autoestima. En el periodo posterior de la adolescencia añade competencia en el trabajo, amistad íntima, relaciones románticas.

Dolto nos presenta algunos casos muy específicos en tres personajes relevantes de la historia que en sus años escolares no fueron tan notables como

³⁶ERIKSON, E. Identidad, Juventud y Crisis. p.110

quizá algunos piensan.³⁷ Nos muestra el caso de Napoleón el cual apenas consiguió quedar en el 42º lugar de su promoción en la escuela militar, por otro lado, Darwin, el cual se dice fue un alumno "sumamente mediocre" y el genio de Einstein, el cual en sus años de escolaridad etiquetado por sus profesores como débil. Con estos ejemplos podemos apreciar lo importante que es respetar el ritmo que cada individuo tiene en sus estudios.

2.4 NECESIDAD DE AFILIACIÓN

Grupo de pares

El concepto de grupo es de suma importancia, para iniciar con este apartado, diremos que un grupo es un número reducido de miembros que interaccionan directamente entre sí, que se comunican a menudo durante cierto tiempo con los demás miembros por eso es un número reducido.

Por lo tanto un grupo es permanente y dinámico, de tal forma que su actividad responda a los intereses y valores de cada una de las personas. El grupo construye vínculos afectivos fuertes, lo cual da lugar a la formación de subgrupos por su simpatía. Existe solidaridad entre las personas tanto dentro como fuera del grupo. Hay roles bien definidas y diferenciados. El grupo posee se propio código y lenguaje así como sus propias normas y creencias. Entonces, un grupo es el conjunto de personas que tienen opiniones o intereses en común. Pueden ser los estudios, el trabajo, las actividades de recreación o deportes, las convivencias, la religión, etcétera.

³⁷ DOLTO, F. Op. Cit. p.54

En la adolescencia, por lo general, se prefiere un grupo de amigos que una sola amistad. Es aquí donde se forman las "pandillas" que casi siempre pertenecen al mismo sexo. Un grupo de adolescentes puede estar constituido por ambos sexos, aunque dentro del mismo grupo cada integrante tiene uno o dos mejores amigos, con los cuales comparte sus pensamientos y sentimientos secretos. Entre ellos crean su propio mundo, cuyo propósito principal es mantener fuera de él a las personas adultas y a quienes no integran parte del mismo. Se ve a los chicos más unidos a su grupo que a sus familias, en el grupo de amigos se desarrolla un sentido de honestidad y lealtad a tal grado que prefieren ser expulsados de la escuela o recibir rigurosos castigos antes que "abrir la boca" y denunciar a uno de sus amigos.

¿Cómo se integran los grupos de adolescentes?

Años antes de la adolescencia niños y niñas se encuentran separados por la actitud de desprecio o indiferencia hacia el sexo opuesto. Durante la infancia el grupo se conforma de un solo sexo. En la adolescencia los individuos inician con el "despertar del amor", una fase de desarrollo sexual que les aproxima a la madurez, por lo tanto altera el organismo. Esta fase del desarrollo interviene en la visión que se tiene del sexo opuesto, por lo tanto florece la necesidad de proximidad entre ambos sexos. Aproximadamente a los doce años se nota un interés por asistir a las fiestas, donde se tienen las primeras oportunidades de conocer a alguien del sexo opuesto comenzar a entablar amistades que sirven como ensayo en el campo de la coquetería y la seducción.

Por otra parte es más común que los chicos se reúnan por más horas entre ellos, compartiendo muy variadas experiencias, en las diversas actividades que realizan. Los varones suelen tener un solo amigo íntimo, aunque se integran con facilidad al gran grupo de compañeros. Las chicas en cambio pueden tener entre

tres y cinco amigas íntimas con las cuales se identifica de forma individual y cuya compañía busca de forma sucesiva. Aunque se dan los casos en los que las chicas llegan a tener más confianza con alguno de los muchachos, pues existe entre ellas una gran rivalidad.

CONVIVENCIA EN EL GRUPO

Creación de un lenguaje propio

Desde la infancia y luego en la adolescencia se crea un lenguaje con el que los adultos "no entiendan" lo que se dice entre amigos.

Es común que entre los adolescentes encontremos gran variedad de señas, símbolos y palabras que ocultan un mensaje, tanto para los adultos como para todos aquellos que no pertenecen al grupo. Tener un lenguaje propio permite resguardar a los miembros del grupo. Incluso, dentro del grupo existe la regla de exclusividad del lenguaje, es decir no se puede compartir el significado de alguna seña o palabra propia del grupo a ningún extraño.

Inventan, diseñan, modifican e incrementan el número de palabras, claves y señas. Con un simple número pueden comunicar tantas cosas; un guiño de ojos puede ser suficiente para abandonar un lugar o para atacar a otro grupo; con una palabra o frase pueden alburar; con un solo movimiento o chifido pueden obstaculizar el trabajo de otros. Tanto chicas como chicos tienen sus propios lenguajes, aunque algunas palabras o gestos son compartidos.

Creación de un sistema axiológico propio

Así como los adolescentes tienen su propio lenguaje, también crean sus propias reglas, sus propias normas dentro del grupo, crear un sistema de valores propios, pretenden crear un mundo propio donde el mundo infantil y el adulto queden fuera. La etiqueta negativa que se tiene del adolescente tiene un efecto desventajoso sobre los comportamientos y relaciones de los adultos con los adolescentes, así como de los adolescentes hacia sí mismos y hacia los adultos.

El adolescente intenta experimentar sus propios deseos más allá de la familia, no quiere sentirse reprimido por sus padres o por los adultos, por lo que, dentro de su grupo busca la igualdad entre amigos, la libertad, la democracia, la honestidad, la responsabilidad, el respeto, la cooperación, etcétera, para que dentro del grupo exista un equilibrio y armonía en las actividades a realizar.

Cuando se reúnen entre amigos escuchan y hablan, discuten, llegan a acuerdos; deciden si ir al cine o a una fiesta, si beber alcohol o refresco, si aceptar drogas o no hacerlo; dividen la cuenta de los gastos y cada quien aporta una cantidad de dinero; deciden quien los organiza, quien puede formar parte el grupo y quien no; dentro del grupo deciden con quien comparten tales o cuales cosas, deciden decir una verdad dolorosa o mejor callarla. Entre adolescentes deciden la forma estructural que quieren para el grupo. Se hacen reglamentos que tienen que cumplirse para pertenecer al grupo, de lo contrario se aplican sanciones, que pueden llegar al retiro absoluto del grupo.

Contrastante con lo anterior, los adolescentes llegan a tomar decisiones de momento, de "aquí y ahora", sin pensar en el futuro, es decir, en las consecuencias que pueden tener sus actos frente una problemática específica, suelen decir "si todo el mundo lo hace no debe ser tan malo", entonces deciden tomar el riesgo sin ver el desastre que éste puede ocasionar en sus vidas, e incluso en las de los que los rodean.

Comportamiento antisocial

La búsqueda de independencia en el adolescente, provoca la rebeldía contra la ley (autoridad), puede manifestarse mediante conductas delictivas, bajo la protección de un grupo, pandilla o banda. Con tales actitudes el adolescente pretende reafirmar su personalidad mediante las muestra de valentía y audacia frente a los valores y normas impuestos por los adultos.

En la adolescencia se plantea la independencia como algo que se debe conquistar para poder alcanzar el mundo de los adultos y para dejar atrás todo lo que tiene que ver con el mundo infantil. En primera instancia la búsqueda de la independencia se debe a las presiones sociales y por otra, la identificación de independencia que se observa en los modelos adultos. Sin embargo, sus peticiones contrastan fuertemente con la conducta enraizada de dependencia propia de la infancia, por lo que son motivo de permanentes conflictos con los adultos, lo cual hace que los adolescentes y los jóvenes se sientan inseguros y confundidos ante la anhelada libertad. Por un lado quieren conservar la seguridad y la falta de responsabilidad de la infancia, y por otro quieren ser liberados de las normas adultas, principalmente las de los padres y hermanos mayores.

El comportamiento antisocial es la "desquite" del adolescente por las sinrazones de la sociedad. Las manifestaciones incluyen la intolerancia, el rechazo de consejos de los adultos, falta de aprecio y afecto hacia los otros, se resiste a aceptar las normas sociales, la forma de vestir, se opone al lenguaje y a los comportamientos que le son solicitados por el mundo adulto. El comportamiento desafiante en la adolescencia es considerado normal, sin embargo, es necesario tomar en cuenta la herencia individual que el adolescente recibió desde la infancia. Las experiencias de abandono, las carencias afectivas, el no haber interiorizado el concepto de ley, o el haber tenido una percepción desvalorizada de los padres en

su infancia, apoyan de manera decisiva el comportamiento delictuoso del adolescente.

Liderazgo

Las grandes civilizaciones de la antigüedad dedicaron especial atención y cuidado a la formación de aquellos que dirigirían al pueblo. El papel de los líderes es importante en cualquier grupo humano, pues son ellos los que favorecen los cambios, dan fortaleza y consistencia a la estructura de las naciones y de los pueblos. La figura del líder siempre se ve presente en cualquier grupo humano, se elige a la persona que atrae la atención de los demás miembros del grupo y que ejerce cierta influencia, por lo general al líder se le identifica por ser una persona extrovertida, inteligente, hábil, con seguridad y fortaleza. De forma espontánea los propios amigos o compañeros del grupo eligen como líder a aquel compañero que es capaz de convocar, organizar y dirigir las actividades a realizar.

Los líderes adolescentes pueden ser designados por un adulto o pueden ser elegidos por los mismos compañeros. Los líderes pueden ser autoritarios o democráticos, según la forma en la que se conduce al grupo, también pueden ser líderes generales o específicos para una función. "El individuo que satisface los requisitos sociales de un grupo varía según los adolescentes que componen el conjunto, pero tanto entre muchachos como entre muchachas ciertas características del dirigente adolescente son bastante universales en nuestra cultura".³⁸

Los líderes dan unidad al grupo. Sin un líder definido, los miembros tienden a disputarse el poder, luchan por sus propios objetivos en perjuicio de los intereses de la colectividad. El líder puede influir en la opinión grupal y hacerla que

³⁸ HURLOCK, E. Psicología de la adolescencia. p. 137.

corresponda con su propio punto de vista. El líder posee la capacidad de movilizar a los otros de un modo determinado. Un líder puede obtener beneficios honradamente de su función , siempre y cuando logre dar el servicio esperado y los beneficios necesarios. El auténtico líder da un servicio gratuito y al mismo tiempo logra su propio beneficio.

La formación de un líder se da desde la familia, de las experiencias con los padres, con los hermanos y posteriormente con las de el grupo de compañeros o amigos. El líder asume una responsabilidad personal, una actitud de servicio y de generosidad, las cuales tienen que ver con los intereses y expectativas personales y con la seguridad en sí mismo.

Amistad y noviazgo

En cualquier época de la vida un buen amigo es un tesoro invaluable, pero de una manera especial en la adolescencia y en la juventud. La amistad es fundamental para los seres humanos, ya sea entre dos hombres, entre dos mujeres, o entre hombre y mujer.

Sin duda, la amistad es importante para las personas. Proporciona afirmación, relajación; con un buen amigo, se puede ser tal como es, no es necesario disimular. La amistad es una sociedad de mutua admiración -un sistema de mutuo apoyo- formado por dos personas.

Las actitudes del adolescente se manifiestan en su deseo de elegir sus propios amigos, la cantidad de ellos, las características que quiere ver en ellos y en el deseo de que sus amistades sean tanto de su sexo como del opuesto. El adolescente busca autonomía en la selección de sus amigos y cuando los padres

intentar separarle de alguno de ellos o le quieren asignar uno, el adolescente se resiste, pues considera que la intervención paterna es innecesaria.

¿Qué es un amigo para los adolescentes?

Un amigo es simplemente alguien al que uno se siente muy unido. Un amigo es alguien que nos aprecia y que tiene algo en común con nosotros. Un amigo es alguien que comparte nuestros puntos de vista, y quizá tiene también el mismo sentido del humor que nosotros. Un amigo es alguien en cuya compañía nos sentimos a gusto, y podemos dejar de aparentar, y ser nosotros mismos. Sin embargo, podemos cambiar con el tiempo de manera que ya no tengamos nada en común. Y a la inversa, nuestro amigo puede cambiar y nos podemos encontrar que alguien con el que antes estábamos muy unidos se ha convertido en un desconocido con el paso de los años. Un amigo no se aprovecha de nosotros, ni nos humilla, ni nos trata con arrogancia. Con un amigo puedes mostrar tus puntos vulnerables, explicarle todo, mostrarle tus sentimientos. No hace falta disimular.

La amistad no surge por generación espontánea

La amistad requiere esfuerzos. Todas las personas que tienen un gran número de amigos tienen una cosa en común. La amistad nos proporciona apoyo y sostén, pero para sobrevivir necesitamos cuidados, continuidad, y confianza por nuestra parte.

La mayoría de los niños comienzan a crear amistades al entrar a la escuela. A veces el compañero de clase o el niño que vive cerca de su casa se convierte en el amigo inseparable con el que quisiera pasar todo el día, aunque con facilidad

tengan riñas y se vuelvan a contentar. Y no es raro que cambien de "mejor amigo", olvidando pronto al anterior.

En un principio el adolescente elige a sus amigos por la apariencia física y en la medida en la que transcurre el tiempo, descubre que lo más importante no es lo exterior, además le presta más atención a los intereses y capacidades que tiene en común con los que pretende sean sus compañeros y amigos.

En la adolescencia y en la juventud es una verdadera necesidad tener uno o varios amigos, pues en ellos se tiene facilidad de hablar cada uno de sus cosas, dentro de estas entran los sueños, las ilusiones, problemas, experiencias que encuentran difíciles para compartir con sus padres o con sus hermanos. Se comunican sin temor a ser mal entendidos, regañados o a que les prohíban algo, los amigos los escuchan con gusto, no los critican, aun cuando se les haya ocurrido realizar las cosas más raras.

En los años de adolescencia se crean lazos estrechos entre los amigos. Entre ellos no existen secretos: se cuentan uno al otro sus temores ocultos, sus esperanzas, sus planes para el futuro. Pueden pasar horas sentados en silencio y sin decir nada, quizá tomando un poco de café o refresco, sin sentirse molestos, al contrario, perfectamente a gusto cada uno con la compañía del otro. Viajan juntos, comparten experiencias, y todo tipo de ideas. Platican sobre la vida amorosa, sobre sus últimas relaciones, sus noviazgos, el progreso de sus asuntos del corazón. Son amigos, cuates, carnales, hermanos, camaradas, compañeros.

Por medio de la amistad se desarrolla gran parte de la personalidad de uno. "Muchas cosas cambian en los adolescentes, sin embargo hay algo que existe entre los adolescentes, algo que no ha cambiado: la amistad. Crean en la amistad,

y creo que si la pierden ya no les queda nada. sólo la amistad les hace la vida soportable".³⁹

La amistad es lo más sagrado para los adolescentes. El grupo de amigos puede ser un sustituto de la confianza de uno mismo, un refugio de un mundo adulto reprimido. En el grupo de amigos se manifiestan las cualidades que muchas veces en la familia no se han descubierto. "Así se forman las bandas de jóvenes, cuyo lazo en común es sentirse rechazados por la familia y, a veces por el mundo de los adultos en su totalidad, si el sentimiento de rechazo data de la primera infancia..... Como reacción a un comportamiento poco amistoso de los padres, los hijos dudan de aceptar los valores de la familia o de la sociedad".⁴⁰

La amistad influye de manera directa en la formación de la personalidad de cada sujeto, porque ayuda y enseña a convivir, a dar y a recibir, a estimar y tolerar, y, sobre todo a enriquecerse con otras formas de ser y de pensar. Los amigos en la mayoría de los casos influyen en forma positiva, pues con los amigos se aprende a convivir, adaptarse a un grupo de personas distintas lo cual le ayudará para que, cuando sean adultos puedan tener una buena relación con los demás, aunque es cierto que en el grupo se adquiere cierto valor para ir en contra de lo señalado por los padres, se rompen reglas propuestas por cualquier adulto con el que tengan que ver (en la escuela, la familia, la sociedad).

El afecto se restablece al instante como si sólo se tratase de una interrupción de cinco minutos, aunque en ocasiones se deja de ver a los amigos durante dos o tres años. Vuelve al instante la antigua simpatía, la comprensión, la conexión mutua, la franqueza, el humor, el elogio mutuo de la individualidad de los demás. "La verdadera obra de arte nace misteriosamente. Cuando el alma del artista vive, no necesita el apoyo de las teorías y de la cabeza. Ella misma sabe

³⁹ DOLTO, Françoise. Op. Cit. p.50

⁴⁰ FRANCOISE Gauquelin. Op. Cit. p. 147

expresar cosas que para el artista son aun poco claras en este momento. La voz interior del alma le dice entonces que forma necesita y de donde debe de tomarla (de la "naturaleza" interior o exterior)".⁴¹

La amistad consiste en compartir, en ver el mundo a través del mismo cristal. Consiste en una serie de acuerdos sinceros: "te doy todo lo que soy y tú haces lo mismo"; "tú confortas mi ego y yo conforto el tuyo". Tú escuchas mis congojas y alegrías y yo escucharé las tuyas. Tú te quitas la máscara y yo me quito la mía. A un amigo se le puede contar la verdad, incluyendo la verdad emocional. El amigo sabe cómo se siente el otro, no hay necesidad de ocultar los sentimientos. La parte más decisiva de la amistad es la afirmación del propio mundo emocional, de esas cuevas secretas del propio corazón.

Hombres y mujeres

Las mujeres tienen más facilidad para mostrar sus aspectos vulnerables, para discutir asuntos íntimos de su vida y para desarrollar esa fidelidad y comprensión que son tan fundamentales en la amistad. Las mujeres son las primeras en prestar cuidados a la infancia; y quizá eso les hace ser conscientes de la necesidad de ayuda mutua, de la interdependencia, que tan a menudo falta a los hombres.

Los hombres casi siempre, incluso en la amistad, son competitivos. Sin embargo, los sentimientos y las relaciones íntimas rara vez se comentan abiertamente. Las emociones son tabú. Los hombres aprenden muy lentamente a hablar de sus sentimientos, sobre lo que ocurre en su interior.

⁴¹ KANDINSKY, Nina. De lo espiritual en el arte. p.116

Las mujeres son comprensivas con la vulnerabilidad. Las mujeres prefieren un hombre vulnerable, con fallos, que no al hombre con máscara, falso, impetuoso, activo, que imposibilita todo intento de intimidad.

Enemistades y reconciliación

A pesar de que en la adolescencia la amistad tiene un valor importante, los vínculos entre amigos no siempre son "miel sobre hojuelas". Las discusiones y disputas llegan a ser espectaculares y los adversarios se dejan de hablar con tanta facilidad. Sin embargo, las reconciliaciones, suelen ser frecuentes.

Otra situación contrastada dentro del grupo de amigos o compañeros es la marcada tendencia a promover interacciones negativas entre los mismos miembros, como son el molestar, insultar, apodar, boicotear, así como la afición de hacer proyectos o planes donde se excluye a determinadas personas del grupo. Esto último puede ocasionar una situación de crueldad para aquellos que son rechazados por el resto del grupo y que no son suficientemente fuertes para retarlos. En estas edades es muy común que dentro del gran grupo existan pequeños grupos que se dedican a espiarse, incordiar y competir entre ellos. Con el paso de tiempo y en la medida que el adolescente alcanza la madurez y gana la vida adulta, entra en un proceso de seguridad y da parte a las relaciones más estables y profundas.

La identificación

Para el adolescente es muy importante el sentirse aceptado por el grupo de amigos y compañeros, necesita identificarse con ellos en algunas características (físicas, emocionales, intelectuales, aficiones, etcétera), necesita sentirse al parejo con los amigos. El adolescente comparte ciertos gustos, ciertos temores, ciertas habilidades, ciertos lugares, marcas, estilos y modas.

Una de las cosas con las que más se identifican los adolescentes es por la forma en la que visten. Aproximadamente entre los 11 o 12 años de edad la preocupación por el vestido, tanto en los chicos como en las chicas, es algo de suma importancia ya que los identifica con los compañeros y amigos. Aunque esta preocupación se ve con mayor claridad entre las chicas, también los varones se preocupan por estar bien vestidos⁴² cuando van a salir con los amigos.

En las adolescentes comienza el periodo de la coquetería, quieren dejar la vida de niñas, para convertirse en adultas, buscan atraer la atención de los hombres adultos, por lo tanto las chicas comienzan a usar vestidos un poco más atrevidos que dejen ver sus encantos, usan zapatos de tacón para aumentar un poco su estatura, usan cinturón para que se delinee el contorno de la cintura. Los peinados y el maquillaje las transforman por completo. Compiten entre ellas por quien es la más coqueta.

En los adolescentes comienza el "chico seductor", buscan la atención de las chicas de su edad, muchos de ellos comienzan a ir al gimnasio, buscan ropa que vaya de acuerdo con la que usan sus amigos, piden cortes de cabello de moda, ya no el que su mamá pedía cuando niños, busca combinaciones entre sus vestimentas y su calzado, algunos incluso les gusta tener un celular y si se puede una motocicleta o un carro.

⁴² Estar bien vestido es, ir vestido de acuerdo a como el grupo lo pide o como la ocasión lo amerita.

Otra cosa muy importante para los adolescentes es la marca, por lo regular en las conversaciones comentan sobre las mejores marcas de ropa, de zapatos, que los tenis que más duran son los de la marca tal o los que compre en la tienda o el lugar Z, los mejores lugares de diversión, las mejores compañías de celulares, las chicas comentan de cosméticos, discuten sobre las mejores estéticas, las mejores películas, entre otras cosas.

Entre los adolescentes comentan sobre sus aficiones por los deportes o las actividades de recreación, sobre las música que les gusta, los lugares que más visitan, además comparten también algunos de sus temores como adolescentes. Donde los principales temores se encuentran relacionados con el crecimiento y el desarrollo de la sexualidad.

Los chicos tienen centrados sus temores en el poseer y en el tener, en las posibles malformaciones o defectos que puedan dañar su virilidad, les preocupa el crecimiento del vello corporal. Cualquier diferencia, por mínima que parezca les crea gran intranquilidad. Les preocupa que el tamaño de su pene afecte la capacidad de dar o recibir placer. Por otro lado llegan a sentir sentimientos de culpa ante las emisiones involuntarias de semen, las erecciones o la conformación de los testículos, las cuales aparecen como fantasías sexuales prohibidas, las cuales sabemos que son fenómenos normales y comunes en los hombres y sobre todo en los adolescentes.

Los temores de las chicas están centrados principalmente en el aspecto físico. Le preocupa el crecimiento de sus pechos, si son grandes o pequeños, pues, en nuestra cultura se considera un símbolo privilegiado de feminidad y belleza. Otra de las preocupaciones más importantes es la menstruación, su aparición puede liberar ciertas dosis de ansiedad si no tiene una información adecuada. A la

adolescente le interesa saber si produce incomodidad, si duele, si los demás se dan cuenta, quiere saber sobre las irregularidades que se presentan.

Las actividades recreativas, deportivas

A lo largo de la vida el juego y la recreación juegan un papel muy importante en la formación del individuo. En el caso del deporte y la Educación Física tienen como finalidad el desarrollo completo, armonioso y progresivo del sujeto. En la adolescencia chicas y chicos suelen dedicar algún espacio de su tiempo a la práctica de algún deporte. Por un tiempo el deporte representa la prolongación de el juego infantil, el cual favorece el proceso de maduración.

En el deporte y en las actividades de recreación lo que el adolescente busca es la relaciones interpersonales. Realmente le interesa más el poder compartir el tiempo libre con sus compañeros y amigos de grupo.

Los adolescentes disfrutan de los deportes como el basketball, el fútbol, el fútbol americano, voleibol, etcétera, donde lo que buscan es tener una participación física; buscan satisfacer el deseo individual al poner a prueba sus habilidades, su eficacia y su poder; buscan el triunfo sobre el contrincante o sobre el obstáculo a vencer sea el único fin perseguido (aunque algunos suelen apostar o participar en torneos); prefieren los juegos donde existan reglas estrictas y aplicables a un gran grupo social.

Por otro lado para el adolescente puede ser una excelente oportunidad de esquivar el medio familiar, se libera de la inspección de los padres, al mismo tiempo que libera energía y descarga un poco la agresividad acumulada. También, el deporte permite al adolescente desarrollar ciertas capacidades que le ayudarán para su vida adulta tales como la cooperación y la competencia, además compensa

la falta de confianza es las fuerzas propias, y equilibra sus conflictos. "Muchos de los adolescentes recurren al deporte como relajación. Es, al menos, una alternativa a la droga y a la pequeña delincuencia".⁴³

Ocio y aficiones

El adolescente busca actividades donde participa con sus compañeros y amigos del grupo. Las principales actividades de un adolescente entre los 11 y 14 años son las excursiones, los campamentos y las actividades deportivas que se realizan en equipo. Les agradan los juegos con reglas organizadas como pueden ser los juegos de mesa (dominó, cartas, ajedrez, etcétera). Les gusta realizar actividades manuales, entre los varones: hacer montajes, la mecánica, la electrónica, pintar, dibujar, graffitear, etcétera, y a las mujeres les gustan las artesanías, la tarjetería española, hacer velas, hacer costuras, la repostería, entre otras actividades.

También es posible que en esta etapa se dé el coleccionismo de diferentes objetos. También se ve la afición por escribir poemas, cuentos, o se lleva un diario. Dentro de sus espectáculos preferidos se encuentran los programas televisivos, los cuales forman gran parte de los ocios juveniles a nivel mundial.

El adolescente de 15 años en adelante disminuye su interés por los juegos multitudinarios, prefieren desarrollarse individualmente o por parejas, por lo tanto prefieren la natación, el tenis, y el ping-pong. En las mujeres se observa el claro interés por exhibir sus atractivos, mientras que los varones prefieren los deportes que implican riesgo y fuerza física como el motociclismo y las pesas.

⁴³ DOLTO, F. Op. Cit. p. 160.

Los juegos de mesa siguen atrayéndoles y prefieren en los que pueda intervenir la estrategia y la táctica. En cuanto a la televisión comienzan a perder interés, y prefieren asistir al cine. Hay un interés mas abierto por la música y el baile, lo cual contribuye para que salgan con más frecuencia a las discotecas, conciertos o simplemente a las fiestas, donde se pueda poner en práctica las habilidades del baile. Las reuniones de grupo tienen lugar en bares, centros sociales, incluso en la misma calle. Todas estas actividades ayudan al adolescente en la integración a su sociedad.

2.5 CREANDO UNA IDENTIDAD

El objetivo principal del adolescente es la búsqueda de su propia identidad, con lo cual presupone se resolverán todas sus dudas y conflictos que ahora ocupan sus pensamientos e inhiben sus acciones. Por otra parte, pretende descubrir mediante una compleja inspección interior, los valores y criterios que más se ajustan a su forma de ser.

Identidad infantil

En el lapso entre los 3 y 6 años el niño realiza grandes progresos en la adquisición de los rasgos básicos de su personalidad, los cuales son elementos constitutivos básicos de la personalidad del adolescente y del adulto.

Durante el periodo preescolar el niño aprende modos aceptables de interacción social. En esta fase adquiere un sentido bien definido de sí mismo. Se inicia el desarrollo del "yo" cuando el niño comienza a tener conocimiento de sí mismo y a advertir que es diferente del resto del mundo. "La formación de la

identidad surge a partir del repudio selectivo y de la asimilación mutua de las identificaciones infantiles y de su absorción dentro de una nueva configuración".⁴⁴

Modelos de imitación

Un niño pequeño primero aprende a comportarse de acuerdo a como lo hacen sus padres, según lo que ellos piden de sus actos y así, incorpora el comportamiento a su personalidad, más tarde identifica otros roles como el ser hermano, y ya en la escuela desempeña el papel de alumno, de amigo de hijo. Para cada uno de los roles que tiene aprende distintas formas de comportamiento. Posteriormente como adolescente y como adulto ocupa un número más complejo de roles, puede ser trabajador, ciudadano, amigo, esposo, miembro de algún grupo social o religioso, etcétera.

Si durante su proceso de desarrollo el niño no ha tenido suficientes modelos a su disposición, los padres se verán obligados a rellenar esos huecos en la adolescencia. El anhelo natural del adolescente por tener héroes, ideales y sueños servirá de ayuda para proporcionarle un adecuado sentido de los modelos.

Identidad religiosa

El adolescente busca la respuesta lógica y científica a cosas, acontecimientos y creencias en las que antes creía a pesar de que no las observara con sus propios ojos.

Hay un rechazo afectivo hacia todo lo que tenga que ver con la religión. En palabras sencillas "les choca" todo lo que sea la iglesia, sus orientaciones, sus

⁴⁴ ERIKSON, E. Identidad, Juventud y Crisis. p.137

actividades, sus miembros. Critican con seguridad aún cuando no tengan la información suficiente, generalizan. Algunos adolescentes aceptan la religión "a su manera", quitando todos aquellos puntos que no van con ellos. A otros ni les "choca", ni la critican simplemente son indiferentes a ella.

Crisis de la identidad

En la "crisis de identidad" de la adolescencia, el joven se cuestiona automáticamente, incluyendo la opinión que de sí mismo ha adquirido en el pasado. Puede rebelarse y rechazar cualquier valoración que le ofrezca otra persona, o puede encontrarse tan confuso e inseguro de sí mismo que no haga más que pedir a los demás aprobación y consejos de todo tipo. Sea cual fuere su aproximación a su nueva identidad, el adolescente pasará inevitablemente por una reorganización crítica de su manera de apreciarse con el consiguiente cambio en su autoestima. "Para el niño en vías de desarrollo ha de derivar un vitalizador sentimiento de realidad a partir de la toma de consciencia de que su mundo individual de dominar la experiencia, la síntesis de su ego, constituye una variante lograda de una identidad de grupo y se halla de acuerdo con su espacio-tiempo y su proyecto de vida".⁴⁵

El adolescente mantiene y desarrolla su propia identidad y las relaciones con sus padres, al mismo tiempo que consolida nuevas destrezas y relaciones extrafamiliares. Desde la perspectiva de esa adolescencia "normal", aquellos adolescentes que efectivamente experimentan mayores trastornos, y que frecuentemente se involucran en comportamientos problemáticos, tienen dificultades en el presente y muchas probabilidades de tener problemas más adelante en la vida. Así como sucede en todas las etapas de la vida, la

⁴⁵ ERIKSON, E. Identidad, Juventud y Crisis. p.42

adolescencia conlleva algunas tareas claves que aprovechan un desarrollo exitoso de fases anteriores.

Puesto que la adolescencia es el período de transición entre la niñez y la edad adulta, todas las tareas de ese período han de estar dirigidas a completar tal transición. La adolescencia es la etapa en que el individuo debe hacer frente a las tareas de establecer una identidad personal satisfactoria y de forjar lazos interpersonales fuera de la familia, tareas que incluyen formar pareja, aprender a controlar de manera responsable la sexualidad en desarrollo, y promover adecuadamente la capacidad de viabilidad económica a través de la educación, las actitudes y los hábitos. La familia del adolescente, sus amigos y compañeros, la escuela e incluso otros grupos fuera de la escuela y la familia pueden ayudar a realizar estas tareas, como pueden crear obstáculos que muchos jóvenes no pueden superar por sí mismos.

Aunque existen diversidad de opciones que permiten ampliar el campo de la libertad humana, muchos de los individuos, (hablando principalmente de los niños y adolescentes) no tienen posibilidades de participar en la toma de decisiones, ni en su familia, ni en la escuela tampoco, sin embargo, pude observar durante este tiempo que cuando los adolescentes se involucran en alguna actividad tienen una participación democrática, donde se puede llegar a un consenso, donde, si llega a haber uno que es el líder, pero donde cada uno de ellos puede aportar lo que quiere, donde está permitido hablar como se habla entre el grupo de amigos en el barrio, donde no es necesario buscar palabras que suenan bonito para que alguien apruebe o repruebe, donde se presenta un espacio para todos.

2.6 AUTOESTIMA EN LA ADOLESCENCIA

El adolescente busca lograr un sentimiento de independencia frente a sus padres; la formación de un concepto claro de sí mismo; adaptarse a su físico que cambia rápidamente, y a su desarrollo sexual; asimilar un conjunto de normas y valores internos que le sirvan de guía, desarrollo de relaciones sociales con los compañeros y adultos; clarificar los objetivos académicos y vocacionales.

La adolescencia es uno de los periodos más 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 en sus propias fuerzas. Es una época en la que se ponen sobre el tapete no pocas cuestiones básicas; piénsese en la vocación, en los planes para ganarse la vida, en el matrimonio, en los principios básicos de la existencia, en la independencia de la familia y en la capacidad para relacionarse con el sexo opuesto. Y a estos aspectos hay que sumar todos aquellos conflictos de la niñez que no se hayan resuelto y que surjan de nuevo, conflictos que habrá que afrontar también.

Un adolescente con autoestima: Actúa independientemente, asume sus responsabilidades, afronta nuevos retos con entusiasmo, está orgulloso de sus logros, demuestra amplitud de emociones y sentimientos, tolera la frustración, se siente capaz de influir en otros.

Autoestima en la vida cotidiana

La autoestima influye en cómo se siente el adolescente, cómo piensa, aprende y crea, cómo se valora, cómo se relaciona con los demás, cómo se comporta dentro de los grupos en los que participa. Los aspectos positivos que refuerzan las posibilidades del adolescente de cara a la vida adulta son: Saber con claridad con qué fuerzas, recursos, intereses y objetivos se cuenta. Relaciones personales efectivas y satisfactorias. Claridad de objetivos. Productividad personal: en casa, en el colegio y en el trabajo.

Al ayudar a los adolescentes a acrecentar su autoestima se pueden provocar situaciones beneficiosas y fortificar así los recursos del adolescente para la vida adulta. Para él es una auténtica necesidad forjar su identidad y sentirse bien consigo mismo. Si puede satisfacer tal necesidad a su debido tiempo podrá seguir adelante y estar listo para asumir la responsabilidad de satisfacer sus necesidades en la vida adulta.

¿Cómo se llaman mis sentimientos?

Aunque resulta difícil es necesario identificar el nombre preciso de los sentimientos que invaden en un determinado momento. Los sentimientos tienen un nombre específico y el identificarlos como tales permite aprender sobre uno mismo y al mismo tiempo se puede hacer elecciones sobre los que los sentimientos que se quiere para la vida. Llamar a los sentimientos por su nombre permite tener un conocimiento de sí mismo más profundo. En ocasiones es dificultoso diferenciar los sentimientos, pues algunas veces se pueden experimentar más de un sentimiento a la vez o al mismo tiempo, los cuales se combinan y resulta complicado identificarlos y nombrarlos.

Los sentimientos no son ni malos ni buenos, simplemente son y comprenderlos permite reconocer que es lo que realmente se siente. Si se siente celoso o deprimido, nadie más puede cambiar la forma de sentir, pues los sentimientos son individuales, es decir, cada uno los vive con mayor o menor intensidad según su propia personalidad e identidad.

Los sentimientos forman la parte más íntima de los sujetos, éstos nadie los puede quitar, a menos de que la persona así lo quiera, de lo contrario nadie puede obligar a cambiarlos.

Necesidades y caprichos

Al igual que los sentimientos, las necesidades tienen un nombre específico, aunque algunas veces se confunden con los caprichos que tienen más que ver con el poseer y el consumir. Sin embargo, las necesidades son como los sentimientos, no son ni equivocadas ni acertadas, simplemente son.

Algunas de las principales necesidades del adolescente son el sentirse aceptado y valorado, la necesidad de pertenecer a un grupo y sentirse uno con los otros; la de ser diferente; la de hacer algo por los otros; la de sentirse digno; y la del poder en sus relaciones y en su vida; la de abrazar y acariciar.

2.7 EL TRABAJO

Empleo y desempleo

El empleo puede ser un aspecto positivo para los adolescentes mayores, especialmente crítico para aquellos que están por encima de la edad escolar y que enfrentan el problema de no encontrar trabajo adecuado, o ningún tipo de trabajo. Para los adolescentes más jóvenes, el problema es más que necesitar el trabajo para contribuir al ingreso familiar, ya que su trabajo interfiere con la oportunidad de asistir a la escuela y, en consecuencia, con la probabilidad de encontrar un empleo mejor cuando alcancen la edad adulta.

Una gran cantidad de jóvenes no trabajan, no buscan empleo, ni asisten a la escuela y, por tanto., desaprovechan las oportunidades de educación y formación. En el grupo de adolescentes que no asisten a la escuela ni desempeñan un trabajo remunerado, se encuentran muchos adolescentes y jóvenes imitan la figura de los padres los cuales son alcohólicos o drogadictos y, tienen mayor probabilidad de cometer actos criminales bajo la influencia de estas sustancias. Entre esos adolescentes hay muchachas que desempeñan las labores domésticas de su hogar y, por tanto, no pueden asistir a la escuela. Se dispone de poca información en cuanto a los efectos a largo plazo que el trabajo doméstico no remunerado tiene sobre la gran cantidad de mujeres jóvenes que desempeñan esas labores. Sin embargo, se sabe con certeza que interfiere con la oportunidad de adquisición de destrezas y experiencias que les permitan conseguir mejores empleos en el futuro.

3. MEDIOS DE COMUNICACIÓN

3.1 LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN MODERNOS

Los medios de comunicación existen desde hace muchos siglos y siempre han mezclado elementos rústicos con otros de mayor avance tecnológico. Pensemos, por ejemplo, en el siglo XV cuando se desarrolló la imprenta, ésta invención permitió la difusión de escritos que antes estaban guardados en monasterios y que sólo leían determinado grupo de personas. Sin embargo, aún ya con la imprenta, había gente que se comunicaba por medio de palomas mensajeras, con señales de humo, por manuscritos, etcétera.

En nuestros días, también los medios electrónicos se combinan con los impresos y la telemática, así como con los graffitis en las paredes, los altavoces en los barrios, el correo terrestre, entre otros tantos que aún prevalecen. Los medios de comunicación son diversos y su acceso es cada vez más popular, aunque siempre hay medios que son restringidos a clases sociales y a jóvenes impulsivos que buscan en ellos una fuente nueva de información y valores.

El vocablo nuevos medios se emplea para describir las formas emergentes de medios de comunicación. Los nuevos medios combinan texto, gráficos, sonido y video, emplean la tecnología informática para crear un producto similar, pero visiblemente diferente de los medios tradicionales. Los nuevos medios pueden describirse como lo que de forma evidente, difieren los viejos, los cuales se clasifican tradicionalmente en siete: imprenta: periódicos, revistas y libros; audio: radio y grabaciones; video: televisión y cine.

3.2 FUNCIONES DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

En diversas investigaciones y por gran parte de los profesionales educativos, y por la sociedad en general se ve que cada vez más los medios de comunicación social tienen una poderosa influencia en la consolidación de valores, conductas, pautas de consumo, actitudes, configuración del lenguaje, de las modas, en general sobre la cultura y especialmente sobre los niños, los adolescentes y los jóvenes. "Por sus cualidades, los medios de comunicación masiva son un nuevo elemento en la transmisión de la cultura; no pocos autores señalan que han asumido ya el papel de nuevos padres y de nueva escuela, tanto por el tiempo que los niños y adolescentes les dedican, como por la cantidad de información que transmiten, así como por la autoridad que los adultos del grupo familiar y de la escuela les otorgan".⁴⁶

Si en este momento hacemos un espacio y pensamos en algún lugar lejano, puede ser la India, Gran Bretaña, África, cualquier lugar que cada uno prefiera, es posible que nunca lo hayamos visitado y probablemente jamás podamos hacerlo, sin embargo, lo podemos ver mediante alguna imagen que nos fue transmitida por la televisión, vía internet, por la radio, el cine, en los libros o en alguna revista. En fin, los mensajes, concretamente en este ejemplo, las imágenes han dejado una huella en nuestros pensamientos.

Los medios de comunicación invaden nuestras vidas, los encontramos en nuestros hogares, en la calle, en la escuela, en el trabajo, en todos los lugares por donde transitamos y, existen diferencias notables entre cada uno de estos medios, pues el mensaje puede ser el mismo, sin embargo, se ve afectado por las imágenes, sonidos y efectos percibidos, ya sea en la televisión, en la radio, en el periódico, etcétera. El contenido de un mensaje es lo que más importa, aunque

⁴⁶ GARDUÑO C., Reyna. Identidad, adolescencia y el uso del televisor. p.44

también el ambiente físico es muy importante. Por ejemplo, a pesar de que la mayoría de la población tiene televisión y video casetera en casa, se sigue asistiendo al cine para ver una película, ya que por lo general cuando vemos una película en casa la vemos en un cuarto iluminado. Además, en casa podemos regresar la película, podemos levantarnos para ir a la cocina y mientras pausarla, en el cine no podemos perdernos detalle de la película. Otro ejemplo: los libros, los periódicos y las revistas son manejables, podemos traerlos y llevarlos de un lugar a otro. Las películas, la televisión y hasta cierto punto la música, la radio, la vemos en salas de cine, en el coche o en la casa. En los libros, periódicos y revistas podemos interrumpir el mensaje sin que haya una pérdida.

En esta sociedad se nos pide que seamos perfectos, ¡Los mejores! ; esto choca frontalmente con nuestra vivencia. Lo adecuado es sentir una parte de nosotros como maravillosa, aquella que se refiere a nuestras capacidades. Somos buenos para unas cosas, tenemos cualidades que ponemos o no en práctica, hemos conseguido cosas. Sin embargo, a veces somos odiosos, nos enfadamos, somos débiles o miedosos, no sabemos qué hacer, e incluso nos equivocamos. Y esta última parte que es la de nuestras limitaciones a veces la intentamos esconder. Depositamos tanta atención en los defectos que no hacemos sino hacerlos más presentes y empeorar las cosas, por no aceptarlos, cambiar o salir de ellos. Todo este cuidado puesto en los límites nos impide desarrollar las capacidades y lograr la superación.

En relación con la sociedad

En nuestro siglo actual y ante tantos avances tecnológicos, el ser humano vive incomunicado. Tenemos un mundo saturado de información, sin embargo, la sociedad sufre los efectos de la incomunicación. "Los medios de comunicación de

masas son canales de comunicación a través de los cuales fluyen mensajes que han sido creados por unos pocos para que los reciban muchos.”⁴⁷

Toda la panorámica del mundo que transmiten los aparatos de comunicación, siempre es filtrada por el grado cultural, la situación económica, el origen étnico, la vida cotidiana, el equilibrio afectivo, etcétera, que posee cada persona que lo recibe. Los medios masivos de comunicación facilitan a la sociedad un espacio de diversión, entretenimiento, educación e información y recíprocamente ofrecen imágenes corporales que fomentan conductas que pueden desatar perturbaciones alimentarias en poblaciones frágiles ocasionando enfermedades que pueden llevar hasta la muerte como son la anorexia y la bulimia, y otras como el alcoholismo y el consumo de drogas. “La trascendencia que adquieren los medios de comunicación social en nuestros días se debe a un enorme atractivo y a su capacidad de persuasión, elementos que van acompañados de publicidad comercial e ideológica (mensajes); aquélla para normar los hábitos de consumo y ésta para modificar los valores sociales, culturales y económicos de quienes los reciben”.⁴⁸

Por otra parte, es impresionante, que quienes con mayor eficacia, precisión y astucia conocen el perfil de comportamiento de los espectadores es la parte dominante, la cual es impulsada principalmente por el capital industrial y comercial, que ofrece, mediante la mercadotecnia y la publicidad, los diversos patrones de comportamientos, aspiraciones, debilidades, actitudes, preferencias, e inclinaciones, del receptor, con objeto concreto de integrarlo al gran-proyecto de desarrollo capital nacional e internacional. “Ellos controlan lo que públicamente se lee, se oye, se ve y supone un enorme poder de influencia social”.⁴⁹

⁴⁷ BALLESTA P., Javier. Los medios de comunicación en el currículum. p. 118.

⁴⁸ GARDUÑO C. Op. Cit. p.44

⁴⁹ BALLESTA P. Javier. Op. cit. p. 118.

En relación con el individuo

Hoy en día hay diversos factores que propician que el adolescente tenga una relación casi inexistente con los miembros de su familia, los padres no existen, los hermanos en sus "rollos", los abuelos olvidados, los familiares se desconocen e incluso cada vez se ven mas casos en los que el adolescente pasa la mayor parte de su tiempo solo, frente a la TV, o si llega a tener computadora se pasa horas frente a ella, los "amigos" se consiguen vía internet, ya no se necesita pensar, para las tareas académicas, sólo es necesario bajar la información más aproximada al tema que solicita el profesor, se copia y se entrega, ya no se investiga como antes, las bibliotecas son poco a poco olvidadas, cada vez los adolescentes se casan a temprana edad. Son padres y madres cuando aún "no lo quieren", ya no tienen sueños guajiros, simplemente se preocupan por tener un trabajo donde les vaya bien, donde económicamente les den lo necesario para sus gustos. Hasta los bailes, ahora se baila cada cual por su lado, se mueve al ritmo que quiere. "En la actualidad los factores técnicos (radio, televisión, periodismo) introducen en el ámbito casero incitaciones y planteos que ningún padre puede prever o regular y que al ser recogidos por el pequeño obligan a una constante alerta y, sobre todo, a un diálogo continuo y no previsible..."⁵⁰ El adolescente tiene un televisor para sí mismo y ve en el lo que él quiere ver, en el internet encuentra lo que él quiere encontrar, ya no necesita compartir con los que lo rodean, cada vez los padres dicen desconocer a sus hijos y ciertamente es así, porque muchos de ellos desconocen lo que sus hijos reciben a través de estos medios, desconocen cuales son las inquietudes y necesidades que tienen sus hijos.

Y los adolescentes que aún se reúnen con su grupo de amigos, se llegan a sentir tan fuera de lugar, porque alguno de ellos puede tener más contacto con los

⁵⁰ ESCARDO FLORENCIO. Anatomía de la familia . p.25

medios de comunicación como es el internet y cuando llega con los que no tienen este contacto, es como estar hablando en distintos idiomas, existe una enorme barrera que no les permite tener una buena comunicación. Llegan a tener más conflictos, ya que los que tienen este acceso son vistos como los "creídos" o se les ve como diferentes al grupo.

Al observar a un grupo de adolescentes entre 13 y 21 años que se reúnen constantemente, he observado que los que tienen contacto más cercano con los medios de comunicación actuales, son chicos que continúan en la escuela, tienen una mayor intervención en las charlas y se desenvuelven de una forma más libre, aún cuando se sienten observados. "La escuela sigue siendo la única vía de acceso a la cultura en todos los niveles de escolarización. Y la escuela sería una auténtica vía de democratización cultural si no consagrarse las desigualdades iniciales ante la cultura y si no llegase a las veces hasta desvalorar la cultura que transmite, en beneficio de una cultura heredada que no tiene la marca ordinaria del esfuerzo y tiene por ello, toda la apariencia de facilidad y del ingenio".⁵¹

El que el adolescente se pueda identificar como tal es una de las fuentes económicas de los medios de comunicación, y una de las tantas problemáticas que se presentan con los padres, cada vez se venden más productos para adolescentes. "Entre tanto el comercio, habitualmente ha constituido a los adolescentes en un grupo particular de consumidores que no producen, dando pie a una cantidad de definidas exigencias ante la familia; hay así ropa especial para adolescentes, música (discos, cassettes, cantores) especial para adolescentes, centros de diversión".⁵² Todos los productos que son pensados para los adolescentes, podemos observar que son comprados en muchas ocasiones por los padres, principalmente por las madres que tienen hijas adolescentes y así

⁵¹ BOURDIEU. Los estudiantes y la Cultura. p.47

⁵² ESCARDO FLORENCIO. Op. Cit. p. 194

podemos observar que existe cierta competitividad entre padres e hijos, lo cual también se presenta en este periodo de la vida.

3.3 ¿QUÉ NOS OFRECEN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN?

En la época actual, en la que la información eléctrica y la producción programada asumen un carácter de información para que el público pueda consumir y obtener los objetos o gustos que él prefiera. Esta tendencia se manifiesta claramente en los presupuestos que son destinados para la publicidad. Donde los bienes que más se emplean en la comunicación social son aquellos de uso personal como son los cosméticos, jabones, cigarrillos, etcétera, los cuales se llevan la mayor parte del sostenimiento de los medios de comunicación en general. "No parece que los grandes periódicos, las grandes cadenas de radio o televisión tengan, precisamente, una extraordinaria vocación de servicio público. Más bien están abocados a una competencia, tratando de conseguir el mayor número de abonados, compradores, consumidores que gasten su dinero en los productos que ofrecen".⁵³

La televisión y cablevisión

Para algunos investigadores el uso de la televisión es bueno, para otros es algo satánico y al fin de cuentas la televisión continua pese a todos los comentarios positivos y negativos que hay en torno a ella. Hoy en día la televisión es un elemento que no falta en ningún hogar, puede faltar algo para comer o no se puede tener trabajo, sin embargo, ahí está, en el rincón de la casa, sobre la mesa, en su lugar específico. Cada una de las familias por más humildes que parezcan

⁵³ BALLESTA PAGAN. Javier. Op. Cit. p.122

tienen su televisión, aunque sólo sea en blanco y negro, vivan en el campo o en la ciudad, cada familia mínimo tiene una televisión en casa.

Ver la televisión se ha vuelto parte de la rutina de la familia, de forma tal que parece asociada a la mayoría de las actividades que ella realiza diariamente. Se puede ver el programa favorito mientras se come, mientras se hace alguna actividad domestica, por ejemplo, mientras se "atiende" a las visitas e incluso algunos la utilizan para dormir. Por lo tanto, la televisión no sólo sirve para verse. "A través de la televisión la audiencia satisface diferentes necesidades como compañía, aislamiento, descanso, diversión, control, información, evasión, liberación de emociones y tensiones, relaciones personales u ocupar su tiempo libre".⁵⁴

La televisión nos ofrece diversidad de programas como son las telenovelas, las películas, los programas de concursos, las caricaturas, algunos musicales, deportes, noticieros, series, programas educativos, conciertos, programas cómicos, insólitos, culturales, videos chuscos y más aún si se contrata un servicio de cable, se tiene acceso a canales diversos.

Algunos autores nombran a la televisión como "la niñera electrónica" pues desde pequeños ésta se encuentra cerca de la cuna, haciendo ruido para que el recién nacido escuche voces y "no se sienta solo". Después durante los años en que se construye la identidad y se refuerzan los roles individuales que se asumirán en la sociedad, se asigna dosis de violencia en la mayoría de los programas televisivos actuales y es violencia hacia ellos mismos y hacia los otros, ya que desde niños y luego como adolescentes –tanto chicas como chicos–, buscan ser como los modelos que proyecta la televisión. "Otra de las funciones de los medios es la de imponer normas sociales, normativizar la realidad mediante la

⁵⁴ BARRIOS, Leoncio. Familia y televisión. p.95

reafirmación de determinadas costumbres, modos o maneras de estar en la sociedad y encarar los problemas propios de la estructura social".⁵⁵

La radio y la industria discográfica

La radio proporciona entretenimiento. La radio nos despierta y nos hace dormir. La radiodifusión va en el camino, en el auto o mientras hacemos otra actividad con el walkman. La radio después de la expansión de la televisión se las ingenio para adaptarse a un auditorio que buscaba la inmediatez de la información.

La radio contribuye de manera decisiva a dotar de un sentido a este "tratado con la población" mediante una programación orientada a un público concreto, por ejemplo, a los que viajan en automóvil les proporciona reportes viales a lo largo del día, también se ofrecen programas de opinión de orientación y ayuda, aunque cuando se viaja en el transporte colectivo (microbús o autobús) es el chofer quien decide que escuchar. Por otro lado, los adolescentes prefieren escuchar la música que está de moda, aunque también les agrada escuchar programas de orientación, siempre y cuando sean temas de sus intereses. "El consumo radial supone la construcción de una micro esfera privada (en el coche, en la oficina, en el taxi, en el pesero, en el taller o con el walkman)".⁵⁶ En estas condiciones, el escuchar la radio es una práctica individual que delimita el grupo al que se pertenece, se limita un espacio individual, dando espacio al individualismo, que a pesar de que nos encontremos en el metro, con cientos de personas alrededor de nosotros, nos encontramos completamente solos. Porque cuando nos subimos a el microbús no lo hacemos pensando en que vamos a compartir con el chofer y con el resto de los pasajeros las preferencias musicales, incluso podemos apreciar (sobre todo en adolescentes y jóvenes) que van escuchando su walkman o discman mientras

⁵⁵ BALLESTA PAGÁN, Javier. Op. cit. p. 121

⁵⁶ GARCÍA CANCLINI, Néstor. Cultura y comunicación en la Ciudad de México. p. 133

viajan en el microbús, en el metro, en el camión a pesar de que éstos lleven la música a todo volumen.

Otra característica de los radioescuchas es que pueden prestar una "atención flotante". Se da este nombre ya que, mientras la radio se encuentra encendida se pueden estar realizando otras actividades, es decir, se presenta una actitud donde se oye pero no se escucha. La radio también suele ser un acompañante fiel. Incluso escuchamos por ahí que cuando alguien le tiene miedo a la soledad simplemente enciende la radio.

La tendencia actual de la radio se dirige hacia una mayor segmentación del auditorio, similar a la industria de las revistas. Donde el objetivo final de la limitación de auditorio es que un radioescucha pueda solicitar sus preferencias con sólo llamar a la estación y pedirlo. "La radio supone una aceleración de la información que a su vez desencadena la aceleración de otros medios".⁵⁷

Por otro lado, los discos al igual que los libros se sustentan principalmente de las compras directas. Aunque hoy en día la mayor parte de la población consume discos piratas, lo cual, les preocupa a las disqueras, pues los discos son copiados e incluso difundidos vía Internet.

Internet

Anterior a la aparición del Internet, la televisión fue uno de los mayores inventos. Ahora, poco a poco se declara como un producto obsoleto. Las nuevas fronteras son el Internet y el ciberespacio. Existe un enorme paso entre la televisión y el Internet ya que la primera es un instrumento pasivo, mientras que el

⁵⁷ MCLUHAN, Marshall. Comprender los medios de comunicación. p. 313.

segundo permite a los usuarios entrar en un mundo interactivo, donde se transmiten mensajes digitalizados en cuestión de segundos.

Ambos productos brindan cosas diferentes las cuales permiten al consumidor tener o no acceso a lo que ellos le ofrecen. El Internet además de imágenes también puede transmitir textos, permite mediante sus buscadores conseguir la información necesaria que busca el consumidor, por otro lado, también facilita la comunicación inmediata entre varias personas, mediante el chat y el E-mail, se pueden conocer distintas personas en cuestiones de segundos y desde cualquier lugar del mundo en donde se encuentren conectados a la red.

Tener Internet permite "conocer" a cientos y miles de personas extranjeras, se pueden conocer los lugares más exóticos existentes en el planeta, se puede escuchar música, estar informado de los últimos avances tecnológicos, se pueden reservar boletos para un concierto o para alguna función de cine y teatro, se puede conseguir "X" o "Y" producto, ver las fotografías nunca antes vistas de el cantante de moda, etcétera. El navegar en Internet da una gama de posibilidades para descubrir tantas cosas nuevas y distintas. Por lo tanto el Internet proporciona productos a medida de diferentes intereses y necesidades.

En la actualidad vemos que la sociedad y sobre todo los adolescentes tienen un contacto más estrecho con este medio de comunicación, pues facilita la comunicación además de que se puede interactuar con él. La mayoría de los adolescentes ya no se piden su número telefónico, más bien su correo electrónico. Las conversaciones se centran en lo último que recibieron de un amigo o en lo que descubrieron navegando en la red. Los adolescentes "queman música", bajan información, buscan paisajes, mensajes, posteriormente pueden compartir sus búsquedas con los demás, aunque hay otros que son más pasivos y prefieren seguir con los programas de televisión. Aunque también sabemos que no toda la sociedad tiene el acceso al Internet, como se tiene con la televisión. Sin embargo,

el Internet también se encuentra presente en la realidad del adolescente e influye en su forma de vivir en la sociedad y en el círculo en el que se desenvuelve.

Periódicos

Los periódicos aún tienen poder sobre los publicistas, sin embargo, los lectores jóvenes desertan con mayor rapidez que cualquier otro grupo a éste medio de comunicación. Por otro lado la lectura de las mujeres también declina, por lo que la mayoría de los periódicos introducen secciones dirigidas a las mujeres y a los adolescentes. "La prensa contribuye a imaginar una ciudad masiva, cuyas señas particulares se condensan en el Centro Histórico y en otras zonas centrales. A veces, los diarios informan sobre lugares poco conocidos, pero con mayor frecuencia —especialmente en fotos- muestran escenografías fácilmente identificables o sea que tienden a reproducir saberes convencionales".⁵⁸

El cine

En la actualidad el cine continua siendo un recurso mediante el cual se entablan relaciones, un espacio de diversión y entretenimiento familiar con los amigos. A pesar de que en casa se cuente con televisión y video-casetera para ver películas, la "magia" del cine es algo que sigue atrayendo la atención de la sociedad. "En términos de otros medios, como la página impresa, el cine tiene el poder de almacenar y transmitir una gran cantidad de información. En un santiamén, presenta una escena paisajística con figuras cuya descripción ocuparía varias páginas de prosa".⁵⁹

⁵⁸ GARCÍA CANCLINI, Néstor. Op. Cit. p.21.

⁵⁹ MC. LUHAN, Marshall. Op. Cit. p.297.

Con todos los avances tecnológicos, las películas son más reales, los sonidos en la sala de proyecciones provocan reacciones en todo el público. Además "El cine no es sólo la expresión suprema del mecanicismo, sino que, paradójicamente, ofrece como producto el más mágico de todos los bienes de consumo, a saber, los sueños".⁶⁰ Ofrece a los pobre papeles de ricos y poderosos más allá de los propios sueños de codicia. En el cine se vive una realidad distinta a la real, ya que mientras se encuentran en la sala se irrumpe en el mundo de la película, en el mundo de los actores y las actrices, incluso los espectadores se pueden identificar con alguno de los personajes que actúan en esa realidad. El cine nos brinda también modelos a seguir, formas de vida, estilos de vestir y de hablar, nos presenta ciertos valores, actitudes y comportamientos, características físicas y psicológicas.

Publicidad

El asunto de la publicidad se toma cada vez más en serio, cientos de estudios han mostrado que los comerciales tienen un mensaje directo sobre la persona y muchos de ellos enfatizan implícitamente su importancia y en particular en la belleza femenina, especialmente mujeres jóvenes y niñas. La mayor parte de los comerciales están dirigidos a mujeres, tanto en la televisión como en las revistas de moda de lo que más se habla es de la belleza. Este es uno de los más claros ejemplos del poder que tiene la publicidad para intervenir en patrones culturales y conductas individuales especialmente dirigidas a las mujeres jóvenes. Los estilos corporales van de la mano de la moda y se promueven a través de la publicidad y de las revistas femeninas, cuyo contenido editorial se confunde y disimula usualmente con los anuncios.

⁶⁰ MC. LUHAN, Marshall. Op.cit. p. 299.

Libros

Los libros son de los medios más olvidados no sólo por los adolescentes sino en general por la sociedad mexicana. La mayor parte de éstos son leídos por los chicos cuando en la secundaria o en la preparatoria les piden que lean alguna novela o algún libro de texto, de lo contrario son excepciones los y las adolescentes que tienen un vivo interés por la lectura.

En libros se nos ofrecen seis categorías principales: libros comerciales, religiosos, profesionales, de bolsillo, de texto y los de prensa universitaria, donde la tecnología de la computación y la edición computarizada están progresando en cuanto a la manera en que se editan los libros, reduciendo el costo, modernizando el proceso y creando nuevos productos para las editoriales de libros.

Revistas

Las revistas después de los periódicos se convirtieron en un instrumento importante para el cambio social.

Hoy en día las revistas continúan reflejando cambios sociales, pero ya no desempeñan la función social y política y cultural que cumplían en el pasado. En vez de ello, la mayor parte de las revistas pretenden llegar a un público específico.

Las adolescentes más que los adolescentes son las que en su mayoría compran revistas, y un dato muy importante en la lectura de las revistas es que se hace una lectura compartida, es decir, comparten las revistas que compran, o incluso la leen en pequeños grupos.

3.4 LOS MENSAJES Y SUS EFECTOS

Las imágenes que transmiten los de los medios refuerzan un ideal, etiquetándolo dicotómicamente de aceptable o inaceptable: Lo gordo y lo flaco, lo bello y lo feo, lo que está a la moda y lo anticuado, lo adecuado y lo inadecuado, lo femenino y lo masculino, etcétera, y esto incide frecuentemente en la autoestima de los espectadores.

La influencia de los medios masivos de comunicación en trastornos alimentarios donde utilizan el concepto de "cuerpo ideal" ofreciendo ejemplos de "mujeres atractivas" modelos, actrices, cantantes que proporcionan un referente con el cual las mujeres espectadoras establecen comparaciones. Sugieren que las modelos presentadas, son el cuerpo a seguir, son el cuerpo idealizado, son el modelo a seguir.

El concepto de imagen corporal en tanto representación física y cognitiva del cuerpo que envuelve e incluye actitudes de aceptación y rechazo ha sido una clave importante para comprender la influencia de los medios masivos de comunicación en las personas y en la sociedad. El pliego de opciones que nos ofrecen las imágenes globalizadas, es cada vez más homogéneo no sólo en tanto propuesta de belleza física, sino de etnia, raza, clase social que vinculan definiciones culturales de belleza y atractivo físico con ideas de éxito.

Historias escritas por la vida misma

Cientos, sino es que miles y millones de historias se escriben diariamente gracias a los medios de comunicación. Algunos ganaron dinero por una llamada a uno de los programas televisivos, otros ganaron un pase doble para ir al concierto del grupo del siglo por haber contestado correctamente el título de una canción

transmitida en la radio, otros más lograron por fin encontrar la casa perfecta en una de las secciones del periódico, otros obtuvieron un viaje por tener su correo en x servidor de Internet, cientos de chicas lograron bajar de peso con la magnífica dieta de "a pan y agua" que leyeron en la revista w-w, algunos cuantos se encuentran en los centros comerciales y en las tiendas de autoservicio comprando el nuevo shampoo y la nueva línea de electrodomésticos más reciente, cientos de adolescentes el día de hoy experimentan el efecto de alguna droga y mientras escribo estas líneas, mi vecina posiblemente se encuentre muriendo por haber consumido esas pastillas que la harán parecer más joven, los niños compran los dulces que tienen un premio, y, en fin, diariamente se tejen cientos, miles y millones de historias en torno a los medios de comunicación, algunas excesivamente felices y otras tantas exageradamente dolorosas y asombrosas que las tragedias de las telenovelas se quedan cortas. "Naturalmente, no es sólo el tiempo que dedicamos a los medios lo que los hace significativos; los medios son importantes moldeadores de nuestras percepciones e ideas, son Empresas de Concienciación que no sólo proporcionan información acerca del mundo sino maneras de verlo y entenderlo".⁶¹

Autoestima y género

Los medios de comunicación influyen de manera decisiva en la autoestima, tanto de hombres como de mujeres, ninguno se escapa de los efectos de los mensajes que diariamente son transmitidos. Dichos mensajes pueden ser positivos o negativos, sin embargo ahí están, la vida cotidiana de la sociedad.

Desde los años setenta las mujeres han conseguido manifestarse en varios mitos que la mantenían en la desigualdad, como los mitos sobre maternidad, castidad, pasividad y obediencia. Sin embargo, parece que entre más obstáculos

⁶¹ MASTERMAN, Len. La enseñanza de los medios de comunicación. p. 18.

supera la mujer, se reproducen los estereotipos y las imágenes estrictas de belleza femenina. Los diferentes productos que en ocasiones son como castigos que se impone la mujer para hacer de su cuerpo un objeto de restricciones alimenticias. Pareciera que hoy en día la ideología de bellaza es matarse de hambre para lograr el cuerpazo de la súper modelo que anuncia el jabón para lavar los trastes.

Por otro lado a los hombres se les presenta un panorama, donde lo atractivo y sensual es lo que lleva al éxito seguro. Entre más tomen, fumen y se compren los productos x y z, tendrán a las súper modelos. Sin embargo la realidad es otra, cuando, al llegar a casa se encuentran a una esposa en la facha total, sin maquillaje y cuidando a los niños. En el caso concreto de los adolescentes, por lo general buscan novias bien proporcionadas y con una cara más o menos bonita, de preferencia que tenga algún parecido con alguna actriz o cantante de moda. En fin, los medios influyen en la autoestima de los chicos y chicas. A continuación se presentan algunos de los riesgos a los que se puede llegar al intentar lograr el éxito.

“Espejito, espejito, dime quién es el más flaco. El más flaco soy yo”. Anorexia y Bulimia

Al parecer los más flacos llegan más alto, tienen éxito en todo, son el modelo perfecto a seguir en esta sociedad. En los últimos años se ha visto una época desencadenada de anorexia y bulimia en adolescentes, -sobre todo en mujeres- que pretenden tener la cintura de Talía, los senos de Lorena Herrera y las piernas de Paulina Rubio. Para los adolescentes el cuerpo es la base de su fortuna y el estar delgado es la mina de oro. Es una forma exagerada de un mensaje que diariamente recibimos en los medios de comunicación. Pues en la mayoría de los anuncios publicitarios, en las revistas, en el cine y en la televisión la mayoría de los personajes, tanto femeninos como masculinos son esbeltos, y muy contados

aquellos que llegan a estar llenitos o gordos. Apreciamos que si las personas son delgadas se encuentran bien, si están gordas están mal. Ante tal encantamiento resulta difícil ver a los adolescentes en crecimiento continuar en este peligroso camino en busca de la autoestima.

La imagen que se debe mantener para triunfar cada día es la de una esbelta, proporcionada, famosa y encantadora artista de televisión, la de las despampanantes estrellas de cine, o la de las súper modelos de las revistas con sus maravillosos vestidos ajustados a sus afiladas formas. Además no se puede dejar de ser así, ya que existen cientos de productos en el mercado que ofrecen pérdida de peso en cuestión de una semana. La salud queda en tercer o cuarto plano. Lo importante es mantenerte en forma sin importar que se haga para conseguirlo. Se deja de lado la verdadera importancia de estar sano sin importar el tamaño de la cintura o de la posición de la aguja en la báscula. Se olvida que la salud simplemente consiste en cuidar el cuerpo a fin de poder vivir y disfrutar la vida al máximo. La salud consiste en estar lo suficientemente bien para saborear y disfrutar la vida al máximo. La salud también tiene que ver con los valores personales y con una forma de vivir llena de significado y optimismo. Por último, la salud tiene que ver con el espíritu humano, con el cuerpo, mente y alma trabajando al mismo ritmo como un todo unitario.

Una persona enferma de anorexia es muy consciente de sí misma, inteligente, comunicativa, amable. Habitualmente también son personas perfeccionistas (la mayoría son mujeres). Indudablemente, tienen una baja estima a su propia persona. El anoréxico tiene el deseo extremo de "tener que ser atractivo". Es decir, para una persona con anorexia no puede existir el "estoy bien como estoy", siempre quiere estar más y más atractivo, más esbelto y el único camino a la perfección para estas personas es el perder peso, es estar delgado. Y como se sabe el tratamiento para una persona enferma de anorexia es muy difícil.

La persona enferma de anorexia cada vez siente más náuseas ante la sola idea de ganar peso si come.

La anorexia y la bulimia, son el resultado de una baja autoestima, una imagen distorsionada del propio cuerpo, y un ego-ideal imposible de alcanzar. Ambas enfermedades resultan de una exigencia propia por tener el mejor aspecto, un cuerpo perfecto. Para estas personas la comida no se puede asociar con el amor o la amistad. Es decir, la comida se convierte en el obstáculo principal en la búsqueda de ese modelo inalcanzable de perfección. Estas personas piensan que el estar delgado se convierte en sinónimo de ser amado, y cuanto más delgado más le amarán. Por lo tanto, la comida se concibe como algo repugnante. El comer significa perder el control hacia el sueño de perfección. Entonces, ayunar, vomitar la comida, significa recuperar el control de la mente y del propio cuerpo.

Una persona con anorexia o bulimia, por lo general al verse ante un espejo exclamará: "¡Estoy tan gordo!". Y esta exclamación la hará aunque el cuerpo haya comenzado a devorar sus propios músculos y la enfermedad haya alcanzado un punto peligroso.

En las revistas para adolescentes por lo general siempre aparecen infinidad de dietas, ejercicios y recomendaciones para estar tan bien como la modelito que poso para las fotografías de ese mes o de esa quincena. En general los medios de comunicación ofrecen ciertos parámetros de perfección, donde lograr la belleza, la esbeltez, la silueta y el rostro perfecto son el único requisito para triunfar en los proyectos que se pretenden alcanzar. Tales requisitos son imprescindibles para acaparar la atención del sexo opuesto y la envidia de todos los que conviven en el mismo círculo. Por ejemplo si la chica es esbelta todos lo súper galanes corren detrás de ella e incluso se disputan su "amor" y si es el chico que usa o consume cierto producto, será lo máximo para los que lo rodean. Y aunque hay más casos de bulimia y anorexia entre las adolescentes, también entre los adolescentes se presenta.

Drogas

Existen diversas definiciones del concepto de drogas, sin embargo, ocuparemos el concepto que utiliza la Organización Mundial de Salud (**OMS**), ya que es aceptada comúnmente en todo el mundo.

Para la **OMS**, la droga es toda aquella sustancia química que es introducida voluntariamente en el organismo de un individuo y que posee la propiedad de modificar las condiciones químicas y/o físicas de éste. A las drogas también se les da el nombre de fármacos.

El consumir drogas trae reacciones, modificando el comportamiento físico, social y psicológico del individuo. Además de que los sujetos cada vez necesitan administrarse más droga para sentir el mismo efecto. A esto último se le da el nombre de farmacodependencia. El uso de fármacos en una sola ocasión no produce dependencia en general. El riesgo se encuentra en el uso continuo o en el descubrimiento de que cierto tipo de sustancia puede provocar placer o calmar algún dolor y que, a partir de ahí se insista en su uso.

El hecho de probar drogas “para saber que se siente”, incluida la curiosidad, es una manifestación frecuente entre los adolescentes, quienes utilizan este mecanismo para imponerse desafíos a sí mismos con el fin de autoafirmarse.

Por otro lado, existen infinidad de mitos acerca de la apariencia física de los fármaco-dependientes por ejemplo que son descuidados de su imagen, son melencólicos, sucios, vagos, hippies, delincuentes, promiscuos, etcétera. Sin embargo, en las escuelas secundarias se fuma marihuana y los adolescentes no necesariamente llenan las características, lo cual nos lleva a ver que ni todos los

fármaco-dependientes son unos delincuentes y por supuesto que no todos los delincuentes necesariamente abusan de las drogas.

En la sociedad se han permitido algunas drogas a las cuales se les da el nombre de legales como son el alcohol y el tabaco, éstas son consumidas por la mayoría de los adolescentes de forma más "libre". Al consumir dichas drogas los y las adolescentes buscan poseer sus propios criterios acerca del éxito, la posición social, el placer y un tanto también la actitud ante el dinero.

Aquí cabe señalar que no sólo los medios de comunicación influyen para que un sujeto sea fármaco-dependiente, sino que existen otros factores tanto sociales, familiares, escolares y ambientales que provocan en el adolescente la búsqueda de alguna salida para sanar las situaciones problemáticas e incluso de soledad y angustia. Sin embargo, la publicidad, el cine y en general los medios de comunicación han permitido que la sociedad posea una información deformada y parcial.

A continuación hablaremos un poco sobre el consumo de las drogas legales más comunes consumidas por los adolescentes. Sin embargo, no con ello son las únicas que se consumen en esta etapa, puesto que en la actualidad el abuso de drogas tanto legales como ilegales se presenta con más frecuencia desde la primaria y por supuesto en secundaria y preparatoria se da con más fuerza. A pesar de ello no entraremos en detalle con las drogas ilegales, pues la mayoría de los adolescentes se inician con drogas legales que son las que tienen más al alcance.

Tabaquismo

Hoy en día sabemos que el tabaco es una droga que produce dependencia. Además de ser la más consumida, no sólo en México, sino en todo el mundo. Antiguamente los únicos que fumaban eran los hombres, sin embargo en las últimas décadas se puede observar un incremento notable de consumo de tabaco en las mujeres.

Esto último tiene que ver con la figura de la mujer fumadora que los medios masivos de comunicación se han encargado de difundir. Donde se identifica a la mujer fumadora como alguien activa, eficiente y dinámica. En otros casos también se le etiqueta como sensual y seductora.

El factor curiosidad es muy importante, el rebelarse ante la autoridad y al mismo tiempo la influencia del grupo de amigos. Por ejemplo las adolescentes prefieren a los chicos fumadores, pues les hace parecer más grandes y atractivos. Los adolescentes que fuman por lo general buscan la aceptación de su grupo de pares. Lo hacen para parecerse a sus amigos o para sentirse adultos. Parece ser que esto les da prestigio, se sienten grandes y así se sienten respetados. En algunos grupos el fumar a escondidas es retar a la autoridad y hacer cosas prohibidas por los adultos es algo que al adolescente le da reputación frente a sus amigos, e incluso puede ser reforzado por la sociedad. En la adolescencia es el periodo en que se inicia la mayoría de los fumadores.

Además de la presencia del cigarrillo en los medios de comunicación, algunos reciben y aprenden directamente esta conducta en sus casas, donde sus padres, hermanos o amigos fuman.

Alcoholismo

El alcohol junto con el tabaco es la droga más difundida y con más número de adictos en la humanidad. El alcoholismo según la OMS es una enfermedad crónica o un desorden de la conducta que se caracteriza por la ingestión repetida de bebidas alcohólicas, causando con ello daño a la salud del bebedor, en su relación con otras personas y por supuesto en su economía.

Además de que el alcohol daña el hígado, destruye las células nerviosas, afecta al cerebro y desorganiza sus funciones, altera las sensaciones y provoca incoordinación muscular. Aparece un caminar titubeante e incluso una forma de hablar dislábica. En ocasiones aparecen conductas agresivas o el conocido término de "está alegre". Por lo tanto, la embriaguez o borrachera no es otra cosa que una intoxicación. Con dosis elevadas de alcohol se puede alterar la memoria e incluso se puede olvidar todo lo ocurrido durante la intoxicación.

Una de las maneras más importantes en el apoyo de las ventas, es el uso de la publicidad. Y aunque recientemente se han tomado medidas para restringir la presencia de esta publicidad -sobre todo en la televisión-. Evidentemente tales acuerdos son violados de una forma "tan discreta" que no se percibe. Concretamente durante la programación se transmiten ciertos comerciales en momentos específicos del día para el consumo de tabaco y alcohol.

También vemos la propaganda para el consumo de alcohol o tabaco en los periódicos y revistas, donde se anuncia que la compañía productora de bebidas destiladas W y la compañía vitivinícola Z organizan la semana de la promoción de el "camino por el vino", donde por supuesto se ofrecerán alarcones navideños, despensas, discos, botellas, etcétera, y todo ello con el fin concreto de exaltar el uso y consumo del alcohol en general.

El consumo de alcohol en los adolescentes les permite sentirse aceptados en el grupo de amigos, además, el efecto del alcohol les permite sentirse más valientes o más fuertes ante alguna situación dificultosa. Aunque algunos de ellos al igual que con el tabaco, poco a poco se hacen dependientes, además en cantidades mayores, para llegar a sentir los mismos efectos. Así entonces, encontramos – hombres y mujeres- fumadores y bebedores que requieren de un tabaco o de una copa, cuando hace frío, cuando hace calor, cuando están con los amigos, cuando se sienten solos, cuando se sienten cansados, cuando se quieren relajar, para poder convivir, etcétera, y así para cada momento se necesita consumir.

En los medios de comunicación siempre aparecen imágenes preciosas de alguien que bebe o de alguien que fuma, imágenes de éxito y prestigio, sin embargo no se pasa la realidad, por ejemplo por qué no se pasa a un fumador al final de sus días, con los pulmones destrozados, con su terrible tos, su asma o su enfisema pulmonar o también a un bebedor a punto de vomitar los hígados o simplemente a uno de ellos golpeando a su esposa o haciendo el ridículo en la fiesta de la tía cuca.

Si bien cada día aparece más información en los medios de comunicación acerca de los daños que causa el tabaco y el alcohol, hace falta una orientación concreta y objetiva que permita tener un conocimiento y por supuesto que eduque a la sociedad.

Realidad percibida: " Triunfa, triunfa. Debes ser el mejor".

La realidad que nos ofrecen los medios de comunicación muchas veces, disfraza lo que realmente sucede en nuestra realidad, por lo general en las telenovelas, en las películas, en la radio, en la publicidad, se nos presentan situaciones donde, al parecer nos podemos identificar, sin embargo, son contextos distintos a los que realmente vivimos, porque por más que una persona se identifique con la actriz o el actor, jamás podrá llegar a ser y a tener lo que tal personaje tiene. Lo que en nuestro día es un modelo de belleza y éxito, no lo fue unas décadas atrás. Si las mujeres fueran admiradas por la redondez de sus cuellos, por la proporción abultada de sus abdómenes y por tener caderas regordetas, en este momento miles de mujeres: adolescentes, jóvenes y adultas no estarían vomitando al intentar conseguir una figura del "1". Y si los hombres fueran valorados por lo que son y no por la potencia sexual que tengan, otro cantar sería. No obstante, se nos presenta una realidad de éxito, de belleza y de triunfo, se nos ofrece ser mejores que el resto de la población, pero resulta que al resto de la población se le presenta la misma realidad, entonces al mismo tiempo todos hacemos y corremos a hacer lo que los medios nos piden para triunfar en la vida y, sólo falta contestar dos sencillas preguntas ¿triunfar en qué? Y ¿ser el mejor en qué?.

3.5 ADOLESCENTES: PROPIEDAD DE LOS MEDIOS

Al hablar de adolescentes, se puede apreciar que están en un estado de búsqueda inagotable de información, de respuestas a todas las interrogantes y de vivir nuevas experiencias, por eso es que los adolescentes dedican una buena parte de su tiempo a consumir música, a ver televisión, a leer revistas, navegar en internet y otros medios. Los medios que consumen los adolescentes son un elemento formidable de transmisión informativa y cultural en nuestra sociedad. "La

percepción del mundo que nos llega gracias a los medios de comunicación masiva no corresponde a lo que es el mundo.”⁶²

En esa búsqueda permanente y frente a la variedad de propuestas que ofrecen los medios de comunicación, el adolescente consume lo que los medios le presentan y éstos le pueden brindar una orientación pocas veces clara, otras confusa y normalmente contradictoria. Por una parte, los medios de comunicación brindan información de una cultura dominante que sugiere seguir normas, valores y estilos de vida deseables, donde lo más típico se encuentra en los modelos ideales de consumo que promueven los mensajes de la publicidad. Por otra parte, también se encuentran medios de expresión de desacuerdo, protesta y rebelión contra el mundo, como la promoción de una cultura juvenil libre de opresiones y reglas, capaz de salir adelante en libertad y democracia o bien siguiendo el camino de la anarquía.

Autoestima y economía

Las funciones del dinero como medio de cambio y medida del valor facilitan el intercambio y la producción. Mediante el dinero que poseen los adolescentes, son o no reconocidos por el resto de sus compañeros. El dinero juega un papel importante en la autoestima de el adolescente, pues el tener cierto status le permitirá asistir y realizar más actividades, aunque es suficiente tener un poco de dinero para que a los adolescentes se les ocurra hacer alguna actividad en la cual pueda divertirse con sus amigos. “La moneda es una forma de soltar las mercancías y materias básicas inmediatas que sirven de dinero en primer lugar, para extender el comercio a todo el complejo social”.⁶³

⁶² GUTIERREZ, Francisco. *Pedagogía de la comunicación*. p. 27.

⁶³ MC. LUHAN, M. Op.cit. p 148.

Lo importante es pasar un rato agradable. Sin embargo, para los adolescentes – sobre todo para los varones- es importante tener algo con que negociar incluso, se puede ver como muchos de ellos intercambian objetos, juegos, videojuegos, ropa, cosméticos, videos, discos, etcétera. Sin la utilización del dinero el comerciar entre adolescentes se vuelve trueque o intercambio directo de un bien por otro. “Cuando hay mercancías y falta el dinero, debe darse algún tipo de trueque, o intercambio directo de un producto por otro”.⁶⁴

Por otro lado, los medios de comunicación nos presentan una cultura de consumir, de comprar y obtener, donde, si no se tiene lo que está marcado como “la última moda”, entonces no se encaja en la sociedad, “se está fuera de onda”. Es entonces que vemos a cientos de adolescentes ahorrando para comprarse un celular y si tienen uno lo están vendiendo para comprarse el otro que acaba de salir, ahorran para comprarse el reloj de luz fluorescente, para conseguir una tarjeta de crédito. Piden prestamos a sus padres, familiares y amigos para comprarse un carro, una motocicleta o por lo menos una bicicleta. Guardan dinero para irse a las fiestas los fines de semana y tener suficiente para comprar los cartones de cerveza, las cajetillas de cigarros y en ocasiones se inician las apuestas. Incluso se hacen apuestas por si consiguen hacerse novios o novias de alguna chica o chico que no necesariamente tiene que parecerles simpática o simpático.

¿Quién decide por ti?

Todos y cada uno de los medios de comunicación nos ofrecen cosas distintas, nos sientan a la mesa ante un banquete de platillos tradicionales de oportunidades, facilitándonos la relación con otros humanos y al mismo tiempo, nos permiten tener espacios de entretenimiento, diversión e información. Y a pesar

⁶⁴ Mc. LUHAN. Op.cit. p 157.

de lo que cada uno nos pueda proporcionarnos, es cuestión de que cada uno decida lo que toma y lo que se deja y, sobre todo, es necesario tener más orientación que información. Información que desde los primeros años de vida nos proporcione el sentido del gusto para saborear y para utilizar de una manera más conveniente cada uno de los recursos que llegan diariamente hasta las puertas y las ventanas de nuestros sentidos.

Los medios nos dicen día tras día ¡Venga, compre!, ¡Admire!, ¡Use!, ¡Goce!, ¡Tome!, ¡Vaya y adquiera!, ¡Póngase!, ¡No lo dude!, ¡No lo piense!, etcétera. Las anteriores y cientos de ellas que en este momento pueden venir a nuestro pensamiento son frases tan conocidas por todos nosotros. Aquí vemos como el consumismo encuentra un gran aliado en la publicidad. Diariamente los publicistas nos bombardean con tantas órdenes que oímos, vemos y palpamos la realidad en torno a lo que ellos nos dicen a cada momento. Ahora a estas alturas quizá sea momento de que nos demos cuenta de quien está manipulando nuestra forma de consumir y consumir, muchas veces sin ser indispensable hacerlo.

La fantasía de ser y poseer

Sería difícil decir si los medios de comunicación son buenos o malos, es común encontrar opiniones que satanizan a los medios de comunicación por el impacto en la promoción de comportamientos entre los adolescentes y jóvenes. Se refiere que los contenidos preferidos por los adolescentes en los diferentes medios que consumen favorecen el desarrollo de conductas violentas, conductas sexuales liberadas y desprotegidas, así como el consumo amplio de tabaco, alcohol y drogas, Hay quienes, por otro lado, liberan el rol promotor de la salud que juegan los medios, al difundir cotidianamente mensajes institucionales que orientan a los jóvenes hacia una cultura que preserva el medio ambiente, valores de la familia y la sociedad, comportamientos preventivos y otros.

Para bien o para mal los medios de comunicación son una fuente determinante en la vida de la sociedad y concretamente en la vida familiar, donde se desarrollan los adolescentes, rodeados de todos los mensajes transmitidos en los diferentes medios antes mencionados.

4. LA FAMILIA

4.1 LA ESTRUCTURA DE LA FAMILIA ACTUAL

La familia es la célula de la sociedad, donde se prepara el ser humano para formar parte de ésta (tradiciones, valores, costumbres, hábitos, etcétera). Es la que da seguridad y estabilidad, es el primer punto de referencia. Es necesario que cada uno de los miembros aporte lo mejor de sí mismo. Todos y cada uno debe buscar promover y participar en la búsqueda de valores, de acuerdo a las responsabilidades de cada miembro, dentro de esta comunidad hay que buscar la comunión como soporte y medio natural del crecimiento integral de los que componen la familia. La familia debe ser una comunidad de servicio a los demás. Es una comunidad educativa, donde los padres se preocupan por el desarrollo pleno de los hijos, encaminándolos a ser autónomos en cada situación que se presente en su vida. La educación familiar funciona mediante el ejemplo, y no sólo por sesiones discursivas de trabajo. "En este sentido, la familia tienen una importancia trascendental en la preparación del niño como sujeto social, ya que le proporciona las primeras experiencias para el inicio de la construcción del conocimiento social".⁶⁵

La conexión íntima entre la familia y la sociedad, de la misma manera que exige la apretura y la participación de la familia en la sociedad y en su desarrollo, impone también que la sociedad no deje de cumplir su deber fundamental de respetar y promover la familia misma. Ciertamente la familia y la sociedad tienen una función complementaria en la defensa y en la promoción del bien de todos los hombres y de cada hombre.

⁶⁵ RODRIGO, María José. Familia y desarrollo humano. pp. 297 y 298.

Existen diversos tipos de familia en la actualidad de acuerdo con la sociedad en la que se vive. Si es una sociedad industrializada o del tercer mundo y por supuesto que existe una gran diferencia entre la familia urbana y la familia rural. La diferencia entre la familia rural y la urbana radica en la autonomía que hasta nuestros días conserva la familia rural en cuanto a que por ella misma aún puede mantener gran parte de sus necesidades, pues entre las mismas familias se apoyan y refuerzan sus intereses económicos y comunitarios, mientras que en la familia urbana sólo se apoyan en las relaciones personales del mundo externo para satisfacer sólo necesidades individuales.

En el curso de los años la familia ha conocido una serie de transformaciones de gran magnitud, las cuales afectan de forma decisiva no sólo en la disminución de número de hijos y la presencia de los hijos en el hogar con la consecuente postergación del matrimonio, sino también a las formas en las que se organiza la institución familiar. En muchos sentidos la familia se ha modernizado, aunque se conservan en ella algunos rasgos de la familia antigua.

Las principales estructuras de familia en la actualidad son la familia nuclear, donde habitan el padre, la madre y los hijos menores de edad; la familia parental, donde se encuentran ambos padres y la parentela; la familia maternal, donde sólo vive la madre con los hijos; la familia paternal, donde vive el padre con los hijos; y las familia extensa parental como extensa maternal, en donde viven ambos padres o uno de ellos y la parentela.

Diversas concepciones

El concepto de familia se cambia con el paso de los años pues, ya no es lo mismo una familia de la época colonial que la familia actual, los valores, la forma de pensar, el contexto histórico y social son distintos. "La familia representa una continuidad simbólica que trasciende a cada individuo y generación. La familia enlaza tiempo pasado, presente y tiempo futuro".⁶⁶

La familia es un núcleo que constituye un elemento de apoyo ante las dificultades externas y es un punto de encuentro para intentar resolver las internas. La familia entonces es lugar seguro de apoyo en caso de necesidades, enfermedades, problemas laborales, etcétera. Por lo tanto la familia es una importante red de apoyo tanto personal como social.

En la actualidad se ha modificado la concepción donde los papás se reunían entorno a una mesa, en la actualidad, la función del padre o de la madre la puede desempeñar una abuela, abuelo, el tío, un hermano mayor o simplemente puede ser tomada por algún adulto que se encuentre cerca del medio en el que se encuentran los hijos. "Célula de la sociedad... no puede ser ya sostenido seriamente; en buena parte de la sociedad moldea a la familia para obtener su mayor utilidad; la familia no es un sistema perfecto ordenado fijamente, sino una institución evolutiva inmersa en la totalidad social y sensiblemente sometida a sus transformaciones".⁶⁷

En un principio la familia fue un grupo humano unido al parentesco de un tronco común, con el objeto de su propia conservación y defensa. Cuanto más grande fuera el número de integrantes mayor poder tenía, sobre otros grupos y sobre la naturaleza misma. Luego la familia se hizo patriarcal, donde los hijos, los

⁶⁶ SOLIS PONTÓN, Leticia. La familia en la Ciudad de México. p.61

⁶⁷ ESCARDO, Florencio. Op. Cit. p.11

nietos, los tíos, todos vivían en la casa del padre, por lo tanto las casas eran grandes y la mayoría de los hijos se dedicaban a la misma actividad. Si no habitaban en la misma casa tenían vínculos de parentesco, por tanto un trato frecuente. A lo largo de la historia son los mayores de edad los que toman las decisiones más importantes sobre la vida de los menores.

Las transformaciones que tiene la familia como tal, se renuevan espontáneamente, dichas transformaciones afectan principalmente en la educación de los hijos, en la economía y en la autoridad dentro de la familia. La familia es una institución que se encuentra en movimiento, actualmente en las grandes ciudades no se puede dar el tipo de familia de hace un siglo, debido a los cambios en cuanto espacios, costumbres, economía e ideologías que prevalecen en la actualidad. "La familia es la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se quiere duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia".⁶⁸

El matrimonio

En la vida del ser humano los primeros años de vida dejan una huella imborrable y profunda. Al inicio dos adultos se concretan relaciones intensas en el primer plano afectivo, sexual y relacional.

Existe un matrimonio al cual se le da el nombre de "matrimonio natural". Se le da éste nombre debido a que se presenta de igual manera en todos los enamorados del mundo, de cualquier raza, religión y posición, se presenta así porque un sexo complementa naturalmente en todos los aspectos al otro.

⁶⁸ RODRIGO, María José. Op. Cit. p. 33

El panorama que ofrece el matrimonio actual, en general, la familia, no es muy alentador. Los novios al querer casarse se enfrentan ante ciertas dificultades, tanto económicas como afectivas, por ejemplo, les preocupa la casa en la que vivirán con su pareja, el número de hijos, las relaciones familiares, los hijos, la economía. "El matrimonio, como la procreación constituyen decisiones de futuro y, por lo tanto, la percepción del futuro personal y colectivo condicionan fuertemente las actitudes y comportamientos colectivos".⁶⁹

Maternidad y paternidad

El ser madre o padre implica estar dispuesto a emprender un proyecto vital educativo, implica adentrarse de forma personal y emocional. Todo inicia con la transición a la maternidad y la paternidad, donde ya no se es más un hijo o una hija, sino que ahora se asume el papel ya sea de madre o de padre, lo cual en los matrimonios y en la familia actual resulta difícil por las diferencias en cuanto los valores, los hábitos y las costumbres que se tuvieron en la familia de cada una de las personas que forman la pareja. Continúa con la crianza y la socialización de los hijos pequeños, luego con el sostenimiento y apoyo de los hijos adolescentes, luego con la salida de los hijos del hogar, y de nuevo al encuentro con los hijos mediante los nietos.

La maternidad y la paternidad también implica actuar con los hijos, encausar sus comportamientos, procurarles satisfacciones y ayudarles a ser fuertes ante las dificultades, apoyarles, impulsarlos, ponerles límites a sus deseos. Estas funciones suponen el cuidado y la atención de la propia descendencia. La necesidad de cuidado y atenciones plantean a los adultos nuevas exigencias. En este sentido, los padres educan a los hijos, pero también los hijos educan a los

⁶⁹ RODRIGO, María José. Op. Cit. p. 95

padres. "Los padres conforman el contexto de desarrollo de los hijos al construir los entornos de actividades, rutinas culturales y prácticas en las que éstos participan".⁷⁰

El potencial de la maternidad y la paternidad depende del grado de compromiso con el hijo o los hijos en el manejo de recursos y actividades que permiten cubrir las distintas necesidades de los hijos, el cuidado y la provisión de apoyo emocional. "Los progenitores juegan un papel fundamental en la configuración de la vida cotidiana mediante el estilo de relación que mantienen con sus hijos y el clima familiar que promueven".⁷¹

¿Qué es una familia feliz?

Si en este momento nos preguntan por una familia feliz, es posible que imaginemos una familia que vive en armonía, donde la madre y el padre se entienden, donde los hijos son amigos y confidentes, donde los hijos obedecen a los padres, donde todos desempeñan las mismas labores, pensamos que vivir bien es vivir uniformes, ser iguales a los otros, que si el padre dice: el día de hoy quiero enchiladas rojas, los hijos y la esposa aunque no las quieran se callan y comen, o donde los hijos quieren ver la televisión toda la noche mientras los padres y demás hermanos se aguantan. Para muchos la armonía es quedarse callado, de esa forma nunca habrá pleitos.

Una familia feliz antiguamente fue la que se reunía con todos sus miembros ante la mesa y compartían lo poco o mucho que tenían en ese momento. Actualmente se suele decir que no existe una familia feliz debido a las diversas actividades que realizan cada uno de sus miembros, pues la mayor parte del

⁷⁰ RODRIGO, María José. Op. Cit. p.264

⁷¹ RODRIGO, María José. Op. Cit. p. 75

tiempo lo comparten en el trabajo o en la escuela y en el casa o el hogar sólo se reúnen en escasas ocasiones, incluso, ya no se reúnen ni siquiera a ver la televisión pues cada miembro tiene un televisor propio en su habitación.

¿Hasta que la muerte nos separe? El divorcio

Un enunciado conocido por todos nosotros "Hasta que la muerte nos separe" ha sido una frase que se ocupa cuando se unen dos personas, mediante el matrimonio, ya sea civil o religioso, o simplemente cuando dos personas dicen amarse. "A principios del Siglo XX , la esperanza de vida de una pareja apenas era superior a los 10 años".⁷² Sin embargo, en la actualidad es tan sencillo conjugar el verbo divorciar, lo escuchamos en todos lados, se divorcian los amigos, los hermanos, los primos, los padres, los abuelos, los vecinos, las tías, las comadres, en fin, es tan común en nuestros días escuchar que alguien se encuentra en trámites de divorcio. Años atrás el verbo que se prefería conjugar fue el verbo aguantar y aún es aceptado. Sin embargo, en las últimas décadas la vida familiar se ha visto afectada por las disoluciones conyugales ya sea por separaciones, divorcio o viudez.

Las principales causas del divorcio y la separación se relacionan con la crisis de valores, la inestabilidad familiar y una mayor fragilidad ante las dificultades de los primeros meses de unión o de matrimonio. Las familias jóvenes al encontrarse en contexto donde la falta de valores y las nuevas responsabilidades están expuestas, especialmente en los primeros años de matrimonio, a ciertas dificultades como las comunes que provienen de la adaptación de costumbres, hábitos, las preferencias, y todas aquellas comodidades que ahora tienen que compartir con la pareja, en resumen, un estilo de vida diferente al que cada uno tenía en su ambiente familiar y de todo el ambiente que se desarrollo antes de vivir juntos, ya sea casados o no.

⁷² SOLIS PONTÓN, Leticia. Op. Cit. p. 45

Por otro lado, el éxito o el fracaso para preservar el vínculo de el matrimonio tiene que ver con la fidelidad, el respeto y el aprecio mutuo; así como con la tolerancia y comprensión en la persona que se eligió como pareja.

4.2 LA FUNCIÓN DE LA FAMILIA

La función de la familia no se limita únicamente a la procreación y crianza de los hijos, sino que, es la iniciadora de la socialización, en gran medida ayuda en la formación de la personalidad de cada uno de sus miembros dentro de el contexto socio-cultural. Dando con ello bases para relacionarse en un futuro con otros sujetos, primero en la escuela, con el resto de la familia (primos, tíos, abuelos, etcétera.), con los amigos y posteriormente en la actividad laboral.

En la familia existen relaciones duraderas entre padres e hijos, en donde se llevan a cabo funciones específicas como la de proteger, educar y socializar. Cada miembro de la familia tiene un papel determinado, constituido por la suma de funciones que resulta de la estructura familiar, por lo que, cada quien aporta para el cumplimiento de su función familiar la imagen que de esa función ha alcanzado su experiencia.

El satisfacer sólo las necesidades básicas no garantiza un desarrollo pleno del hombre, este se complementa con la experiencia de unión, en un principio representada por la unión de la madre con el hijo posteriormente se refleja en la identidad del individuo en unión con la familia. Las principales funciones que la familia tiene son: la económica, la educativa y la afectiva.

Función económica

Anteriormente mencionamos el importante papel de los padres en la dinámica familiar. Actualmente los roles, tanto de la mujer como del hombre se siguen modificando en dirección a un mayor igualitarismo. Uno de los cambios que mayor relevancia ha tenido se relaciona con el aporte económico que hace la mujer, al incorporarse al mundo del trabajo extradoméstico.

Roles económicos

- * **Proveedor.** En ocasiones al padre se le otorga este papel, incluso en algunos momentos se ve al padre como el que da lo necesario para sobrevivir, sin importar demasiado lo que pueda aportar a la formación de los hijos y al pleno desarrollo de la familia.
- * **Administrador.** La madre cumple este papel muy bien, pues es la que ocupa el dinero en lo que es más necesario para los hijos y para la familia, procura que no falte lo necesario en casa.
- * **Contribuyentes (hijos u otros).** Los hijos llegan a contribuir en el gasto de la casa, dan para sus alimentos, algunos impuestos o simplemente trabajan para sostener sus estudios o sus gustos.

Función educativa

Además de emprender el contexto familiar, los progenitores juegan un papel elemental en la configuración de la vida habitual mediante los vínculos que mantienen con sus hijos y el mismo clima que promueven. "La educación es un

proceso fundamental en la vida social por ser el que define la forma en que los individuos se relacionan con los grupos en los que vive. Este es un proceso que comienza en el momento en que nace y finaliza al morir”.⁷³

La educación es una función muy importante, en donde la formación debe ser armoniosa y equilibrada en la manera de lo posible. Es necesaria una educación donde el niño, el adolescente, el joven y el adulto pueda construirse desde los primeros días de su vida de una forma completa, donde no se le da más importancia a la armonía física, dejando de lado la intelectual o viceversa, sino dando un espacio y lugar a cada una de las partes que lo integran como individuo. “En la familia se aprenden aspectos básicos para el desenvolvimiento en la vida como son los hábitos higiénicos, la expresión de sentimientos, los valores en los que se fundamentará el ser social, el comportamiento según el sexo y la edad, los diferentes roles que haya que cumplir socialmente y una amplia variedad de habilidades y conocimientos”.⁷⁴

Función afectiva

Los fines antes mencionados son básicos para el desarrollo de la personalidad y dependen en gran medida de la estructura individual de cada familia. Esto significa que la conformación de la familia determina las formas de conducta que se requiere para los que se desempeñan, el rol de esposa, esposo, padre, madre e hijo. La maternidad y la paternidad adquieren un significado específico sólo dentro de la estructura de grupo; por consiguiente, la familia va a moldear la clase de personas que necesita para lograr sus funciones y en este proceso cada miembro llena las expectativas de rol y otras veces las alterna. “La auténtica educación, la que persigue la formación de la persona en sus más altos

⁷³ BARRIOS, Leoncio. Op. Cit. p. 17.

⁷⁴ BARRIOS, Leoncio. Op. Cit. p. 18.

valores, exige la máxima intimidad entre el educador y el educando, siendo por ello el ámbito familiar el más adecuado".⁷⁵

Todas y cada una de las personas que pasan periodos prolongados de tiempo con el niño o el adolescente, influyen sobre su imagen. Sin importar el rol que jueguen en la vida del sujeto. Por lo que los profesores, los amigos, la televisión, los parientes y todos los sujetos y medios con los que se convive diariamente juegan un papel muy importante en la identidad del sujeto por pasar tanto tiempo con ellos.

Una de las funciones principales en cuanto a la afectividad es la construcción de escenarios donde se cimienta a las personas adultas con una autoestima y un sentido pleno de sí mismas. Y gran parte de esta construcción se encuentra relacionada con los vínculos de afecto que se tiene en la niñez, con lo cual se derivan la confianza y la seguridad en sí mismo y en los demás que le permiten al niño tener mejores relaciones en su vida adulta.

La primera vinculación humana

Muchos de los acontecimientos más relevantes de nuestra vida no forman parte de nuestros recuerdos, porque sucedieron cuando no poseíamos capacidad de retenerlos conscientemente.

Uno de ellos es el nacimiento, por medio del cual llegamos al mundo y empezamos a crecer, formando parte de una familia. Nuestra vida depende por completo de los demás, siendo el hombre el ser vivo que tarde más tiempo en valerse por sí mismo.

⁷⁵ CASTILLO CEVALLOS, Gerardo. Los estudios y la familia. P. 15.

La primera relación que tenemos es con nuestra madre; ella forma, por así decirlo, todo el mundo del niño en los primeros años de su vida. Esta primera vinculación es importante ya que de ella depende, en gran parte, el que el niño llegue a ser alguien adulto, que se desarrolle íntegramente, tanto en el físico, al ir aumentando centímetro a centímetro su estatura, como en las cualidades de ser humano, con la madurez adecuada a su edad cronológica.

Lo que la madre desarrolla en los primeros años de vida del niño es un sentimiento de seguridad, por la relación de apoyo, de calor afectivo, de cariño, de alegría. Aunque a la madre que no tuvo esta relación de cariño para ella misma durante su niñez, le será dificultoso el proporcionarla, aunque no tiene que ser imposible el manifestar los sentimientos que no le fueron otorgados.

La falta de cariño y protección en los primeros años de vida, puede dar lugar a individuos pesimistas, que no pueden ver con claridad la manera de enfrentar alguna situación problemática, cualquier situación les parece que es lo peor que les ocurrirá. Otras veces llevan un sentimiento de fracaso y de temor inmenso de ser pioneros en alguna empresa, incluso en la propia carrera de la vida; tienen inestabilidad afectiva, cambian sus afectos con facilidad, sienten simpatía o antipatía por personas, dificultándoseles decir el por qué tienen este sentimiento hacia dichas personas.

Por otro lado el exceso de protección dificulta el camino de los niños, porque los hace tímidos, inseguros, excesivamente dependientes, faltos de energía e iniciativa. Esto se debe a que la madre los acostumbra a ser completamente dependientes. Por lo que es conveniente que en más de una ocasión se le deje correr el riesgo, para que, por sí mismo comprenda que hay que esperar más tiempo o tomar ciertas precauciones en determinados acontecimientos.

Entonces, en las primeras relaciones del niño con su madre han de ser de tal forma que vayan construyendo un ser humano libre, capaz de elegir, de tomar sus propias decisiones.

Imagen y relación paterna

La figura del padre en los primeros años de vida es tan importante como la de la madre y continuará siéndolo en años posteriores.

Así como el padre y la madre colaboran para transmitir vida al hijo, ambos deben estar presentes en el crecimiento y educación.

El niño incluso antes de aprender a hablar, graba en su mente la presencia del padre. En los primeros años de vida ve al padre como un gigante, como un héroe capaz de realizar y superar cualquier hazaña, por difícil que ésta sea. Cuando el padre sabe ser amigo de su hijo dándole confianza, le proporciona uno de los motivos más grandes de felicidad que se puede tener en los primeros años.

Las buenas relaciones entre el padre y sus hijos producen seres humanos con plena seguridad en sí mismos, con un espíritu de lucha, con sentido de responsabilidad, con deseo de servicio a los demás, con carácter firme. Será difícil que se revelen, porque nunca se hizo con ellos un abuso de autoridad; será difícil que sean violentos, déspotas, intolerantes, cobardes o inseguros.

No es posible que el padre, por las ocupaciones propias del trabajo, éste presente en el hogar por muchas horas, sin embargo puede compensar el poco tiempo que convive con sus hijos, con el modo en que viva con ellos durante esos ratos en que los acompaña. Más vale calidad que cantidad.

Aunque es tristemente irónico que a veces se identifique la figura paterna con el señor que trae el gasto para que puedan comer, vestirse e ir a la escuela. También se ve como el señor que viene a desquitarse en casa de los problemas ocurridos en el trabajo o que llega sólo a castigar a los que se portaron mal durante el día.

Escuchamos decir tantas veces y en diferentes lugares "parece que fue ayer cuando aprendieron a caminar" y muy pronto nos damos cuenta que son seres con una personalidad propia, que corren por su propio pie y piensan por sí mismos. En un momento que parece repentino, los padres se dan cuenta de -lo bueno o lo malo- lo que se hizo en la infancia. Más de una vez se quisiera regresar cada día del calendario y poder enmendar todos los errores cometidos que aparecen reflejados en los adolescentes como con un vidrio de aumento.

La relación fraterna

La relación que el niño mantiene con sus padres es de forma "vertical", es decir, no de igual a igual sino de dependencia ante la autoridad. En la primera etapa el niño busca el calor y el cuidado de la madre y el apoyo y seguridad que le brinda la fuerza del padre. Con sus hermanos el niño comienza a vincularse a un "mismo nivel"⁷⁶, las cuales le permitirán formarse para que en el futuro pueda desenvolverse en su sociedad, manteniendo relaciones humanas equilibradas. Sin embargo, la formación de estos vínculos en la época de la adolescencia, no siempre es fácil.

⁷⁶ Al hablar de un mismo nivel hablo de la relación que mantienen entre ellos, como hijos y como hermanos. Sin ser necesario que tengan el mismo rol o desempeño dentro de la familia, puesto que son individuales y depende en gran medida de el número de hermanos y la posición que entre ellos ocupan. Puede ser el mayor, el menor o el sándwich y con la posición que ocupa también tiene cierta autoridad sobre sus hermanos. Sin embargo siguen siendo hijos y hermanos.

Al nacimiento del hermano surge en el mayor una sensación de competencia. Antes era el solo quien atraía los cuidados, los cariños y la atención de los padres. Ahora siente que lo han abandonado porque se ocupan del recién nacido. Entonces pueden ocurrir ciertos cambios en sus conductas. Se vuelve agresivo, introvertido y desarrolla mecanismos de defensa que dan a su carácter una etiqueta de negatividad. Trata de parecer "malo" como una respuesta al abandono en el que al parecer lo mantienen sus familiares; busca hacerse notar mediante acciones desagradables que atraen la atención: grita, hace berrinches, da puntapiés, muestra la lengua, rompe objetos, etcétera.

Una situación así puede traer como consecuencia desajustes en las relaciones humanas del hombre ya maduro. Son las provocadas por la imagen fraterna que el niño se formó en esa remota época de su vida. Partió, para formar estas relaciones, de un principio de competencia, de ataque y de defensa, que el tiempo fortalece y que puede llegar a producir un carácter insociable y hasta peligroso.

El aceptar a los hermanos ayudará a cimentar lo que en la adolescencia será la amistad y el sentido de cooperación. "Una de las características de las relaciones entre hermanos es su carácter de continuidad a lo largo del ciclo vital del ser humano. Una vez abandonado el hogar de los padres, los hermanos siguen compartiendo los acontecimientos significativos de la vida".⁷⁷

A estas primeras relaciones que el niño experimenta de igual a igual (entre hermanos), siguen las relaciones con los compañeros en la escuela infantil. También estas relaciones contribuyen en la formación de la personalidad ya que las amistades son de gran interés en los chicos. Con lo anterior podemos ver la

⁷⁷ RODRIGO, María José. Op. Cit. p.251

importancia de la convivencia infantil. Cuando se carece de ella por falta de hermanos es preciso sustituirla con la presencia de otros niños.

Como ya mencionamos, la relación fraterna, así como la que el niño tiene con su madre y su padre, formarán la base de su carácter. No sólo tiene una proyección moral, sino total en el individuo futuro. "El punto fundamental aquí es el papel de la familia en cuanto inductora del conformismo, la normalidad mediante la socialización del niño. Educar a alguien es llevarlo fuera y lejos de si mismo".⁷⁸

Expresar los sentimientos

Anteriormente hablamos de la importancia que tiene el hecho de saber identificarlos sentimientos y la primera formadora de sentimientos es la familia, es en ella en la que compartimos, intercambiamos, aprendemos, peleamos, discutimos, es en ella donde nuestros sentimientos se construyen y nos dan pauta para la construcción de la identidad.

⁷⁸ COOPER, DAVID. La muerte de la Familia. p.13

4.3 LOS HIJOS: PROYECTO DE VIDA

Formar a los hijos es sencillo... pero no fácil

Desde los abuelos hasta los padre comentan sobre la difícil tarea de educar, pues no existe aún una escuela donde te enseñen realmente a ser un padre, simplemente es la práctica la que hace al padre y a la madre. Mediante las experiencias los seres humanos aprendemos sobre la diversidad de factores que rodean el contexto individual.

Cuando nace uno de los hijos sería fabuloso que viniera con instructivo para saber que hacer, por si llora apriete el botón azul, si tiene hambre comenzará a gritar "tengo hambre", si usted ve que su hijo le llama con la mano derecha es porque quiere dormir y con la izquierda es porque quiere ir al baño. Simplemente sería de lujo, poder recibir un instructivo como el de la licuadora, la plancha o la lavadora, saber que necesitan o quieren los hijos e inmediatamente saber que botón apretar para solucionar el asunto. Sin embargo, aunque al nacer las enfermeras y los médicos entregarán dicho instructivo, sería de lo más compilado por la simple razón de que cada uno de los seres humanos son únicos e irrepetibles y por más que se parezca un hijo a otro física o intelectualmente son únicos y nunca tendrán ni las mismas acciones ni reacciones, mucho menos los mismos botones.

Por tanto, la educación de los hijos es en muchas ocasiones una misión titánica, sin embargo, en la actualidad existen algunos centros educativos conocidos como escuelas para padres de familia donde, si bien no se les entrega el maravilloso instructivo, si se les dan bases y herramientas para tener una mejor convivencia con los hijos. Y ciertamente, habrá cosas en las que siempre se tenga que "experimentar", pues nunca se sabe como va a reaccionar el otro.

La educación del carácter: trabajo en equipo

Educar a los hijos siempre ha sido una tarea difícil, se discute mucho sobre cuál es la mejor forma de hacerlo. Si se les instruye demasiado son sobreprotectores; si se les protege demasiado son asfixiantes; si los padres dan demasiadas órdenes, son controladores; si actúan con demasiados apapachos, son consentidores e indulgentes.

No hay ningún padre que no haya sentido en algún momento el deseo de golpear a su hijo por sus actos. Sin embargo, el amor debe vencer siempre los sentimientos de furia e impotencia, que muchos niños tienen la destreza de despertar en sus progenitores. Educar con estímulos y no con críticas permite al ser humano reconocer sus propias fallas y al mismo tiempo le impulsa y motiva en próximas tareas. Concentrarse en todo lo que se hace bien permite elevar la autoestima y tener una visión positiva centrada directamente de forma personal. Señalar los errores cuando realmente es indispensable. Hacer notar que se critica sólo la actitud y mala conducta, y no a él, a quien sigue amando como siempre. "Algunos padres crean un ambiente de supervisión al vigilar e inspeccionar constantemente la conducta y las actividades de sus hijos, aunque sólo sea en su mente".⁷⁹

Los padres discuten con el hijo adolescente e intentan corregirlo mediante castigos y regaños, con lo que el adolescente va haciendo todo aquello que les pueda disgustar a sus padres, hace todo aquello con lo que pueda atraer la mirada de sus padres; en ocasiones sin pensar en las consecuencias que pueden tener sus actos. Incluso, recurriendo a un discurso catedrático de la vida, sería un tanto complicado llamar la atención del adolescente. Los padres logran mayor influencia

⁷⁹ MURPHY, Gloria y MERKUR S. Annette. Alto. Ya no me traten como a un niño. p.10

sobre un adolescente, mediante su comportamiento congruente, entre lo que se dice y lo que se hace. Cuando el adolescente escucha a los padres no le es suficiente lo que ellos le digan, para él es muy importante lo que logra escuchar con los ojos, el adolescente esta observando las actitudes y los comportamientos de los padres y, cuando se trata de defenderse, entonces puede hacer referencia a actitudes que los padres tienen o tuvieron en determinados momentos: "¿A poco nunca lo has hecho?", "Siempre dices lo mismo", "Tu también siempre lo haces", "¡Acuérdate!", "Eso fue en tu época", "No pasa nada", "Ellos si son mis amigos", "¿Y tu qué sabes de mi vida?" y un sin fin de comentarios que puede hacer el adolescente cuando tiene que sacar la garra.

Lo primero que deben reconocer los padres cuando tienen su primer hijo es que se enfrentan a una de las tareas más complejas del mundo: la educación de un ser humano, para la cual nadie los preparó en forma adecuada. Y sobre todo que es una tarea en equipo, es una tarea de dos y no sólo de uno de ellos.

Al planear la educación de sus hijos, los padres deben aceptar otras realidades, además de la anterior, como: Los padres son seres humanos, de ahí su irremediable imperfección. Cometan errores e injusticias con sus hijos, pierden la paciencia y no siempre tienen la constancia que requiere una buena disciplina; pero esto no significa que sus errores sean irreparables ni que con ellos dañen a sus hijos. Se debe educar sin angustias y sin sentimientos de culpa.

Cada niño es diferente y, por tanto, requiere distintos grados de disciplina y atención; de cualquier forma debe ser flexible y adaptarse a las necesidades educativas del infante. Si los hijos se sienten y se saben amados intensamente será fácil educarlo. No es verdad que se eche a perder por exceso de amor. Se hace por cariño mal entendido y mal aplicado, no limite su atención.

Con mucho amor y un poco de buena voluntad cualquier hombre o mujer puede convertirse en buen padre o madre, la disciplina y educación deben iniciarse desde el día en que nace el niño. Sin embargo, nunca es tarde para empezar, y mucho menos para enmendar errores que se cometieron en el pasado.

4.4 ENCUENTRO INTERGENERACIONAL

El encuentro intergeneracional con los abuelos y ancianos amplía el horizonte vital que permite viajar en el tiempo pasado —con las experiencias de los abuelos- y hacia el futuro —con la generación de los hijos y nietos-.

En la familia actual, donde la mayor parte del tiempo los padres lo dedican al trabajo, son los abuelos los que pueden ayudar en la tarea de educar a los nietos, ya sea de una forma directa o indirecta. Los abuelos pueden ayudar indirectamente cuando apoyan emocionalmente a los hijos en sus roles de maternidad y paternidad, les dan consejos, los escuchan, etcétera. Mediante el tiempo que comparten a través del diálogo intergeneracional los nietos progresivamente construyen sus valores, diferentes a los de los padres por el propio contexto y es así como las estructuras de valores se hacen más elaboradas y ricas por la perspectiva de generaciones mezcladas.

Los abuelos y los ancianos son confidentes y amigos para los adolescentes, cuando se tiene alguna dificultad con los padres o con los maestros es con los abuelos a los que se les cuenta la mayor parte de las cosas quizá porque siempre están dispuestos a escuchar y a dar consejos de acuerdo con las vivencias

4.5 COMUNICACIÓN INTRAFAMILIAR

¿Qué es la comunicación?

La comunicación no solamente es una forma de expresión, ha sido desde siempre una necesidad del ser humano, una capacidad que supone un ser tolerante con el otro. En la medida en la que nos comunicamos, nos reconocemos como personas capaces de convivir con los otros, de aceptar a los demás.

Aprendemos a hablar oyendo, y con el paso del tiempo ya no es posible ir por la vida haciendo lo que hacen los demás, necesitamos comunicarnos de formas diversas, por lo que se dice que es complicado poder comunicarse. "La comunicación es una ciencia: se aprende poco a poco, se desarrolla con la práctica, cuando se logra es el fruto de la perseverancia, a veces supone tropiezos y dificultades".⁸⁰

La comunicación es como una pintura, donde el artista nos transmite cierta información, donde nos deja ver sus creencias, su forma de percibir la realidad, donde manifiesta sus sentimientos y los pensamientos que en ese momento caminaban en su vida, al igual que el artista y su obra concluida, cuando nos comunicamos corremos el riesgo de ser rechazados o de ser aceptados. Corremos el riesgo de escuchar críticas, tanto constructivas como destructivas, donde las críticas serán dadas desde otro contexto, desde otro mundo, desde el mundo del otro. Hoy por hoy la comunicación sigue siendo una aventura que se presenta en todos los momentos de la vida.

⁸⁰ Franco Cuartas G. Elena. Op. Cit. p.14

Además de la comunicación escrita y oral nos comunicamos por medio de gesticulaciones, el tono de la voz, posiciones corporales, buscamos la manera en la que se escuchan mejor las palabras, incluso en ocasiones se busca el lugar y el momento para decir ciertos comentarios o ciertas palabras. Nuestra forma de comunicarnos varía dependiendo del momento, de la persona con la que nos comunicamos y también de la reacción que mi comunicación provoca en el otro.

Comunicación frente a la incomunicación

La comunicación es pues el acto de entregarse, de donarse, cuando saludamos a alguien esperamos que esa persona conteste nuestro saludo, si alguien nos estrecha la mano espera cierta reacción de nosotros, cuando alguien pregunta algo, espera respuesta de la otra persona y no esperamos una respuesta o una contestación negativa, esperamos una respuesta que nos motive a seguir comunicándonos. Si la idea de compartir es rechazada aparece entonces la incomunicación, que es cuando no hay respuesta del otro, cuando se da un desierto interno (aislamiento, silencio, soledad).

Un medio importante para lograr un nivel alto de autoestima es la comunicación interpersonal. En este mundo donde la capacidad de comunicarse efectivamente es cada vez más necesario, la reflexión de la comunicación es, paradójicamente escasa. A diario presenciamos situaciones donde, al no haber una buena comunicación surgen los problemas para negociar y llegar a algún acuerdo.

Frases comúnmente dichas por los niños al preguntarles el porque no hablan en sus clases: "para que voy a hablar, si nunca me escuchan", "no le gusta lo que le digo, no quiero decirle nada", "siempre digo las cosas mal", "es que no se hablar como ella (el) quiere", etc.

Con las frases anteriores podemos ver la inseguridad que los niños tienen para poder comunicarse con sus profesores y esto es lo que en más de una ocasión llegó a impedir la comunicación. Anteriormente decíamos que la comunicación nos debe hacer sentir felices y si la comunicación no produce esa satisfacción de la que hablábamos, entonces se presenta la incomodidad, la inseguridad en cuanto a los otros y peor aún la perdida de confianza en uno mismo y queramos o no son barreras que impiden una comunicación.

Las condiciones familiares, sociales e institucionales que se tienen para un desarrollo íntegro, en la mayoría de las ocasiones deterioran y perforan la estructura escolar, muchos de estos niños llegan a desertar de sus estudios, por condiciones que en la mayoría de los casos están fuera de su alcance; en este caso concreto, la comunicación desde siempre ha sido necesaria para que los seres puedan tener una mejor relación, sólo que no todos sabemos hablar, puesto que tenemos diferentes idiomas en nuestra sociedad y es un tanto más complicado poder llegar a un punto medio donde la comunicación sea equitativa para todos y para cada uno de los niños. Es necesario tomar en cuenta la forma de comunicación que cada uno tiene y con la cual ha vivido y muchas veces sobrevivido.

4.6 AMBIENTE FAMILIAR Y PERSONALIDAD

La dinámica familiar es un factor importante para la construcción de la autoestima. El medio ambiente, las buenas relaciones familiares son fundamentales para el desarrollo adecuado de la autoestima alta; es en la familia en donde se aprende o no la motivación para lograr algo, en donde se puede descubrir cuan valioso se es, donde se aprende a compartir algo de sí mismo a los demás, por tanto, se encuentra un sentido más pleno de la vida; es donde se puede fomentar una sana competencia.

La buena autoestima de los niños y de los adolescentes requiere de adultos (padres, familiares, profesores, etcétera.) que también tengan un alto nivel, entre más positivo sea lo que se le da a un niño, mejor será su desarrollo emocional para su vida futura.

Es en la familia en donde aprendemos a ser humanos. Dentro de el primer lugar de socialización se realizan diversas actividades mediante las cuales se alcanza un nivel más alto de autoestima -realización personal-. Con el siguiente esquema, intentamos representar el proceso educativo que dentro de la familia tienen los integrantes para alcanzar una realización personal.

El estudio de la familia nos brinda una base real para la acción educativa. Puesto que no se educa de igual manera en una familia que en otra, e incluso dentro de una misma familia no se educa de igual forma a un hijo único, al mayor, al sándwich o al menor, al único hombre o a la única mujer. De esto depende en gran medida las relaciones en el entorno familiar, de acuerdo con la educación individual, de acuerdo con la autoridad que enfrentan de forma personal, la participación y la colaboración, el liderazgo, las responsabilidades que tiene cada quién en casa.

Desde la pedagogía es necesario llevar al educando a desmasificarse, es decir, llevarlo a ser una persona íntegra, capaz de pensar y actuar por sí misma, defenderlos del ambiente manipulador que los rodea y todo esto mediante el conocimiento de la historia individual, la cual comienza en la familia.

5. PROPUESTA DE TALLER PARA ELEVAR NIVELES DE AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES DE 14 A 20 AÑOS.

5.1 PRESENTACIÓN

La "Propuesta de Taller para Elevar Niveles de Autoestima" es el resultado del conjunto de varios factores. En primer lugar una preocupación personal de una epidemia de la deserción escolar, uso de drogas y embarazos prematuros que frecuentemente se presenta en los adolescentes. También la urgencia de que la autoestima ocupe su lugar en el desarrollo pleno de los adolescentes. En suma, la necesidad de poner recursos pedagógicos de investigación y capacitación en manos de aquellos que se sienten motivados para participar en beneficio de la comunidad en general y concretamente de los adolescentes y jóvenes.

El uso de nuevas estrategias útiles, en tiempos como los actuales, en los que una marea muere los valores, donde existe una competitividad salvaje, donde un desajuste social y familiar invade y amenaza nuestros ambientes. Ante tal derrumbamiento y deterioro se necesitan instrumentos, métodos y herramientas que permitan encontrar una forma de vida más digna, más humana.

El taller está dirigido a los adolescentes que necesitan un impulso para elevar su nivel de autoestima, para vivir con calidad; a los que necesitan un impulso para el reconocimiento de la propia persona y en general a todos aquellos que pretenden encontrar veredas y caminos para conocerse a sí mismos. Puede ser útil para los adolescentes que necesitan orientaciones y soluciones ante dificultades de este periodo de sus vidas.

Una buena dosis de autoestima es uno de los recursos más valiosos del que puede disponer un adolescente. 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. Y lo que es más, si el adolescente termina esta etapa de su vida con una autoestima fuerte y bien desarrollada podrá entrar en la vida adulta con buena parte de los cimientos necesarios para llevar una existencia productiva y satisfactoria.

5.2 OBJETIVOS

La propuesta de actividades que exponemos a continuación va dirigida a los adolescentes de 14 a 20 años y su objetivo principal estaría en desarrollar la autoestima o incrementarla. Pues la autoestima puede ser aprendida y reforzada.

El principal objetivo de "LA PROPUESTA DE TALLER" es mejorar la autoestima en los adolescentes, su relación consigo mismos, su colegio (pares y profesores) y su familia, por lo tanto se pretende que los adolescentes: Mejoren su autoestima, mejoren su comunicación, incrementen su creatividad, que tengan respeto por sí mismos y hacia los demás.

5.3 METODOLOGÍA

La propuesta de Taller para Elevar niveles de Autoestima consta de 13 sesiones de aproximadamente 90 minutos semanales cada una de ellas, los adolescentes participan en una o varias actividades de dinámica grupal propuestas y explicadas por el facilitador.

En el tiempo establecido se aplican diversos ejercicios o dinámicas para que el adolescente alcance los objetivos establecidos para el taller. Mediante las dinámicas y ejercicios se llega a una reflexión grupal y personal. Los objetivos y contenidos giran alrededor de tres núcleos fundamentales, que constituyen el centro de interés de todo adolescente: la persona, el grupo de pares y la familia. Dichos núcleos serán acompañados por una metodología activa.

El primer núcleo se trata de alcanzar a través de objetivos concretos. Se pretende que el adolescente reflexione sobre su propia identidad, el conocimiento de sí mismo -evolución psicológica, social, moral, religiosa, sexual, etcétera.-, las esclavitudes a que está sometido y las características básicas de la persona humana.

El segundo núcleo se refiere al grupo. Se intenta profundizar no sólo a base de la continua experiencia grupal del Taller, sino también a través de la reflexión activa y dinámica de los objetivos correspondientes.

El tercer núcleo es el de la figura de la Familia. Se parte de un preámbulo, que trata de hacer ver que el formar parte de una familia, no es cosa de niños, sino de hombres que maduran con el paso de los años.

Los objetivos de cada sesión se encuentran ordenados según la presentación de las dinámicas que se presentan en la sección de actividades.

En cuanto a la forma de evaluar el Taller se tendrá un cuaderno general donde cada sesión se podrá evaluar el trabajo de los adolescentes y al mismo tiempo permite apreciar los núcleos en los que se necesita reforzar un poco más. El cuaderno general permite al facilitador descubrir aquellos puntos de mayor interés para el adolescente y aquellos en los que se debe reforzar el conocimiento.

Pasos básicos para aplicar el taller de autoestima

Leer cuidadosamente toda la propuesta

Es indispensable la lectura completa de la Propuesta de Taller. Con ello el facilitador tendrá los conocimientos básicos y necesarios para conducir y llevar a cabo con éxito cada una de las sesiones. Además de la lectura, la revisión de la Propuesta de Taller le permitirá conocer los materiales que se emplearán en cada sesión y en algunos casos acondicionar el lugar de una forma más apropiada para no verse en la necesidad de improvisar en último momento.

Formar el grupo e Invitación al Taller

Convocar a un grupo⁸¹ de adolescentes con los que se va a trabajar posteriormente. Se hace una invitación a todos aquellos que se encuentren en el rango de edad. Hay que tener cuidado de que el número de participantes no sea menor de 10 ni mayor de 20. Al formar el grupo tener en cuenta los posibles horarios en los que se pueden reunir y los requerimientos de parte de los participantes.

La convocatoria al taller se puede hacer mediante volantes, carteles o de forma directa a cada uno de los adolescentes, como lo hicimos en el desarrollo de este primer taller. Después de la invitación a participar en el taller habrá algunos que ya no regresen aunque, generalmente entre los mismos adolescentes se mueven a invitar y para las siguientes sesiones llegan integrantes nuevos.

Presentación del programa

En la primera sesión se presenta el programa y se explica a grandes rasgos en que consistirán las sesiones, cuál será la participación de cada uno de los miembros del grupo, tanto del facilitador como de los adolescentes.

Se presenta la forma de trabajo que se llevará a cabo durante las sesiones y se llegarán a algunos acuerdos de participación y orden dentro de dichas actividades.

⁸¹ Defino la palabra grupo como un conjunto limitado de personas, que tienen comunicación directa –cara a cara-, que tienen normas comunes para todos, se reúnen frecuentemente, además tienen un objetivo en común y lo comparten.

Evaluación constante y permanente

Al final de cada sesión el facilitador da la señal para que los adolescentes puedan expresar lo que aprendieron en esa sesión. El animarles a expresar sus sentimientos en una frase es indispensable, ya que ello les permite sintetizar sus pensamientos. Las frases se registran en el cuaderno y el espacio correspondiente a cada participante. Lo cual se explica de una mejor manera en el desarrollo de la primera sesión.

Además en la última sesión el facilitador mostrará al grupo los resultados del cambio de sus propias actitudes. Los cambios se presentarán de acuerdo con las áreas consideradas, haciendo énfasis en los incrementos positivos. En cambio en las áreas en las que no se obtuvo algún cambio, no se hará hincapié, ya que con el Taller para elevar niveles de autoestima se busca que el adolescente descubra su lado positivo.

Planear con el grupo algunas sesiones

Durante el Taller habrá algunas sesiones en las que se solicite la participación del grupo fuera del área de trabajo, por ejemplo que decoren su hijo huevo, que consigan algunos materiales de reciclaje e incluso que consigan algunas fotos familiares -entre otras-, por lo tanto, es conveniente plantear el trabajo de grupo que se llevará durante el Taller.

También se planeará junto con los adolescentes la última sesión. Puede ser un día de campo, un paseo o en su defecto hacer la sesión en un parque o jardín que se encuentre cerca. El lugar debe ser un espacio abierto donde se pueda tener

un contacto directo con la naturaleza y al mismo tiempo convivir con los compañeros del Taller.

5.4 EL FACILITADOR, PIEZA CLAVE.

Funciones del facilitador

Para el desarrollo y el éxito del Taller para elevar niveles de Autoestima es de suma importancia que el facilitador, tenga interés y gusto por el trabajo con adolescentes. Pues el trabajo con adolescentes implica una gran responsabilidad y fidelidad, es un trabajo de paciencia y amor, y, no a todas las personas les agrada trabajar con ellos, entonces, si por algún motivo la persona que quiera ser el facilitador no tiene estas características es recomendable que se piense en otra. Una regla que el facilitador debe seguir siempre, es no ser agresivo con el grupo, aun cuando alguno de los chicos presente una actitud negativa el facilitador no podrá agraviarlo.

El facilitador ante todo es un líder del grupo, que encamina el trabajo de cada sesión, dando las instrucciones necesarias sobre las actividades que se realizarán y lo suficiente claras para que todo el grupo las ejecute.

También es importante que desde el principio de el Taller se acuerden normas y reglas dentro del grupo, las cuales permitirán un mejor desempeño en el trabajo. Es necesario explicar que las normas acordadas por todos no son negociables como son los horarios para las sesiones y las conductas hacia los otros.

Por otro lado es muy importante la comunicación, la cual conduce el facilitador, es decir, una de las funciones propias de el facilitador es conseguir que los adolescentes se sientan cómodos, en un ambiente de confianza, lo cual permitirá trabajar con los aspectos más profundos y sensibles de cada uno. El facilitador debe ser discreto y prudente para no forzar a ningún chico que no quiera participar, él animará para una participación voluntaria de cada uno de los miembros -aunque no lo logre en las primeras sesiones-. El facilitador también es el que da el orden a las participaciones de los adolescentes.

Procedimientos básicos para las sesiones

Como en todos los cursos y talleres, existen ciertos procedimientos que el facilitador debe tener hacia el grupo, para que éste marche de la mejor manera desde el primer encuentro hasta la última sesión.

Al iniciar cada sesión el facilitador debe recibir amablemente a los adolescentes, indicarles su lugar y proporcionarles su cuadernillo individual.

Dar un espacio (no mayor de 10 minutos) para preguntar sobre las vivencias de la semana y platicar un poco sobre el hijo huevo, comentar algunas de las actividades que llevaron a cabo durante los días de la semana, en escuela, en la familia, con los amigos o en el trabajo.

El facilitador dará el nombre de la sesión y las actividades que se van a realizar, procurando captar la atención de los participantes desde la presentación de las dinámicas a realizar.

En la mayoría de los ejercicios se solicita la participación en pequeños grupos, aquí el facilitador encamina la comunicación para una interacción positiva entre los adolescentes.

Pedir a los adolescentes anoten en el cuaderno general la frase o el comentario de esa sesión, para posteriormente poder evaluar el trabajo realizado en cada reunión.

Algo muy importante: No disponer del tiempo de los otros. Es decir, cada sesión debe iniciar y terminar a la hora acordada.

5.5 SESIONES

ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

SESIÓN 1. PRESENTACIÓN

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. BIENVENIDA	10 min.	* Tarjetas para gafetes.
2. ¿QUÉ ES UN TALLER?	10 min.	* Letreros de bienvenida y algunas frases de motivación (pueden ser posters).
3. PRESENTACIÓN DEL TALLER DE AUTOESTIMA	20 min.	* Revistas, tijeras, pegamento, cartulinas, hojas, marcadores, etc.
4. ¿QUIÉNES SON LOS OTROS?	15 min.	* 1 Caja de cartón * Cuaderno individual para cada participante.
5. EL BAÚL	20 min.	* Cuaderno de evaluación.
6. ENTREGA DE CUADERNOS INDIVIDUALES	10 min.	
7. PRESENTAR LA FUNCIÓN DE LA LIBRETA GENERAL	5 min.	
OBSERVACIONES: Pedir que asistan con ropa cómoda		

SESIÓN 2. ¿QUIÉN SOY YO?

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. EL ÁRBOL DE LA VIDA	25 min.	*Hojas blancas, papel kraf, marcadores, lápices, plumas, colores, tijeras, cinta adhesiva, tachuelas.
2. IDENTIFICAR MI FIGURA	35 min.	
3. EL PERSONAJE MÁS IMPORTANTE DE LA HISTORIA	20 min.	
4. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	
OBSERVACIONES: Pedir que asistan con ropa cómoda		

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

SESIÓN 3. MI AFECTIVIDAD

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. UN AMIGO ESPECIAL	20 min.	*Hojas blancas, lápices, plumas, fichas de frases y situaciones ejemplo, gises.
2. EL PEOR Y EL MEJOR MOMENTO DE MI VIDA	35 min.	
3. MIS SENTIMIENTOS	20 min.	
4. ENTREGA DE "HIJO HUEVO" TAREA.	5 min.	
5. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	
OBSERVACIONES: Pedir que asistan con ropa de su color favorito.		

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

SESIÓN 4. ¿VALORES?

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. ¿DÓNDE SE PONEN LOS HUEVOS? Y ¿QUÉ HICIMOS CON ELLOS?	5 min.	* Canasto para los huevos * Tarjetas con el personaje especificado.
2. LA NAVE Y LOS TRIPULANTES	35 min.	* Fichas con el significado de los colores.
3. MI COLOR Y MI PERSONALIDAD	25 min.	* Hojas blancas, lápices y una bolsa.
4. EL HIJO HUEVO	15 min.	
5. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	
OBSERVACIONES: Colocar un canasto sobre la mesa para que cuando lleguen los chicos puedan dejar a sus hijos huevo en ella. Cada semana debe estar la canasta, además dedicar un tiempo para preguntar cómo les fue en la semana con su hijo. Pedir que asistan con ropa cómoda		

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

SESIÓN 5. VIVIMOS EN SOCIEDAD

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. ¿DÓNDE SE PONEN LOS HUEVOS? Y ¿QUÉ HICIMOS CON ELLOS?	5 min.	
2. BOTELLAS DE ARENA	30 min.	*Canasta
3. CON TODAS LAS MANOS	30 min.	* Botellas y bote lleno de arena *Globos llenos de agua.
4. ESA ES MI FUNCIÓN	10 min.	* Tarjetas con los roles, tanto grupales como individuales. * Papelitos con el nombre de los "Hijos Huevo"
5. EL PADRINO/ LA MADRINA	5 min.	
6. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	
OBSERVACIONES: Pedir que asistan con ropa cómoda		

**TEMAS CON
FALLA DE ORIGEN**

SESIÓN 6. INTERACCIÓN PERSONAL Y DESARROLLO EN EQUIPO.

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. ¿DÓNDE SE PONEN LOS HUEVOS? Y ¿QUÉ HICIMOS CON ELLOS?	5 min.	
2. BAILE A CIEGAS	30 min.	* Grabadora, música, paliacates, pandero.
3. EL RUMOR	25 min.	* Hojas blancas y lápices.
4. ¿CÓMO TE QUEDO EL CUADRO?	15 min.	* Papelitos con el nombre de los "Hijos Huevo"
5. RIFA DEL AHIJADO	5 min.	
6. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	
OBSERVACIONES: Quitarse los zapatos y pedir una manzana para la siguiente reunión.		

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

SESIÓN 7. ¿PARA QUÉ IR A LA ESCUELA?

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. ¿DÓNDE SE PONEN LOS HUEVOS? Y ¿QUÉ HICIMOS CON ELLOS?	5 min.	* Canasta
2. EL CHICO EN EL JARDÍN	20 min.	* Historia del "Chico en el Jardín"
3. MI ESTRELLA	20 min.	* Hojas, lápices, plumas.
4. UN MUNDO SIN ESCUELAS	30 min.	* Manzanas, cuchillo.
5. RIFA DEL AHIJADO	5 min.	* Planisferios y un Almanaque
6. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	* Papelitos con el nombre de los "Hijos Huevo"
OBSERVACIONES: *Pedir fotos familiares para la siguiente reunión.		

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

SESIÓN 8. "MI FAMILIA NO ME ENTIENDE"

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. ¿DÓNDE SE PONEN LOS HUEVOS? Y ¿QUÉ HICIMOS CON ELLOS?	5 min.	*Canasta
2. ¿QUIÉN ES QUIEN?	15 min.	* Fotos familiares.
3. ENTREVISTA CON MI FAMILIA	30 min.	* Hojas, lápices, plumas.
4. MI FANTASIA: "CLONAR A MI FAMILIA" .	25min.	* Vestuario para la escenificación.
5. RIFA DEL AHIJADO	5 min.	* Papelitos con el nombre de los "Hijos Huevo"
6. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	
OBSERVACIONES:		

**TESIS CON
FALLA LE ORIGEN**

SESIÓN 9. AMISTAD Y NOVIAZGO

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. ¿DÓNDE SE PONEN LOS HUEVOS? Y ¿QUÉ HICIMOS CON ELLOS?	5 min.	*Canasta * Hojas, plumas, lápices, * Trono, alfombra. * Papelitos con el nombre de los "Hijos Huevo"
2. MI AMIGO (A) IDEAL	30 min.	
3. UN HOMENAJE	25 min..	
4. VAMOS A LA FIESTA	15 min.	
5. RIFA DEL AHIJADO	5 min.	
6. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	
OBSERVACIONES:		

TEJES CON
FALLA DE ORIGEN

SESIÓN 10. YO QUIERO, YO PUEDO

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. ¿DÓNDE SE PONEN LOS HUEVOS? Y ¿QUÉ HICIMOS CON ELLOS?	5 min.	*Canasta
2. EL DÍA SIN REGLAS	35 min.	* Diversos objetos que se puedan romper.
3. MI PROPIO MANUAL DE REGLAS	35 min.	* Tapetes, periódico, revistas, papel, cartón, pinturas, agua, tierra, plantas, aserrín, etc.
4. RIFA DEL AHIJADO	5 min.	*Hojas, crayones, lápices
5. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	plumas, marcadores, cartoncillo. * Papelitos con el nombre de los "Hijos Huevo"
OBSERVACIONES:		

TESIS CON
FALSA DE ORIGEN

SESIÓN 11. CREACIÓN Y CREATIVIDAD

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. ¿DÓNDE SE PONEN LOS HUEVOS? Y ¿QUÉ HICIMOS CON ELLOS?	5 min.	
2. UN PRODUCTO ORIGINAL EN EL MERCADO	40 min.	*Canasta
3. CRIMEN CON ACORDEÓN	30 min.	* Materiales reciclados (papel, botes, cartón, etc), tijeras, cutter, pegamento, pinturas, marcadores, hojas, lápices.
4. RIFA DEL AHIJADO	5 min.	* Papelitos con el nombre de los "Hijos Huevo"
5. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	
OBSERVACIONES:		

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

SESIÓN 12. EN BUSCA DE METAS

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. ¿DÓNDE SE PONEN LOS HUEVOS? Y ¿QUÉ HICIMOS CON ELLOS?	5 min.	*Canasta
2. LA LÍNEA DE LA VIDA	30 min.	* Huellas de pies, papel kraf,
3. UN LARGO VIAJE	20 min.	colores, marcadores, cinta adhesiva, crayones.
4. RIFA DEL AHIJADO	5 min.	* Papel para caja registradora.
5. TU OPINIÓN CUENTA	10 min.	* Papelitos con el nombre de
6. ¿LA ÚLTIMA SESIÓN?	20 min.	los "Hijos Huevo
OBSERVACIONES:		

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

SESIÓN 13. CÍRCULO DE CLAUSURA.

ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIAL
1. ¿DÓNDE SE PONEN LOS HUEVOS? Y ¿QUÉ HICIMOS CON ELLOS?	5 min.	* Canasta * Historia de el campesino y el crío de águila.
2. VUELO DE AGUILA	15 min.	
3. PASA LA CORRIENTE	15 min.	* Paliacates
4. ENTREGA DE HIJOS HUEVO	10 min.	* Cajas doradas (1 por participante)
6. CAJA DORADA	10 min.	
7. CONVIVENCIA	LIBRE.	* COMIDA

OBSERVACIONES: La última sesión se puede hacer en algún lugar abierto, donde los chicos puedan tener espacio para jugar y convivir, según lo hayan acordado en la sesión pasada o desde el principio del taller.

Al término de la última sesión el facilitador agradecerá la participación del grupo y se despide de ellos.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

DESARROLLO DE LAS SESIONES

SESIÓN 1

PRESENTACIÓN

Objetivos:

1. Presentar a los participantes el trabajo que se realizará en el "Taller para elevar los Niveles de Autoestima".
2. Que los participantes del Taller se puedan conocer entre ellos. Facilitar la comunicación.
3. Conocer lo que los adolescentes esperan del Taller.

Metodología:

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

1. BIENVENIDA

Antes de que lleguen los adolescentes el facilitador acondicionará el lugar con algunos mensajes de bienvenida y tendrá todo el material que necesite para la sesión. En cuanto llegan los adolescentes se les da la bienvenida y se les proporciona una tarjeta y un marcador para que ellos mismos elaboren su gafete. En la tarjeta no escribirán su nombre (al menos que ellos así lo quieran), se les recomienda que dibujen algo que los identifique, puede ser un dibujo o una palabra, lo que ellos prefieran. Ya que con lo que ellos decidan identificarse, podrán reconocer sus espacios y pertenencias durante el taller.

2. ¿QUÉ ES UN TALLER?

Iniciar con esta pregunta permite romper el hielo entre los participantes y por supuesto dejar en claro cual será la actividad dentro de el taller.

Un taller es un lugar donde se trabaja, donde se producen cosas. Si es un taller de carpintería se hacen muebles, puertas, marcos para fotografías, etcétera. Si es un taller de cocina se cocina; si es un taller de mecánica, se arreglan autos y así en cada uno de los diversos talleres que existen se elaboran cosas, por lo tanto, si es un taller de autoestima, entonces, trabajamos en la construcción o en el mejoramiento de ella.

3. EL TALLER DE AUTOESTIMA

Cuando nos encontramos por primera vez en un grupo, surgen espontáneamente algunas de las siguientes preguntas:

-¿Qué vamos a hacer aquí?

-¿Quiénes son los demás?, ¿cómo son?

-¿Cómo me recibirán?, ¿me aceptarán?, ¿me marginarán?, ¿podré mostrar tal como soy?.

En esta sesión del Taller se intentará dar respuesta a estas cuestiones. Iniciaremos con la presentación del taller. ¿Qué es un Taller?, ¿qué tipo de talleres conocemos?, ¿qué se hace en un taller? y ¿qué vamos a hacer en este taller de **Autoestima**?

Después de presentar el Taller y en que consistirá también es importante que desde el principio de el Taller se acuerden normas y reglas de participación dentro del grupo, como son horarios, espacios y colaboración tanto de los adolescentes como del facilitador. El hecho de acordar que todo el material y los ejercicios realizados durante el taller se guardaran en el baúl hasta la última sesión, etcétera.

4. ¿QUIÉNES SON LOS OTROS?

Para conocer a los demás participantes, realizaremos una dinámica en la cuál, mediante un objeto nos podamos presentar. Se hace una presentación en parejas, posteriormente presentamos a la persona que conocimos. Podemos dar sus datos personales, su nombre, su edad, su escolaridad, sus ocupaciones, sus gustos y disgustos, qué pretende en este Taller, etcétera.

5. EL BAÚL

Mediante la técnica del collage los participantes manifestarán sus expectativas e inquietudes al participar de este Taller de Autoestima. Cada participante recorta imágenes y las pega en un cartoncillo, posteriormente se pegan los collages en una caja de cartón la cual servirá de baúl -en ella se guardarán todos los trabajos elaborados en cada una de las sesiones -, después cada adolescente explicará o comentará su obra.

Una vez que los participantes terminen de explicar sus expectativas mediante el collage, se evalúa la experiencia y se comentan los sentimientos de los participantes.

Finalmente se hace una reflexión en torno a la importancia de la comunicación en el proceso grupal, las distintas interpretaciones que se pueden hacer y las distorsiones en el proceso educativo.

6. ENTREGA DE CUADERNOS INDIVIDUALES

Cada uno de los participantes recibe un cuadernillo, el cual al frente tiene un espacio para que cada uno de ellos dibuje la imagen o palabra con la que se identifica en su gafete, esto permite que cada sesión pueda ocupar su cuadernillo de forma libre para tomar algún apunte o dibujar en alguna de las dinámicas que se le pida.

7. PRESENTACIÓN DE LA LIBRETA GENERAL

Se presenta el cuaderno a los adolescentes y se les dice que en el cada uno de ellos escribirá al final de cada sesión si así lo desea. La forma de identificar el espacio particular será con la misma imagen o palabra que emplearon tanto en su gafete como en su cuadernillo individual. Por lo tanto el facilitador puede dibujar las imágenes con las que se identifican los adolescentes antes de iniciar la sesión, para que cada vez que ellos quieran escribir puedan encontrar su espacio dentro del cuaderno. En el cuaderno se puede escribir de forma libre y de preferencia el cuaderno tendrá un lugar especial dentro del salón y siempre se encontrará ahí.

El cuaderno general será el que guiará la evaluación del trabajo de los adolescentes en cada una de las sesiones y permitirá descubrir aquellos puntos en los que es necesario reforzar y al mismo permite descubrir hacia donde se enfocan los intereses de los adolescentes, por lo que el facilitador tiene una evaluación constante mediante los comentarios semanales de los chicos y chicas.

SESIÓN 2

¿QUIÉN SOY YO?

Objetivos:

1. Tomar conciencia de la propia historia.
2. Aumentar el conocimiento propio y el de los compañeros.
3. Desarrollar la capacidad de plasmar de un modo visual y plástico la imagen de sí mismos y presentarla a los demás.
4. Desarrollar la identidad personal (al reconocerse como únicos y diferentes de los demás).

Metodología:

1. EL ÁRBOL DE LA VIDA

Instrucciones

1. Dibujar un árbol, con raíces, tronco y follaje.
2. Imaginemos que nuestra vida es como un árbol. Las *raíces*, lo que le da sustento, representan el pasado: el origen, la infancia, la familia, la primera formación. El *tronco*, lo que le da firmeza y resistencia hoy, conforma el presente: la realidad actual, la personalidad propia, los logros y problemas del presente. El

follaje, lo que muestra frutos, lo que diversifica y da amplitud y esplendor, es el futuro: la utopía, los sueños y los proyectos, es decir nuestra visión del mañana.

3. Escribe en el árbol de tu vida (el dibujo anterior), las palabras clave que definan estas tres etapas de tu existencia.

a) En la *raíces*: recuerda tu infancia y lo que has vivido en tu adolescencia, trata de ubicar algunas personas o circunstancias que hayan influido de manera decisiva en lo que eres hoy.

b) En el *tronco*: analiza tu presente y escribe las circunstancias y los personajes que más influyen en tu vida actual.

c) En el *follaje*: describe algunos proyectos o sueños. Piensa en cómo y con quiénes te ves dentro de 10 o 15 años.

4. Comparte con un compañero tu "árbol de la vida".

5. Analiza en plenaria:

a) ¿Qué aprendimos de esta experiencia?

b) ¿Es posible pensar este árbol de tu vida sin la presencia –para bien o para mal- de otro u otros?

c) ¿Qué papel desempeñan los otros en la construcción de uno mismo?

*Esta dinámica fue tomada y adaptada de López Calva Martín. Dinámicas de grupo en el aula. pp. 11-13

2. IDENTIFICAR MI FIGURA

Instrucciones

1. Se entrega un pedazo de papel kraf y marcadores a cada uno de los participantes.
2. Por parejas, trazaran su silueta sobre el papel. Posteriormente cada quien recorta su silueta y hace dos listas dentro de ella, una donde escriba sus principales cualidades y otra donde escriba sus principales defectos.
3. Cada pareja comenta lo escrito y lo pone en común.
4. Se pegan las siluetas alrededor del salón de forma tal que todos las puedan ver. Se invita a que en silencio observen las siluetas de los demás.
5. Después se compartirá con el grupo la experiencia que se tuvo en el transcurso de esta dinámica.
 - a) ¿Cómo me sentí al dibujar?
 - b) ¿Cómo me sentí al recortar?
 - c) ¿Cómo me sentí al hacer las listas? y ¿Cómo al compartirlas con mi compañero?

3. EL PERSONAJE MÁS IMPORTANTE DE LA HISTORIA

Instrucciones

1. Iniciar con una introducción sobre los diferentes personajes y héroes que se mencionan en los libros de Historia: ¿qué personajes o héroes conoces?, ¿por qué son importantes?, ¿qué fue lo que hicieron para ser recordados?, ¿cuál consideran que es el personaje más importante de la Historia? y ¿por qué?.
2. Se entrega una hoja y un lápiz a cada participante.
3. Se pide que en la hoja escriban la biografía de el personaje más importante de la Historia: "ellos mismos". La autobiografía debe contener:
 - a) Fecha y lugar de nacimiento.
 - b) Nombre de los Padres.
 - c) Número de hermanos.
 - d) Escuelas a las que ha asistido.
 - e) Principales acontecimientos realizados por los que debería de ser recordado.
 - f) La posible fecha y causa de muerte.

SESIÓN 3

MI AFECTIVIDAD

Objetivos:

1. Adquirir conciencia de sí mismos mediante la visión y proyección sobre los objetos que nos rodean.
2. Reflexionar sobre los sentimientos personales de los participantes.
3. Conocer cómo se reacciona ante determinados sentimientos y cómo llegan a reaccionar los demás.
4. Compartir con el grupo algunos aspectos de ellos mismos.
5. Posibilitar la imaginación.

Metodología:

1. *UN AMIGO ESPECIAL*

Instrucciones

1. El facilitador introduce esta actividad diciendo: "Muchas veces a lo largo de la vida nos preguntamos a nosotros mismos "¿Quién soy yo?" . Una de las herramientas con las que disponemos para llegar a contestar ésta cuestión es mediante la relación con las personas y con los objetos, que es lo que hacemos

con mayor frecuencia, saber cómo nos relacionamos con las personas y cómo utilizamos los objetos y que relaciones nos satisfacen". Alguna vez escuchamos por ahí decir: "¿Qué pasaría si mi bicicleta hablará?", ¿Qué crees que diría tu bicicleta sobre ti?

2. A cada participante se la da una ficha en la que vendrán escritas algunas frases como las que siguen:

... (EL MODELO DE FICHAS SE ENCUENTRAN EN EL ANEXO, PÁGINA 204)

3. Cada participante contesta individualmente y por escrito.

4. Una vez que ha terminado el trabajo individual, se reúnen todos en un gran grupo y cada uno de los participantes dicen en voz alta su respuesta para uno de los objetos –aquel que él decida -. Dependiendo del interés de los participantes por la actividad se pueden hacer dos o tres rondas.

Nota: Una variante que se puede hacer a esta actividad puede consistir en que los alumnos imaginen a su madre, padre, hermana, mejor amigo, vecinos o alguna persona más allegada hablando sobre ellos. Esto supone un mayor nivel de honestidad y confianza en el grupo, a la vez que exige ciertas aptitudes verbales en los participantes.

Una vez concluida la actividad, se puede solicitar a los participantes que escriban acerca de cómo se relacionan con los objetos y los sujetos en el medio en el que se desenvuelven.

2. EL PEOR Y EL MEJOR MOMENTO DE MI VIDA

Instrucciones

1. Se forman dos o tres equipos según el número de participantes. Entre ellos comentan algunos de los acontecimientos más relevantes de su vida (el peor y el mejor día de mi vida).
2. Posteriormente entre todos los miembros del equipo eligen uno de los acontecimiento (puede ser el más triste, el más divertido, el menos creíble, etcétera), el cual será ejecutado por todos los miembros del equipo.
3. Dar recomendaciones en cuanto a que ninguno de los participantes puede decir una sola palabra, todo lo que necesiten expresar lo harán mediante mímica y el equipo que hable, será descalificado.
4. Se da el tiempo necesario para que los participantes de cada equipo organicen la mejor manera de presentarlo a los otros equipos, los cuales intentarán adivinar el acontecimiento representado.

3. MIS SENTIMIENTOS

Instrucciones

1. Se dibujan en el piso algunas rostros que representan estados de ánimo variados (tristeza, alegría, enojo, indiferencia, soledad, etcétera).
2. El facilitador puede comenzar hablando un poco sobre diversas situaciones que llegan a cambiar nuestros sentimientos y como en muchas ocasiones éstas se

encuentran fuera de nuestro alcance. El cómo todos podemos tener situaciones diferentes y más aún reaccionamos de forma distinta ante una misma situación.

3. Para comenzar se sitúa a los participantes en medio de los rostros previamente dibujados. Luego se leerán situaciones cotidianas y se pedirá a cada participante que se dirija hacia el rostro con el que más se identifica.

(EN EL ANEXO SE PUENEN ENCONTRAR ALGUNOS EJEMPLOS PARA ESTA ACTIVIDAD. PÁGINA 205).

Después de manera espontánea algunos de los participantes complementarán las siguientes frases:

- *Me siento feliz cuando...
- *Me siento triste cuando...
- *Me siento importante cuando...
- *Me siento valiente cuando...
- *Me enfado cuando...
- *Me preocupo cuando...
- *Cuando me siento feliz, yo...
- *Cuando me siento triste, yo...
- *Cuando me enfado, yo...
- *Cuando me siento solo, yo...
- *Cuando tengo miedo, yo...

NOTA: SE ENTREGA UN HUEVO A CADA PARTICIPANTE Y SE LES PIDE QUE LO DECOREN COMO SI FUESE UN NIÑO Y POR SUPUESTO QUE LE PONGAN UN NOMBRE. (ESTA ACTIVIDAD SE QUEDA DE TAREA).

SESIÓN 4

¿VALORES?

Objetivos:

1. Lograr la interrelación de diferentes sistemas de valores.
2. Analizar la creatividad de los participantes.
3. Descubrir los valores que más preocupan al grupo de adolescentes.

Metodología:

1. LA NAVE Y LOS TRIPULANTES

Instrucciones

1. Imagina la siguiente escena:

"Una inmensa catástrofe ha asolado la Tierra. Dentro de 30 minutos, el globo terráqueo será destruido por completo. De la inmensa multitud de sus habitantes, tan sólo quedan nueve personas. Una nave espacial que solamente cuenta con capacidad para cinco plazas, espera transportar a los sobrevivientes a un planeta lejano y seguro, donde podrán iniciar una nueva vida. La tarea del grupo consiste en determinar, dentro del tiempo señalado, quiénes ocuparán los lugares disponibles y por qué".

El grupo está compuesto por:

Un sacerdote.

Un juez,

Un policía.

Un esposo.

Una esposa embarazada.

Una actriz (de cine o de teatro).

Un estudiante.

Un agricultor.

Una maestra.

El presidente de la República

Un catador de alimentos

Un arquitecto

2. Los papeles se sortean.

3. Se distribuye al grupo en equipos según el número de participantes. También se pueden agregar o quitar papeles según el número de participantes.

4. Después de leer el mensaje y decidir quiénes van a ocupar la nave y por qué, se supone que la nave ha llegado a su destino. El trabajo de sus ocupantes es decidir cómo van a vivir, cómo se organizarán, etcétera.

5. Los que permanecen en la Tierra descubren que no van a desaparecer y deben decidir también cómo van a vivir de entonces en adelante.

6. Finalmente se discute el ejercicio.

* Esta dinámica se tomó y adaptó de Acevedo Ibáñez Alejandro. Aprender jugando. Limusa. Noriega editores, México, 1993.

2. MI COLOR Y MI PERSONALIDAD

Instrucciones

En cualquier grupo, es muy fácil hablar con los compañeros, criticar a los otros, comunicar cosas intrascendentes o trascendentes. Pero ¿qué ocurre cuando me dicen cómo soy? (puedo estar de acuerdo o no), ¿qué pasa cuando me hacen descubrir cosas que yo creía que eran de una forma y luego son de otra?, ¿mis valores son los mismos que los de mi compañero/a?, ¿existen intereses particulares en mi relación con los demás?. Podríamos seguir planteando muchas cuestiones, tanto a nivel individual como a nivel colectivo, sin embargo lo que ahora buscamos es crecer y vivir de una mejor manera.

1. Se puede trabajar a nivel individual, por parejas y en gran grupo.
2. Se le entrega a cada participante una ficha con el significado de su color, aquel color que más le gusta y el que menos le gusta (anteriormente se les preguntó por sus preferencias).
3. Durante 10 minutos de reflexión, escribirán libremente, en una cuartilla, lo que deseen después de leer la ficha que se les ha entregado. ¿Te identificas?; ¿por qué?. Cuando te critican ¿qué sensaciones experimentas?; ¿cómo te encuentras?.
4. Todas las cuartillas se depositan en una urna (o bolsa opaca) y al azar se leen dos o tres para después entablar un breve debate (10 minutos, aproximadamente) sobre la emisión de juicios y el mundo de los valores.

(EL SIGNIFICADO DE LOS COLORES SE ENCUENTRA EN EL ANEXO, PÁGINAS 206-211)

3. PRESENTAN A SU HIJO HUEVO (tarea)

Instrucciones

1. El huevo que se entregó la sesión pasada a cada uno de los adolescentes se presenta al resto de los compañeros, se dice su nombre, su edad, sus características, cómo es, etcétera.
2. cuando terminan de presentar cada quien a su hijo, se les comunica que será necesario cuidarlo a lo largo de la semana que cuidarán de su hijo, lo llevarán a donde vayan, hará junto con ustedes todas las actividades que realicen.

SESIÓN 5

VIVIMOS EN SOCIEDAD

Objetivos:

1. Aumentar la confianza de los alumnos en sí mismos, puesto que lo que cada uno aporta es algo importante y necesario.
2. Desarrollar la comunicación y la cohesión del grupo.
3. Aprender a compartir y a ayudarse para contribuir en fines comunes.
4. Ayudar a la integración con los participantes más aislados.

Metodología:

Nota: Dedicar un tiempo para preguntar a los adolescentes algunas de las actividades que realizaron con su "hijo huevo" y cómo se sintieron con el ejercicio, durante la semana.

1. BOTELLAS DE ARENA

Instrucciones

1. Se forman solicitan 3 o 4 voluntarios, que se colocan en una fila y a los pies de cada voluntario se coloca una botella vacía. Enfrente de los participantes a unos 4 metros de distancia se coloca un bote lleno de arena, y cada persona deberá llenar su botella con la arena –la arena que se derrame no se puede recoger-.
2. El facilitador da la señal de salida y los voluntarios corren hasta el bote para llenar su botella. Gana el participante que llegue al punto de salida y pone la botella llena a sus pies.
3. Uno por uno muestra si logro llenar su botella y si derramo arena.
4. Se pide la participación de otros 3 voluntarios y se repite la acción. El facilitador antes de dar la orden de salida pregunta sobre la participación de los voluntarios anteriores y se hace una breve evaluación.
5. Finalmente se evalúan las etapas del juego. El facilitador pregunta el por qué se dio se esa manera. Se analizan los elementos que intervinieron, la necesidad de realizar acciones de forma planificada, evaluando errores y aciertos. Posteriormente se analiza la importancia del trabajo en equipo, observando que no se trata de una competencia sino de llegar a un objetivo que en este juego es que todos llenen sus botellas. En el punto 2 se dijo que gana el participante que llegue al punto de partida y pone su botella llena a sus pies. Entonces no importa si llega primero o después que todos.

2. CON TODAS LAS MANOS

Instrucciones

1. Se hacen dos filas de el mismo de miembros en cada una de ellas.
2. Se les entrega un globo lleno de agua, el cual tendrá que pasar por las manos de todos, cuando llegue al último de la fila éste corre hacia el frente y ahora el globo empieza a pasar por arriba de la cabeza y luego por abajo (entre las piernas), y así cada vez que llega al último miembro, éste volverá a correr al frente. Después se puede hacer un poco más complicado, entregando uno o dos globos más a cada fila.
3. Gana el equipo que termine primero o en su defecto al que se le revienten menos globos.

3. ESTA ES MI FUNCIÓN

Instrucciones

1. Se elige un tema que sea de interés y controversia para el grupo.
2. A cada participante se le entrega una tarjeta con un rol específico a realizar durante el tema de discusión; una variante en este ejercicio es que se puede dar un rol de grupo y un rol personal.

(LA DESCRIPCIÓN DE CADA ROL SE ENCUENTRA EN LA PÁGINA 212- 215).

Durante el ejercicio unos con otros intentarán identificar el papel que juega cada miembro del equipo. (se forman equipos según el número de integrantes).

3. Gana la persona que logre identificar más características del o de los roles desempeñados por sus compañeros.

SESIÓN 6

INTERACCIÓN PERSONAL Y DESARROLLO EN EQUIPO

Objetivos:

1. Adquirir conciencia del propio cuerpo y el significado de sus movimientos.
2. Sentir los efectos de la relajación.
3. Reforzar su autoimagen al centrarse en su cuerpo y en lo que éste les transmite.
4. Ejercitar la memoria y la comunicación con los compañeros.
5. Implementar la creatividad.

Metodología:

1. BAILE A CIEGAS

Instrucciones

1. Desde el momento en que lleguen los adolescentes, se escuchara una música de fondo (de preferencia que sea la música menos conocida por los adolescentes).

2. Se entrega un paliacate o mascada a cada uno de los participantes. Se les explica que este día vamos a bailar para poder expresarnos tal cual somos. Pues mediante el movimiento de nuestros cuerpos podemos descubrir cosas que en ocasiones no hacemos tan conscientes. El baile es una de las formas en las cuales podemos descubrir la cultura de un pueblo, su estilo de vida. En este baile nosotros podemos movernos libremente.

3. Cada uno de los participantes toma una posición dentro del salón, luego se venda los ojos y se escucha la música a lo lejos. Este ejercicio se hace en cuatro tiempos, el facilitador indica los tiempos.

a) Primero escucharemos la música, (por 5 minutos) iniciaremos moviendo un brazo, una pierna, el otro brazo, la otra pierna, la cabeza, etcétera. Moveremos poco a poco todo el cuerpo (sin movernos de nuestro lugar).

b) Ahora imaginemos que somos algún animal o alguna planta, el que cada uno quiera, puede ser un pájaro, un caballo, una margarita, un tulipán, cada quién elige qué quiere ser. Al ritmo de la música cada quien se empieza a mover como el animal o la planta lo haría. (por 5 minutos).

c) Al ritmo de la música, cada uno de los participantes camina en la dirección en la que él quiera (sin dejar de imaginar que es una planta o un animal). Se moverá con un poco más de libertad, pues toda la dinámica se realiza con los ojos vendados.

d) Finalmente se les dice que cada que escuchen el sonido del pandero permanecerán inmóviles por unos cuantos segundos y posteriormente continuarán bailando con el ritmo que se escucha en el fondo. (El pandero se toca en varias ocasiones).

4. Después del ejercicio se comenta en todo el grupo y de manera general, las sensaciones que tuvieron los participantes durante todo el proceso.

2. EL RUMOR

(EL RUMOR SE ENCUENTRA EN EL ANEXO, PÁGINA 216).

Instrucciones

1. Se solicitan tres voluntarios para esta dinámica, los cuales saldrán del salón.
2. Mientras, con los participantes que han quedado dentro se dice el rumor, el cuál tendrán que compartir con sus compañeros que están afuera. (Se puede elegir a uno para que lo cuente o lo pueden contar entre varios).
Después se llama al primer voluntario, el cuál escucha el rumor que le dicen sus compañeros que estuvieron dentro del salón.

Se llama al segundo voluntario y a su vez el primer voluntario le dice el rumor que le dijeron a él.

Finalmente se llama al último de los voluntarios, se le entrega una hoja y un lápiz en la cuál escribe el rumor después de que el segundo voluntario se lo ha transmitido.

Por último, se leen los dos rumores y se evalúa qué tanto cambio el mensaje. Y con esto nos podemos dar cuenta que la comunicación es muy importante en las relaciones humanas y más importante aún, la manera en la que transmitimos un mensaje y la forma en la que el receptor la interpreta. Se puede ejemplificar con

algunas situaciones de la vida cotidiana donde nos encontramos con dificultades o malos entendidos, por cuestión de una interpretación distinta del mensaje original.

3. ¿CÓMO TE QUEDO EL CUADRO?

Instrucciones

El facilitador, dando la espalda a los adolescentes empieza a explicar como dibujar los cuadros de la figura número 1, sin que el grupo vea el dibujo.

Los participantes no pueden hablar ni hacer preguntas al facilitador.

Cuando concluye la explicación de la primera figura, se hace lo mismo con la figura número 2 (se guarda el dibujo de la primera figura) pero el facilitador al explicar la segunda figura lo hace de frente a los adolescentes. Se permite que se hagan preguntas, pero no se les permite ver la figura. Procurar que no se copien entre ellos.

Se confrontan los dibujos que han hecho. Los pueden pegar en un lugar donde el resto del grupo lo pueda ver.

Comentar sobre la forma de comunicación empleada en cada dibujo.

Finalmente se discute sobre el tiempo empleado en dibujar cada figura y explicar cuál de los dos dibujos es más preciso, según la ubicación de los cuadros con el original.

(LAS FIGURAS SE ENCUENTRAN EN EL ANEXO, PÁGINA 216).

SESIÓN 7

¿PARA QUÉ IR A LA ESCUELA?

Objetivos:

1. Conocer las opiniones diferentes en cuanto a la tarea de la escuela en la actualidad.
2. Lograr la identificación de algunos problemas educativos por los que el adolescente deserta.
3. Que descubran la riqueza interior que se adquiere tanto fuera como dentro de la escuela.
4. Posibilitar la imaginación y la creatividad.

Metodología:

1. EL CHICO DEL JARDÍN

Instrucciones

1. El facilitador da inicio a la sesión con ésta pregunta **¿PARA QUÉ IR A LA ESCUELA?**. Luego continua con una breve introducción. **¿Alguna vez ha pasado esta cuestión por nuestras mentes?**. Se discute la pregunta en tríos.
2. Se forman tríos y se entrega una hoja por cada equipo, se les pide que anoten las cosas positivas de asistir a la escuela y las cosas negativas.
3. Se pone en común las repuestas. Posteriormente se lee la historia del **"CHICO EN EL JARDÍN"** y se comenta si se esta de acuerdo con la respuesta y la actitud que tiene el chico y por qué.

(LA HISTORIA SE ENCUENTRA EN LOS ANEXOS, PÁGINA 217).

2. MI ESTRELLA

Instrucciones

1. El facilitador lee la primera parte de la historia donde la manzana va en busca de su estrella. (LA HISTORIA SE ENCUENTRA EN LOS ANEXOS, PÁGINA 218).

3. A cada participante se le pide que corte su manzana por la mitad, en forma horizontal. (sin que la abra)... se continua leyendo la historia. Cuando se termina de leer la historia, se les pide que abran su manzana, y, ahí dentro encuentran la estrella. Así como la manzana va en busca de su estrella, sin darse cuenta que siempre estuvo con ella, así, nosotros muchas de las ocasiones buscamos algo que se encuentra dentro de nosotros. La escuela nos da ciertas herramientas con las que podemos descubrir la riqueza interna que poseemos cada uno de nosotros, por otro lado, en el trabajo y en la relación con la gente que nos rodea, descubrimos también la esencia de nuestra estrella interna.

4. Se pide a los participantes que escriban o dibujen aquellas cosas que puedan ser parte de esa estrella personal que cada uno tiene.

Finalmente se comparten los trabajos.

3. UN MUNDO SIN ESCUELAS

Instrucciones

El facilitador se dirige a los participantes y les pide que aporten algunas ideas para que el mundo pueda vivir sin escuelas.

2. Se forman pequeños equipos. Se entrega un planisferio y un almanaque a cada equipo, asignando un país específico para que cada uno de ellos elabore una propuesta educativa "sin escuelas". Tienen que especificar espacios, conocimientos, horarios, actividades, personas, materiales, etcétera.

SESIÓN 8

"MI FAMILIA NO ME ENTIENDE"

Objetivos:

1. Identificar las características personales que nos han sido heredadas por algunos miembros de nuestra familia.
2. Desarrollar la empatía de los alumnos, a partir de la cual entiendan las posiciones de los demás. Que se coloquen en el lugar de los otros, en este caso sus padres.
3. Intentar reconstruir lo que puede ser un día para cada uno de los miembros de una familia.

Metodología:

1. *¿QUIÉN ES QUIÉN?*

Instrucciones

El facilitador introduce la actividad comentando cómo en todas las familias surgen roces y dificultades, que todos cometemos errores y que la convivencia es una tarea de todos de padres e hijos. Vamos a reflexionar sobre la convivencia en la familia, la comunicación, las relaciones dentro de ella y las características tanto

positivas como negativas con las que nos identificamos con algunos o con todos los miembros de nuestra familia.

Los adolescentes presentan a su familias mediante las fotografías que les fueron solicitadas anteriormente para esta sesión.

Cuando todos han presentado a sus familiares, se entregan marcadores y una cartulina a cada participante en la cual, elabora su árbol genealógico con las fotografías de su familia (las cuales fueron solicitadas previamente para esta sesión). El árbol se construye con la siguiente simbología: con un cuadrado indicamos a los hombres, con el círculo a las mujeres. Del lado derecho de la foto de cada persona se escriben las cualidades y del lado izquierdo los defectos. Los matrimonios se indican con una doble línea =.

Después de haber escrito las características de nuestra familia, lo siguiente será identificar aquellas características que comparto con mis familiares (bisabuelos-maternos y paternos-, abuelos - maternos y paternos-, padres, tíos, hermanos, primos, sobrinos, etcétera).

5. Se forman pequeños grupos y se exponen las cualidades y defectos con los que nos identificamos con los miembros de nuestra familia.

2. MI FANTASIA: "CLONAR A MI FAMILIA"

Instrucciones

1. El facilitador hace una introducción: A cuántos de nosotros nos gustaría poder diseñar nuestra propia familia. Quitar a la tía cuca del álbum de fotografías familiares y poner a la tía de nuestro mejor amigo. Cambiar a nuestros papás por los de nuestro vecino. Desaparecer a nuestros hermanos, es más, simplemente nos gustaría pertenecer a otra familia. Pues el día de hoy con la tecnología tan desarrollada que tenemos, se nos da la oportunidad de diseñar una familia ideal para el mundo actual.
2. Los participantes realizan una propuesta individual para su familia ideal, posteriormente en pequeños grupos comparten sus ideas y dan los últimos retoques a su creación.
3. Después entre todo el equipo se hace un día de actividades para la familia recién diseñada. Qué hace cada uno de los miembros de la familia a lo largo del día. En esta lista de actividades se incluirán las relaciones que se dan con cada uno de los miembros de esta la familia recién clonada. Qué hacen, qué creen, que piensan, qué creen que sienten en los distintos momentos del día.
4. Una vez elaborada la historia del día completo, se elige una escena de alguno de los equipos en la que exista interacción entre los distintos miembros de la familia. La escena elegida será representada por los miembros del equipo.

5. Después de la actuación se puede debatir con todo el grupo qué les parecen las relaciones familiares, si piensan que es difícil convivir con alguien, si alguna vez han pensado en la infancia de sus padres, qué saben de ella, también de las relaciones que tuvieron con otros miembros de la familia, como hermanos o abuelos.

*Este ejercicio fue tomado y adaptado de: Cava, María. La potenciación de la autoestima en la escuela. Paidós. Barcelona, 2000. p.225.

SESIÓN 9

AMISTAD Y NOVIAZGO

Objetivos:

1. Recibir apoyo emocional de sus compañeros.
2. Sentir la importancia del apoyo de los demás.
3. Plantear a los alumnos un debate acerca de cómo hacer amigos y la importancia de tenerlos.
4. Ayudarlos a plantearse qué estrategias se pueden desarrollar en situaciones concretas que se les proponen.
5. Desarrollar la capacidad de empatía de los alumnos.
6. Aprender a escuchar activamente.
7. Experimentar cada alumno el ser escuchado con aceptación por sus compañeros.

1. MI AMIGO(A) Y MI NOVIO(A) IDEAL

Instrucciones

a) La distribución de los alumnos se realiza en pequeños grupos y a cada grupo el facilitador le entrega la ficha Amigos (SE ENCUENTRA EN LOS ANEXOS, PÁGINA 219). En esta ficha, se describen brevemente varias situaciones de interacción. Cada grupo debe elegir una de las situaciones propuestas y elaborar, entre todos, un diálogo acerca de lo que piensan que se podría hacer en esa situación; se repartirán los papeles de los diferentes personajes -todos los miembros del grupo deben participar- y escenificarán la situación. Se les puede dar unos diez minutos para elegirla y elaborar el diálogo.

Cada grupo representa ante el resto de la clase la escena elegida. La duración de las representaciones debe ser de unos diez minutos, puesto que todos los grupos deben llevar a cabo su representación. El diálogo elaborado no debe ser excesivamente largo, para que cada "personaje" pueda recordar fácilmente su papel.

Tras cada representación, el resto de la clase puede hacer algún comentario sobre otras posibilidades que se podrían haber desarrollado en esa misma situación.

b) Se pide a los participantes que, individualmente, elaboren un listado sobre las características que valoran en un buen amigo y las que valoran de un novio o novia. Se les deja para ello unos cinco minutos y, posteriormente, se reúnen en pequeños grupos durante otros cinco minutos para leer cada uno su lista y comentar el tema.

c) Finalmente, se abre un debate en toda la clase acerca de las características que consideran básicas en una amistad y en un noviazgo. El facilitador puede plantear algunas preguntas como las siguientes:

¿Por qué es importante tener amigos?

¿Es mejor tener muchos o pocos amigos?

¿Es preferible que sean mayores, menores o de la misma edad?

¿Es mejor tener amigos del mismo sexo o de sexo distinto?

¿Cuándo buscas a tus amigos y cuándo te buscan ellos?

¿Qué actividades realizas con tus amigos?

¿Qué actividades realizas con tu novio (a)?

¿Qué actividades realizan juntos?

¿Cuál es el amigo ideal?

¿Cuál es tu novio (a) ideal?

¿Sacrificarías una amistad por tu novio (a)?

¿A quién le tienes más confianza a tu amigo(a) o a tu novio (a)?

2. UN HOMENAJE

Instrucciones

a) Todos los participantes se dividen en dos filas lo más próximas posible entre sí y mirándose cara a cara, de tal forma que quede un pequeño pasillo entre ambas filas.

b) Uno a uno, todos los adolescentes pasarán entre las dos filas, mientras el resto de compañeros les aplauden y animan. Llegarán a la silla principal, se sientan y cuando se encuentran ahí los compañeros les dicen algunas de sus virtudes y les dicen una palabra de afecto. Se repite la misma acción con cada uno de los participantes.

Nota: Es importante crear un buen clima para que la actividad no caiga en una farsa. Hacerles ver que de lo que se trata es de que el compañero que está pasando entre las dos filas sienta el apoyo sincero de los demás.

*Este ejercicio fue tomado y adaptado de: Cava, María. La potenciación de la autoestima en la escuela. Paidós. Barcelona, 2000. p.225.

3. VAMOS A LA FIESTA

Instrucciones

- a) El facilitador introduce la actividad comentando que muy pronto terminará el taller y que ha pensado en que sería bueno organizar una fiesta para finalizar el trabajo, por lo que necesito tres personas que me quieran ayudar con algunas ideas para organizarla. (Si no hay voluntarios se puede elegir a las personas).

- b) Por un momento el facilitador y los voluntarios salen del salón y empiezan a organizar la fiesta.

- c) Mientras los voluntarios organizan la fiesta, el facilitador, nuevamente entra en le salón y les explica a los demás participantes que en realidad se trata de una dinámica. La cual consiste en hacer reaccionar a nuestros voluntarios de una manera específica, pues al primero daremos respuestas negativas a todo lo que diga, sean buenas o malas sus ideas, siempre diremos que no, que es lo peor que se le pudo ocurrir. Al segundo simplemente lo ignoraremos, mientras él habla nosotros podemos hacer otra actividad. Y al último le daremos respuestas positivas a cada una de sus ideas y comentarios para la fiesta.

- d) Posteriormente, se deja unos minutos para que todos los participantes comenten cómo se han sentido durante las dinámicas. Si se han sentido escuchados y aceptados por sus compañeros, si consideran que es importante saber escuchar.

SESIÓN 10

YO QUIERO, YO PUEDO

Objetivos:

1. Descubrir la importancia de las reglas en un grupo y en la sociedad.
2. Observar la actitud que cada uno de los adolescentes tienen ante la libertad plena.
3. Incrementar la creatividad.

Metodología:

1. *EL DÍA SIN REGLAS*

Instrucciones

- a) El facilitador hace la presentación: La dinámica del día de hoy se llama "EL DÍA SIN REGLAS". La única regla es que escuchemos las indicaciones y posteriormente inician nuestro tiempo. Aunque en este día sólo serán 30 minutos sin reglas. Durante 30 minutos, van a hacer lo que quieran (pueden pasear, saltar, relajarse, pintar, gritar, tirar las cosas, aventar, romper, hablar, quedarse sentados, hacer gestos, etcétera.). Cuando escuchen el timbre es porque se ha terminado el tiempo, entonces, regresaremos a nuestros lugares.
- b) Se realiza una reflexión en tríos sobre lo acontecido.
- c) Posteriormente todo el grupo se reúne y comparte su experiencia al sentirse completamente libre.

d) Se comenta sobre la importancia de las reglas y sobre las decisiones que tomamos cuando nos sentimos libres. Algunos reaccionamos pasivamente, otro lo hacemos agresivamente, otros cuantos se sienten inmóviles y el resto quisiera hacer tantas cosas, sin embargo no saben por donde empezar, incluso podemos pensar en escapar ante tal situación.

2., MI PROPIO MANUAL DE REGLAS

Instrucciones

A cada participante se le entregan diversos materiales como cartoncillo, marcadores, papel de colores, tijeras, resistol, etcétera.

Se les pide elaboren un manual, donde estén escritas las nuevas normas y lineamientos para pertenecer a un grupo de adolescentes.

Posteriormente en tríos se comentan los manuales que cada uno de ellos elaboró y se comparten aquellos puntos en los que se está de acuerdo con los otros dos.

Finalmente se discute en gran grupo la importancia de establecer normas y reglas tanto en los pequeños grupos como en la sociedad. Y entre todos deciden cuál es el mejor manual de el grupo. El chico o chica que lo haya elaborado puede recibir algún premio.

SESIÓN 11

CREACIÓN Y CREATIVIDAD

Objetivos:

1. Facilitar el trabajo en equipo.
2. Estimular la creatividad de los participantes.
3. Fomentar la participación y comunicación grupal.

Metodología:

1. UN PRODUCTO ORIGINAL EN EL MERCADO

Instrucciones

1. Se forman equipos de tres o cuatro personas.
2. El facilitador entrega a cada grupo diversos materiales de reciclaje y les solicita que elaboren algún producto que posteriormente se pueda vender a la comunidad. El producto que elaboren debe ser el más original, un producto que no se encuentre en el mercado y si ya existe, mejorarlo, de forma que sea económico y duradero.

3. Después de que los equipos hayan terminado su producto, llega el momento de venderlo a los demás equipos. Cada equipo dirá las características de uso que tiene su producto y dará las razones por las que se debe de vender en la comunidad.
4. Entre todos los equipos deciden cuál es el producto más original, el más útil y el que comprarían.

2. *CRIMEN CON ACORDEÓN*

Instrucciones

Se pide a los participantes que formen dos filas, las sillas quedan una detrás de la otra.

Al participante que se encuentra al frente se le entrega una hoja y un lápiz. Se le pide que doble la hoja en forma de acordeón (10 dobleces mínimo).

Ahora el facilitador inicia haciendo una pregunta la cual será respondida por escrito (4 palabras máximo). Escrita la respuesta el primer participante pasa el acordeón al segundo, que no puede ver la respuesta del primero.

El segundo participante aguarda la pregunta del facilitador, escribe su respuesta, la pasa al tercero y así sucesivamente.

Después de la respuesta dada por el último participante, el grupo deberá relatar una historia, tomando como base las respuestas escritas, aunque podrá incluir frases para dar sentido a las mismas.

Gana el equipo que presente la historia más lógica y convincente para el resto de los equipos.

Nota: Las preguntas formuladas por el facilitador deben sugerir la idea de un crimen (por ejemplo: ¿cuándo ocurrió?, ¿quiénes estaban presentes?, ¿qué arma utilizaron?), sin embargo será necesario introducir ciertas preguntas absurdas (por ejemplo: ¿qué hizo con los plátanos?, ¿a dónde fue con la sombrilla?, ¿de qué pidió el atole?), para así estimular la creatividad en los equipos.

*Este ejercicio fue tomado y adaptado de Antunes Celso. Manual de técnicas. P. 198

SESIÓN 12

EN BUSCA DE METAS

Objetivos:

1. Reflexionar sobre sí mismos y sus características más significativas.
2. Plantearse cómo creen que el resto de personas los ven, y qué piensan que recordarían de ellos.
3. Mediante la reflexión de quiénes son ahora mismo y lo que han hecho hasta este momento, pueden plantearse qué les gustaría hacer, qué les gustaría cambiar.
4. Reflexionar acerca del futuro, siendo conscientes de su capacidad para modificar una situación presente y acercarse a un futuro deseado.
5. Responsabilizarse en la consecución de sus objetivos.
6. Aprender a tomar decisiones a partir de la valoración de las alternativas posibles.

Metodología:

1. LA LÍNEA DE LA VIDA

Instrucciones

Cuando llegan los adolescentes, se encuentran pegadas las huellas de zapatos por todo el salón, formando caminos que dirigen a las sillas. Las sillas se encuentran (según el número de participantes) distribuidas en diferentes posiciones de el lugar de reunión, sobre cada una de las sillas el facilitador habrá colocado: 1 o 2 metros de papel para caja registradora, un lápiz y algunos crayones.

Se les pide a los adolescentes que escojan uno de los caminos a seguir, se colocan sobre las huellas. Se les dice que el único requisito para avanzar y llegar hasta las sillas será que deben ir saltando sobre un solo pie (de cojito).

Una vez que todos han llegado a su lugar se les pide que en la tira de papel que se encuentra sobre su silla dibujen o escriban los momentos más significativos de su pasado, de su presente y de su posible futuro.

Después se comparte la línea de la vida de cada uno de los adolescentes que lo quieran hacer. Y se comenta sobre los diferentes caminos que cada uno de los seres humanos siguen en sus vidas y cómo todos los caminos nos llevan a diferentes puntos, a diferentes circunstancias.

Finalmente se les invita a realizar un viaje, que es la dinámica que sigue.

2. UN LARGO VIAJE

Instrucciones

1. Se les pide a los alumnos que imaginen que la semana próxima van a emprender un largo viaje a un lugar lejano. Probablemente, estarán muchos años fuera. Ahora, deben imaginar cuál creen ellos que es la imagen que sus compañeros recordarán de ellos, qué dirán de ellos los demás si dejaran de verlos durante muchos años.

2. A cada participante se le entrega una hoja en blanco y se le dice que cada pregunta debe ser contestada de la manera más rápida, que no se detengan a pensar demasiado. Las preguntas que hará el facilitador son las siguientes: ¿qué lugar te gustaría visitar?, ¿qué tiempo estarías en ese lugar?, ¿qué llevarías si tienes la posibilidad de llevar únicamente dos maletas? (pueden ser cosas materiales o espirituales), ¿con quién irías?, es un viaje para 2 personas: Tu y una persona más. ¿Qué recordarían de ti tus amigos, tus familiares, tus conocidos?. Cuando regresaras ¿quién te gustaría que te recibiera?, ¿qué te gustaría escuchar en los 10 primeros minutos a tu regreso?. ¿Qué cosas traerías contigo? sólo tienes dos maletas. ¿Con quién regresarías?.

3. A continuación, deben escribir unas palabras que resuman la imagen que de ellos permanecerán. En estas palabras, deben reflejar aquello que piensan que más destaca de ellos en sus relaciones con los demás, qué es lo que quedará de ellos y qué es lo que han hecho hasta ahora. Recordarles que tampoco debe ser excesivamente largo; pueden ser unas palabras simplemente, o un par de frases. Estas palabras o frases deben escribirse en letras grandes en una hoja o cartoncillo.

4. Los chicos se reúnen en pequeños grupos y cada uno comenta a los demás qué cree que dirían de él si emprendiera el viaje ahora mismo, por qué cree que dirían eso, si le gustaría que dijeran otra cosa y si le gustaría hacer otras cosas o cambiar algo. Los demás compañeros le escuchan y pueden decirle si realmente es ésa la imagen que prevalece en él o si bien, por el contrario, piensan que ha olvidado algún aspecto o rasgo importante. Por turnos, se van comentando en el pequeño grupo todas las aportaciones.

5. Al terminar el ejercicio, conviene resaltar la idea de que eso es lo que dirían de nosotros si nos fuéramos de viaje ahora mismo, pero todos estamos aquí y tenemos la posibilidad de cambiar esta imagen, tenemos muchos días por delante y podemos hacer muchas cosas.

6. Es importante insistir en la posibilidad de modificación de aquellos elementos que nos describen en el momento actual. En la actividad se ha reflexionado sobre cómo somos ahora y lo que hemos hecho hasta el momento presente, pero tenemos un futuro largo por delante y son muchas las cosas que todavía no hemos hecho.

*Este ejercicio fue tomado y adaptado de: Cava, María. La potenciación de la autoestima en la escuela. Paidós. Barcelona, 2000. pp.225.

SESIÓN 13

CÍRCULO DE CLAUSURA

Objetivos:

1. Encontrar características de actitud y cambio de cada uno de los adolescentes de la primera sesión a la fecha.
2. Proporcionar el acercamiento entre los participantes, enfatizando en los principios de cordialidad y ayuda.
3. Conocer los efectos y sentimientos de la persona.
4. Evaluar la actitud de los adolescentes durante el Taller y hasta la última sesión.
5. Conocer los objetivos comunes e intereses específicos después de el Taller. Para futuros trabajos posibles.

Metodología:

1. VUELO DE ÁGUILA

Instrucciones:

Después de llegar al lugar elegido por el grupo para esta última sesión se sientan en círculo, se colocan los ahijados dentro del canasto, la comida y todo lo que se preparo también se acomoda de forma tal que los participantes no tengan nada en las manos.

Posteriormente se les entrega a cada uno la "historia del campesino y el águila".
(SE ENCUENTRA EN LOS ANEXOS, PÁGINA 220).

Se les pide a los adolescentes lean la historia. Después de que todos la han leído se comparte en gran grupo el contenido de la historia y que mensaje le deja a cada uno.

Finalmente se pregunta sobre que papel quieren jugar, el de gallina o el de el águila. Se comparte de forma libre.

2. PASA LA CORRIENTE

Como ya tuvimos oportunidad de exponer, raramente variamos la técnica que es usada para la clausura de programas. Ésta constituye el cierre del taller. No hay límite de tiempo, edad o participantes para el empleo de esta técnica.

Instrucciones:

Avisar a todos los participantes que la técnica es la última del programa y, para el cumplimiento de la misma solicitar que todos se den las manos. Pedir que cierren los ojos o, si es posible, que se los venden con un pañuelo.

Dirigir al grupo los mensajes y decir que la estrategia que se sigue tiende a permitir que la contribución personal de cada uno se unifique en la fuerza que todos recibirán del grupo.

Pedir a uno de los participantes que apriete con un poco más de fuerza la mano que tiene en su mano izquierda. El participante que recibe ese apretón en su mano, deberá trasmitirlo al compañero de la izquierda, de manera que una verdadera corriente de solidaridad pase por todos y termine en el primero que la emitió.

Informar que, ahora que cada uno carga en sí la energía de todos, la técnica proseguirá. Indicar que se destapen los ojos y miren alrededor.

Avisar que deben soltar las manos y con la izquierda tomar piedritas, hojas de hierba, o pedacitos de papel. Cerrar las manos con esos materiales y retomar su posición en el círculo.

A continuación, cuando se les avise, cada cual se dirigirá a uno de los participantes, que de una manera u otra conoció mejor, y, como despedida, le entregará la piedrita o la hoja.

Dirigir una observación a todos, informando que en el caso de que alguien no reciba un mensaje de despedida, eso no debe afligirlo, puesto que la grandeza de la unión reside en los que tienen mensajes para entregar, simbolizados por la piedrita, importando poco si recibirán o no algún mensaje.

Dar el aviso para que entreguen su mensaje. Con esa información, en teoría, la actividad se cierra. En verdad, se produce una intensa e informal confraternización de todos los participantes, buscando entregar sus recuerdos y retribuir los recibidos. Es importante, en esta fase, la observación del facilitador para advertir si todos se sienten partícipes. Dirigirse, si fuera el caso, a los más aislados y, oyéndolos, procurar su integración.

Después de un lapso de tiempo se agotará naturalmente el intercambio de afectividad, cerrar el programa.

Hemos observado que en algunas circunstancias es costumbre proceder a una evaluación de las actividades desarrolladas, pidiendo a los participantes que llenen fichas diversificadas informando cómo se sintieron, qué es lo que efectivamente juzgan haber ganado o perdido con las actividades y las opiniones y críticas que les gustaría proponer. Como entendemos que el papel del facilitador, durante la aplicación de cualquier técnica, es abrirse a eventuales críticas y sentir el interés, motivación y empeño de cada uno, creemos que la propia sensibilización

de los implicados nos informa de manera criteriosa sobre cómo proseguir y cómo ellos encaran las actividades, según el alcance pleno o parcial de los objetivos propuestos, dispensándolos, por lo tanto, de llenar esas fichas.

*Este ejercicio fue tomado y adaptado de Antunes, Celso. Manual de técnicas.

3. COMPADRITO

La entrega del hijo huevo, se hace en este momento. Cada uno de los padrinos se dirige con su compadre y hace entrega de sus respectivos hijos. Los ahijados deben ser entregados a sus papás con mucho cuidado para que juntos puedan disfrutar de la convivencia final.

4. CONVIVENCIA. Ésta se realiza de acuerdo con la planeación con los participantes del Taller.

5. CAJA DORADA

A cada uno de los participantes se les entrega una caja dorada donde se les entregan todos los trabajos realizados durante las sesiones de el Taller, con lo cual el facilitador mostrará al grupo los resultados del cambio de sus propias actitudes.

Se entrega en una caja dorada como símbolo de triunfo, como un pequeño tesoro que es de cada uno. Las cajas doradas pueden ser entregadas después de la convivencia o durante ella. Finalmente al término de la última sesión el facilitador agradecerá la participación del grupo y se despide de ellos.

ANEXOS

SESIÓN 3 MI AFECTIVIDAD

UN AMIGO ESPECIAL: MODELO DE FICHAS

Imagina que eres cada uno de los objetos que se enlistan a continuación, y menciona que diría cada uno sobre ti.

- a) Tu cepillo de dientes.
- b) Tus zapatos.
- c) Tus libros.
- d) Tus cuadernos.
- e) Tu cama.
- f) Tu televisor.
- g) Tu closet.
- h) Tu radio o grabadora.
- i) Tu ropa.
- j) Tu silla.
- k) Tus plumas y lápices.
- l) Tus cds.

*Este ejercicio fue tomado y adaptado de: Cava, María. La potenciación de la autoestima en la escuela. Paidós. Barcelona, 2000. pp.225.

MIS SENTIMIENTOS

Ejemplos:

El otro día mis mejores amigos me invitaron a una fiesta y mi mamá no me dio permiso de asistir, aun cuando hice todo lo posible para poder ir con ellos. Yo me sentí...

El pasado fin de semana toda mi familia se fue de excursión y yo, como tenía examen el lunes tuve que quedarme a estudiar. Yo me sentí...

Quería comprarme un pantalón que esta padrísimo. Tenía el dinero, sin embargo mi mamá llegó a la casa precisamente con el pantalón que yo quería y a parte con una playera de lujo. Yo me sentí...

La semana pasada discutí con mi hermano (a) por que se llevo mis zapatos nuevos a la escuela. Yo me sentí...

Uno(a) de mis compañeras habla mal de mí a toda la escuela. Yo me siento...

Por 11 años compartí los mejores momentos de mi vida con mi amiga (o) y ahora ella (el) se cambia de casa y sé que nunca más la (lo) volveré a ver. Yo me siento...

SESION 4 VALORES

SIGNIFICADO DE LOS COLORES

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

VERDE

+

Equilibrio psíquico y normalidad (la posee o la busca).

Hogareño.

Buen compañero, buen ciudadano.

Sabe situarse, valora las etiquetas sociales.

Atracción sexual normal

Capacidad de afecto. Lealtad

Sentido moral, sin ser escrupuloso

No muy original

Sería buen profesor

En situaciones de estrés aparecerían reacciones neuróticas(fobias, histerias y obsesionales)

-

Irritable

Falta de equilibrio psíquico

Poco desarrollo de la voluntad

Inseguridad

Frustración habitual

No le gusta la vida social, solitario

Falta de profundidad en las amistades

AZUL

+

Sensibilidad, educación, refinamiento espiritual

Introspección

Honestidad. Sentido del deber, acepta obligaciones

Racionalizaciones con fines autojustificativos y egoístas

Control de las pasiones y de las emociones

Moderación del entusiasmo

Le gusta que le admiren por su gran carácter, pero hace poco por ganarse la admiración

Cautela en las palabras. Compostura en los modales

Opiniones fijas y duraderas

Egoísmo. Le molesta la estupidez de los demás

Sobriedad, austeridad (le molesta que los demás no vivan así)

Anhela la realización de sus ideales.

AZUL OBSCURO: Extremado conservadurismo, introversión y fijación a opiniones y creencias.

-

Inseguro

Irritable, quizá neurótico

Labilidad afectiva

Sentimientos de culpabilidad por no

responder a las expectativas de los otros

Le molesta el éxito de los demás

Falta de perspicacia en el trabajo

Inestabilidad

Búsqueda de excitaciones

<p>MARRÓN</p> <p>+</p> <p>Conciencia del deber cumplido</p> <p>Responsabilidad</p> <p>Capacidad de perspicacia en los negocios</p> <p>Conservador. Obstinado en sus creencias</p> <p>Mente lenta, pero segura. Llega a conceptos definidos</p> <p>Le preocupan los problemas de los otros más que los propios</p> <p>Evita el esfuerzo. Dificultad de adaptación</p> <p>Tendencias paranoicas</p> <p>Puede llegar a ser indiferente hacia los demás, incluso cruel</p> <p>Evita problemas y conflictos</p>	<p>-</p> <p>Bondad natural</p> <p>Generosidad</p> <p>Disgusto por el aspecto prosaico de la vida</p> <p>Más conciente de sus limitaciones que de sus capacidades</p> <p>Impetuoso, le irrita la lentitud</p> <p>Temperamento nervioso</p>
<p>GRIS</p> <p>+</p> <p>Falta de percepción para lo emocional</p> <p>Gusto por lo cotidiano</p> <p>Defensa frente a las exigencias irritantes y agotadoras del medio ambiente</p> <p>En la mujer: calma. Desinterés por atraer la atención, se enamoraría de un hombre mayor</p>	<p>-</p> <p>Deseos de salir de la monotonía</p> <p>Búsqueda de emociones</p> <p>Descontento de sí mismo</p> <p>Quizá se siente mediocre</p> <p>Temor a quedarse en segundo lugar</p>

<p>BLANCO</p> <p>+</p> <p>Amor a la naturaleza</p> <p>Deseo de armonía, de limpieza</p> <p>Pureza, inocencia, amor</p>	
<p>ROJO</p> <p>+</p> <p>Extraversión; interés por el mundo</p> <p>Exhuberancia, plenitud vital</p> <p>Simpatía hacia los demás (de fondo aunque a veces no lo demuestre)</p> <p>Agresividad</p> <p>Vigor</p> <p>Simpatías y antipatías (gustos y disgustos) inmediatos</p> <p>Optimismo</p> <p>Horror a la monotonía</p> <p>Impulsividad sexual, pasiones físicas</p> <p>Quizá ingenuo e inconsciente</p> <p>Subjetividad</p> <p>Psicosis-maniaco-depresivo</p>	<p>-</p> <p>Falta de seguridad</p> <p>Temor a la agresividad (propia o ajena)</p> <p>Temor a los aspectos duros y enérgicos de la vida</p> <p>Sentimiento de deterioro vital</p> <p>Quizá no ha recibido gratificaciones en la vida</p> <p>Falta de paz interior</p> <p>Necesidad de quietud</p>

ELI 2 N
FALLA DE LENGUAJE

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

<p>ROSA</p> <p>+</p> <p>Interés por el mundo, pero sin ardor</p> <p>Actitud protectora, simpática y favorable hacia los menos afortunados</p> <p>Indulgencia</p> <p>Encanto natural, delicadeza</p> <p>Calidez afectiva</p> <p>Sentido de clase social</p> <p>En la mujer: búsqueda de riquezas, ventajas sociales, existencia indulgente y protegida</p>	<p>-</p> <p>Envidia de la vida fácil de los otros, especialmente de los que han llegado a una posición elevada sin esfuerzo personal</p> <p>Disgusto por el esfuerzo continuado</p>
<p>NARANJA</p> <p>+</p> <p>Sociabilidad. Se puede relacionar con cualquier tipo de persona.</p> <p>Fácil sonrisa</p> <p>Falta de apasionamiento; pero interés luminoso en la vida</p> <p>Inestable en sus decisiones</p> <p>No le gusta estar solo</p> <p>Amor de compañerismo, más que de pasión</p> <p>Desea ser agradable, inclinado a estar de acuerdo con los otros</p> <p>Solicitud hacia los demás</p>	<p>-</p> <p>No le gusta la camaradería ni la intimidad</p> <p>Desea tomar la vida demasiado en serio</p> <p>Evita la excesiva familiaridad</p> <p>Tensión mental y emocional</p> <p>Dificultad para relajarse</p> <p>Le frustra que lo traten con frialdad, aunque desea que lo dejen en paz</p>

<p>AMARILLO</p> <p>+</p> <p>Intelectual, idealista</p> <p>Interés por lo esotérico y lo místico</p> <p>Convencido de su capacidad intelectual</p> <p>Ansioso de ayudar al mundo y a la gente</p> <p>Le estimula el desafío de las dificultades</p> <p>Más dado a la teoría que a la práctica</p> <p>Actual</p> <p>Control de sí. Timidez</p> <p>Amigo fiel, buen confidente pero mentalmente se siente solo</p> <p>Ama a la gente colectivamente, pero la menosprecia en particular</p> <p>Mente mórbida</p>	<p>-</p> <p>Rechaza la innovación de lo imaginario, de lo abstracto.</p> <p>Interés por la realidad práctica</p> <p>Sentido común</p> <p>No muy convencido de sus puntos de vista, pero le molesta que se los contradigan</p> <p>Satisfecho de sí mismo</p> <p>"al pan, pan y al vino, vino"</p>
<p>NEGRO</p> <p>+</p> <p>Realista sin ostentación</p> <p>Digno</p> <p>Rechazo de obstáculos e imposiciones exteriores</p> <p>Reserva de la vida privada</p> <p>Falta de libertad de expresión</p> <p>Sentimiento de estar desplazado (quizá por encima de los demás)</p>	<p>-</p> <p>Rechazo del fatalismo(quizá por tendencia a ser fatalista)</p> <p>Supersticioso</p> <p>Inquietud ante lo absoluto, lo infinito.</p>

SESION 5 VIVIMOS EN SOCIEDAD

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ROLES DE GRUPO

Iniciador-contribuyente: es el que propone al grupo nuevas ideas o formas diferentes de ver el objeto o problema del grupo.

Indagador de opiniones: realiza preguntas para aclarar los valores que conciernen a lo que el grupo está haciendo.

Opinante: expresa oportunamente su creencia y opinión relativa a una sugerencia o sugerencias alternativas.

Coordinador: muestra o clarifica la relación entre las diferentes sugerencias.

Estimulador dinamizador: intenta estimular el grupo a la acción o a la decisión.

Secretario: anota las sugerencias, lleva un registro de las decisiones y del resultado de las discusiones del grupo.

Indagador de información: pregunta para obtener información autorizada y hechos pertinentes al problema que se discute.

Informante: ofrece hechos o generalizaciones, relacionando su experiencia con el problema que trata el grupo.

Elaborador: explica sugerencias en términos de ejemplo o significados ya desarrollados.

Orientador: define la posición del grupo respecto a sus objetivos.

Crítico-evaluador: supedita las realizaciones del grupo a alguna norma o serie de normas de funcionamiento en el contexto de la tarea.

Técnico en procedimientos: acelera el funcionamiento del grupo realizando tareas de rutina.

Animador o estimulante: elogia, está de acuerdo y acepta la contribución de los demás. Expresa comprensión y aceptación de otros puntos de vista.

Conciliador: intenta conciliar desacuerdos, mitiga o reduce la tensión en situaciones de conflicto.

Transigente: opera desde dentro de un conflicto en donde su idea y oposición están involucradas.

Facilitador: intenta mantener abiertos los canales de comunicación, estimulando o facilitando la participación.

Legislador o fijador de normas: expresa normas e intenta aplicarlas al funcionamiento del grupo.

Observador o comentarista: lleva registro de los diferentes aspectos y cuestiones del grupo.

Seguidor: sigue al grupo de forma más o menos pasiva, aceptando el lugar de espectador en la discusión y decisión del grupo.

ROLES PERSONALES

Agresor: opera de diversas formas (atacando al grupo, burlándose agresivamente...)

Confesante: utiliza la oportunidad que proporciona el ambiente del grupo para expresar sus sentimientos e ideología, sin interés para el grupo en tanto que tal.

Dominador: intenta hacer sentir su autoridad o superioridad, manipulando al grupo o a alguno de sus miembros.

Buscador de ayuda: intenta atraerse la simpatía de los demás mediante expresiones de inseguridad, confusión personal o desprecio de sí mismo.

Francotirador: busca o espera los errores de los demás para satisfacer una necesidad propia.

Monopolizador: suele aparentar una gran necesidad de categoría, aunque con frecuencia es inseguro, pese a su actitud externa.

Obstructor: es aquel que suele mostrarse negativo y terca mente resistente

Mundano: hace alarde de su falta de compromiso en los progresos del grupo, en forma de cinismo e indiferencia.

Buscador de reconocimiento: suele actuar vanagloriándose o exhibiéndose para llamar la atención del grupo sobre sí mismo.

Defensor de intereses especiales: generalmente oculta sus propios prejuicios en el estereotipo que colma mejor su necesidad personal.

Mudo: es el que permanece callado la mayor parte del tiempo.

SESION 6 INTERACCIÓN PERSONAL Y DESARROLLO EN EQUIPO.

EL RUMOR

Dicen que 483 personas se encuentran atrapadas bajo un derrumbe, que después que pasó el ciclón se inicio el rescate. Se han movlizado miles de personas llevando medicinas, vendas y otros elementos. Pero también dicen que la gente atrapada no fue por accidente, sino que fue un secuestro, pues hay gente de mucho dinero entre los atrapados.

CÓMO TE QUEDO EL CUADRO

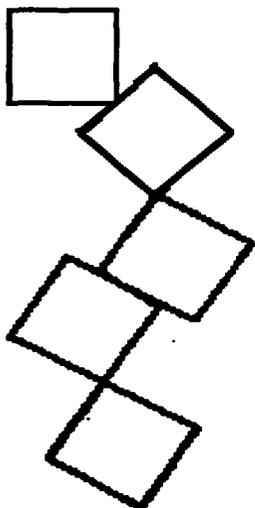


Figura 1

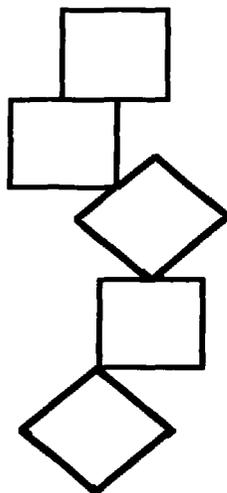


Figura 2

TEJES CON
FALLA LE ORIGEN

SESIÓN 7 ¿PARA QUÉ IR A LA ESCUELA?

"CHICO EN EL JARDÍN"

Cada mañana Don Luis pasaba por el parque que se encuentra rumbo a su oficina y cada día veía a lo lejos a un chico que no faltaba en aquel paisaje, día con día ahí estaba sobre el pasto, a veces sentado y otras acostado. Todos los días de oficina ahí lo podía encontrar sin la menor duda.

Después de unos meses, por fin un día don Luis decidió acercarse a el chico y platicar con él quizá necesitaría hablar con alguien.

-¿Qué tal, cómo estás?

-Bien, gracias.

-Y, ¿a qué te dedicas?

-Sólo a descansar.

- Que bien y, ¿no piensas en ir a la escuela?

-¿Para qué?

-Para que cuando seas grande tengas una carrera.

-¿Para qué?

- Para que tengas trabajo y dinero.

-¿Para qué?

- Para que cuando te cases puedas ofrecerle un hogar a tu familia y tengas un buen empleo y puedas ahorrar dinero y salir de vacaciones.

-¿Para qué?

- Para que cuando seas ya anciano puedas descansar tranquilamente y sin preocupaciones.

-¿ Para qué esperar tanto tiempo si lo puedo hacer ahora?.

LA ESTRELLA

Mientras la manzana crecía volteaba alrededor y percibía que el cielo tenía estrella, que el sol, tenía su propia estrella, que las aves que volaban por ahí cerca también tenían una estrella propia. Todo lo que la rodeaba parecía tener estrella. Una mañana la manzana salto del árbol y decidió salir a buscar su estrella. Camino y camino, pero no podía encontrar su estrella. Subió una colina y otra en busca de su estrella, le pregunto a una hormiga y ésta contesto que necesitaba ser perseverante para encontrar su estrella, continuo su camino y se encontró una laguna, la laguna le contesto que para descubrir su estrella tendría que limpiar cosas a su paso, y así, se encontró con una flor, con un topo, con la luna, con un sapo, y ninguno le podía decir donde podía encontrar su estrella. Decidió visitar al búho, porque dicen que es el más sabio, le pregunto cómo podría encontrar su estrella y sabiamente le contesto que en camino, tarde o temprano sería necesario descubrirla. (Aquí se les pide a los participantes que que corten su manzana por la mitad, en forma horizontal. Sin que la abran, se continua leyendo la historia).

En su caminar sucedieron muchas cosas, había días soleados y otros lluviosos, sin embargo la manzana continuaba caminando, algunos gusanos pretendieron dañarla, la tierra a veces la ensucio, y ella recordaba las palabras de la hormiga y del sabio búho y día con día buscaba en lo alto, en lo bajo, en lo claro y en lo oscuro, hasta que un día cansada de caminar se tropezó con una piedra y se abrió por la mitad, entonces descubrió algo sorprendente. (se les pide que abran su manzana, y, ahí dentro encuentran la estrella). Encontró su estrella, ahí tan dentro de ella. Así como la manzana va en busca de su estrella, sin darse cuenta que siempre estuvo con ella, así, nosotros muchas de las ocasiones buscamos algo que se encuentra dentro de nosotros. La escuela nos da ciertas herramientas con las que podemos descubrir la riqueza interna que poseemos cada uno de nosotros, por otro lado, en el trabajo y en la relación con la gente que nos rodea, descubrimos también la esencia de nuestra estrella interna.

SESIÓN 9 AMISTAD Y NOVIAZGO

FICHA AMIGOS

A continuación, aparecen descritas brevemente varias situaciones que se producen con cierta frecuencia a nuestro alrededor. De ellas, debes elegir una:

1. Un grupo de alumnos o alumnas jugando y un chico o chica mirando cómo juegan.
2. Cuando un alumno llega nuevo a un colegio.
3. Varios amigos discuten y se enemistan. Intentos por reanudar la amistad.
4. Si en el grupo hay varias opciones sobre cómo realizar una tarea o sobre qué hacer en el tiempo libre, ¿cómo tomar decisiones?
5. Cuando uno de los miembros del grupo mantiene una posición diferente al resto del grupo, pero el grupo no le rechaza.
6. Un compañero con el que todos se meten, se burlan o con el que no cuentan para nada. ¿Cómo enseñarle/ayudarle a ser uno más?

* En las diversas situaciones, se tienen que recoger los diferentes intentos que se producen, es decir, los comportamientos por parte de todas las personas que interactúan en la situación: intentos del solitario, del nuevo, del rechazado, intentos por parte del grupo, intentos de algunos miembros del grupo.

SESIÓN 13 CÍRCULO DE CLAUSURA

EL VUELO DEL AGUILA...

Un día, un campesino encontró en el bosque una cría de águila. La cogió con cariño y la llevó al corral de sus pollos. Al cabo de un año, pasó por la granja de aquel hombre un estudioso de la naturaleza y de los animales. Vio allí el aguilucho y se sorprendió:

-Qué hace un águila viviendo entre los pollos, buen hombre?

- Está conforme en este sitio: no ansía volar e incluso come lo que comen los pollos. Es como uno de ellos -dijo el campesino.
- Pero es un águila, y seguro que conserva corazón de águila. Déjeme probar. Y el campesino le dejó. Puso el hombre al águila en su hombro y le habló:

- Tú has nacido para las alturas. Sube. Vuela al cielo que es tu reino.

El águila dudó, pero casi al instante saltó al suelo y se juntó de nuevo con los pollos. El naturalista no se conformó. La volvió a subir, ahora a un tejado: - El corral es estrecho y sucio. Abre tus alas y sube al cielo -le dijo. Volvió el ave a mirar de reojo hacia el corral, pero el hombre la retuvo. Al final optó por subirla a la cima de una montaña. El sol dio de cara al águila y el viento ahuecó sus plumas.

El viento le murmuró:

- "Vente, venteeeee,..."

De pronto el ave gritó, abrió las alas y ensayó a volar, con miedo al principio y después con ansia, con altura y con rapidez. Alguna vez el águila ha sentido nostalgia de la vida fácil del corral de los pollos: Incluso los ha visitado en alguna ocasión, pero no ha llevado nunca ya vida de pollo. Ella es un águila.

Tenemos que superar nuestros miedos, dejar de ser gallinas para empezar a ser águilas pues de Lo contrario nos pasaremos toda la vida escarbando en la tierra y comiendo gusanos.

Hay que volar hacia lo alto. Es necesario observar, pensar, reflexionar y no dejarnos llevar por la sociedad.

Dentro de cada uno de nosotros hay algo hermoso. En tu interior hay algo grande que poco a poco tiene que crecer y realizarse. Hace falta potenciar la autoestima y ser como águilas auténticas.

Ángel Sánchez, Dandy

CONCLUSIONES

Durante los largos años de vida escolar y concretamente en el estudio de una carrera universitaria, el profesionista se encuentra con distintos autores, pensamientos, ideologías, etcétera, algunas de éstas van de acuerdo con lo que el estudiante (futuro profesionista) piensa, sabe y cree, sin embargo, hay autores con los que discute, se pelea, dialoga y finalmente, toma lo que se relaciona mejor con lo que se cree. Y son estos autores, estos pensamientos e ideologías los que a lo largo de la carrera y de la vida profesional van contribuyendo en la construcción de un pensamiento propio y fortalecido, el cual permite identificar los intereses e inquietudes en el sendero de cada estudiante.

Cuando se "termina la carrera", realmente se inicia en la carrera. Concluir con la vida de estudiante no es fácil para la generalidad de los profesionistas. La mayoría sentimos y pensamos que aún no estamos preparados, en realidad se desconocen las capacidades propias, muchos quisiéramos regresar al primer semestre de la carrera, donde los sabios maestros nos explicaban cada una de las dudas y cuando no entendíamos un texto, ahí estaba alguien con quien aclarar las dudas o por lo menos sabíamos que los demás compañeros estaban igual o peor que nosotros, sin embargo, al ingresar en la vida laboral, ahí no puedes llamarle por teléfono a tu maestro favorito, ni discutir el texto en los pasillos o en la biblioteca, aquí en la realidad tienes que encontrar, descubrir o en su defecto inventar algo que te ayude a resolver el problema, pues para eso te están pagando, para que resuelvas problemas y no para que los causes.

Como se puede apreciar en esta tesis, apenas se comienza con la ejecución de un ambicioso ideal: fue escrita con el fin de despertar los sueños y las inquietudes que permanecen ahí, en el interior y en silencio; de comunicar la necesidad de producir materiales pedagógicos que contribuyan en el desarrollo íntegro de los adolescentes y al mismo tiempo de aquellos que se arriesguen a trabajar con ellos.

Considero que el tema central de esta investigación no es un tema olvidado, sin embargo, hace falta crear espacios, en los cuales, los adolescentes puedan mostrarse tal cual son y al mismo tiempo puedan expresar todo el jugo que está ahí tras la cáscara, que puedan compartir su espacio y su tiempo con otros chicos y chicas que al igual que ellos tienen tantas cosas por compartir. Es necesario que dentro de la educación no formal se cambien y reconstruyan este tipo de espacios, los cuales sean propios de los adolescentes, es decir, que sean de ellos, para ellos y por ellos, que comience una retransmisión de conocimientos, vivencias y experiencias.

Existe una frase que en este momento nos puede ayudar a entender un poco mejor lo que anteriormente mencionamos "cambiar yo para que cambie el mundo". En más de dos conversaciones a lo largo de nuestras vidas hemos escuchado que el mundo en que vivimos es pésimo, que la juventud cada vez está más destrampada, que ya no se puede hacer nada para cambiar nuestra sociedad, que todo ha cambiado de una generación a otra, podemos escuchar a los adultos decir: "en nuestra época, cuándo se vio todo esto", "nunca me imagine que llegaríamos hasta aquí", "¿qué les espera a nuestros hijos?". Y así podemos encontrar que los ricos señalan a los pobres, los pobres a los ricos, los jóvenes a los adultos y los adultos a los jóvenes, los hombres a las mujeres y viceversa. Luego cuántas veces no escuchamos decir que "los niños son el futuro", es tan simple lavarnos las manos y decir que es culpa de los otros, y realmente, el pasado, ya pasó, el futuro quién sabe si llegue y lo único que tenemos es el presente, entonces por qué continuamos señalando los que se encuentran fuera,

por qué nos da pavor enfrentar esto que puedo hacer de forma individual y comprometida, para conmigo, para con los que están cerca de mi y para con mi sociedad. Sin embargo, es imposible querer cambiar al mundo y hacernos trizas al intentar que la paz mundial exista mientras en las familias se sigue dando la violencia. No podemos hacer un mundo educado y culto, si desde la familia y la escuela no hacemos de la educación un objeto de placer. No podemos construir un nuevo mundo donde todo sea justo, donde nadie necesite nada, donde todos tengan lo indispensable para vivir. Lo que si podemos hacer es empezar por el mundo más grande y a la vez el más pequeño. Sí, nuestro propio mundo, nuestra persona, nuestra actitud frente a la vida, nuestra actitud ante todas las problemáticas que sólo nosotros podemos construir a lo largo de nuestras vidas a lo largo de nuestra existencia, es necesario que en cada persona, en cada niño, en cada adolescente, y en cada adulto, en cada anciano, incrementemos el valor de la responsabilidad personal, para que de una forma comprometida demos lo mejor que tenemos en el presente y que lo que no hicimos en el pasado, pues simplemente ya no lo hicimos y el día de hoy tenemos la oportunidad de hacer algo mejor y de ser diferentes, de aportar algo a nuestra comunidad a nuestra sociedad y a nuestro mundo, que así como en la familia o en la escuela se nos exigen tareas específicas para vivir en armonía, que así podamos colaborar en la construcción de un nuevo mundo, donde cada uno de nosotros reconozcamos lo importante que es el colaborar y compartir lo mejor de uno mismo, pues en la medida en la que los sujetos se entregan al servicio o alguna actividad que en realidad disfruten, son más felices, más ellos, y al mismo tiempo, transmiten estos sentimientos en los que los rodean.

Más allá de la llamada investigación elemental y teórica, es necesario que el pedagogo mexicano se preocupe por la investigación aplicada, que le permita enriquecer y reformular los marcos teóricos de referencia, que le permitan tener una participación directa y creativa. La investigación aplicada tiene un papel clave

en la intervención de modelos educativos que permitan tener una visión desde el ruedo, y no desde la tribuna.

El trabajo directo con el grupo de adolescentes nos permitió fundamentar la tesis de Autoestima. A lo largo de las sesiones vimos el desarrollo y cambio constante en la forma en la que los adolescentes se relacionaban entre ellos y la manera en la que se expresaban a lo largo de las diferentes dinámicas propuestas en el taller. Podemos concluir que los chicos y las chicas pudieron encontrar respuestas a dudas concretas que tenían sobre la escuela, la familia, los amigos, los medios de comunicación y sobre ellos mismos. Podemos decir que encontraron respuestas y al mismo tiempo, cientos de dudas que les permiten hoy en día querer continuar con un trabajo individual en los ambientes en los que ellos se desenvuelven.

El Taller para elevar niveles de Autoestima no es labor de un día, una semana o tres meses, es un trabajo que continua y sigue avanzando, pues es difícil aceptarnos y sobre todo, estar dispuestos a modificar y cambiar algunas partes de nuestra vida, las cuales nos permitan conformar y encontrar la maravillosa obra de arte que somos cada uno de nosotros.

Durante el Taller los adolescentes mostraron ciertos cambios, los cuales nos permitieron avanzar en la investigación, en la teoría y en la práctica. Con la participación de los adolescentes y las adolescentes pudimos encontrar resultados positivos en las actividades sugeridas para cada sesión con lo cual, alcanzamos los objetivos propuestos; también nos dieron pauta para modificar y cambiar otras de ellas de acuerdo a las inquietudes e intereses que ellos manifestaron.

La labor de educar es satisfactoria y grata, la de reeducar supone la presencia de factores negativos sembrados en un primer momento, los cuales afectan en el desarrollo pleno del ser humano, tales como la timidez, la agresividad, la reprobación y el no socializar con facilidad, sin embargo vale la

pena hacer un esfuerzo, aún cuando con la reeducación no siempre lleguemos a obtener resultados óptimos, pues como ya hemos mencionado, la primera educación siempre deja una huella profunda.

La educación que absorben los niños y las niñas dentro de sus familia va integrándose a ellos mismos, la van formando para largos años. No es posible educar con una línea específica de actitudes en la infancia y en etapas posteriores que desaparezca el comportamiento aprehendido. Por esta razón es necesario analizar la orientación educativa que se aplica des de los primeros pasos. A manera de ejemplo: cuando un niño de 2 o 3 años arroja un juguete, incluso los padres, lo estimulan a que les pegue a los que se encuentran cerca de él (por supuesto, como un juego) y, cuando es mayor ya no se considera gracioso el que lo haga, le recriminan y le castigan al tener estos comportamientos.

Para fortalecer la autoestima de un niño y reconstruirla en un adolescente, deberá hacérsele sentir su valor, la importancia de sus habilidades y capacidades al momento de realizar algún trabajo. El tener un grupo de pares o un amigo en quien pueda confiar, le ayudara al adolescente a recuperar su máximo nivel de autoestima, pues en ellos encontrará todo aquello que le fue "negado" por los padres y por su familia.

Al final del *Taller para elevar niveles de Autoestima* los adolescentes continuaban siendo ellos mismos, sin embargo, algo había cambiado en cada uno de ellos, incluso físicamente se ven distintos, la postura del cuerpo cambio, la forma de dirigirse a los demás, incluso la forma de caminar y de vestirse es distinta comparándola con la primera vez que llegaron al salón de reunión, cuando se les invito a participar en el Taller de Autoestima.

Podemos concluir diciendo que cuando se tiene Autoestima no existe el fracaso. El conocerse a uno mismo implica el saberse como un sujeto individual, el

aceptarse tal como se es y estar dispuesto a cambiar aquellas características que hacen de la vida un peso que se carga en la espalda. Es importante tener autoestima, pues cuando no se tiene es como si no se tuviera sangre en las venas, ya que con ella el cuerpo y la vida pueden continuar a pesar de las aristas de la vida. Simplemente es lo mejor que puede ser, tiene el mejor aspecto posible. Sólo al estar dispuesto a ser uno mismo, es cuando más feliz se vive y cuando más deseos de continuar viviendo se tienen, cuando los sueños se viven día con día y con los ojos abiertos, siempre teniendo objetivos y metas concretos a alcanzar.

BIBLIOGRAFÍA

ACEVEDO IBÁÑEZ, Alejandro. Aprender jugando.

Limusa. Noriega editores. México, 1993.

AHLEM, Lloyd H. Crisis, cambio y conflicto.

Tr. Edwin Sipowicz.

Ed. Vida. Miami, 1980. 208 pp.

ALLPORT, Gordon W. ¿Qué es la personalidad?.

Tr. Mario Calés.

Siglo XX. Buenos Aires, 1982. 156 pp.

ANTUNES, Celso. Manual de técnicas.

De dinámicas de grupo, de sensibilización y lúdico-pedagógicas.

Tr. Pablo Reyes.

Lumen . Argentina, 1992. 228 pp.

BALLESTA PAGÁN, Javier. Los medios de comunicación en el currículum.

Ed. KR. Sevilla, 1998. 156 pp.

BARRIOS, Leoncio. Familia y televisión.

Monte Ávila Latinoamericana editores. Caracas, Venezuela, 1992. 151 pp.

BEJAR NAVARRO, Raúl. El mexicano. Aspectos culturales y psicosociales.

UNAM. México, 1979. 193 pp.

BLEGER, José. Temas de Psicología (entrevista y grupos).

Nueva Visión. Buenos Aires, 1985. 117 pp.

BOURDIEU P. Y PASSERON J.C. Los estudiantes y la cultura.

Tr. María Teresa López Pardina.

Ed. Labor s.a. España, 1967. 167 pp.

BRANDEN, Nathaniel. Los seis pilares de la autoestima.

Tr. Jorge Vigil Rubio.

Paidós. México, 1995. 361 pp.

BRANDEN, Nathaniel. Cómo mejorar su autoestima.

Tr. Leonardo Wolfson.

Ed. Paidós. México, 1999. 159 pp.

CARNEIRO LEAO, A. Adolescencia. Sus problemas y su educación.

Tr. Santiago Hernández Ruiz.

UTHEA. México, 1951. 217 pp.

CARUSO, Igor A. La separación de los amantes. Una fenomenología de la muerte.

Tr. Armando Suárez y Rosa Tanco.

Siglo XXI editores. 15a edición. México, 1988. 307 pp.

CASARES ARRANGOIZ, David. Planeación de vida y carrera.

Ed. Limusa. México, 1982. 153 pp.

CASTILLO CEVALLOS, Gerardo. Los estudios y la familia.

Ed. Minos. (Colección Ser Familia) 2da. ed. México, 1994. 202 pp.

CASTILLO, María. Adolescentes en riesgo. Identificación y orientación psicológica.

Paidós. Buenos Aires, 1998. 153 pp.

CAVA, María. La potenciación de la autoestima en la escuela.

Paidós. Barcelona, 2000. 225 pp.

COLEMAN, John. Psicología de la adolescencia.

Tr. Alfredo Guera Miralles.

Ediciones Morata. Madrid, 1984. 237 pp.

COOPER, David. La muerte de la familia.

Tr. Javier Alfaya

Ariel. España, 1976. 183 pp.

CUELI, José. (coord.) Valores y metas de la educación en México.

SEP, La Jornada (Papeles de Educación 1). México, 1990. 165 pp.

DAVIS, Flora. La comunicación no verbal.

Tr. Lita Mourglia

Alianza. Madrid, 1976. 248 pp.

DOLTO, Françoise. La causa de los adolescentes.

Tr. R.M. Bassols:

Ed. Seix Barral. Barcelona, 1990. 263 pp.

ERIKSON, Erick H. Identidad, Juventud y Crisis.

Tr. Alfredo Guéra.

Ed. Taurus. Madrid, 1992. 279 pp.

ERIKSON, Erick. Sociedad y adolescencia.

Siglo XXI editores. España, 1982. 179 pp.

ESCARDO, Florencio. Anatomía de la familia.

El ateneo (Sepa usted) 11ª ed. Ediciones Lidiun.

Buenos Aires, 1992. 210 pp.

EYSENCK, Hans J. Personalidad y diferencias individuales.

Tr. Fernando Arribas.

Ediciones Pirámide. Madrid, 1987. 351 pp.

FERNANDES, Evaristo. Psicopedagogía de la adolescencia.

Tr. Jesús García García.

Ed. Narcea. Madrid, España, 1991. 192 pp.

FIELD, Lynda. Aunque no lo crea, vale más de lo que piensa.

Técnicas, métodos y ejercicios para desarrollar autoestima y alcanzar nuestro máximo potencial.

Tr. Delia Mateovich.

Océano. México, 1995. 174 pp.

FILLOUX, Jean-Claude. Personalidad.

Eudeba. Buenos Aires, 1970. 126 pp.

FRANCO CUARTAS, Gloria Elena. La comunicación en la familia.

(Colección "ser familia" n.52, serie medios educativos).

Ed. Minos. México, 1995 .

FRANCOISE, Gauquelin. Aprender a aprender.

Tr. Javier Moreno Lara.

Ed. Mensajero. Bilbao, 1976. 251 pp.

FREIRE, Paulo. Pedagogía del oprimido.

Tr. Jorge Mellado.

Siglo XXI. 15ª. Edición. México, 1976. 245 pp.

FUENTES, Patricio. Técnicas de trabajo en grupo.

Una alternativa en educación.

PIRÁMIDE. España, 2000. 173 pp.

GARCÍA CANCLINI, Néstor (coord.). Cultura y comunicación en la Ciudad de México. 2ª. Parte. La Ciudad y los ciudadanos imaginados por los medios de comunicación.

Ed. Grijalvo. México, 1998. 269 pp.

GARDUÑO CANCINO, Reyna (Et.al.) "Identidad, adolescencia y uso del televisor". Boletín oficial del INAH Antropología N. 58,

México, Abril-Junio de 2000. pp. 43-49

GARZA TREVIÑO, José. Educación en valores.

Trillas- ITESM. México, 2000. 91 pp.

GIL MARTÍNEZ, Ramón. Manual para tutorías y departamentos de orientación.

Ed. Escuela Española. España, 1997. 219 pp.

GÓMEZJARA, Francisco . El imperio de la droga.

Fontamara S.A.(Colección Rompan Filas). México, 1992. 174 pp.

GROSS LEONARD, H. Adolescentes: una guía para padres.

Ed. Pax-México. México, 1985. 412 pp.

GUTIÉRREZ, Francisco E. Pedagogía de la comunicación.

Ed. Hvmantas 4ª. Edición. Buenos Aires, 1975. 151 pp.

GUTIÉRREZ SÁENZ, Raúl. Introducción a la pedagogía existencial.

Esfinge. 4a ed. México, 2000 173 pp.

HALL, Calvin S. La teoría de la personalidad.

Paidós. México, 1991. 65 pp.

HAVIGHURTS, Robert J. La sociedad y la educación en América Latina.

EUDEBA. 4ª. Edición, Buenos Aires, 1971. 331 pp.

HIDALGO CARMONA, Carmen G. Comunicación interpersonal.

Alfaomega. 3a. Edición, Chile, 1999. 207 pp.

HURLOCK, Elizabeth. Psicología del adolescente.

Trillas. México, 1980. 564 pp.

ILlich, Ivan. Un mundo sin escuelas.

Tr. Marco Antonio Pulido.

Nueva Imagen. México, 1977. 203 pp.

KANDINSKY, Nina. De lo espiritual en el arte.

Tr. Elisabeth Palma.

Premia. México, 1979. 136 pp.

KOHUT, Heibz. La restauración de sí-mismo.

Tr. Noemí Rosenblatt.

Paidós. México, 1990. 213 pp.

LAFARGA, Juan y **GÓMEZ DEL CAMPO**, José. (com.) Desarrollo del Potencial humano. Vol. 3 y 4. Aportaciones de una Psicología humanista.

Trillas. 2da.ed. México, 1989.

LÓPEZ CALVA, Martín. Dinámicas de grupo en el aula.

Trillas. México, 2000. 101 pp.

MAGNUS E., Hans. Elementos para una teoría de los medios de comunicación.

Tr. Michael Faber-Kaiser.

Ed. Anagrama. 3ª ed. Barcelona, 1981. 74 pp.

MASTERMAN, Len. La enseñanza de los medios de comunicación.

Tr. Carmen Blanco Marcilla.

Ediciones de la Torre. Madrid, 1994. 287pp.

MC. LUHAN, Marshall. Comprender los medios de comunicación. Las extensiones del ser humano.

Tr. Patrick Ducher.

Paidós. Buenos Aires, 1996. 362 pp.

MRUK, Chris. Autoestima. Investigación, teoría y Practica.

Tr. Jasone Aldekoa.

Ed. Desclee de Brouwer. 2a. ed. España, 1998.227 pp.

MURPHY, Gloria y **MERKUR S. Annette**. Alto. Ya no me traten como a un niño.

Tr. Maria del Pilar Torre Morales.

Ed. Diana. México, 1998. 217 pp.

MUSS E. Rolf. Teorías de la adolescencia.

Tr. Juan J. Thomas.

Paidós. México, 1999. 217 pp.

PALMONARI, Augusto y **PIO E. Ricci**. Aspectos cognitivos de la socialización en la edad evolutiva.

Tr. Luciana Daelli.

Nueva Visión. Buenos Aires, 1990. 174 pp.

PEINADO ALTABLE, José. Paidología. Psicología del niño y del adolescente .

Porrua. 14a ed. México, 1984. 485 pp.

PEYRÚ, Graciela. Papá ¿puedo ver la tele?.

Paidós. Buenos Aires, 1993. 218 pp.

PIERINI, C.D. (com.). Identidad en la adolescencia.

Paidós-ASSAPPPIA. Buenos Aires, 1973. 162.pp.

PONCE, Anibal. Ambición y angustia de los adolescentes.

Losada. Buenos Aires, 1990. 111 pp.

RAMÍREZ, Santiago. Infancia es destino.

Siglo XXI editores unidos 15a. edición. México, 1998. 216 pp.

REBOUL, Oliver. Los valores de la educación.

Tr. David Chiner.

Idea Universitaria. Barcelona España, 1999. 240 pp.

REYMOND- RIVIER, Berthe. El desarrollo social del niño y del adolescente.

Tr. Ramón Strack.

Herder. Barcelona, 1982. 277pp.

RODRIGO, Ma.José y **PALACIOS**, Jesús (coords.). Familia y desarrollo humano.

Alianza. Madrid, 1998. 519 p.

RODRÍGUEZ ESTRADA, Mauro. Autoestima. Clave del éxito personal.

Ed. El manual moderno. México, 1988. 80 pp.

ROGERS, C.R. El proceso de convertirse en persona.

Tr. Wainberg Liliana.

Paidós. México, 1993. 356 pp.

ROSENBERG, Morris. La autoimagen del adolescente y la sociedad.

Paidós. Buenos Aires, 1973.

SARTORI, Giovanni. Homo Videns. La sociedad teledirigida.

Tr. Ana Díaz Soler.

Taurus. México, 2001. 151 pp.

SAVATER, Fernando. El valor de educar.

Ariel. Barcelona, España, 1997. 185 pp.

SOIFER, R. ¿Para qué la familia?

Kapeluz. Buenos Aires, 1979.

SOLIS PONTÓN, Leticia (com.). La familia en la Ciudad de México. Presente, pasado y devenir.

Miguel Ángel Porrúa. México, 1997. 169 pp.

TSCHORNE, Patricia. Padres y Madres en la escuela: Una guía para la participación.

Paidós. México, 1992. 219 pp.

VARGAS, Laura. Técnicas participativas para la educación popular.

Centro de Estudios y Publicaciones Alforja. Costa Rica, 1984.