



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO
CON ADOLESCENTES ESTUDIANTE DE SECUNDARIA CON
PROBLEMAS DE COMPORTAMIENTO.**

TESIS

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTAN:

**MAGDALENA WANDA ALMADA FLORES
NORMA ROJAS SOLIS**

DIRECTORA DE TESIS:

DRA. MARÍA DE LOS ÁNGELES CRUZ ALMANZA

REVISOR: LIC. VÍCTOR MANUEL GAYTÁN HERRERA
SINODALES: LIC. REFUGIO DE MARIA GONZALEZ DE LA VEGA

MTRA. MARIA DEL ROSARIO MUÑOZ CEBADA.
MTRA. ANGELINA LUNA GUERRERO.



© Facultad
de Psicología

CIUDAD DE MÉXICO 2016



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.

A la Universidad Nacional Autónoma de México, por ser nuestra Alma Mater

A la Facultad de Psicología

A la Doctora María de los Ángeles Cruz Almanza, por su apoyo, su guía y su afecto, con nuestro cariño, agradecimiento y admiración

Al Lic. Víctor Gaytán, por su apoyo y su tiempo.

Al Lic. Marcos Verdejo por su apoyo y paciencia.

Agradecimientos Wanda:

Agradezco en primer término, a mi Madre y mi abuela y toda mi familia materna {mis tíos Moisés, Felipe, Toño, Delfino y Chelo}, {Mis primos Tere Rafael, y Rosario] que es con quienes crecí y fui muy amada.

Abuela tú me criaste, me diste todo el amor que una mujer con la enseñanza de tus tiempos, enseñanza principalmente machista, podría haberme dado. Te quiero mucho, abuela, aunque en un tiempo no podía comprender tu amor y quizá hasta llegue a pensar que no me querías.

Hoy sé que todas esas acciones que yo creía de maldad hacia mí estaban guiadas por toda esa enseñanza que tu tenías, donde las mujeres, valemos por lo que podemos dar, servir, y obedecer. Sin embargo y sin ser tú muy consciente de ello, fuiste una feminista revolucionaria y muy valiente, “mujer ampliadora de género”.

Como dijera mi tío Toño, “un roble” que fue la base firme y fuerte de las ramas, que son sus hijos y algunas plantitas que se cobijaron bajo su sombra y florecieron y aumentaron mi familia de amor, {misa tías Rebeca y Zoé y sus hijas e hijos}.

Madre eres lo más grande y mejor que me pasó, tú también por herencia y abiertamente, fuiste la gran influencia para esta tu familia de origen y alavés mi familia ya que tuvimos tú y yo la fortuna de compartirla.

Tía Chelo me diste en su momento todo el afecto que yo necesitaba, pudiste contactar con mi esencia de niña y darme en el momento justo esa atención, cariño, reconocimiento cercanía. Por eso tú tienes un lugar muy grande en mi corazón. Te amo profundamente tú a la par que mi madre, mi abuela y mi tío Pino, son mis raíces genéticas, sobre todo de amor son las raíces de mi alma.

Tío Toño, tú eres una de las ramas fuertes de ese roble que era mi abuela. En algún momento apoyaste y al mismo roble y le diste soporte, ayudaste a que fuera más grande frondoso y hermoso. Te doy las gracias por eso, ya que yo soy una de las ramas de este roble que con tu apoyo ha crecido.

Tío Pino, me diste el amor de padre, que necesitaba, apoyo compañía fuerza. Eres en mi corazón mi padre.

A Dios por permitirme la culminación de este sueño.

A mis tres grandes amores, por su paciencia y apoyo, a Juan Carlos por compartir esta gran aventura y ser el compañero de mi vida. A Carlos y a Gabby por enseñarme lo que es el amor incondicional.

A mi ángel en el cielo, mi querido padre

A toda mi familia hermanos, sobrinos, cuñados...por ESTAR tan cerca de mí, a mis tres nuevos amores Mauro, Nathan y Ángel por llenarme de amor y alegría... y muy en especial a ellas:

Las mujeres de mi vida, mi madre y mis hermanas queridas: Lidia Isabel, Irma, Lupita, Sonia, Adriana, y Lili.

A mis queridas amigas: Elí, Claudia, Marcela y Sofía por su apoyo incondicional.

INDICE

RESUMEN	9
ANTECEDENTES	10
1. Capítulo 1. Violencia en las relaciones de noviazgo adolescente	12
1.1 Violencia y sus antecedentes	12
1.1.2 Adolescencia	13
1.2 Amor, Enamoramiento y Atracción Sexual	15
1.2.1. El amor romántico	17
1.2.2. Mitos del amor romántico	19
1.3. Noviazgo.	20
1.3.1. Violencia en el noviazgo	21
1.3.2. Invisibilidad de la violencia en el noviazgo	22
1.3.3 Manifestaciones de la violencia en el noviazgo	23
1.4. Prevalencia en México de violencia en el noviazgo	25
1.4.1 Referencias estadísticas	26
1.4.2 Importancia de la prevención	27
2. Capítulo 2. Violencia de Género en el Adolescente.....	29
2.1 La violencia y sus tipos	29
2.1.1. El ciclo de la violencia	30
2.2 Género, asignación, identidad y rol	32
2.2.1. Estereotipos de género.....	33
2.3 Antecedentes históricos.....	36
2.3.1 El patriarcado y sus manifestaciones	37

3. Capítulo 3. Autoestima y violencia en el adolescente.....	39
3.1 La autoestima y autoconcepto	39
3. I.2 La construcción de la autoestima	41
3. I.3 Autoestima alta y baja	42
3.2 La relación familiar y la autoestima	45
3.2.1 Relación entre padres e hijos	47
3.3 Adolescencia y autoestima	47
3.4 Violencia y autoestima	49
3.5 Conductas asertivas como expresiones para elevar la autoestima	50
3.5.1 Conductas asertivas y no asertivas	50
3.5.2 Comunicación no asertiva pasiva.....	52
3.5.3 Comunicación no asertiva agresiva	52
4. Capítulo 4. El poder y el adolescente	54
4.1 Poder y relaciones de poder	54
4.1.1 Familia y poder	56
4.1.2. Relaciones de género y poder.....	57
4.1.3. Relaciones de poder en la pareja.....	58
4.2. Adolescentes y poder	59
4.2. 1 Autoridad y poder	60
4.2.2. Modelos de autoridad	60
4.2.3. Modelo autoritario	61

4.2.4. Estilo democrático de la autoridad	61
4.2.5. La autoridad permisiva o indulgente	62
4.2.6. Autoridad negligente	62
4.2.7. Consecuencias de estilo parentales.....	63
5. Capítulo 5. Problemas de comportamiento y violencia de género en adolescentes...	64
5.1 Problemas de comportamiento.....	64
5.1.1 Definición	65
5.2 Etiología del trastorno de conducta	66
5.2.1 Factores parentales	67
5.2.2 Factores socioculturales	67
5.2.3 Factores psicológicos	68
5.2.4 Factores neuropsicológicos	68
5.3. Familia y relación con problemas de conducta en adolescentes	68
6. Capítulo 6. Metodología.	70
Justificación.	70
Pregunta de investigación.	71
Objetivos.	71

Hipótesis.	72
Tipo de estudio.	72
Diseño	73
Variables.	73
Definición de variables.	73
Escenario.	74
Selección de participantes.	75
Criterios de inclusión.	75
Criterios de exclusión.	75
Instrumentos.	76
Procedimiento.	78
DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS	80
ANÁLISIS DE RESULTADOS.	83
DISCUSIÓN.	87
CONCLUSIÓN.	89
LIMITACIONES.....	96
REFERENCIAS.	97
ANEXOS.	103

RESUMEN

La violencia constituye un tema de indudable actualidad social y educativa por el incremento o al menos por su conocimiento público- en los últimos años.

La lucha contra la violencia no debe ser exclusivamente un tema cuya responsabilidad recaiga en las instituciones educativas, esta debe ser compartida por quienes abierta y explícitamente estamos en contra de ella como forma cotidiana de relacionarse y de resolver conflictos (Barragán, 2001). Sabemos que la adolescencia es una etapa fundamental en el desarrollo de las y los jóvenes, es en esta edad en donde la socialización se intensifica, con otras y otros jóvenes en grupos y en parejas, es por ello que se considera necesario trabajar sobre violencia, ya que puede suponer un riesgo si no se visibiliza y se toman medidas que conduzcan a mantener relaciones de no violencia.

Vinculado al programa de “habilidades para la vida”, del centro comunitario Dr. Julián McGregor y Sánchez Navarro. Se trabajó el taller “prevención de violencia en el noviazgo con adolescentes con problemas de comportamiento” y sus padres. El objetivo de la investigación fue conocer si la aplicación del tratamiento tiene influencia en la forma (estilo) y el modo (estrategia) de relacionarse en cuanto a la violencia, en los participantes, y su relación con la autoestima, con la finalidad de prevenir dicha violencia y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana.

Se trabajó con 35 sujetos, entre adolescentes y padres de familia, se realizó la aplicación del instrumento de “Habilidades para la Vida” en su parte III y XI de Arana y Cruz, para medir autoestima, y la “Escala de Estrategias de poder en la pareja” y la “Escala de Estilos de poder en la pareja” de Rivera y Díaz-Loving en dos diferentes momentos.

En cuanto a los resultados obtenidos no se pudieron establecer diferencias estadísticamente significativas entre la primera y la segunda medición de la escala de Estrategias de poder en la pareja y la escala de Estilos de Poder en la pareja, tampoco se pudo establecer relación entre la autoestima y los estilos y estrategias de poder. Como parte de taller de habilidades para la vida correspondió al presente programa impartir las sesiones correspondientes a la prevención de la violencia en el noviazgo.

Palabras clave: violencia, noviazgo, adolescencia, autoestima.

ANTECEDENTES

Como es sabido la violencia se puede identificar desde los orígenes del ser humano, es así que a lo largo de la historia se han manifestado diversas formas de violencia en la sociedad las cuales repercuten en las relaciones humanas, por tanto para trabajar violencia en el noviazgo (como cualquier tipo de violencia) Morrison y Biehl, (1999) consideran que la violencia es una conducta aprendida y uno de los primeros espacios donde se asimila es en la socialización primaria, que ocurre en el hogar, y que forma parte de un todo integrado, de una estructura de violencia “legitimada” para mantener el orden que impone el ostentador de poder.

Por otro lado la violencia en el noviazgo casi no es reportada, partiendo de que aproximadamente el 30% de las y los jóvenes en relaciones sentimentales con violencia no le comentan a nadie nada de sus situaciones, y cerca del 61% se lo dicen únicamente a un amigo. Menos del 3% de los jóvenes han reportado algún incidente violento a las autoridades (ya sea a un trabajador social, a la policía, a un consejero o a un maestro), y cerca del 3% se lo han comentado sólo a algún familiar (Barilari, 2009).

Es importante tener en cuenta que la adolescencia es una etapa que implica cambios y por lo tanto vulnerabilidad para el individuo, es una etapa en la que se aprenden hábitos y costumbres que ayudarán a la persona a poder desarrollarse en un futuro en las diferentes esferas de la vida.

Existen diversos factores que favorecen y sostienen la violencia entre las parejas de jóvenes como los culturales, factores de género en donde las y los adolescentes están sometidos continuamente a un conjunto de mensajes en defensa de la violencia, los factores de crianza, donde la familia tiene un impacto importante, la autoestima en el sentido de que una autoestima baja dificulta que un adolescente pueda defenderse de agresiones, la asertividad que es la expresión directa de los propios sentimientos y opiniones sin amenazar o castigar a los demás.

Por todo lo anterior, la prevención de la violencia en el noviazgo con jóvenes adolescentes y con problemas de comportamiento es considerada como un tema de suma importancia ya que se encuentra estrechamente ligado al bienestar psicológico físico y emocional de las y los jóvenes.

El presente programa parte de la idea de que y la identificación y la prevención de la violencia

hacia las y los adolescentes con problemas de comportamiento, requiere de la intervención en la toma de consciencia como único camino para la transformación y avance en la erradicación de la violencia en el noviazgo, e ir creando espacios de intervención y reflexión en relación a las relaciones desiguales que propicien la violencia entre los adolescentes.

Capítulo I. Violencia en las relaciones de noviazgo adolescente

I.1 Violencia y sus antecedentes

La ocurrencia de la violencia se puede identificar desde los orígenes del ser humano Sanmartín (2001). Como es sabido a lo largo de la historia se han manifestado diversas formas de violencia en las sociedades como producto de la dominación que determinados sectores han ido ejerciendo sobre otros (Amorós, 1990).

Pero es en los últimos años, en donde la violencia en general se ha convertido en un importante problema social que impacta y domina en gran medida a nuestra sociedad; al respecto Morrison y Biehl, (1999) consideran que la violencia es una conducta aprendida y uno de los primeros espacios donde se asimila es en la socialización primaria, que ocurre en el hogar, y que forma parte de un todo integrado, de una estructura de violencia “legitimada” para mantener el orden que impone el ostentador de poder.

Por tanto, para trabajar la violencia en el noviazgo (como cualquier tipo de violencia) cabe hacer mención de la violencia doméstica, por ser considerada la primera socialización para los/as jóvenes y por la desigualdad que manifiesta.

La violencia es legitimada si la ejerce el poder establecido, y está legitimada tanto en contextos sociales como familiares, a través del patriarcado. Siendo la primera socialización la que se da en la familia, si en ese núcleo social existe violencia, es fácilmente generalizable a otros contextos, creándose de esa forma relaciones de poder desigualitario, que pueden desembocar en una estructura social de violencia.

Es así como, las sociedades presentan formas de violencia que repercuten en las relaciones humanas, de forma que la violencia estructural (social, política y económica) se refleja en la

familia, y en la cotidianidad, pudiendo, incluso, convertirse en una forma de relación habitual; estas relaciones inevitables entre los diversos sistemas que conforman la estructura social, hacen que la violencia en el ámbito doméstico no sea un fenómeno desvinculado del contexto social en el que se produce, pues es ese el entorno que fomenta y reproduce las concepciones sexistas y discriminatorias del sistema de género.

Así el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ, 2007) menciona que hablar de los antecedentes de la violencia en los y las adolescentes implica hacer un análisis respecto al comportamiento de la familia, esto obedece al hecho de que la familia es el principal medio por el cual se transmiten los valores, la cultura las formas de ser, así como como la forma de pensar y de actuar. el maltrato hacia los niños es la semilla que en la vida adulta genera diversas formas violentas, así como la incapacidad de resolución y negociaciones de conflictos en las relaciones interpersonales, esto contribuye a que se vea como algo natural el ejercicio de la violencia, es por esto que sociedad y cultura son la fuente primordial de trasmisión de una generación a otra en cuanto a la de formas de relacionarse afectivamente en el noviazgo y en las parejas jóvenes y adultas.

Sin embargo y pese a su importancia y el tema de la violencia ha sido escasamente estudiado en México y en América Latina, y las agresiones durante el noviazgo han sido mucho menos estudiadas que la violencia marital.

Cabe señalar también que el ámbito legal, la violencia en el noviazgo no está tipificada expresamente, pero puede incluirse dentro de la violencia familiar (Velasco, 2007).

1.1.2 Adolescencia

Etimológicamente adolescencia proviene del latín ad: a, hacia, y olescere de olere: crecer, significa la condición y el proceso de crecimiento. La adolescencia se define como la etapa del desarrollo humano, que tiene un comienzo y una duración variables, la cual marca el final de la niñez y crea los cimientos para la etapa adulta, está marcada por cambios interdependientes en las dimensiones sociales biológicas y psicológicas del ser humano. Es pues un período de crecimiento, no solamente físico sino también intelectual de la personalidad y de todo el ser como tal, ese crecimiento, va acompañado de una crisis de valores. Es un periodo entre la infancia y la edad adulta que trae consigo un conjunto especial de dificultades de adaptación, a causa de los cambios que ocurren en todos los sentidos (Paronari, 1995).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el periodo adolescente, como la etapa entre los 10 y 19 años. Asimismo, considera el periodo de entre los 10 y los 14 años como adolescencia temprana, y de los 15 a los 19 años como adolescencia tardía dicha organización delimita el periodo de juventud entre los 15 y 25 años; por lo tanto la primera etapa de la adolescencia está vinculada al inicio de la pubertad mientras que la otra etapa (la tardía) se vincula a el inicio de la juventud. Según los criterios de la OMS, el final de la adolescencia coincide con el final de la juventud, es decir a los 25 años de edad, esto determina que desde el punto de vista psicosocial, es sumamente impreciso definir una edad respecto a la finalización de este periodo.

La adquisición de los logros que determinan la culminación de este periodo, está condicionada por factores culturales, económicos, históricos y personales (Perdomo, 1991).

La adolescencia es un periodo crítico en el desarrollo del individuo, ya que es aquí donde se vive y se inicia el proceso de una dependencia total de los padres a una separación gradual, un intento de separación atravesando por un periodo de experimentación y búsqueda de nuevas figuras

de identificación, con el fin de revisar, reevaluar, y construir y reconstruir lo aprendido, para consolidar su identidad y así lograr su independencia y autonomía. Monroy (2002) nos dice que durante el periodo de separación de los padres el adolescente necesitara encontrar fuera de su familia nuevas figuras, con las cuales tenga la posibilidad de identificarse y que le proporcionen tanto apoyo emocional como una guía, entonces el adolescente encuentra este apoyo y comprensión en la relación con sus amigos y posteriormente en las relaciones de enamoramiento; en estas identificaciones ensaya muchos diferentes modos de comportamiento así como diversas actitudes y valores. Asimismo adquiere una serie de conocimientos y experiencias, las cuales evaluara e integrara, junto con sus identificaciones infantiles para consolidar su identidad.

1.2 Amor Enamoramiento y Atracción Sexual

Las primeras ideas sobre el amor y lo que se pueden esperar de una pareja, van a formarse en la adolescencia, que es donde se inician las primeras relaciones y además seguramente ya se tiene una opinión sobre los modelos de amor que refleja esta sociedad (en su mayoría mitificados) y sobre lo que esperan de una persona que esté enamorada.

Sanz (2007) define: “El amor es un conjunto de vivencias, un proceso que puede ser vivido con mayor o menor duración, con mayor o menor intensidad, en el que se interrelacionan y activan emociones, el pensar y el actuar del ser humano” e implica manifestaciones que pasan por procesos inconscientes, de deseo, de seducción. El mismo autor señala que la seducción es un proceso significativo en el establecimiento de los vínculos afectivos y amorosos e implica, desde el trabajo individual y grupal, hacer consciente e ir descubriendo elementos que forman parte de lo que nos gusta o deseamos de la o el otro, tales como: el lenguaje corporal, verbal, las características de la personalidad, las fantasías eróticas.

Al realizar una revisión de las diferentes tipologías del amor, nos gustaría hacer énfasis especialmente, con una de las conceptualizaciones psicosociales sobre el tema que más éxito ha tenido, la denominada “teoría triangular del amor” que propuso Sternberg (1988).

En su trabajo de 1986, este autor propuso un esbozo de teoría general sobre el amor que pretendía abarcar tanto su estructura como su dinámica y donde intentó que tuvieran cabida los diferentes tipos de amor. Concretamente, sugirió que el amor tiene tres componentes básicos: La intimidad o sentimiento de cercanía o proximidad, comunicación y vinculación o afecto existente en una relación que implica la capacidad para compartir emociones, sentimientos e ideas, la pasión sería la fuerza motriz de la aventura amorosa y de la atracción física y emocional, consiste en un estado de excitación mental y física que incluye el deseo sexual intenso hacia la pareja y el compromiso sería la decisión que se toma de amar a alguien y el esfuerzo que se hace para mantener ese amor y cumplir con los acuerdos de pareja. Estos tres componentes ocuparían los vértices de un hipotético triángulo de modo que el área indicaría la cantidad de amor que siente una persona y su forma geométrica (definida por las interrelaciones entre los tres elementos descritos) expresaría el nivel de importancia de cada uno de esos elementos en esa relación amorosa.

Posteriormente (Sternberg, 1988) sugiere que la combinación de estos tres elementos generaría diversas posibles clases de amor: simpatía, donde existe intimidad, pero no pasión ni compromiso (por ejemplo, los amigos y amigas que tenemos); el enamoramiento, donde existe pasión, pero no intimidad ni compromiso (por ejemplo, las relaciones basadas en la atracción física); sólo compromiso, donde existe compromiso, pero no intimidad ni pasión (por ejemplo, aquellas parejas cuya relación se mantiene en el tiempo por diversas razones pero en las que se ha perdido la pasión y la intimidad); amor romántico, que incluye intimidad y pasión pero donde no hay compromiso

por lo que es difícil el mantenimiento de la relación en el tiempo; amor de compañeros/as, que incluye intimidad más compromiso pero sin pasión; amor loco, que incluye pasión más compromiso pero sin intimidad o conocimiento entre los miembros de la pareja como ocurre en las relaciones cinematográficas; amor completo, que incluye intimidad, más pasión más compromiso y que constituiría la situación ideal, según este modelo (Bosch, 2007).

En cuanto al enamoramiento se concibe como parte del proceso de construcción del amor y una experiencia significativa que puede implicar... fusión, goce, un estado de trance, alienación, locura, éxtasis (Sanz, 2007). Se puede vivenciar como una fantasía o idealización de la persona, como una alteración de la percepción del espacio-tiempo.

Por otro lado al hablar de atracción sexual se refiere a una vivencia básica e inherente al ser humano que abarca todo el ciclo vital de las personas. Contempla dimensiones como el erotismo, los vínculos afectivos, la reproductividad, el género y la orientación/preferencia sexual. Sin embargo, esta actividad suele permanecer oculta o exclusivamente ligada a la reproducción, por diferentes motivos –culturales, religiosos o ideológicos- que, en su mayoría, están relacionados.

1.2.1 El amor romántico

Para esta investigación y con el fin de entender y analizar las relaciones de dominación y la violencia en las relaciones de pareja entre los jóvenes, es imprescindible analizar el concepto de «amor romántico», que como es sabido no es algo ajeno a la socialización de género, sino más bien, impulsado y sostenido por ella. La construcción social de este tipo de amor se ha venido fraguando desde lo patriarcal, desde las esferas de poder, siendo sus bases: las desigualdades de

género, la discriminación hacia las mujeres, la sumisión de éstas, la heterosexualidad como única forma de relación afectivo-sexual... entre muchas otras cosas.

En Europa desde mediados del siglo XVIII adquiere gran importancia el “amor romántico”, el cual significó una gran novedad en la forma como eran concebidas las relaciones afectivas y un inicio de cambio en la situación de la mujer, principalmente en sus posibilidades de elegir en cuanto a su vida afectiva.

Marguis (2003), dice que el amor romántico implicó la irrupción de un imaginario poderoso, con gran influencia en la mayoría de las personas, sobre todo en las mujeres. Ponía énfasis en el afecto y la comunicación de las parejas, se presentaba en un contexto idealizado, solía emplearse un lenguaje poético que aludía a la espiritualidad y a sentimientos elevados a plenitud.

Desde entonces, hasta hoy en el amor romántico se idealiza los rasgos del otro, el afecto, la emoción y la comprensión, se elogian sus virtudes y capacidades. El amor romántico destaca ciertas virtudes de la femineidad, destacó el papel de la mujer en el hogar al que debía dedicarse con suavidad y esmero, idealizó también la maternidad, abordó también un terreno de fantasías sueños y esperanzas que encontró gran eco en el público femenino.

Según Marguis (2003), esta idea del amor romántico, se ha marcado por un largo trayecto histórico el amor romántico que reprime la sexualidad, valora el matrimonio indisoluble y la subordinación de la mujer, todo esto, fortalecido por la gran literatura del siglo XIX y luego el cine del siglo XX, hasta los años 60 el cine reiteraba un modelo de relación amorosa, donde las parejas protagonistas se conocen y se enamoran logrando superar todos los obstáculos y viven felices por siempre.

En la actualidad el amor romántico sigue presente como poderoso imaginario que satura las revistas, la televisión y el cine, la radio, la mercadotecnia, así como cierto tipo de literatura.

1.2.2. Mitos de amor romántico

El concepto de amor romántico está fuertemente sustentado por toda una serie de mitos compartidos culturalmente y transmitidos por los diversos canales de socialización.

Se sabe que un mito es una creencia, que se halla formulada de manera que aparece como una verdad y es expresada de forma absoluta y poco flexible. Entonces al hablar de mitos de amor, obviamente estamos frente a un conjunto de ideas y creencias irracionales, y frente a un modelo de conducta imposible de seguir que por tanto, fácilmente desembocará en engaños y frustraciones. Estas creencias son socialmente compartidas sobre la “supuesta verdadera naturaleza del amor”, y, al igual que sucede en otros ámbitos, también suelen ser ficticios, absurdos, engañosos irracionales e imposibles de cumplir, (Yela, 2003) dichas creencias están distorsionadas, e influyen negativamente en las relaciones de pareja, ya que pueden, de alguna forma, apoyar y sostener la violencia de género, así pues, todos aquellos mitos que reproducen la idea del amor romántico aparecen con especial fuerza en la educación sentimental de las mujeres.

A continuación y para finalizar este apartado, se mencionan algunas de estas creencias que aparecen como más características de lo que el amor romántico implicaría para los miembros de la pareja, según resume Ferreira (1995):

- Entrega total a la otra persona.
- Hacer de la otra persona lo único y fundamental de la existencia.
- Vivir experiencias muy intensas de felicidad o de sufrimiento.
- Depender de la otra persona y adaptarse a ella, postergando lo propio.

- Perdonar y justificar todo en nombre del amor.
- Consagrarse al bienestar de la otra persona.
- Estar todo el tiempo con la otra persona.
- Pensar que es imposible volver a amar con esa intensidad
- Sentir que nada vale tanto como esa relación.
- Desesperar ante la sola idea de que la persona amada se vaya.
- Pensar todo el tiempo en la otra persona, hasta el punto de no poder trabajar, estudiar, comer, dormir o prestar atención a otras personas menos importantes.
- Vivir sólo para el momento del encuentro.
- Prestar atención y vigilar cualquier señal de altibajos en el interés o el amor de la otra persona.
- Idealizar a la otra persona no aceptando que pueda tener algún defecto.
- Sentir que cualquier sacrificio es positivo si se hace por amor a la otra persona.
- Tener anhelos de ayudar y apoyar a la otra persona sin esperar reciprocidad ni gratitud.
- Obtener la más completa comunicación
- Lograr la unión más íntima y definitiva.
- Hacer todo junto a la otra persona, compartirlo todo, tener los mismos gustos y apetencias

I.3 El noviazgo

Se puede decir que el concepto de noviazgo, supone una relación afectiva íntima entre dos personas (del mismo o del otro sexo), por lo general jóvenes (adolescentes e incluso a personas adultas), que sienten atracción física y emocional mutua y que, sin necesariamente cohabitar, buscan compartir sus experiencias de vida (Castro y Casique, 2010).

Así el noviazgo se puede entender como una etapa significativa por la que atraviesan las personas involucradas en tiempos y espacios específicos. Tiene muy variadas duraciones y maneras de vivirse y es en la experiencia de esta vivencia donde se van reproduciendo, en mayor o menor medida, las normas y prácticas de género (papeles, estereotipos, roles), así como se conforman las formas de relacionarse y de aprender a vincularse con la otra o el otro.

Torres (2006) afirma que las relaciones de noviazgo constituyen una experiencia muy importante en la vida de cada persona, que son también un laboratorio en la interacción entre hombres y mujeres, y que son el espacio donde se pone en práctica los mandatos de género, adquiridos desde la infancia, aprendidos en la cotidianidad y reforzados de manera constante, es decir los jóvenes inician una relación de noviazgo como hombres o como mujeres, y así lograr todo lo que significa ser hombre o mujer en cada cultura.

Por otro lado es importante señalar también que es en la adolescencia donde las relaciones de pareja asumen un rol significativo, en el desarrollo de las habilidades sociales al intimar con otra persona (Furman y Shaffer, 2003). Es mediante estas experiencias que en la adolescencia se podrá establecer nuevas formas de relacionarse afectivamente además promueven a los y las adolescentes apoyo emocional y reafirman su identidad (Stenberg, 2008).

1.3.1 Violencia en el noviazgo

La violencia en el noviazgo se considera “todo acto, omisión, actitud o expresión que genere, o tenga el potencial de generar daño emocional, físico o sexual a la pareja afectiva con la que se comparte una relación íntima sin convivencia o vínculo marital” (Castro y Casique, 2010).

Por otro lado según Close, (2005) la violencia en la relaciones de parejas jóvenes, que no se encuentran casados puede ser entendida como “aquella en donde ocurren actos que lastiman a la otra persona, en el contexto de una relación en la que existe atracción y en la que los dos miembros de la pareja se citan para salir juntos” también la violencia íntima en las relaciones de noviazgo ha sido definida como “ el ejercicio o amenaza de un acto de violencia, por al menos, un miembro de la pareja no casada sobre el otro, dentro del contexto de una relación romántica” la clave de este tipo de violencia, es que se produce en las primeras relaciones sentimentales, en chicos y chicas adolescentes. La violencia en este periodo vital puede ocurrir tanto si ha transcurrido mucho tiempo o poco desde el comienzo de la relación, es decir la violencia puede ocurrir en distintos periodos de la relación.

La violencia suele instalarse en las relaciones de forma gradual, es decir, no suele surgir de forma espontánea o brusca, en este sentido el pronóstico para las parejas jóvenes que viven una relación violenta no es nada favorable, porque la violencia una vez puesta en marcha, tiende a continuar e incluso a agravarse posteriormente cuando la pareja cuenta con lazos institucionales (Barilari, 2007).

A diferencia de la violencia que se ejerce en un grupo social o familiar; la violencia que se ejerce en el noviazgo es invisible ya que en el lenguaje y en el comportamiento cotidiano no se expresa como tal, pues comúnmente se confunde con expresiones de amor; esto tiene mucho que ver con el proceso de enamoramiento en el que se encuentra el adolescente en la relación, ya que a partir de ello se incorporan diversas manifestaciones físicas del sentir en la relación (Reyes, 2007).

1.3.2. La invisibilidad de la violencia en el noviazgo.

Reyes (2007) nos dice que, una vez que las y los adolescentes han establecido una relación de noviazgo, la violencia que se vive y se ejerce se acentúa a partir de diversas discrepancias que se generan al interior de la pareja. Sin embargo estas discrepancias generadoras de conflicto y resueltas a través de la violencia ya sea física, psicológica o económica continua sin ser identificadas como violentas, sino por el contrario, como conductas que tienen su origen en el amor y que hacen que las acciones que se ejercen en contra se perciban como muestras de cuidado; excepto cuando es explícita por medio de los golpes, ya que generalmente es confundida con ciertas expresiones de amor. La mayoría de las mujeres, según Reyes (2007), no perciben una situación de sometimiento, coacción o desvalorización como forma de maltrato o agresión, por parte de la pareja. Sin embargo las acciones y los comportamientos violentos son tan recurrentes que se normalizan, por lo que no son percibidos como violentos o causantes de daño, sino que representan para los y las adolescentes expresiones de amor que se sienten o se tienen por diferentes razones, lo que contribuye sin lugar a dudas a la invisibilidad de la violencia. Es así que los jalones, empujones, gritos y regaños son tan comunes y habituales que no pasa nada, porque se confunden con el amor. Lo que es un peligro latente es que de un reclamo se pase a un insulto, que de este se pase a los golpes y de ahí al sometimiento, y que de este último se pase a la violencia sexual.

Es el amor lo que subjetivamente amortigua ciertas conductas y acciones violentas Rodríguez y De Kajizer, (2002) todo para seguir con él. Es por eso que en el discurso de las mujeres cuestiones como lo quería mucho por eso se dejaba y/o en su caso me jalaba me peleaba pero nunca me pegaba son una constante que definen una actitud y un cambio en su persona.

1.3.3. Manifestaciones de la violencia en el noviazgo

El ejercicio de la violencia en el noviazgo es considerado como cualquier intento por controlar a una persona físico, sexual o psicológicamente, generando algún tipo de daño sobre ella (Wolfe, et. al, 2003) o bien como la utilización o la amenaza de la realización de actos de fuerza física y otras restricciones dirigidas a causar cualquier tipo de dolor sobre otra persona. Por lo tanto la violencia en las relaciones de noviazgo, puede desarrollarse de distintas maneras, bien mediante comportamientos aislados, como agresiones sexuales o bien como patrones de abuso y maltrato sistemáticos de modo frecuente, crecientes en intensidad.

Torres (2006) menciona algunos indicios que nos pueden llevar al maltrato, y a los que podemos poner atención:

- Actitudes de control y dominio sobre muy variadas actividades.
- Prohibición –o sugerencia manipuladora y chantajista- de ver a ciertas personas o cultivar determinadas amistades.
- Interrogatorio pormenorizado de celos excesivos.
- Adicción al consumo de alcohol o estupefacientes.
- Creencias estereotipadas sobre la relación de pareja y los papeles masculino y femenino.
- Falta de compromiso.
- Infidelidad.
- Negación de los sentimientos de la pareja, comparación negativa con otras personas, burla o ridiculización.
- Imposición de actividad sexual sin tomar en cuenta, la voluntad de la pareja, o sometimiento a prácticas dolorosas o desagradables.
- Jalones- empujones “bofetadas-caricias”.
- Golpes de todo tipo y magnitud.

Torres (2006) afirma que existen muchos indicadores de que algo no funciona, lo más importante es analizar los propios sentimientos e identificar cualquier emoción negativa e insatisfactoria, hacer un alto y preguntar ¿Cómo me siento? ¿Qué sucedió exactamente? ¿Cuál es el origen de mi malestar? ¿Qué palabras, gestos, ademanes, o acciones de mi pareja me produjeron esta molestia? Conviene tener en mente primero, que si existe malestar es porque hay un problema, y segundo, que nada, absolutamente nada de lo que haga una persona justifica que se le maltrato.

1.4. Prevalencia de la violencia en el noviazgo en México

En el año 2005, el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ) publicó los datos de la encuesta nacional de la juventud (ENJ), la cual obedecía a la necesidad de entender, cual es el papel de los jóvenes en distintos temas. Los resultados señalaron que un 15.5% de las y los mexicanos entre 15 y 24 años con relaciones de pareja ha sido víctima de violencia física, un 75.8% ha sufrido agresiones psicológicas y un 16.5% ha vivido al menos una experiencia de ataque sexual. Ramírez Rivera y Núñez Luna (2010) sugieren que este estudio puso de manifiesto que la violencia en el noviazgo tiende a pasar desapercibida por las instituciones y por los propios jóvenes y que esto ocasiona una falta de apoyo institucional y familiar a la víctima.

Por su parte Straus (2004) en un estudio sobre violencia en el noviazgo, en Jóvenes universitarios de Ciudad Juárez, México, mostro que un 42% de las y los estudiantes manifestaron haber agredido a su pareja en el último año previo a la encuesta. Con este porcentaje, México se ubicó en el segundo sitio del estudio solo por debajo de una universidad en Louisiana, EE.UU; con un 47%. En otra investigación realizada por Rivera-Rivera, Allen-Leigh, Rodríguez-Ortega, Chávez-Ayala, y Lazcano-Ponce (2007) en estudiantes de escuelas públicas del estado de Morelos, con edades de 12 a 24 años, encontraron que un 4.2% de las mujeres y un 4.3% de los

varones habían ejercido violencia psicológica, y que un 21% y un 19% de mujeres y varones respectivamente, reportaron haber llevado a cabo actos de violencia física y que un 7.5% de las mujeres y un 5.5% de los varones había ejercido tanto violencia verbal como física.

Además reportaron que un 9.4% de las mujeres y un 8.6% de los varones indicaron haber sido víctimas de violencia psicológica, un 10% de mujeres y un 23% de varones acusaron haber sido víctimas de violencia física, mientras que un 8.6% y un 15% de las mujeres y los varones respectivamente, reportaron, haber sido objeto de ambos tipos de violencia.

La limitación más importante de los estudios realizados en México consiste en que fueron realizados exclusivamente con muestras de estudiantes, lo que disminuye la posibilidad de generalizar los resultados al resto de las y los jóvenes.

Por todo esto es importante el estudio de la violencia en las relaciones de noviazgo para la comprensión global del fenómeno de la violencia, no solamente por que produce lesiones y sufrimiento, tanto en adolescentes como en personas adultas, sino porque su conocimiento puede ayudar a la planeación de estrategias encaminadas a la prevención de la misma. (Peña et al, 2013)

1.4.1 Referencias Estadísticas:

(Barilari, 2009) señala:

1 de cada 3 estudiantes universitarias reporta violencia en el noviazgo (OMS, 1998)

- La violencia en el noviazgo afecta tanto a las mujeres como a los hombres, sin embargo, las mujeres sufren las agresiones más severas (Fuertes, 2006).

- La violencia en la relación de pareja afecta al 80% de las mujeres y al 11% de los hombres (Santiago, 2000).

- El 50% de las parejas con relaciones violentas tuvieron noviazgos violentos y aun así se casaron (Navarro, 1992).

- El 62% de los estudiantes que acuden a terapia de pareja en DAES reportan relaciones violentas (Documento interno DAES, 2006).

1.4.2 La importancia de la prevención

La violencia en el noviazgo es un problema social, que debería ser reconocido por toda la comunidad ya que afecta a las familias de todos los niveles económicos y culturales y a pesar de que lo más impactante es el maltrato físico, el maltrato emocional es una forma de abuso que daña, enferma, desgasta y anula a quien lo recibe. Reconocer la violencia significa desbaratar los cimientos de una cultura arraigada donde la víctima debe soportar los abusos de su pareja; es por este motivo que quien la recibe, sufre en silencio hasta las consecuencias más fatales. Sin embargo es de vital importancia darle la atención que esta problemática requiere, ya que cualquier situación de violencia que se experimente durante la infancia y adolescencia, tendrá un efecto negativo en la vida adulta. Las relaciones de noviazgo en la adolescencia están marcadas por las pautas de la desigualdad de género y dominación prevalecientes en cada cultura (Ruiz y Blanco, 2005).

La violencia no es un problema de mujeres sino un problema de cultura e identidad masculina, que sufren las mujeres, en donde no debemos excluir a los varones de las actuaciones en cuanto a la prevención como en la detección temprana pues son susceptibles en cuanto a la y reeducación y atención.

En cuanto a la prevención es necesario seguir creando espacios y grupos educativos en donde los varones puedan reflexionar y cuestionar los valores tradicionales y trabajar en la construcción de una masculinidad no ligada al uso de la fuerza y la agresividad sino en la que haya respeto y

cuidado en cuanto a las relaciones, y fomentar el aprendizaje de formas diferentes a la violencia en las relaciones entre hombres y mujeres (Ruiz y Blanco, 2005).

Es así que para que se den los cambios y los resultados sean tangibles es necesario llegar de manera adecuada, y en los lugares donde se encuentran en forma conjunta adultos y jóvenes, como escuelas, centros culturales, trabajos, clubes, etc.

Capítulo 2. Violencia de Género en el Adolescente.

2.1 La violencia y sus tipos.

Molas (2007) alude sobre la violencia humana y señala que la humanidad no es algo que se herede como la herencia genética, sino que tiene que ver con nuestro estar contruidos, con nuestro hacernos deshacernos, y rehacernos atreves del tejido de relaciones en el que siempre actuamos y tratamos de responder a lo que acontece.

Pero lo cierto es que la violencia humana es específica, porque en términos generales no está vinculada a la necesidad sino a la decisión o el deseo de eliminar la inseguridad o la imprevisibilidad derivada de la libertad ajena, de ahí que siempre la victima sea considerada menos que humana.

Así en la Ley General de Acceso de la Mujeres a una Vida Libre de Violencia, (2007). Se establecen, siete tipos de violencia como: psicológica, física, patrimonial, económica, sexual y psicoemocional y por último, cualesquiera otras formas análogas que lesionen o sean susceptibles de dañar la dignidad, integridad o libertad de las mujeres.

Se mencionan cada uno de estos tipos, como están definidos en la misma ley:

La Violencia psicológica. Es cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica, que puede consistir en: negligencia, abandono, descuido reiterado, celotipia, insultos, humillaciones, devaluación, marginación, indiferencia, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo, restricción a la autodeterminación y amenazas, las cuales conllevan a la víctima a la depresión, al aislamiento, a la devaluación de su autoestima e incluso al suicidio.

La Violencia física. Se refiere a cualquier acto que inflige daño no accidental, usando la fuerza física o algún tipo de arma u objeto que pueda provocar o no lesiones ya sean internas, externas, o ambas.

La Violencia patrimonial. Como cualquier acto u omisión que afecta la supervivencia de la víctima. Se manifiesta en: la transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de

objetos, documentos personales, bienes y valores, derechos patrimoniales o recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades y puede abarcar los daños a los bienes comunes o propios de la víctima.

La Violencia económica. Es toda acción u omisión del Agresor que afecta la supervivencia económica de la víctima. Se manifiesta a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas, así como la percepción de un salario menor por igual trabajo, dentro de un mismo centro laboral incluye, malos tratos económicos que se manifiestan de las siguientes formas: controlar el dinero, impedir conocer el patrimonio familiar, toma decisiones unilaterales sobre su uso, se apodera de los bienes, se impide tener un trabajo asalariado, se asigna una cantidad y se exige explicaciones de los gastos realizados.

La Violencia Sexual: desde la imposición de una relación sexual no deseada, de posturas, gestos, actos o formas de vestir, hasta abuso y violación con uso de fuerza física. Insultos y acusaciones durante las relaciones sexuales, trato como si la mujer fuera un objeto. Venganza, chantaje y amenazas si no quiere tener relaciones sexuales. Es una expresión de abuso de poder que implica la supremacía masculina sobre la mujer, al denigrarla y concebirla como objeto.

Por último la; Violencia psicoemocional: toda acción u omisión dirigida a desvalorar, intimidar o controlar sus acciones, comportamientos y decisiones, consistente en (prohibiciones, coacciones, condicionamientos, intimidaciones, insultos, amenazas, desdén, chantaje, o actitudes devaluatorias, o cualquier otra), que provoque en quien la recibe alteración autocognitiva y autovalorativa que integran su autoestima o alteraciones en alguna esfera o área de su estructura psíquica. Incluye los malos tratos psicológicos y emocionales: insultos, humillaciones, burlas, coerción, descalificaciones y críticas constantes, desprecios, abandono y aislamiento emocional, incomunicación, gritos, chantajes, amenazas de tipo económico o emocional, control de lo que dice, hace, etc. (Ferreira, 1992) incluye como malos tratos psicológicos los: Malos tratos ambientales: rompe y golpea objetos, destroza enseres, tira sus cosas.

2.1.1 El ciclo de la violencia

Walker, (1979) explica y ayuda a entender cómo se produce y se mantiene la violencia en la pareja. Expone que, el ciclo de la violencia, tiene una forma cíclica, que se desarrolla en tres fases: la fase de tensión, la fase de agresión y la fase de conciliación, arrepentimiento o de «luna de miel»

1. La fase de tensión se caracteriza por una escalada gradual de tensión que se manifiesta en actos que aumentan la fricción y los conflictos en la pareja. El hombre violento expresa hostilidad, pero no en forma explosiva.

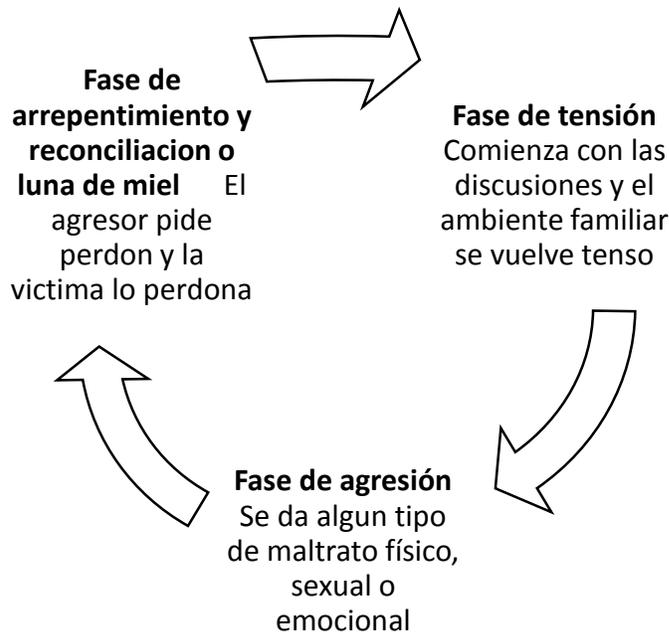
La mujer intenta calmar, complacer o, al menos, no hacer aquello que le pueda molestar a la pareja, en la creencia irreal de que ella puede controlar la agresión. Pero esta sigue aumentando y se producirá la siguiente fase.

2. Fase de agresión, en la que estalla la violencia psíquica, física y/o sexual. Es en esta fase cuando la mujer suele denunciar los malos tratos y en la que puede decidirse a contar lo que le está pasando.

3. Fase de conciliación o «luna de miel», en la que el hombre violento se arrepiente, pide perdón, le hace promesas de cambio o le hace regalos. Este momento supone un refuerzo positivo para que la mujer mantenga la relación. También le permite ver el “lado bueno” de su pareja, fomentando la esperanza de que puede llegar a cambiar.

El ciclo de la violencia explica por qué algunas mujeres retiran su denuncia, que interponen en la fase de agresión, al encontrarse un hombre que se arrepiente, promete cambiar y que está en plena fase de «luna de miel». También explica por qué las mujeres, después de verbalizar que están sufriendo violencia o de iniciar la toma de decisiones para terminar con la relación, le disculpan, minimizan su comportamiento violento o lo justifican, volviendo de nuevo a la situación anterior.

Con el tiempo, la fase de agresión se repite más a menudo o se está todo el tiempo entre la tensión y la agresión, sin apenas «fase de conciliación». Cuando esto sucede, es cuando muchas mujeres deciden pedir ayuda. A veces, hasta llegar a este momento, han pasado muchos años. Si este ciclo no se rompe a tiempo, las agresiones



2.2 Género, asignación, identidad y rol

Género es el conjunto de rasgos y características sociales y culturales que caracterizan y distinguen el ser hombre o mujer, estructura la percepción y la organización concreta y simbólica de toda la vida social. (Basta 1994)

La disciplina que primero utilizó la categoría género para establecer una diferencia con el sexo fue la psicología, en su vertiente médica, con Robert Stoller en sus estudios sobre identidad sexual, así Lamas (1995) desde esta perspectiva psicológica, nos dice que género es una categoría en la que se articulan tres instancias básicas:

La asignación (rotulación, atribución) de género: Esta se realiza en el momento en que nace el bebé, a partir de la apariencia externa de sus genitales.

La identidad de género : Se establece más o menos a la misma edad en que el infante adquiere el lenguaje (entre los dos y tres años) y es anterior a su conocimiento de la diferencia anatómica entre los sexos. Desde dicha identidad, el niño estructura su experiencia vital; el género al que pertenece lo hace identificarse en todas sus manifestaciones: sentimientos o actitudes de "niño" o de "niña", comportamientos, juegos, etcétera. Después de establecida la identidad de género,

cuando un niño se sabe y asume como perteneciente al grupo de lo masculino y una niña al de lo femenino, ésta se convierte en un tamiz por el que pasan todas sus experiencias. Es usual ver a niños rechazar algún juguete porque es del género contrario, o aceptar sin cuestionar ciertas tareas porque son del propio género. Ya asumida la identidad de género, es casi imposible cambiarla.

El rol de género, se forma con el conjunto de normas y prescripciones que dictan la sociedad y la cultura sobre el comportamiento femenino o masculino. Aunque hay variantes de acuerdo con la cultura, la clase social, el grupo étnico y hasta al nivel generacional de las personas, se puede sostener una división básica que corresponde a la división sexual del trabajo más primitiva: las mujeres paren a los hijos, y por lo tanto, los cuidan: lo femenino es lo maternal, lo doméstico, contrapuesto con lo masculino como lo público. La dicotomía masculino-femenino, con sus variantes culturales (del tipo el yang y el yin), establece estereotipos las más de las veces rígidos, que condicionan los papeles y limitan las potencialidades humanas de las personas al estimular o reprimir los comportamientos en función de su adecuación al género.

2.2. 1 Estereotipos de género.

Los estereotipos de género como una imagen muy simplificada acerca de las personas en función de la dicotomía sexual que refleja las creencias populares sobre, los rasgos físicos las actividades y los roles que caracterizan hombres y mujeres (y que sin embargo no coinciden siempre con la realidad). Cumplen una función de orientación dentro del mundo social, son utilizados para reconocer a personas dentro de un grupo social o a uno mismo.

Bajo esta categorización, se percibe a los sujetos femeninos más cálidos, expresivos e interesados por los problemas personales, mientras que los hombres son considerados como más asertivos, racionales y más orientados hacia la actividad que a la gente.

Esto durante muchos años ha llevado a orientar la educación de la mujer hacia determinadas tareas socialmente consideradas como “femeninas” y al varón hacia otras “más masculinas.” (Bastan, 1994).

En algunos estudios según Bastan (1994), acerca de cómo experimentan los hombres jóvenes su masculinidad en la actualidad, revelan que existe una presión de la cultura, las instituciones,

las familias y los pares para que se comporten como “hombres” (en el sentido de la masculinidad hegemónica), y esas actitudes los llevan en ocasiones a experimentar riesgos como participar en peleas, consumir alcohol en exceso, fumar tabaco, tener sexo sin protección, etc.

Si bien muchos/as han tenido más oportunidades que cualquier otra generación anterior, al mismo tiempo han debido formar sus identidades, sus proyectos y relaciones en un mundo más incierto y cambiante.

La socialización masculina, si bien presenta privilegios para los hombres, también se traduce en riesgos tanto para su propia salud, como para la salud de otros hombres y mujeres. Esto, porque los mandatos de masculinidad de nuestra sociedad inducen a los hombres a tener mayor independencia; ser agresivos y competitivos; exponerse a sí mismos y a otros/as a conductas violentas y temerarias: por ejemplo, adicciones, sexualidad desprotegida, accidentes, etc.

De acuerdo a la OMS, la adolescencia es el periodo de vida que va entre los 10 y los 19 años de edad, y la juventud entre los 15 y los 24 años. Este segmento de la población presenta en el mundo una variabilidad sociocultural muy amplia, lo que hace difícil establecer consensos respecto a las características que lo distinguen. Aun así, existen algunos elementos que comparten todos/as los/as, jóvenes y adolescentes: viven una etapa de definición de la identidad personal y de la identidad de género. Los/as adolescentes y jóvenes representan el 25,8% de la población del país.

La población es muy diversa y, por ende, requiere ser analizada de acuerdo a las múltiples variables socioculturales que construyen sus particularidades, como clase social, etnia, credo, entre otras.

Ahora bien, más allá de las diferencias y las particularidades de cada subgrupo del segmento de jóvenes y adolescentes de nuestra sociedad, cabe destacar que uno de los elementos transversales para todos/as es el hecho de que enfrentan un mundo en constante cambio, novedoso tanto para ellos/as como para sus padres y madres, sus profesores/as y las instituciones con las que se vinculan.

El modelo hegemónico de masculinidad entrega las pautas de cómo los hombres se deben comportar en todos los planos (afectivo, familiar, laboral, etc.) si quieren evitar sanciones sociales como la marginación o el estigma. Así, en el proceso de construcción social de la masculinidad,

los jóvenes generalmente son socializados para demostrar su virilidad, lo que los lleva en ocasiones a utilizar la violencia entre sí para probar que son “hombres de verdad”.

Rodríguez y De Keijzer (2002), señalan que existen estudios cualitativos que han revelado que para poder cumplir con los mandatos de la masculinidad hegemónica los hombres a veces suprimen sus emociones y necesidades, lo que conlleva consecuencias tales como dificultades para identificar sus sentimientos y hablar de ellos, y dificultades para empatizar con otros/as.

En América Latina las masculinidades que se han construido a lo largo de los años se corresponden con los procesos históricos del mestizaje, la colonización y la vida republicana. La imagen del hombre, en este contexto, ha estado fuertemente vinculada con la figura del “macho”, el “cabrón”, y se define por el valor fundamental que representa el “honor”. De esta manera, la figura masculina de poder es representada por el patriarca, el dominador, en oposición al hombre que es dependiente y dominado por otros. Esta figura de poder se reafirma en el machismo en tanto aseveración de la virilidad y de control sobre las mujeres (y de otros hombres). Para mantener esta imagen viril, el hombre debe separarse de la casa y de todo lo doméstico, como medio de distanciarse de lo femenino.

De parte de las mujeres se espera que manejen de manera apropiada el espacio privado, siendo buenas madres, cariñosas y generosas, entre otras características que se le atribuyen a lo femenino.

Quienes desobedecen estos mandatos generalmente reciben sanciones sociales. Así, por ejemplo, cuando en una familia hay roles tradicionales invertidos, a los hombres se les suele decir “macabeos” o “dominados”, mientras a las mujeres que son exitosas y agresivas en el plano laboral se les tacha de masculinizadas.

Vemos así como en nuestra cultura todavía se asume que el hogar es de responsabilidad de las mujeres, mientras el trabajo fuera de éste es el espacio con mayor presencia masculina. Los mandatos de género dictan que los hombres, para convertirse en tales, deben ser responsables, proveedores, conquistadores y demostrar autoridad. En ocasiones estas demostraciones se realizan a través de actos de violencia que los hombres cometen contra mujeres, contra otros hombres e incluso contra sí mismos (Rodríguez y De Keijzer, 2002).

En cuanto a la educación para los hombres jóvenes, debemos partir del principio, de que estos deben ser vistos como aliados y no como problemas. Todos los hombres -incluso aquellos que

alguna vez fueron violentos- poseen potencial para ser comprometidos y cuidadosos, para relacionarse a través de diálogos respetuosos, para asumir responsabilidades con sus hijos/as y para interactuar y vivir de forma armónica.

Barker (2007), señala que algunos muchachos son violentos con sus parejas y entre sí. Además, muchos jóvenes no participan del cuidado de sus hijos/as y no se involucran adecuadamente en las necesidades de salud sexual y reproductiva ni de sí mismos ni de sus parejas. Pero existen otros hombres adolescentes y jóvenes que sí participan en los cuidados de los hijos/as, que son respetuosos en sus relaciones íntimas, y que no son violentos en ninguna dimensión de sus vidas. Cabe destacar que nadie es de una misma forma todo el tiempo: un hombre joven puede ser violento con la pareja, pero protector y cuidadoso con los/as hijos/as; o violento en algunos contextos y en otros no.

De esta manera las investigaciones, en el campo de educadores/as, padres/ madres, profesores/as y profesionales de la salud, demuestran que los hombres jóvenes responden de acuerdo a las expectativas que se tiene de ellos.

Diversos programas de prevención con hombres muestran que los hombres sí pueden cambiar sus creencias y actitudes. Por tanto el desafío es cómo llegar a los hombres con un discurso inclusivo y llamativo que promueva conductas más respetuosas, saludables y equitativas (Barker, 2007). Consideramos que es fundamental comenzar a rescatar lo que los hombres jóvenes hacen de positivo, y creer en el potencial que todos ellos poseen.

2.3 Antecedentes históricos Violencia de género

La violencia de género contra las mujeres se origina en las relaciones desiguales de poder entre mujeres y hombres, las cuales responden a un orden social y culturalmente construido.

Aguilar (2010) señala que la violencia ha sido aprendida y tiene causas sociales y culturales, principalmente, la forma diferencial en que se educa a la mujer y al hombre, ya que a través del proceso de socialización se programa al hombre para ser rudo, fuerte, decidido, agresivo y manifestar coraje, mientras a la mujer se le enseña a ser sumisa y dependiente del hombre. Así, el hecho de que los jóvenes hayan vivenciado este tipo de violencia en sus hogares puede tener como

efectos: creer que la violencia es algo natural que tienen que llamarte la atención si te estas portando mal; en el caso de niñas y jóvenes, aprender que la victimización es inevitable y nadie puede ayudarles a resolver ese patrón; emplear la violencia como la técnica más efectiva para resolver problemas en la escuela, con los grupos de pares y con su familia. Debido a este tipo de crianza y aprendizaje, no es extraño en nuestra sociedad que un gran número de mujeres adolescentes o jóvenes sean golpeadas, amenazadas y humilladas por sus novios.

Por su parte, Rodríguez (2007) nos señala que la violencia de género puede ser entendida como un tipo de violencia que no solo hace referencia al ámbito material, es decir a las agresiones físicas y a la falta de recursos económicos sino también, al ámbito simbólico, es decir a nuestras emociones nuestros deseos y nuestras carencias a la hora de establecer relaciones afectivas con la personas derivadas de la forma como se entienden y se construyen las masculinidades y la femineidad en nuestra época.

Rodríguez (2007) también nos habla de que la institución de la familia nuclear compuesta por padre- madre- hijo, ha sido el modelo imperante desde la revolución social en nuestra sociedad y es por lo tanto fuente de normas sociales y de prescripciones de comportamiento sobre lo que deben ser las relaciones de hombre-mujer. Este conocimiento es imprescindible para profundizar y conocer sobre el fenómeno de la violencia de género en la actualidad.

2.3.1 El patriarcado y sus manifestaciones.

Desde la antropología se ha definido al patriarcado como un sistema de organización en el que el poder político, económico, religioso, militar y la organización familiar están encabezados por hombres.

Las manifestaciones del patriarcado son diferentes de unas sociedades a otras, así se puede distinguir entre patriarcado de coerción y patriarcado de consentimiento. En el primero se mantienen normas muy rígidas en lo que respecta a los papeles de hombres y mujeres y el hecho de desobedecerlos puede comportar incluso a muerte. Pensamos por ejemplo en la sociedad afgana heredada de los talibanes.

El segundo tipo responde a la forma en el que el patriarcado adquiere en las mal denominadas sociedades desarrolladas como la nuestra, como decía el filósofo Michel Foucault en estas sociedades se despliegan una serie de relaciones de poder que en lugar de castigar favorecen una serie de conductas, en el sentido de que las incitan con mecanismos más o menos sutiles.

En sociedades como la nuestra son los mismos individuos los que buscan obedecer el mandato, en el caso que nos ocupa en lo que respecta al género y buscan hacerse lo más posible a los cánones normativos de masculinidad y femineidad. Las personas asumimos estos mandatos como propios, bajo el riesgo de ser rechazados o no reconocidos por el entorno.

Por lo tanto este sistema de dominación que representa el patriarcado pasa a ser un elemento del cual formamos parte y que al mismo tiempo nos forja como personas (Rodríguez, 2007).

Capítulo 3. Autoestima y violencia en el adolescente

3.1 La autoestima y autoconcepto

Hertfelder (2005) afirma que la autoestima tiene importantísimas consecuencias en la vida de las personas. Tan esenciales, que la supervivencia psicológica depende de la valoración que se hacen las personas a sí mismas, a partir de ahí la persona, se atreverá a acometer algún tipo de empresas u otra en la vida y será capaz de relacionarse o no con los demás.

Este mismo autor nos dice que la autoestima se traduce en una forma de ser, esto es de pensar, sentir y comprometerse con si mismo/a. Si una persona se ve bien, lo primero que transmite es seguridad y confianza, así podemos decir “tal como te trates a ti misma/o, así te trataran los demás”. Si uno/a se cuida, se da tiempo a si mismo/a para hacer sus cosas, si valora su trabajo...en definitiva si se trata con respeto, la mayoría de la gente le tratará así, y al revés, el mismo autor nos dice también que autoestima no es un concepto estático en sí mismo, se va construyendo, varia con el tiempo, y a lo largo de la vida, en cada etapa se apoya en variable diferentes, varía según las diferentes circunstancias por las que atravesamos.

La autoestima hace referencia a los aspectos evaluativos y afectivos del autoconcepto. De hecho, la mayoría de los teóricos de este tema consideran la autoestima como un aspecto o dimensión del autoconcepto.

Mientras que el autoconcepto se define como un sistema de creencias que el individuo considera verdaderas respecto a sí mismo, las cuales son el resultado de un proceso de análisis, e

integración de la información derivada de la propia experiencia y la retroalimentación de lo que tengo de mí mismo, la identidad que me diferencia de los demás.

Existen muchos autores e instituciones que han trabajado sobre este tema de la autoestima, y han aportado sus propias definiciones para tratar de comprender su significado a continuación citaremos a:

Rodríguez (2012) define a la autoestima como el valor que le damos a lo que conocemos de nosotros mismos (del autoconcepto). Es el sentimiento general de valía que nos otorgamos. Supone aprobarse a uno mismo, aceptarse y considerarse como una persona digna de ser aceptada y querida por uno mismo, y por consiguiente por los demás.

Por otra parte Branden (2012) señala que la autoestima: Es la experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades de la vida y consiste en:

- 1.-Confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos básicos de la vida.
- 2.-Confianza en nuestro derecho ser felices, el sentimiento de ser dignos, de merecer, de tener derecho a afirmar nuestra necesidades y a gozar de los frutos de nuestro esfuerzo.

La fundación amigo (2008), por su parte dice que la autoestima incluye dos procesos:

1. El proceso de evaluación: que siempre se hace en base a un(os) criterio(s), que puede ser:
 - La comparación entre el yo real y el yo ideal (la persona que a uno le gustaría ser).
 - La comparación de la propia imagen con los valores sociales y culturales del contexto en el que vive.
 - La evaluación en relación a las consecuencias de éxito o fracaso en la ejecución de una tarea.
 - La comparación con los propios resultados obtenidos en situaciones anteriores (comparación interna).

- La comparación de uno mismo con otros (comparación social).
- El feedback procedente de la evaluación por parte de personas significativas.

2.- El proceso de afecto: se refiere a las reacciones emocionales desencadenadas por la evaluación de la propia imagen.

- Implica sentimientos de auto-aceptación, auto-rechazo, auto-respeto, auto-valía, auto-satisfacción, etc.
- Puede variar en cada sentimiento, a lo largo de un continuo que va desde lo positivo a lo negativo.

3.1.2 La construcción de la autoestima

Verduzco (2001) dice que desde que nacemos en nuestra familia fuimos recibiendo mensajes tanto en palabras como en actitudes de las personas que nos rodean y que nos decían si éramos aceptados o no, si éramos queridos, y si lo que hacíamos era bien recibido o no.

Son los amigos o compañeros, profesores y demás personas que nos rodean los encargados de darnos un lugar en la familia, escuela, o grupo y los encargados de mandarnos señales de que tan capaces nos desempeñamos en situaciones cotidianas.

Es así como finalmente a lo largo de nuestra vida cuando nosotros nos evaluamos en relación a lo que queremos lograr o en relación a las otras personas llegamos a conclusiones sobre nosotros mismos, sobre el valor que tienen nuestras cualidades.

Posteriormente toda esta evaluación que se lleva a cabo en la construcción de la autoestima, se vuelve como una lupa con filtro de color, a través del cual pasamos todas nuestras cualidades y

defectos, que tiñe todo de aspectos positivos o negativos, según la visión que tengamos de nosotros. Cada una de estas categorías tiene características propias que le dan un enfoque diferente a la vida.

La autoestima positiva pinta nuestra visión de un color claro, positivo y optimista; en cambio la autoestima negativa tiñe de obscuro negativo y pesimista todo lo que vemos (Verduzco 2001).

De esta manera y si tenemos las características apropiadas para lo que queremos o que son bien vistas en nuestro medio, y además hemos sido apoyados en nuestro desarrollo podemos desarrollar una buena o alta autoestima, si por el contrario las características de una persona no fueron lo suficientemente valoradas y no tiene un adecuado apoyo por ejemplo en el caso de una persona que tiene habilidades artísticas, en un medio donde se valora lo intelectual, aunque quiera destacar los comentarios sobre su actividad serán poco motivantes, si es así la persona en cuestión desarrollara un baja autoestima.

Por otro lado Francois (2000) nos señala, que los comienzos de la autoestima se hacen en correlación con los de la consciencia de uno mismo, y que al parecer es a la edad de ocho años cuando los niños ya tienen una representación psicológica global de sí mismos, que puede ser medida y evaluada científicamente es a esta edad en la que el niño puede decir quién es, atreves de distintas características como su aspecto físico, rasgos de carácter, y describir también sus rasgos emocionales.

3.1.3 Autoestima alta y baja

Verduzco (2001) nos menciona que la característica principal de una autoestima alta, es una actitud activa ante la vida, esto implica tener ganas de enfrentar nuestros problemas y de buscar soluciones escuchando nuestras ideas, para tener una vida mejor. Implica también aventurarnos a

actuar y aceptar la responsabilidad de tomar decisiones, tanto positivas como negativas. Cuando tenemos una autoestima alta tomamos el control de nuestra vida, sabiendo que podemos tomar decisiones para lograr lo que anhelamos.

Principales características de una autoestima alta:

- Mi valor se basa más en mi forma de ser que en mis logros.
- Mido mis habilidades sin compararme con otras personas.
- Reconozco y acepto mis habilidades y debilidades.
- Al solucionar los problemas me guio por mis propias ideas.
- Tomo en cuenta las opiniones de los otros pero finalmente tomo la decisión que considero adecuada.
- Acepto la crítica como una opinión externa, sin sentirme herido en los más profundo de mí ser.
- Puedo decir que sí o no y aceptar que los demás hagan lo mismo ante situaciones que se me presentan.
- Soy considerado conmigo mismo y si me equivoco no me lo reprocho constantemente.
- Aprendo de mis errores y remedio mis fallas.
- Me siento capaz de enfrentar los obstáculos que se presenten en mi vida.
- Los retos me estimulan a trabajar más para lograr mis objetivos.
- Mis metas están de acuerdo a lo que considero que puedo hacer.
- Sentirme bien es tan importante como lograr lo que me propongo.
- Me enfrento a los problemas con decisión.
- Acepto la responsabilidad de mis actos, tanto positivos como negativos.
- Las actitudes de los demás tienen poca influencia en mi estado de ánimo.

- Cuando tengo problemas los enfrento en vez de lamentarme.

En el otro extremo, y en una autoestima baja (Verduzco 2001) tomamos una actitud pasiva, no tenemos ganas de enfrentar problemas sino todo lo contrario, los evadimos porque nos sentimos incapaces de lograr algo. Como nos sentimos siempre observados y criticados buscamos siempre depender de otros, para solucionar nuestros problemas y no equivocarnos.

Todos nuestros intentos para sentirnos seguros harán que nuestra vida poco a poco gire alrededor de alguien más para poder sobrevivir. Si conseguimos que otras personas nos den las soluciones ellas lo harán desde su punto de vista, sin tomar plena conciencia de nuestra realidad.

Y aun cuando nos quitemos la responsabilidad de tomar nuestras decisiones, al poder culparlos en caso de que no funcione también nos quitaremos del gozo de lograr lo que hayamos obtenido, porque nunca podremos integrarlos como propios. Esto nos convierte automáticamente en personas que viven la vida como víctimas, en esclavos de otros de quien dependemos, porque nuestro destino no está en nuestras manos, sino en las de los demás y lo único que podemos hacer, cuando no nos sentimos bien es quejarnos de nuestra mala suerte, pero sin hacer nada para remediarlo.

Principales características de una autoestima baja:

- Busco ser querido y aceptado por mis habilidades y no por quien soy.
- Me mido en relación a otros (a quien en general considero más aptos y mejores) y por lo mismo me siento en desventaja.
- Considero sin valor mi forma de ser, mis habilidades o mis logros y exagero mis fallas.
- Me guío por lo que los otros puedan decirme, en lugar de escuchar mis propias ideas.
- Pienso que los demás son siempre los que tienen la razón, y no le doy crédito a lo que pienso o siento

- Siento la crítica como un rechazo a mi persona en lugar de enfocarme al objeto de la crítica.
- Invento excusas para disculparme en lugar de decir abiertamente si quiero algo o no.
- Me reprocho constantemente por mis errores.
- Siento que necesito ser perfecto y no cometer errores para que los demás me acepten.
- Me siento incapaz de hacer algo por mí mismo y pienso que solo con ayuda de otros puedo lograr hacer algo.
- Evito tomar riesgos nuevos por miedo a fracasar.
- Busco grandes retos para destacar o me voy al otro extremo y no intento hacer nada.
- Trato de alcanzar grandes logros, incluso desproporcionados de acuerdo a mis capacidades, aunque esto implique olvidarme de mi bienestar interno.
- Dejo los problemas sin resolver y lamento tenerlos.
- Critico o culpo a otros para cubrir mis fallas.
- Me hieren con facilidad las actitudes de los demás para cubrir mis fallas.
- Continuamente me estoy compadeciendo por mis desgracias.

3.2 Relación familiar y autoestima

Carrillo (2009), dice que la familia aparece como la instancia primera donde se experimenta y organiza el futuro individual donde se dan las contradicciones entre “pertenecer a” y a la vez lograr la autonomía parecerse y diferenciarse, la familia construye el compromiso de cada uno con un proyecto relacional en un determinado tiempo y espacio.

Es así como la primera relación trascendente en la vida del individuo es su relación familiar, ya que la familia es el inicial y más importante contexto que permite al ser humano desarrollar su

autoestima. La familia es el espejo en el que nos miramos para saber quiénes somos, mientras vamos construyendo nuestro propio espejo. Dependiendo la familia a si será la persona, la cual será moldeada por las reglas, los roles, formas de comunicación, valores, costumbres objetivos y estrategias de relación con el resto del mundo a su alrededor.

Según Carrillo (2009) se pueden distinguir dos formas de autoestima en la familia:

a) La familia autoestimada

En las familias que se desarrolla y se forma una autoestima sana, la forma de funcionamiento de sus miembros tiene características particulares. Las reglas son claras disponibles de ser modificadas, no se siguen parámetros automáticamente solo por el hecho de que los abuelos los hayan seguido, hay disposición a buscar lo que conviene a las necesidades de todos los integrantes. La comunicación es abierta por lo que está permitido expresar los sentimientos directamente, la interacción se basa más en el amor que en el poder.

La forma de proceder de la familia autoestimada es nutritiva por que se orienta a partir del deseo de ganar y no del miedo de perder.

b) La familia desvalorizada

Las familias que carecen de Autoestima se caracterizan por la ausencia de reglas, las cuales cuando existen, son difusas, contradictorias o basadas en la tradición o estereotipos, que nada tienen que ver con las verdaderas necesidades del grupo. Hacen lo que se ha hecho siempre lo aceptado y tradicional, sin considerar su verdadera utilidad y adecuación no existen objetivos familiares, se vive permanentemente en ensayo y error, sin una meta en común, por la cual luchar unidos, no hay un proyecto de vida definido, sujeto a valores y criterios coherentes.

3.2.1 Relación entre padres e hijos

Aunque (Carrillo, 2009), la influencia del medio ambiente especialmente de los jóvenes es poderosa y ejerce peso sobre los adolescentes, podría decirse que la responsabilidad fundamental, recae sobre los padres, porque ellos tienen la posibilidad de predicar con el ejemplo. Cuando los hijos llegan a la adolescencia la autoestima de los padres es puesta a prueba, ya que es entonces cuando parecen perder el control, y el sentido común. Es así como la autoestima de los padres, será el modelo a seguir de los adolescentes.

Muchos padres consideran que la adolescencia es una etapa en la vida de los hijos que hay que soportar, pero casi nunca se plantean la idea de que es un proceso que hay que compartir, acompañar y vivir, como uno de los mejores momentos para conocer a sus hijos y establecer con ellos una relación familiar.

Así en el camino a su independencia el adolescente reclama a sus padres más autonomía sin embargo, no necesita autonomía completa, y dada su inseguridad sufre si se le otorga tanta independencia, la que puede sentir como un abandono, los padres deben de estar constantemente a su lado, para darles seguridad, amor afecto, apoyo, que exista comunicación entre ellos y así poder ayudarlos a encontrar su propia identidad (Carrillo, 2009). Es entonces que una de las tareas más importantes del adolescente consiste en despegarse de sus padres y forjar una identidad independiente. La tarea de los padres consistirá en apoyar y supervisar esta separación de una forma segura y sin riesgo para el adolescente en proceso de separación.

3.3 Adolescencia y autoestima

La adolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima. Es la etapa en que la persona necesita desarrollar una fuerte identidad, es decir saberse individuo distinto a los demás, conocer sus posibilidades y talentos, y sentirse valioso como persona. Son los años en que la persona pasa de su dependencia a su independencia y a la confianza en sus propias fuerzas.

En la crisis de identidad de la adolescencia el joven se cuestiona, automáticamente, incluyendo la opinión que a adquirido de sí mismo en el pasado. Puede revelarse 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 consejo de todo tipo, sea cual fuere la aproximación a su nueva identidad el adolescente pasara inevitablemente por una reorganización crítica de su manera de apreciarse con el consiguiente cambio de autoestima (Carrillo, 2009).

El joven debe en principio aprender a conocerse (sus cualidades, capacidades, problemas y puntos débiles) antes de reconocerse (autoestima), es decir lograr hacer un buen juicio de lo que descubre en sí mismo. Las transformaciones físicas en esta etapa perturban la imagen que el joven tenía de sí mismo. En Duclos (2010), se menciona que esta búsqueda de la identidad va acompañada de importantes cambios tanto fisiológicos, como cognitivos y circunstanciales, que lo convierten en un periodo de grandes desafíos.

Entonces exponemos que los adolescentes, son seres humanos que están evolucionando, son inseguros, su control interno es vacilante, por lo que pueden optar por el silencio, el secreto o la agresividad. Lo fundamental es respetarlos, no forzarlos y mostrarnos siempre comprensivos y dispuestos a escuchar.

Sin perder de vista que para que funcionen se necesita que se le proporcionen normas, objetivos ideales, sin imposiciones y permitiendo la participación del joven a la construcción de su nueva identidad. Por su parte el educador o padre de familia que participe en esta formación debe contar con carácter y mantener abierta la posibilidad de flexibilización de las actividades.

En esta etapa como dice Duclos (2010) también, intervienen procesos fuertes de socialización y existe un proceso de adaptación al medio en el que se está inmerso: el adolescente tiene la posibilidad de elegir qué ambiente le es edificante, decisión aunada al número de cambios físicos y biológicos que está viviendo. Aquí es muy importante señalar que el adolescente se encuentra en la búsqueda de modelos a imitar, dichos modelos son elegidos por las características que concuerden con las necesidades psicológicas y vitales, que el mismo, está experimentando. En la construcción de estos modelos también interviene el referente social que ha sido transmitido en la relación con sus padres, quien a su vez lo adquirieron de la sociedad.

3.4 Violencia y autoestima

La violencia y la autoestima se articulan en forma de círculo vicioso, en el sentido de que una autoestima baja dificulta que un adolescente pueda defenderse ante agresiones de terceros y a su vez al ser agredido constantemente contribuye a una baja autoestima. Por otro lado y en el caso de quienes participan en episodios de violencia como agresores, muchas de las veces es una forma de mostrarse fuerte ante sus pares ocultando sus propios miedos e inseguridades, en un contexto en el que el uso de la fuerza es altamente valorado (Kornblit, 2008).

De esta manera los adolescentes que tienen una autoestima baja son más propensos a ser víctimas o protagonistas de hostigamiento y violencia que los que tienen una autoestima alta.

La diferencia principal entre una autoestima alta y una baja, radica en que con una autoestima alta, tenemos una actitud activa ante la vida. Esto implica tener ganas de enfrentar nuestros problemas y buscar soluciones escuchando nuestras ideas, esto implica también atrevernos a actuar y aceptar la responsabilidad de tomar decisiones tanto positivas como negativas (Verduzco, 2001).

3.5 Conductas asertivas como expresiones para elevar la autoestima.

Etimológicamente la palabra asertividad proviene del latín *asserere*, *assertum* (aserción) que significa afirmar. Así pues asertividad significa afirmación de la propia personalidad confianza en sí mismo autoestima, comunicación segura y eficiente.

La asertividad consiste en hacer valer los derechos propios, diciendo lo que necesitamos, creemos, sentimos y pensamos de una manera clara, firme, directa, sin agredir y respetando a la otra persona se refiere tanto a la comunicación verbal como a la no verbal y podríamos decir al estilo y manera de vivir de cada persona.

La asertividad es la expresión directa de los propios sentimientos, deseos, derechos legítimos, y opiniones sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de las otras personas; implica respeto hacia uno mismo al expresar las necesidades propias y defender los propios derechos. Las personas tienen que reconocer también cuáles son sus responsabilidades en esa situación y que consecuencias resultan de la expresión de sus sentimientos (Ceballos, 2005).

3.5.1 Conductas asertivas y no asertiva

Ceballos (2005), señala que si hacemos una descripción general de las conductas podemos clasificarlas en asertivas y no asertivas. Esta última a su vez podemos subdividirla en pasiva y agresiva.

Características de las personas asertivas:

- Se sienten libres para manifestarse, mediante sus palabras y actos: “Esta soy yo” “Esto es lo que yo pienso” “Esto es lo que yo siento.”
- Puede comunicarse con personas de todos los niveles, y esa comunicación es siempre directa franca firme y adecuada.
- Tiene una orientación activa ante la vida.
- Actúa de un modo que juzga respetable, al comprender que no siempre puede ganar, acepta sus limitaciones, sin embargo intenta siempre lograr sus objetivos, de modo que ya sea que pierda o gane conserva su respeto propio y su dignidad.
- Acepta o rechaza en su mundo emocional a las personas: con delicadeza pero con firmeza, establece quienes van a ser sus amigos y quiénes no.
- Se manifiesta emocionalmente libre para expresar sus sentimientos. Evita los dos extremos: por un lado la represión, y por otro lado la expresión agresiva y destructiva de sus propios sentimientos.

Algunas características de la conducta no verbal asertiva a considerar en la comunicación pueden ser:

- Ver a los ojos de manera comfortable, directa.
- Cara relajada y poder sonreír en la forma de aceptación a los demás
- Movimientos corporales balanceados.

3.5.2 Comunicación no asertiva pasiva.

La no aserción dice Ceballos (2005), muestra una falta de respeto hacia las propias necesidades, la expresión se manifiesta de una manera auto derrotista, con falta de confianza con disculpas, el objetivo de la no aserción es apaciguar a los demás y evitar los conflictos, la forma de expresión débil de los propios sentimientos, creencias u opiniones que al no responder a los requerimientos de la situación interpersonal que se enfrenta, puede dar como resultado una serie de consecuencias no deseables tanto para la persona que se comporta de esa manera como el permitir que se violen sus derechos, como para la persona con la que se interactúa.

En términos psicológicos tienen una personalidad inhibida, creen tener mil razones para no actuar, se creen insuficientes y viven la vida según las reglas y los caprichos de otros, no saben a fondo quienes son, que sienten ni que quieren.

3.5.3 Comunicación no asertiva agresiva

La acción agresiva se manifiesta deteriorando el intercambio positivo de la relación humana, en este tipo de conducta la defensa de los derechos personales y la expresión de los pensamientos sentimientos y opiniones se da de una manera inapropiada que transgrede los derechos de las otras personas. La conducta agresiva en una situación puede expresarse de manera directa que incluye ofensas verbales insultos amenazas y comentarios hostiles y humillantes, o indirecta, que incluye comentarios sarcásticos, rencorosos y murmuraciones maliciosas, emitir criticas constantes, no aceptar las responsabilidades de los propios actos, etiquetar, ridiculizar, agredir no aceptar y culpar a los demás y sentirse superior. Agresión no verbal indirecta puede manifestarse con gestos físicos

realizados mientras la atención de la persona se dirige hacia otro lugar o actos físicos dirigidos hacia otras personas u objetos.

El objetivo habitual de la agresión es la dominación de la otra persona. Se trata en último término de que los demás se hagan más débiles y menos capaces de expresar y defender sus derechos y necesidades (Ceballos, 2005).

Capítulo 4. El poder y el adolescente

4.1 Poder y relaciones de poder

El concepto de poder desde diferentes perspectivas teóricas y sociopolíticas, dentro de las cuales se pueden mencionar las siguientes:

Noción de poder en general: En su acepción más amplia se concibe el poder como un quantum de energía o de impulso, que permite concretar una determinada acción. Esta definición está estrechamente vinculada con el verbo ‘poder’, en el sentido de ‘poder hacer’. No obstante, esta definición es de índole individual, puesto que implica un quantum de energía que un individuo puede o no puede poseer, dependiendo así de las características personales que el individuo tiene (Parra, 2004).

Por otro lado J. Hobbes, considera el poder como una propiedad o cosificación del poder: afirma que “es un medio actual para obtener lo que parece un bien futuro”, es decir, el poder es entendido como una ‘cosa o propiedad’ (medio de intercambio) que permite alcanzar determinados beneficios socioeconómicos, como por ejemplo, dinero = poder. Un ejemplo de esta concepción de poder, estaría dado por la lógica del ‘jefe’ del hogar, quien ‘tendría’ mayor poder en la familia por ser quien provee el sustento económico más que por su participación en las dinámicas familiares (crianza y educación de los hijos, preocupación por el bienestar emocional de los miembros de la familia, etc.).

El poder como una relación unilateral: Aquí existe una relación entre una persona o grupo que ejerce el poder y otra persona o grupo que se somete a dicho poder. Por ejemplo, Easton plantea

que el poder es un fenómeno de relación, ya que éste “se presenta en la medida que una persona controla, mediante la sanción, las decisiones o las acciones de otra”

Asimismo, Wright Mills concibe que “el poder, es poder sobre los otros, [donde] el poder que posee A en un sistema es necesariamente y por definición en perjuicio del poder de B” (Passano, 1978). Estos autores hacen hincapié, principalmente, en el sujeto que ejerce el poder, puesto que el ‘dominado’ es concebido como un objeto (o sujeto meramente pasivo) a quien se le ejerce o dirige el poder. Es decir, se propone una relación de poder unilateral, donde A influye a B, pero B no influye en A. inducen a pensar, a sentir y a vivenciar el poder como una explotación, una dominación y una negación del otro como sujeto de poder.

Perspectiva del poder como relación bilateral: Labourdette (1984), se detiene a explicar las relaciones de poder desde el sujeto que ejerce el poder como también, desde el ‘dominado’ tanto por su carácter ‘obediente’ (sujeto pasivo u objeto), y señala, “el doble carácter del polo subordinado que, por un lado, es el objeto de dominación, pero por otro lado, es también un sujeto de acción y reacción opositora o aceptadora. En una palabra, es también un sujeto de poder. Este autor concibe al subordinado como un sujeto activo en las relaciones de poder, pues éste tiene la capacidad (el poder) de reacción, Foucault, quien caracteriza al poder como una relación, es decir como una experiencia, como una actividad, y es que como le gustaba decir, “el poder no se posee se ejerce.”

También nos dice que no existe un único poder en la sociedad, sino que existen relaciones de poder extraordinariamente numerosas, múltiples en diferentes ámbitos, en las que unas se apoyan en otras, y en las que unas se oponen a otras, estas relaciones de poder son sutiles, se ejercen en niveles diferentes, y no podemos hablar de un poder sino de relaciones de poder.

Foucault crítica, al abuso de poder, las relaciones de dominación, es así como dentro de una perspectiva Foucaultiana el poder es algo que produce cosas, realidades, formas de vida, también produce saber. El saber es una forma de poder, pues todo saber es ya una forma de gobernar la realidad. Por otro lado el poder obviamente condiciona el desarrollo del saber. El poder fomenta unos discursos que a menudo actúan como justificación/legitimación de diversas decisiones a la vez que silencia otros discursos alternativos (Pastor, 2007).

Por todo esto y como dice Foucault, el poder, es en definitiva una actividad inseparable de nuestra condición humana, toda relación humana es en mayor o menor grado una relación de poder. Somos sujetos relacionales, es decir estamos sujetos al poder, por lo tanto estamos sujetos a relaciones de poder con otras personas, las relaciones de poder son parte constitutiva de nuestra forma de organización humana.

4.1.1 Familia y poder

Chávez (2011) dice que, una familia es un sistema, un grupo de individuos de una misma clase y especie y como tal requiere de una jerarquía que le dé balance y orden y le permita existir de manera equilibrada y armoniosa, por tanto las estructuras jerárquicas son necesarias para la supervivencia en todos los niveles, y en caso de la familia, implican un orden descendente de acuerdo con criterios de autoridad y poder. Esto significa que lo esperado - por qué es lo sano- es que los padres ocupen el primer lugar en este orden jerárquico. Cuando en una familia la autoridad y el poder recae donde no deben de estar es decir en los hijos, el sistema se desequilibra, la dinámica de la relación entre los miembros se confunde y se trastorna y desarmoniza profundamente a todos y en todos los niveles. Por otra parte tener tanto poder en la familia provoca

en el o los hijos que lo llevan, alteraciones de tipo emocional, como la ansiedad y la angustia, es demasiado peso para caer sobre sus espaldas –la autoridad y el poder- que está diseñado para los progenitores, los padres, no los hijos.

Tener un concepto erróneo de autoridad, conduce a creer que es algo malo abusivo e indeseable o hasta pasado de moda, pero no lo es en absoluto, es un factor indispensable para el sano funcionamiento de la familia. En la medida en que los hijos crecen, la forma en que los padres ejercen su autoridad y poder, se deberá ajustar a las nuevas circunstancias pero no desaparecer (Chávez, 2011).

Los padres que son capaces de tomar el lugar que les corresponde en su familia, y ejercer la autoridad con amor y con firmeza están ofreciendo a sus hijos la mejor herencia que trascenderá para el resto de su vida.

4.1.2. Relaciones de género y poder

Las relaciones de género son relaciones de poder a través de las cuales los hombres y los valores masculinos han adquirido un estatus superior al de las mujeres y sus valores femeninos, y la socialización de los roles de cada género es parte integrante de la continuidad de la estructura de poder patriarcal, el hombre y la mujer viven sus mundos y sus relaciones a través de estas relaciones contextualizadas.

Por otra parte el conocimiento científico presenta un sistema de valores que no solo carece de efectividad para detectar las desventajas de la vida de una mujer, sino que haciendo valer los derechos del conocimiento, da prioridad las experiencias masculinas, sobre las femeninas, legítimo

conocimiento psicológico refleja una visión de privilegio, hacia las experiencias masculinas (Nicolson, 1997).

Nicolson menciona que la masculinidad es equivalente al éxito a la autorrealización y al poder, mientras que la femineidad es aun concebida por la mayoría de los hombres y mujeres como pasiva y dependiente, esto tiene implicaciones en la autoestima y en las relaciones de género en el hogar.

4.1.3. Relaciones de poder en la pareja

Weinstein y Wittner (s.f.) señalan que como en toda relación social las parejas conviven en una lucha continua de poder e influencia para definir objetivos y modos de concretarlos en la cual compartir y competir es un modo de ir compaginando los intereses personales de cada uno, desde la constitución de una pareja cada uno persigue sus propios objetivos implícitos o explícitos que quieren obtener de la relación, estos objetivos, no son inmutables en el tiempo a lo largo de la vida en común cambian dependiendo del desarrollo personal o común y de la etapa del ciclo vital en que estén, si tienen hijos pequeños o mayores, si tienen presiones económicas, si están jubilados. Se trata de que se establezcan prioridades que sean aceptadas y aceptables por los dos.

Las relaciones de poder que dependen del manejo de los recursos que cada uno tiene se manifiesta en cada una de las cosas que se comparten. Además del dinero como recurso de poder y de los recursos educativos y culturales de los que dispone cada miembro de la pareja, conviene tomar en consideración otro tipo de recursos no materiales, como los recursos afectivos el amor o las dependencias y los recursos relacionales entre otros (Moreno, 2006).

Como en cualquier institución, en la pareja, las relaciones establecidas de poder perduran mientras no haya un cambio en las circunstancias que llevan a cuestionarlas.

4.2 Adolescentes y poder

Cuando los hijos son niños, la relación entre padres e hijos es mucho más dependiente y asimétrica: los padres utilizan su poder y autoridad para imponer sus estándares y los hijos reconocen esa autoridad y ajustan sus conductas a lo que ellos consideran correcto o incorrecto. A partir de la llegada de los hijos a la adolescencia, las relaciones familiares deben transformarse hacia procesos de negociación más democráticos y la autoridad unilateral de los padres debe ser sustituida por un estilo más cooperativo y participativo. En esta transformación la relación entre padres e hijos evoluciona hacia relaciones más equitativas y recíprocas, se diluyen las diferencias de poder, los adolescentes cuestionan la autoridad parental y demandan dentro del proceso de formación de su identidad la adquisición de cierto grado de autonomía (Estévez,2007).

Nelsen (2005), menciona que dentro de esta búsqueda de autonomía los adolescentes sienten un enorme deseo de averiguar de lo que son capaces necesitan poner a prueba su poder e importancia en el mundo. Esto significa que desean decidir lo que pueden hacer por ellos mismos, sin ser dirigidos u ordenados. A menudo los padres toman esto como un desafío hacia su poder, por lo que crean una lucha de poderes.

Algunos adolescentes encuentran el poder personal tan intimidador que buscan que otros generalmente otros jóvenes, les digan que hacer, lo cual puede ser la peligrosa consecuencia de una paternidad excesivamente controladora. Para los padres la clave está en aprender a respaldar la rebeldía de sus hijos de una manera respetuosa que les permita aprender habilidades para la vida, pues tendrán que esforzarse por mantener el vínculo ya que los hijos no solo desean que se les reconozca que ya no son niños, sino que también esperan aprobación y respeto a los nuevos cambios que están incorporando a su identidad.

Estévez, Jiménez & Musito (2007) indican que, la búsqueda de la autonomía de los adolescente no debe confundirse con una ruptura o disminución en la intensidad de las relaciones entre ellos y sus padres, sino que se trata de una transformación que como ya hemos dicho, el adolescente debe alejarse de la imagen de sí mismo que era válida de cuando era niño y configurar una nueva imagen adaptada a los cambios bio-psicosociales que está sufriendo. Según Steinberg (1985), la búsqueda de la autonomía propia del adolescente, incluye tres tipos de autonomía: conductual, emocional y de valores. Es por tanto necesario mencionar que el proceso de emancipación, es muy complejo y que superarlo con éxito depende tanto de aspectos del propio adolescente como del comportamiento de los padres.

4.2.1 Autoridad y poder

El termino autoridad se utiliza, a veces, como sinónimo de poder, con significado amplio y otras como forma específica de poder, no puede ignorarse también en las relaciones de pareja.

Roche, (2006) delimita su uso al denominado “poder legitimado”, (ligado al rol y al estatus) que se refiere a la autoridad, que las formas sociales o culturales confieren a determinadas personas en muchas culturas. Todo ejercicio de autoridad implica ambas dimensiones, pero combinadas de manera diferente según el tipo de autoridad. El poder desligado del afecto, del lugar a la inflexibilidad y rigidez, y en caso extremo a la negligencia y al maltrato físico. El afecto desligado del poder, da lugar a la permisividad y a la laxitud y en caso extremo a la malacrianza y sociópatas.

4.2.2 Modelos de autoridad

El estilo parental se puede definir como el conjunto de actitudes que los padres tienen hacia sus hijos y que conjuntamente crean un determinado ambiente en el hogar, donde se expresan las conductas de los padres. Estas conductas se refieren a todo aquello que hacen los padres para lograr inculcar en sus hijos las creencias y valores aceptados socialmente en su contexto y cumplir, así la meta de socialización.

4.2.3 Modelo autoritario

Tenorio (1999) dice que este modelo se da como deformación y exageración de la autoridad tradicional de tipo conservador. Al hijo no se le permite discutir ninguna orden y debe obedecer sin cuestionar. Los castigos generalmente son excesivos y arbitrarios y responden a la rabia del padre o madre por haber sido desobedecidos y no tienen una intención formativa.

4.2.4 Estilo democrático de la autoridad

La relación está basada en la confianza y en la consideración que tanto el padre como el hijo son sujetos de derechos y que la autoridad no se impone sino que se llegan a acuerdos razonados. Los padres guardan un nivel de autoridad pero se trata de una autoridad dialogada que puede llevar en el curso el diálogo a que el padre cambie de solicitud. El interés del padre ha de ser que el hijo reconozca la existencia de un orden social que debe respetar si no quiere asumir las consecuencias de haberlo infringido. En el modelo democrático nadie se coloca en posición de superioridad jerárquica. Los padres son responsables de la crianza y por ello mismo tienen el deber de formar a los hijos pero lo que funda su autoridad no es un principio fundador trascendental sino un acuerdo razonado (Tenorio, 1999).

4.2.5. La autoridad permisiva o indulgente

No se le puede imponer nada al hijo este es quien debe decidir todo lo relativo a su conducta. Los castigos del tipo que sean, son considerados traumatizantes, con mayor razón todos los castigos de tipo corporal. No hay una distinción de generaciones sino que el padre y la madre se sitúan en una posición de igualdad con el adolescente y lo viven a través de una identificación imaginaria.

Se cree que con el tiempo el hijo ira aprendiendo solo a comportarse bien y esto es cuestión de maduración. No se sabe ni reflexiona sobre qué consecuencias tendrá sobre la formación de la personalidad del niño o adolescente a su crecimiento sin límites.

4.2.6 Autoridad negligente

Tenorio (1999), menciona que cuando los padres no disponen de tiempo para dedicar a sus hijos ni hacerles seguimiento en sus actividades. Su interés prioritarios son sus propias actividades profesionales y los hijos deben servir como entretenimiento y satisfacción y no como ocupación. Son hijos que son criados por abuelos y empleados de servicio. Aquí la autoridad de los padres solo se hace sentir para establecer control en momentos de crisis pero no para formar.

4.2.7. Consecuencias de estilos parentales en el ajuste de sus hijos. Estévez, Jiménez & Musito (2007).

Estilo parental	Consecuencia psicológica	Consecuencia conductual
Estilo autoritario	-baja autoestima -baja interiorización de normas sociales	-bajas competencias interpersonales -estrategias inadecuadas de resolución de conflictos -problemas de conducta (comportamiento delictivo) -malos resultados académicos -problemas de integración escolar
Estilo democrático	-elevada competencia y madurez psicológica -elevada autoestima -elevada capacidad empática -elevado bienestar emocional	-elevada competencia y madurez interpersonal -éxito académico -conducta altruista
Estilo negligente	-baja autoestima -falta de empatía -ansiedad -depresión	-muy bajas competencias interpersonales -elevados problemas de conducta (comportamiento antisocial delincuencia) -agresividad
Estilo indulgente	-Competencias psicológicas -elevada autoestima -Baja interiorización de normas sociales -baja tolerancia a la frustración	-elevada competencia interpersonal -problemas de control de impulsos -dificultades escolares -consumo de drogas

Capítulo 5. Problemas de comportamiento y violencia de género en adolescentes

5.1 Problemas de comportamiento

Ramírez (s.f.), refiere que la relación y la convivencia son componentes sustanciales de la vida como seres humanos. De su éxito o su fracaso depende buena parte de la calidad de vida. Por ello, saber convivir y saber relacionarse se han convertido en unas de las competencias más apreciadas por la sociedad.

Por otro lado los cambios sociales de valores y normas se producen actualmente a una velocidad vertiginosa, están en alza el individualismo y la consecución del bienestar inmediato y permanente mientras que el esfuerzo y el trabajo a largo plazo están claramente a la baja. Como consecuencia, suele aparecer una escasa resistencia a la frustración que puede desencadenar conductas de descontrol en el ámbito familiar, escolar y social. Esta situación es uno de los factores que está generando un incremento constante de alumnado con problemas de conducta o emocionales que interfieren en su desarrollo educativo afectando de manera relevante al profesorado y a sus propios compañeros.

Es así como los denominados problemas de comportamiento se están convirtiendo en una fuente de preocupación para las familias la escuela y la sociedad en general. Aparecen cuando los niños y es el caso que nos ocupa los adolescentes tienen que cumplir ciertas normas y someterse a un cierto grado de disciplina.

Serrat (s.f.) señala al respecto que la mayor parte de los problemas de conducta que muestran los adolescentes podrían explicarse como un desajuste dentro de su contexto familiar, escolar o social, pero si éste permanece en el tiempo, los niños que lo presentan pueden ser señalados como

problemáticos con la consiguiente etiqueta que, además, suele ir acompañada de otros problemas que dificultarán las posibilidades de adaptación y normalización de su desarrollo.

5.1.1 Definición

Los problemas de conducta adaptativa/social se definen como la presentación de un conjunto de comportamientos interactivos que no se ajustan suficientemente a las normas mínimas de convivencia exigidas por un contexto social dado, y que por su frecuencia, intensidad y persistencia resultan desadaptativas y perjudiciales para el aprendizaje del adolescente y para las personas que forman su entorno.

El término “problemas de conducta” no debe ser interpretado nunca como una entidad nosológica, no es una enfermedad y no es un trastorno, a diferencia de éstos conceptos la palabra “problemas de conducta” hace referencia a un patrón de relación socialmente inadecuado, que ocurre a consecuencia de la interacción entre las características propias de cada sujeto y el manejo incorrecto del contexto, por lo tanto estos “problemas” no son imputables exclusivamente al niño, no es algo que él “trae” como en el caso de los trastornos, es sólo una característica que él presenta (Ramírez, s.f.).

La categorización de problema de comportamiento, hace referencia a la presencia de un patrón de conducta persistente, repetitivo e inadecuado. Se caracterizan por el incumplimiento de las normas sociales básicas de convivencia y por la oposición a los requerimientos, de las figuras de autoridad, generando un deterioro en las relaciones sociales familiares o sociales.

Alda, (1999), dice que el problema de conducta en la infancia y en la adolescencia se denomina también disocial por qué el niño o adolescente que lo padece rompe con las normas sociales importantes y se salta los derechos de las personas pudiendo llegar a delinquir.

Vázquez (2010), menciona que el problema disocial (de conducta) es considerado como una de las formas más frecuentes de psicopatología en niños y adolescentes. Al parecer la prevalencia del problema disocial, se ha incrementado en las últimas décadas, puede ser más elevado en los núcleos urbanos, que en las zonas rurales.

Si presentar problemas de conducta no es un trastorno sino un déficit de habilidades sociales y afectivas, entonces la intervención no debe consistir en utilizar psicofármacos para controlar el cerebro “enfermo” del adolescente, y tampoco en someterlo a un proceso psicoterapéutico individual, lo adecuado es implementar programas de desarrollo social/afectivo que doten al niño de las habilidades de que carece. No se busca curar sino estimular el desarrollo, éste es un enfoque estrictamente coherente con el enfoque psicoeducativo vigente en México y representa un cambio de perspectiva sumamente beneficioso para los adolescentes, alumnos, educadores, padres y servicios de apoyo (Ramírez, s.f.).

5.2 Etiología del trastorno de conducta

En el desarrollo y mantenimiento de trastorno de conducta intervienen factores psicológicos biológicos y sociales que se interrelacionan. La historia familiar es un predictor muy potente para los trastornos de conducta ya que en ella confluye el componente genético y las influencias del ambiente de los progenitores. Los padres con antecedentes de problemas de conducta tienen dificultad en ejercer sus funciones parentales y el ambiente familiar suele ser caótico, los hijos de

madres con personalidad antisocial tienen mayor probabilidad de recibir un trato hostil, ser víctimas de maltrato físico y testigos de violencia doméstica (Alda, 1999).

5.2 .1 Factores parentales

Vázquez (2010), indica que la educación rígida y punitiva caracterizada por la grave agresión física o verbal está asociada al desarrollo de comportamientos agresivos mal adaptados:

- Patrones de disciplina incorrectos, pueden variar desde la severidad extrema y estricta, hasta la incongruencia o relativa falta de supervisión y control.
- Condiciones caóticas en el hogar.
- El divorcio donde existe una hostilidad persistente sobre todo si existe resentimiento y hostilidad entre los padres.
- El abuso maltrato infantil y negligencia.
- Alcoholismo, y abuso de sustancias.
- Trastornos psiquiátricos.

5.2.2 Factores socioculturales

- Sufrir privaciones económicas.
- Vivir en zonas urbanas marginadas y que además exista consumo de drogas.
- Desempleo de los padres.
- Falta de una red de apoyo social.
- Falta de participación en las actividades de la comunidad (pueden ser deportivas).

5.2.3 Factores psicológicos

Los niños criados en condiciones caóticas y negligentes suelen ser malhumorados, agresivos, destructivos e incapaces de desarrollar progresivamente la tolerancia a la frustración, necesaria para las relaciones maduras.

5.2.4 Factores neuropsicológicos

- Exámenes neuropsicológicos indican que los niños y los adolescentes que tienen trastornos de conducta parecen tener dificultades en el funcionamiento del lóbulo frontal del cerebro, lo cual interfiere en su capacidad de planificar, evitar los riesgos y aprender de sus experiencias negativas.
- Se considera que el temperamento de los niños tiene origen genético. Los niños y adolescentes de carácter difícil (por ejemplo baja tolerancia a la frustración, inadaptabilidad al cambio, inestabilidad emocional), tienen mayor probabilidad de desarrollar trastornos del comportamiento.

5.3. Familia y relación con problemas de conducta en adolescentes

Kimmmel y Weiner (1998) puntualizan que la familia ha sido y continúa siendo uno de los contextos educativos, socializadores y de transmisión de valores más importantes que tiene no sólo el niño, sino también el adolescente. De ahí la necesidad de mantener la conexión padres-adolescente. En condiciones normales los niños y las niñas pasan por un largo periodo de buenas relaciones con las figuras de apego, pero en la adolescencia esta relación entra en crisis debido a la conquista de la autonomía frente a las figuras de apego. Una crisis que puede ser conflictiva o pacífica, pero que siempre implica un cambio profundo en el sistema de relaciones entre padres e hijos. La conquista de la autonomía adolescente y el cambio de relaciones familiares vienen

condicionados por el paso del pensamiento operacional concreto al operacional formal. Desde un pensamiento sobre realidades concretas, como puede ser la familia, a un pensamiento formal, que permite abordar no sólo el mundo real sino también el mundo posible, de forma que no sólo perciben a su familia tal y como es, sino también como podría ser. Ello da lugar a una actitud crítica y más realista hacia sus padres: los padres podrían ser de otra forma o existen otras posibles relaciones con ellos.

La nueva percepción de los padres, unida a la autonomía emergente de los adolescentes, los estimula a desafiar las opiniones y decisiones parentales que antes se acataban sin discusión, no porque ya no quieran y respeten a sus padres, ni porque se hayan vuelto rebeldes, sino porque es natural y saludable para ellos afirmarse a sí mismos como individuos, que no desean ser tratados como niños (Kimmel y Weiner, 1998).

El desarrollo de la autonomía en las relaciones familiares es una tarea clave para el adolescente y nada sencilla de alcanzar. Los conflictos surgen porque padres y adolescentes están intentando llevar a cabo sus tareas evolutivas: los padres promoviendo normas y conductas que mejoren el comportamiento y la adaptación familiar de los adolescentes; éstos reclamando autonomía y una relación más igualitaria (Rodrigo, García, Márquez y Triana, 2005). Que haya o no conflictos dependerá, entre otras, de características asociadas a los padres y a los adolescentes. Cabe señalar también que las relaciones de los padres con los adolescentes y la existencia o no de conflictos, están muy condicionadas, no determinadas, por los estilos educativos empleados dentro del contexto familiar, los cuales se describen con detalle en el capítulo 4 de la presente investigación.

CAPÍTULO 6. METODOLOGÍA

Justificación:

En los resultados obtenidos en una encuesta que realizó el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ) en el año del 2005, señalaron que un 15.5% de las y los mexicanos entre 15 y 24 años con relaciones de pareja ha sido víctima de violencia física, un 75.8% ha sufrido agresiones psicológicas y un 16.5% ha vivido al menos una experiencia de ataque sexual. Ramírez Rivera y Núñez Luna (2010) sugieren que este estudio puso de manifiesto que la violencia en el noviazgo tiende a pasar desapercibida por las instituciones y por los propios jóvenes y que esto ocasiona una falta de apoyo institucional y familiar a la víctima. Al respecto Morrison y Biehl, (1999) consideran que la violencia es una conducta aprendida y uno de los primeros espacios donde se asimila es en la socialización primaria, que ocurre en el hogar, y que forma parte de un todo integrado. Por otro lado, Torres (2006), afirma que las relaciones de noviazgo constituyen una experiencia muy importante en la vida de cada persona, que son también un laboratorio en la interacción entre hombres y mujeres, y que son el espacio donde se pone en práctica los mandatos de género, adquiridos desde la infancia, aprendidos en la cotidianidad y reforzados de manera constante, es decir los jóvenes inician una relación de noviazgo como hombres o como mujeres, y así lograr todo lo que significa ser hombre o mujer en cada cultura.

Reyes (2007) nos dice, que una vez que las y los adolescentes han establecido una relación de noviazgo, la violencia que se vive y se ejerce se acentúa a partir de diversas discrepancias que se generan al interior de la pareja. Sin embargo estas discrepancias generadoras de conflicto y resueltas a través de la violencia ya sea física, psicológica o económica continua sin ser

identificadas como violentas, sino por el contrario, como conductas que tienen su origen en el amor y que hacen que las acciones que se ejercen en contra se perciban como muestras de cuidado; excepto cuando es explícita por medio de los golpes, ya que generalmente es confundida con ciertas expresiones de amor. Es así que se hace necesario seguir creando espacios y grupos educativos en donde los adolescentes puedan reflexionar y cuestionar los valores tradicionales, en la que haya respeto y cuidado en cuanto a las relaciones, y fomentar el aprendizaje de formas diferentes a la violencia en las relaciones entre hombres y mujeres (Ruiz y Blanco, 2005).

Pregunta de investigación:

¿Cuáles son los efectos en los estilos, las estrategias de poder y su relación con la autoestima, posterior al aplicar el programa de prevención de violencia en el noviazgo en adolescentes con problemas de conducta, y sus padres?

Objetivo general

Identificar qué efectos se manifiestan en los estilos, las estrategias de poder y la autoestima al aplicar el programa de prevención de la violencia en el noviazgo en adolescentes con problemas de comportamiento y en sus padres.

Objetivos específicos:

- Que los participantes logren reconocer algunos factores que benefician a la autoestima.
- Que los participantes logren identificar una situación de violencia en el noviazgo y el tipo de violencia del que se ejerce.
- Que los participantes logren identificar las conductas que resultan de los estereotipos de género.

- Resaltar las habilidades sociales para que puedan ser utilizadas, por los adolescentes en el fortalecimiento de la autoestima y en situaciones de violencia.
- Contribuir a la prevención de violencia y discriminación que se ejerce contra las mujeres.

Hipótesis:

H0:

- Existen diferencias entre la primera y la segunda medición en la autoestima de los participantes.
- Existen diferencias entre la primera y la segunda medición entre los estilos de poder de los participantes.
- Existen diferencias entre la primera y la segunda medición entre las estrategias de poder de los participantes

H1

- No existen diferencias entre la primera y la segunda medición en la autoestima de los participantes.
- No existen diferencias entre la primera y la segunda medición entre los estilos de poder de los participantes.
- No existen diferencias entre la primera y la segunda medición entre las estrategias de poder de los participantes

Tipo de estudio:

Se llevó a cabo un diseño cuasi-experimental transversal descriptivo (Hernández, 2007) que tiene como objetivo indagar la incidencia y los valores que manifiestan una o más variables.

Diseño:

Se realizó un diseño cuasi- experimental con dos mediciones en un solo grupo. Quedando esquematizado de la siguiente manera.

01 X 02

X tratamiento, estímulo o condición experimental

0 inicial de observación o medición de un grupo

Los subíndices 1 y 2 indican una secuencia temporal

Variables.**Variable independiente:**

Programa de intervención, el cual estuvo conformado por 10 sesiones

Variable dependiente:

Estilos, Estrategias de poder y Autoestima.

Definición conceptual de las variables:

Autoestima: Es la experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades de la vida y consiste en la confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos básicos de la vida, y el sentimiento de ser dignos, de merecer (Branden 2012).

Poder: Se refiere al medio que surge dentro de un conjunto de actos que pueden ser usados durante el intento de influenciar al otro al tratar de conseguir lo que se desea (Rivera & Díaz- Loving, 2002).

Estilo de Poder: Es la forma en la que se transmite la información a la pareja.

Estrategia de Poder: Es el medio a través del cual se pide lo que se desea.

Definición operacional de las variables:

Autoestima: será medida a través de las respuestas que den al Cuestionario de Habilidades Para la Vida de Enríquez Arana y Cruz Almanza, Parte III y Parte XI que de acuerdo a los criterios de cuestionario indica que a mayor puntaje mayor autoestima.

Estilo de Poder: será medida de acuerdo a las respuestas de los participantes en la *Escala de Estilos de poder de Rivera y Díaz-Loving*, que de acuerdo a los criterios del instrumento indica que la media mayor 3 presente en el factor medido, en el estilo de poder, indica que este está manifestando en el comportamiento del sujeto.

Estrategia de Poder: será medida de acuerdo a las respuestas de los participantes en la *Escala de Estrategias de poder de Rivera y Díaz-Loving* que de acuerdo a los criterios del instrumento una media presente en el factor medido mayor a 3, indica que la estrategia de poder está presente en el comportamiento del sujeto participante.

6.9 Escenario

El programa se llevó a cabo dentro de las instalaciones del Centro Comunitario Julián McGregor y Sánchez Navarro, el cual se encuentra ubicado en la calle de Tecacalo no. 21 lote 24. Col. Ruiz Cortines, delegación Coyoacán. El programa se realizó en la sala de juntas la cual cuenta con un espacio de 8 metros x 10 metros con suficiente iluminación, ventilación y sillas movibles, pizarrón ventilador y libre de ruidos externos, y personas ajenas al grupo de participantes.

El Centro Comunitario Julián McGregor y Sánchez Navarro depende de la facultad de psicología de la UNAM, y brinda la oportunidad a los estudiantes de las diferentes áreas de la licenciatura y el posgrado de la carrera de psicología, de realizar diferentes prácticas, donde se pueden aplicar los conocimientos teóricos adquiridos, en una diversidad de situaciones y problemáticas que están presentes en la población que rodea al centro, ya que está abierta a la comunidad y al público en general. Y con esto contribuye a la profesionalización de los estudiantes a la par que se ayuda a la comunidad.

Selección de participantes

La selección de los participantes fue de tipo no probabilístico, debido a que la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación o de quien hace la muestra (Hernández et al., 2006). Así fue como al tratarse de un grupo abierto, los integrantes del taller se fueron incorporando, conforme se presentaron.

Criterios de inclusión

- Adolescentes y/ o sus padres que solicitaran la atención en el centro Comunitario Julián McGregor y Sánchez Navarro,
- Que el apoyo se solicitara por algún problema de comportamiento

Criterios de exclusión

- adolescentes y adultos externos al centro Comunitario Julián McGregor y Sánchez Navarro

- Adolescentes menores a los 10 años.

Instrumentos.

Cuestionario de Habilidades Para la Vida, Enríquez Arana Lagunes Argentina, Cruz Almanza (2007). Parte III y Parte XI. Formada por 38 reactivos que contemplan autoestima (de 1 a – j); autoconfianza y autosatisfacción (2-7); susceptibilidad a la influencia (8-15 y 19 a-e) y ansiedad social (16-18g) (v60-v97)

Parte III Autoestima, esta parte está dividida en cuatro subáreas que son:

Autoestima que consta de 10 reactivos con valores que van de 1 a 5, siendo el puntaje máximo esperado 50 y el mínimo 10. A mayor puntaje mayor autoestima

Autoconfianza y autosatisfacción que consta de 6 reactivos con valores que oscilan de entre 1 y 5. El reactivo (7) es inverso por lo que el puntaje máximo esperado es de 26 y el mínimo de 10. A mayor puntaje mayor autoconfianza y autosatisfacción

Susceptibilidad a la influencia que tiene 13 reactivos con valores que van de 1 a 5. Tres de los reactivos (8, 11, 12) son inversos; por lo que el valor máximo esperado es de 53 y el mínimo de 25. A mayor puntaje mayor susceptibilidad a la influencia.

Ansiedad social consta de 9 reactivos con valores que también van de 1 a 5. Sólo el reactivo (16) es inverso. El puntaje máximo es de 41 y el mínimo de 13. Aquí a mayor puntaje menor ansiedad social.

Parte XI. Consta de rubro Social afectivo (5 reactivos), Familia (4 reactivos). Estos apartados se analizan por frecuencias y porcentajes.

Escala de Estrategias de poder de Rivera y Díaz-Loving (2000). Consta de 149 afirmaciones en Escala tipo Likert de frecuencia (de nunca a siempre), que representa los dos polos de estrategias (positivas y negativas) empleadas por hombres y mujeres para ejercer influencia o poder sobre la pareja. Consta de 14 factores: Autoritarismo $\alpha = .91$; Afecto positivo $\alpha = .89$; Equidad-reciprocidad $\alpha = .84$; Directo-racional $\alpha = .76$; Imposición-manipulación $\alpha = .63$; Descalificar $\alpha = .78$; Afecto negativo $\alpha = .81$; Coerción $\alpha = .65$; Agresión pasiva $\alpha = .72$; Chantaje $\alpha = .72$; Afecto-petición $\alpha = .66$; Autoafirmación $\alpha = .68$; Sexual $\alpha = .69$; Dominio $\alpha = .80$.

Escala de Estilos de poder de Rivera Díaz-Loving (2000), consta de 92 adjetivos bajo el formato del diferencial semántico de un continuo de siete puntos tipo pictográfico, que mide ocho estilos de poder, Autoritario $a = .94$; Afectivo $a = .92$; Democrático $a = .75$; Tranquilo-conciliador $a = .80$; Negociador $a = .65$; Agresivo-evitante $a = .80$; Laissez-faire $a = .69$; Sumiso $a = .72$.

PROCEDIMIENTO

Para la realización y el desarrollo del proyecto, el grupo de facilitadoras participantes se conformó a través de la convocatoria del grupo de formación en la práctica, dentro del programa de “Habilidades para la vida”, que se lleva a cabo en el centro comunitario Julián Mcgregor y Sánchez Navarro. El mencionado programa, tiene como objetivo la exposición de temas de relevancia como lo son las habilidades sociales que puedan ayudar a la mejora de los adolescentes y a la relación con sus padres y con sus compañeros de escuela, etc.

Las facilitadoras trabajamos la parte teórica del tema durante tres meses. Posteriormente se desarrolló un plan de trabajo, el cual consistió en tres fases: en la primera fase, se diseñó la planeación de la intervención (se determinó los temas que se trabajaron, los ejercicios prácticos, las dinámicas, el número de sesiones y el nombre del programa), la difusión y la elección de los instrumentos de medición. En la segunda fase se planeó y realizó la difusión. Se elaboraron un cartel, y un tríptico, que se distribuyeron para promocionar, y dar a conocer el taller, en puntos estratégicos cercanos al centro comunitario con el apoyo del grupo de compañeras de formación en la práctica. En la tercera fase, se eligieron los instrumentos de medición descritos en la sección anterior. La elaboración de los carteles y volantes se realizaron dentro de las instalaciones del centro comunitario Julián Mac Gregor y Sánchez Navarro e impreso en la facultad de psicología.

Se realizó una sesión informativa y de consentimiento informado, para la aceptación de los términos específicos de la institución y criterios respecto a la intervención.

Posteriormente se inició la intervención cognitivo conductual, la cual se trabajó bajo la modalidad de trabajo o taller grupal, a realizar durante 10 sesiones con duración de 120 min cada

una de ellas, y bajo el rubro de “Programa de prevención de violencia en el noviazgo con adolescentes de secundaria y con problemas de comportamiento.” Y consistió en un grupo abierto, ya que así lo requiere el programa de “Habilidades para la vida” lo cual quiere decir que podían incorporarse los participantes en cualquier sesión por lo que el grupo no se mantuvo con los mismos integrantes.

Todas las sesiones fueron coordinadas y desarrolladas por las facilitadoras, con el apoyo de las compañeras inscritas al taller de formación en la práctica “Habilidades para la vida.” (Ver cartas descriptivas Anexo 2). Después de terminadas la totalidad de las sesiones y de haber aplicado los instrumentos de medición, se analizaron los datos obtenidos en el Cuestionario de Habilidades Para la Vida, Enríquez Arana, Cruz Almanza (2007), Parte III y Parte XI y posteriormente llevó a cabo la comparación de las medias entre la primera y la segunda aplicación del instrumento de Estrategias y Estilos de poder de Rivera y Diaz-Loving (2000) con el fin de llevar a cabo el análisis de resultados y poder establecer conclusiones.

DATOS SOCIODEMOGRAFICOS

En la figura 1. Muestra la edad de los participantes la cual oscila entre los 10 y los 65 años. La figura 2 muestra los datos correspondientes al género. La figura 3. Presenta la escolaridad, en la cual indica un mayor porcentaje a nivel medio superior. La figura 4 ilustra los datos referentes a la ocupación.

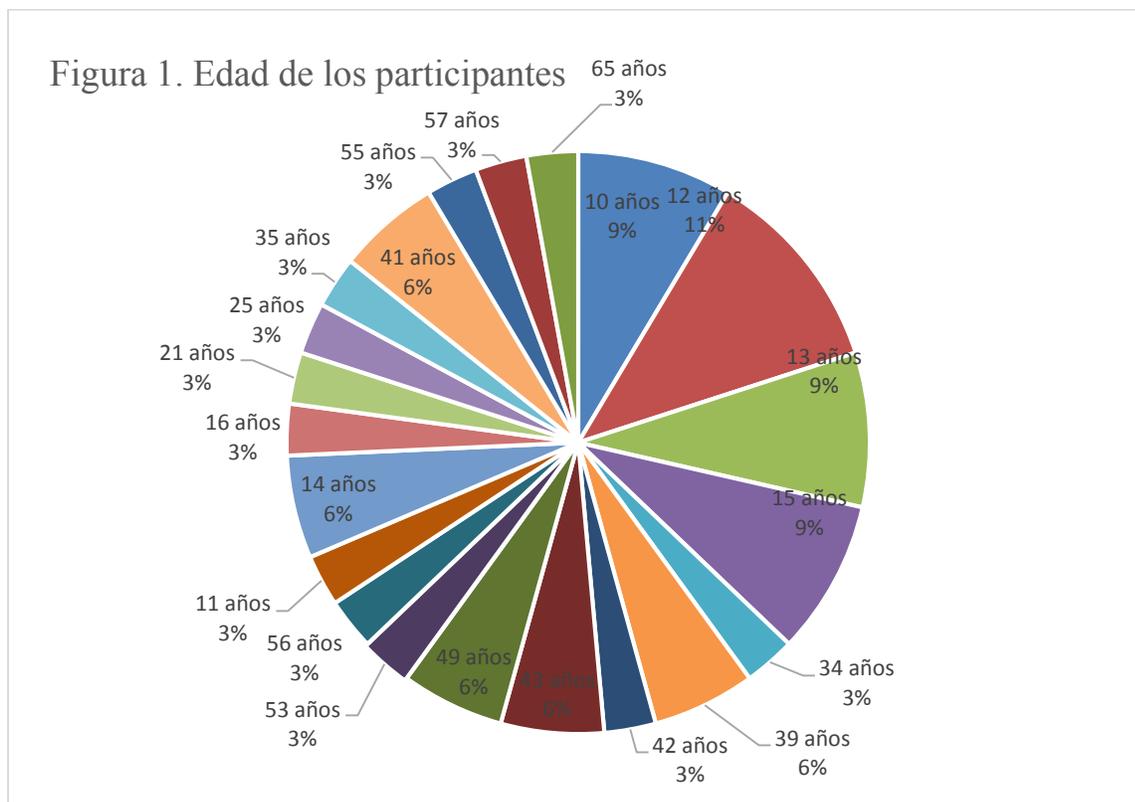


Figura 2. Sexo

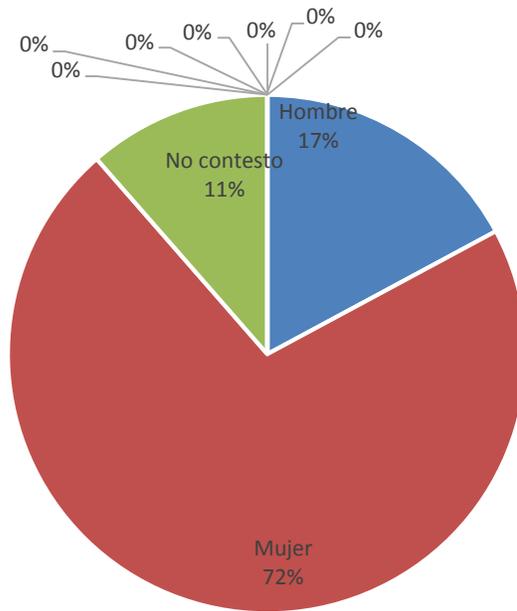


Figura 3. Escolaridad

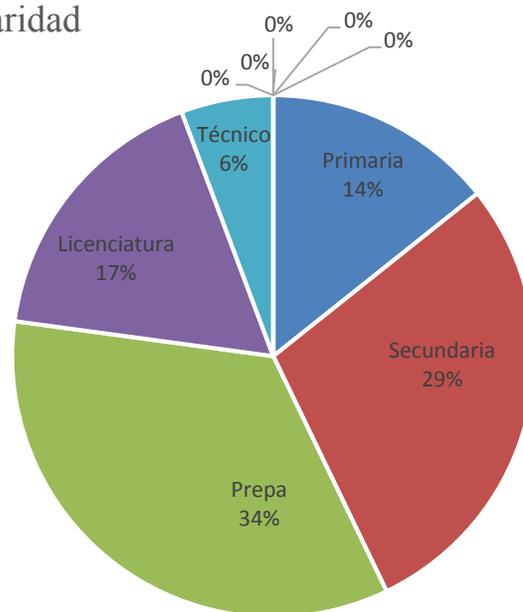
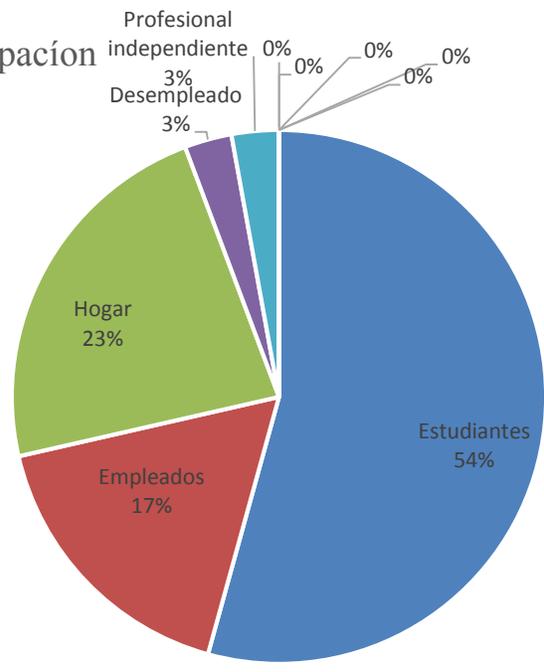


Figura 4. Ocupación



ANÁLISIS DE RESULTADOS

En primer lugar se presentan los datos al instrumento referentes de autoestima.

La tabla 1. Muestra las medias obtenidas en el instrumento de autoestima, pudiéndose observar que tienen un valor mayor a las medias esperadas.

Tabla 1. Medias de autoestima			
Área	Media		Media esperada
Autoestima	38.6111	>	25
Autoconfianza y Autosatisfacción	21.3333	>	13
Susceptibilidad a la influencia	32.222	>	26.5
Ansiedad social	23.7222	>	20.5

La tabla 2. Muestra la comparación entre las medias de los Estilos de Poder Positivos entre la primera y la segunda medición, en la primera medición se observa que el Estilo de poder Afectuoso obtuvo una media de 3.1294 y Tranquilo con una media de 3.0500. Mientras que en la segunda medición, los estilos de poder utilizados son democrático con una media de 3.1429, el tranquilo con una media de 3.4286 y por último el factor Laissez Faire con una media de 3.3571.

Por lo cual podemos observar que en los Estilos de poder positivos aumentaron en la segunda medición.

Tabla no. 2 Comparación de estilos de poder positivo primera y segunda medición.			
Estilo de poder positivo	Primera medición Media		Segunda medición Media
Afectuoso	3.1294	>	1.561
Democrático	2.7429	<	3.1429
Tranquilo	3.0500	<	3.4286
Negociador	2.6750	<	2.9643
Laissez Faire	2.5750	<	3.3571

La tabla 3. Muestra el comportamiento de las medias de los Estilos de poder negativos entre la primera y la segunda medición. Observando una disminución en las medias de todos los factores.

Tabla no. 3. Comparación de estilos de poder negativo entre primera y segunda medición			
Estilo de poder Negativo	Primea medición media		Segunda medición Media
Autoritario	1.7586	>	1.5961
Agresivo	1.9333	>	1.2857
Sumiso	1.9000	>	1.7347

La tabla No 4. Esta tabla nos muestra la comparación entre las medias de las Estrategias de poder positivas entre la primera y la segunda medición. Se puede observar que en la primera medición el factor con representatividad fue la Estrategia de Equidad-Reciprocidad reportando una media de 3.1091, mientras que en la segunda medición, las estrategias representativas fueron Equidad-Reciprocidad con una media de 3.3506 Directo-Racional con una media de 3.1039 y Afecto-Petición con un puntaje de 3.3333.

Tabla No. 4 Comparación de Estrategias positivas entre primera y segunda medición			
Estrategia de poder positiva	Primera medición media		Segunda medición media
Afecto Positivo	2.7278	<	2.8333
Equidad- Reciprocidad	3.1091	<	3.3506
Directo -Racional	2.4545	<	3.1039
Afecto petición	1.6667	<	3.3333
Sexual	2.1000	<	2.7143

En la Tabla 5. Podemos observar la comparación entre las Estrategias de Poder Negativas entre la primera y segunda medición, aquí no podemos dar cuenta que no existe ninguna Estrategia de

poder negativa, que sea significativa en cuanto a los valores de las medias en ninguno de ambos grupos.

Tabla No. 5.			
Comparación de Estrategias de Poder negativas primera y segunda medición.			
Estrategia de Poder	Primer medición		Segundo medición
Negativa	Media		Media
Autoritario	1.5857	<	1.8844
Imposición -Manipulación	2.0000	<	1.8980
Descalificación	1.3519	>	1.6667
Afecto negativo	1.4537	<	1.6160
Coerción	1.3600	<	1.6000
Agresión-pasiva	1.9000	<	1.9048
Chantaje	1.6600	<	1.9857
Dominio	2.1000	<	2.7143
Autoafirmación	1.3600	<	2.4857

DISCUSIÓN

Al analizar las medias de la autoestima, de acuerdo a los resultados obtenidos, se puede observar que al inicio del programa los participantes obtuvieron una media superior a la esperada, por lo que se puede decir, y de acuerdo con la media observada, que muestran una buena autoestima, que de acuerdo con Rosemberg, (1973) quien describe la autoestima como los pensamientos y sentimientos de las personas con referencia a ellos mismos y ubica su origen y desarrollo en la continua interacción de las personas con su medio ambiente implica sentirse suficientemente seguro y capaz de mejorar madurar y lograr cualquier cosa.

En cuanto a los instrumentos de estrategias y estilos de poder, los resultados de la primera aplicación del instrumento en la parte de Estrategias muestran que el único factor representativo presente es Equidad que según la definición de Rivera y Díaz Loving, en esta estrategia; el sujeto ofrece un intercambio a su pareja en términos de beneficios mutuamente aceptables, aunque establece prioridad a su petición; mientras que en la segunda aplicación (en las Estrategias de poder) los resultados indican que los factores representativos aumentaron, siendo además de Equidad, Directo –racional, donde el sujeto trata de convencer a su pareja de cumplir su petición utilizando argumentos racionales; y el factor afecto- petición; que se caracteriza por que el sujeto actúa de forma respetuosa y halagadora con su pareja para que atienda sus peticiones.

En cuanto a la primera aplicación de Estilos de poder, los factores representativos fueron Afectuoso, el cual según (Rivera 2002) indica que el sujeto se dirige a su pareja con comportamientos social, emocional y racionalmente aceptables siendo amable, respetuoso y cariñoso, y Tranquilo-Conciliador, que se define como una manera sublime de manejar la situación sin que se perciba la influencia o control sobre el otro.

En la segunda aplicación, los factores representativos de estilos de poder, además del tranquilo-conciliador, fueron: el democrático, el cual es definido; existe un compromiso con la pareja que trae beneficios mutuamente aceptables y por último el factor Laissez Faire en el cual el sujeto otorga la libertad y permisión al dominado. Estos factores entran dentro de los positivos, de acuerdo con Rivera (2002).

Cómo se puede observar en la segunda aplicación de las dos escalas tanto en Estrategias como en Estilos de Poder los factores positivos aumentaron; aunque se presentó el problema de identificar y separar los efectos del tratamiento, debido a algunos otros factores que pudieron afectar la variable dependiente, en ambas mediciones las medias de los factores positivos tuvieron un aumento.

De acuerdo con lo anterior y como el programa de prevención de violencia en el noviazgo se integró al taller de habilidades para la vida, puede existir ya un efecto debido a los contenidos de dicho taller, (habilidades para la vida) o a alguna otra tendencia de los participantes del grupo, la cual no se pudo identificar. Sin embargo y dado que precisamente el contenido de cada una de las sesiones, está dirigido a la adquisición de conocimientos que lleven a los participantes a reflexionar para mejorar su autoconocimiento y autoestima, así como a conocer los estilos y las estrategias de poder utilizadas por ellos mismos, lo que ayudaría a mejorar su forma de relacionarse, eligiendo los contenidos que expresan acciones positivas.

Como se ilustra en los resultados, el grupo no se mantuvo en los distintos momentos en los que fue evaluado puesto que consistió en un grupo abierto así también el diseño que se realizó fue un diseño cuasi-experimental, el cual no nos permitió elaborar conclusiones consistentes, acerca de la efectividad del tratamiento.

CONCLUSIÓN

Después de haber llevado a cabo el programa de prevención de la violencia en el noviazgo con adolescentes con problemas de comportamiento, es importante señalar en primer término que si hubo diferencias favorables en la forma de relacionarse en cuanto a las conductas, que se pueden catalogar como violentas, lo cual lo muestran los resultados de las dos mediciones del instrumento de estilos y estrategias de poder, esto apoya las ideas de Peña et al. (2013) que señala la importancia del estudio de la violencia en las relaciones de noviazgo para la comprensión global del fenómeno, no solamente por que produce lesiones y sufrimiento, tanto en adolescentes, como en personas adultas, sino porque su conocimiento puede ayudar a la planeación de estrategias encaminadas a la prevención de la misma, por tal motivo, actuar sobre estas primeras relaciones puede disminuir o evitar que se instalen formas relacionales violentas o abusivas, ya que, en muchos casos, los malos tratos comienzan desde el noviazgo. Por otra parte el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ, 2007) menciona que hablar de los antecedentes de la violencia en los y las adolescentes implica hacer un análisis respecto al comportamiento de la familia, esto obedece al hecho de que la familia es el principal medio por el cual se transmite la forma de pensar y de actuar, como la capacidad de resolución y negociaciones de conflictos y la trasmisión de una generación a otra en cuanto a la de formas de relacionarse afectivamente. Así mismo la familia es la célula de la sociedad, si dentro de una familia son aceptados o normalizados comportamientos violentos estos se reproducirán no solo dentro de la familia también fuera, de esta forma se crean sociedades conflictivas y hasta naciones impregnadas de violencia. Es así como sosteniendo esta idea en el desarrollo del presente trabajo contamos con la participación de padres y madres de los adolescentes, con lo cual se constató que padres e hijos comparten formas

similares de actuar y de pensar, pues en muchos de los casos las formas en las que respondían y la expresión de sus ideas así como la de su comportamiento fue muy semejante, así como comenta Carrillo (2009), la familia es la primera relación trascendente en la vida del individuo, ya que constituye el inicial y más importante contexto que permite al ser humano desarrollar su autoestima.

Por otro lado, cabe mencionar a Kornblit, (2008), quien comenta que la violencia y el autoestima se articulan en forma de círculo vicioso, en el sentido de que un autoestima baja dificulta que un adolescente pueda defenderse ante agresiones de terceros y a su vez al ser agredido constantemente contribuye a una baja autoestima, por el contrario una autoestima alta ayudara a reaccionar favorablemente ante agresiones o conductas violentas.

Así se pudo observar al inicio del programa que los participantes presentaron un autoestima por arriba de la media esperada y ya sea que fuera el resultado del tratamiento al cual fueron sometidas o no, estos se atrevieron a participar de una manera abierta y entusiasta, con una actitud activa que les permitió atender nuevas ideas y esto se vio reflejado en los cambios que arrojó la segunda medición de los estilos y estrategias de poder, la cual presento puntajes más favorables, con respecto de la primera medición en cuanto a los estilos positivos y negativos así como las estrategias positivas.

De esta manera se respalda la idea de Verduzco (2001) que sostiene que la principal diferencia entre una autoestima alta y una baja, radica en que con una autoestima alta, tenemos una actitud activa ante la vida. Esto implica tener ganas de enfrentar nuestros problemas y buscar soluciones escuchando nuevas ideas, también incluye atrevernos a actuar y aceptar la responsabilidad de tomar decisiones.

La violencia en general se ha convertido en un importante problema social que impacta y domina en gran medida a nuestra sociedad, al respecto Morrison y Biehl, (1999) consideran que la violencia es una conducta aprendida, idea en la que se apoya la presente intervención, por lo tanto, se trabajó mostrando distintas formas de relacionarse, visibilizando la violencia y resaltando las habilidades sociales, de acuerdo con Furman y Shaffer (2003), señalan que es en la adolescencia donde las habilidades sociales asumen un rol significativo en las relaciones de pareja al intimar con otra persona.

Al aplicar la escala de estilos de poder podemos apreciar:

En cuanto a los estilos de poder positivos: como el democrático, el tranquilo y el Laissez Faire, estos manifestaron un aumento significativo en la segunda medición lo cual quiere decir que los participantes mostraron un estilo de comunicarse más seguro, equitativo, amable accesible paciente y comprometido que son características de dichos estilos. En cuanto a los estilos afectuoso y negociador, aunque su incremento no fue significativo si se presentó dicho aumento, lo cual indica que los sujetos fueron más cordiales comprensivos y empáticos.

En los estilos de poder negativos: tanto el Autoritario, Agresivo y Sumiso los cuales son todos de los que se compone la escala, en la segunda medición manifestaron una pequeña disminución, así características como violento, brusco, explosivo, irresponsable inaccesible, distraído fueron disminuidas y si recordamos que los estilos de poder se refieren a la forma en que se transmite la comunicación, entonces podemos decir que hubo una disminución en cuanto a manifestación de formas violentas de relacionarse.

En cuanto a las estrategias positivas en la segunda medición observamos que Equidad reciprocidad, directo racional y afecto petición tuvieron un aumento significativo, lo que los lleva a pensar que lo sujetos se mostraron con mejor tolerancia, justicia, apoyo, comprensión, atención,

y disposición para explicar, aspectos que caracterizan a dichos estilos. Mientras que en las estrategias de Afecto –positivo y Sexual su aumento no fue significativo, aunque estas presentaron un incremento y sus características se refieren a manifestaciones de conductas específicas de cariño y reconocimiento. Es mediante estas experiencias de aprendizaje que en la adolescencia se podrá establecer nuevas formas de relacionarse afectivamente además promueven a los y las adolescentes apoyo emocional y reafirman su identidad (Stenberg, 2008).

Por lo tanto, estos resultados están de acuerdo con Molas (2007) que hace una reflexión y dice que la violencia humana, no es algo que se herede, sino que tiene que ver con nuestro estar contruidos, con nuestro hacernos y deshacernos, a través del tejido de relaciones en el que siempre actuamos y tratamos de responder a lo que acontece, podemos decir entonces que la violencia no es algo con lo que se nace sino que aprendemos formas de relacionarnos las cuales se pueden ir modificando con el desarrollo de nuestras experiencias, que cuando se visibiliza la violencia que se oculta en lo cotidiano o en lo aprendido, y se dan alternativas o se proporcionan habilidades estas sirven de herramientas, para el ejercicio de una convivencia más sana, entonces la violencia se convierte solo en una opción entre otras y se puede elegir como una forma de afrontamiento ante un conflicto o no. Así Rivera y Núñez (2010) mencionan que la violencia en el noviazgo tiende a pasar desapercibida por los propios jóvenes y que esto ocasiona una falta de apoyo institucional y familiar a la víctima, lo que se pudo corroborar en el transcurso de la intervención, ya que los participantes, expresaron haber descubierto actitudes o formas de relación inadecuadas o violentas que antes no habían visibilizado. Las habilidades o herramientas que se trabajaron en el taller, como son la asertividad, los estilos de crianza, en especial el asertivo, las formas de comunicación, de negociación, así como al trabajar género y sus mandatos, la violencia y sus tipos, han servido a los adolescentes para advertir formas de relacionarse sin

violencia tanto con sus padres o con sus hijos según sea el caso, como con sus iguales. De esta manera se pudieron realizar algunas modificaciones a estas formas de relación como se ha observado en los resultados.

Ahora bien es importante mencionar que aunque la mayoría de las estrategias negativas no disminuyeron sino por el contrario exhiben un ligero aumento aunque no significativo, esto implica estar de acuerdo con la idea de Torres (2006), quien afirma que aunque las relaciones de noviazgo constituyen una experiencia muy importante en la vida de cada persona, son el espacio donde se pone en práctica los mandatos de género, adquiridos desde la infancia, aprendidos en la cotidianidad y reforzados de manera constante, por distintos medios con los cuales los jóvenes están en contacto y tienen una enorme relación, es decir los jóvenes inician una relación de noviazgo como hombres o como mujeres, y así logran todo lo que significa ser hombre o mujer en cada cultura. Estas creencias son socialmente compartidas sobre la “supuesta verdadera naturaleza del amor”, y, al igual que sucede en otros ámbitos, también suelen ser ficticios, absurdos, engañosos irracionales e imposibles de cumplir, lo que dificulta la conciencia al cambio.

Estrategias de poder negativas como la coerción, el chantaje, el dominio y la imposición y manipulación tuvieron un ligero aumento en la segunda medición, este leve aumento podría deberse a la invisibilidad que aún tiene la violencia dentro de las relaciones de pareja, así cómo afirma Reyes (2007) las discrepancias generadoras de conflicto que se producen dentro de una relación de noviazgo se viven sin ser identificadas como violentas, por el contrario, como conductas que tienen su origen en el amor y que hacen que las acciones que se ejercen en contra se perciban como muestras de cuidado; excepto cuando es explícita por medio de golpes ya que generalmente es confundida con ciertas expresiones de amor. Con esto se observa que no es fácil identificarse dentro de una relación violenta ya que es difícil cambiar formas de relacionarse que

han sido normalizadas, reguladas y hasta reglamentadas por la sociedad durante muchísimo tiempo. La mayoría de las mujeres no perciben una situación de sometimiento, coacción o desvalorización como forma de maltrato o agresión, por parte de la pareja; Sin embargo las acciones y los comportamientos violentos son tan recurrentes que se normalizan, por lo que no son percibidos como violentos o causantes de daño, sino que representan para los y las adolescentes expresiones de amor que se sienten o se tienen por diferentes razones, lo que contribuye sin lugar a dudas a la invisibilidad de la violencia.

Al respecto Yela (2003) menciona que dichas creencias que sostienen la idea del amor romántico están distorsionadas, e influyen negativamente en las relaciones de pareja, ya que pueden, de alguna forma, apoyar y sostener la violencia de género.

Por otra parte, auto afirmación (estrategia negativa) se elevó en la segunda medición, esto puede responder a factores relacionados con cambios propios de la adolescencia, ya que como dice Kimmel y Weiner (1998) estimulan a desafiar las opiniones y decisiones parentales que antes se acataban sin discusión, no porque no quieran y respeten a sus padres, ni porque se hayan vuelto rebeldes, sino porque es natural y saludable para ellos afirmarse a sí mismos como individuos, que no desean ser tratados como niños.

En cuanto a descalificación, que forma parte de las estrategias de poder negativas, y que en la segunda medición presento una pequeña disminución, se refiere a que el sujeto actúa hostil y tirano en respuesta a sus peticiones no gratificadas y, recordando que las estrategias se refieren al medio que se utiliza para ejecutar el poder o a la manifestación conductual específica de ejercer el poder, aunado a los cambios positivos generados en cuanto a los estilos positivos y negativos y las estrategia positivas de poder, podemos advertir que el trabajo en el taller si incidió en generar

un cambio en las manifestaciones conductuales de los sujetos, así como en la forma en la que se transmite la comunicación de los participantes.

Por otra parte como dice Carrillo (2009) muchos padres consideran que la adolescencia es una etapa en la vida de los hijos que hay que soportar, pero casi nunca se plantean la idea de que es un proceso que hay que compartir, acompañar y vivir, como uno de los mejores momentos para conocer a sus hijos y establecer con ellos una mejor relación familiar. Por esto es relevante hacer mención, que el hecho de que se haya trabajado no solo con los adolescentes, sino también con alguno de sus padres simultáneamente, fue muy enriquecedor, ya que son pocos los espacios que se brindan en donde tanto padres como hijos puedan comunicarse y juntos reflexionar sobre temas de interés para ambos grupos.

Por tal motivo los resultados obtenidos en la presente investigación pueden servir como un punto de partida para futuras investigaciones, en donde se puedan tomar en cuenta los distintos factores y limitaciones que se nos presentaron en dicho programa y que junto con nuestra inexperiencia en trabajos de este tipo nos impidieron llegar a resultados más concluyentes.

En cuanto a la prevención y como dice Ruiz y Blanco (2005), es necesario seguir creando espacios y grupos educativos en donde los varones puedan reflexionar y cuestionar los valores tradicionales y trabajar en la construcción de una masculinidad no ligada al uso de la fuerza y la agresividad sino en la que haya respeto y cuidado en cuanto a las relaciones y fomentar el aprendizaje de forma diferente a la violencia en la relación entre hombres y mujeres.

De esta manera para que se den cambios y los resultados sean tangibles es necesario llegar de manera adecuada, y en lugares donde se encuentren de manera conjunta adultos y jóvenes, como escuelas centros culturales, trabajos, clubes, etc. La sociedad no es una realidad fija, que está en un continuo cambio y las personas con esfuerzo individual y colectivo la vamos transformando.

LIMITACIONES

Debido a las limitaciones del contexto en esta investigación, no se pudieron tener resultados más concluyentes, ya que como ya mencionamos anteriormente el grupo fue cambiando en el transcurso de programa. Las limitaciones fueron:

- Hubo una ausencia o insuficiencia de control en los sujetos que conformaron el grupo.
- Los sujetos variaron de una sesión a otra aunque algunos se mantuvieron.
- La investigación empezó cuando el grupo ya estaba conformado y ya habían iniciado un tratamiento. (Formaban parte del grupo de habilidades para la vida del centro comunitario Julián McGregor)
- No se pudo identificar y separar los efectos del tratamiento del resto de factores que afectan la variable dependiente

Sin embargo consideramos que la aportación de la experiencia y de los resultados obtenidos en el presente trabajo, pueden servir como punto de partida a considerar en futuros programas o tratamientos.

REFERENCIAS

Aguilar Z. (2010) *Amor y violencia en el Noviazgo*. Manual para la prevención de la violencia Tabasco Ed. Instituto estatal de las mujeres.

Aguirre A. (1994) *Psicología de la adolescencia*. Barcelona. Ed Boixareu Universitaria

Alda, J; Arango, C; Castro, J; Petitbo, M; Soutullo, C; San, L. (2009) *Trastornos de comportamiento en la infancia y la adolescencia*: .Hospital Sant Joan de Déu. Recuperado en: http://faros.hsjdbcn.org/sites/default/files/3r_informe_faros_-_castella.pdf

Amorós, 1990 en: Prieto M. (2004) *Familia y violencia de Genero en Esmeraldas*. Universidad Complutense de Madrid

Barilari S. (2009). *Noviazgos Violentos*. Recuperado en: www.sandrabarilari.blogspot.com

Batres. G; Portuguez F, y De Alvarenga, E. (1996). *Manual metodológico de captación para docentes de las Academias de Policía*. San José: ILANUD.

Bosch F. (2004-2007) *Del mito del Amor Romántico a la Violencia contra las Mujeres en Pareja*. Secretaria general de políticas de igualdad.

Branden N. (2012) *El Poder de la Autoestima como potenciar este importante recurso psicológico*. Ed Paidós

Burillo. J, Tejerina, R. Luque. E, Sangrador G., Vallespin. O. (2006) *Psicología de las relaciones de autoridad y poder*. Barcelona. Ed. UOC

Carrillo, P (2009) *La Familia la Autoestima y el fracaso escolar del adolescent*. Tesis Doctoral Universidad de Granada. Recuperada en: <http://hera.ugr.es/tesisugr/17811089.pdf>

Castro y Casique, (2010) en: “*Amores Chidos.*” Guía para docentes: sensibilización, prevención y atención básica de la violencia en el noviazgo con las y los jóvenes. IMJUVE. GENDES. Instituto Nacional de las Mujeres.

Chávez, M (2011) *Hijos tiranos o débiles dependientes el drama del hijo sobreprotegido* Ed. Grijalbo

Close, (2005) en: López, E. Bejarano, M. (2012) *Mujeres y educación social: teoría y praxis para la interacción socio educativa*. Madrid Editorial Aranzandi.

Duclos G. Laporte D. Ross J. (2010) *Que hacer para desarrollar la autoestima en los adolescentes*. México. Ed Lectorum S.A DE C.V.

Estévez, E., Jiménez, T., Musitu, G., (2007) *Relaciones entre padres e hijos adolescentes*. Valencia Ed Nau Libres

Fundación Amigo (2008) *Autoconcepto y Autoestima*. Valencia España.

Recuperado en:

<http://www.surgam.org/articulos/502/1.%20CURSO%20DE%20EDUCADORES%20AMIGONIANOS%202008/3.%20ELIJO%20SER%20EDUCADOR,%20TRABAJANDO%20LA%20MOTIVACION/3.3.%20AUTOCONCEPTO%20Y%20AUTOESTIMA.pdf>

Ferreira G. (1995): en Bosch F. (2004-2007) *Del mito del Amor Romántico a la Violencia contra las Mujeres en Pareja*. Secretaria general de políticas de igualdad instituto de la mujer

Francois L. (2000) *La autoestima*. Barcelona Ed. Káiros

Furman y Shaffer (2003) Sorensen, (2007) en: Estrella, R. (2011). *Significado del Amor en la Adolescencia Puertorriqueña.*, Acta de Investigación Psicológica, 2011, 1(3) 473-485
Universidad de Puerto Rico

Gonzales, C. (2005) *Guía para la formación y crecimiento personal del joven*. Universidad de Colima. México

González-Ortega I, Echeburúa E, y Corral (2008) Variables Significativas en las Relaciones Violentas en Pareja Jóvenes: Psicología Conductual. *Vol. 16*, no. pp. 207 225

Hernández R, Fernández C, Baptista P. (2006) metodología de la investigación. México. Ed. McGraw Hill

Hertfelder, C (2005) *Como se educa una Autoestima Familiar Sana*. Madrid. Ed Palabra

Instituto Mexicano de la Juventud. (2007) encuesta nacional de violencia en las relaciones de noviazgo. Universidad autónoma del Estado de México. Revista de psicología:
Recuperado en: <http://www.seduca2.uaemex.mx/download/RS-4-OCT2012.pdf>

Kimmel, D. y Weiner, I. (1998) *La adolescencia: una transición al desarrollo*. Barcelona: Ariel Psicología.

Kornblit A. (2008) *Violencia escolar y climas sociales*. Buenos Aires. Ed Biblos.

Labourdette, (1984) *El Poder*. Hacia una Teoría Sistémica. Buenos Aires. Ed Belgrano.

Lamas, M. (1995) La perspectiva de género. *Revista de educación y cultura* .No.8 Recuperado en: <http://www.latarea.com.mx/articu/articu8/lamas8.htm>

Marguis, M. (2003) *Juventud cultura, sexualidad: la dimensión cultural en la afectividad de los Jóvenes de Buenos Aires*. Ed. Biblos. Buenos Aires.

Molas F. (2007). *Violencia Deliberada*. Barcelona ed. Icaria.

Moreno, S. (2006). El dinero y las relaciones de poder en las parejas de doble ingreso. Ed. Siglo XXI

Morrison y Biehl. (1999) en: Prieto M. (2004) *Familia y violencia de Genero en Esmeraldas*. Universidad Complutense de Madrid.

Nelsen. J, Lott L, (2005) *Disciplina Positiva para adolescentes*. México Ed Ruiz.

Nicolson, P. (1997). *Poder Genero y Organizaciones*. España. Ed Narcea.

Nogueiras G., en: Ruiz J. y Blanco P. (s.f.) *La Violencia en la pareja: La Violencia Contra Las Mujeres*. Prevención y detección Madrid: Díaz de Santos.

Paisano, R. A. (1978) *Sociología del Poder*. Buenos Aires. Centro Editor de América Latina

Parolari, F. (2005) “*Psicología de la Adolescencia*” Ed. San Pablo Bogotá

Parras M. Zavala F. (2004) *Familia: Cristalización de las dinámicas de poder*. Tesis Universidad de Chile. Recuperado en:
http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2004/parra_v/sources/parra_v.pdf

Pastor, M, Ovejero, B (2007) *Michel Foucault, caja de herramientas contra la dominación*. Asturias. Ed. Universidad de Oviedo

Perdomo (1991) en: Monroy, A. (2002) “*Salud y Sexualidad en la Adolescencia y Juventud.*” México. Editorial Pax.

Peña C. (2013) Violencia en el Noviazgo en una muestra de jóvenes mexicanos. *Revista costarricense de Psicología*. Vol. 32 No. 1. p 27-40. Recuperado en:
<file:///C:/Users/Carlos/Downloads/DialnetViolenciaEnElNoviazgoEnUnaMuestraDeJovenesMexicano-4836509.pdf>

Pérez del Campo A. (2002) *La atención socio sanitaria ante la violencia contra las mujeres*.

Instituto de la Mujer. «Violencia contra las mujeres», Guía de Salud no XII. Madrid

Roche, O. (2006) *Psicología de la pareja y de la familia*. Análisis y optimización. Edición e impresión Universidad Autónoma de Barcelona

Rodrigo M, García M., Márquez, M. y Triana, B. (2005) en: Montañés M, Bartolomé B, Montañés J, Parra M. (2008) *Influencia del contexto familiar en las conductas adolescentes* Ensayos, (17), 391-407

Rodríguez y De Kajizer, (2002), en: Reyes de J. D Violencia en el Noviazgo y en las relaciones de pareja en adolescentes del área metropolitana de Monterrey Nuevo León. Su invisibilidad y Manifestación en el nombre del amor Recuperado en: http://ovsyg.ujed.mx/docs/bibliotecavirtual/Violencia_en_el_noviazgo_y_en_las_relaciones_de_pareja.pdf

Rodríguez G, Loret A. (2007) *La violencia de Genero*. Barcelona. Ed. UOC

Rodríguez N, Caño, G. (2012) *Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención*. Facultad de psicología Universidad de Málaga

Ruiz J, blanco P. (2005) *“La violencia contra las mujeres” prevención y detección*. España. Ed. Díaz de Santos

Sanz (2007) en “Amores Chidos.” Guía para docentes: sensibilización, prevención y atención básica de la violencia en el noviazgo con las y los jóvenes. IMJUVE. GENDES e Instituto Nacional de las Mujeres.

Sanmartín. (2004) *La Violencia y sus Claves*. Ed. Ariel Barcelona

Serrat, M . (s.f.) *Trastornos de la conducta*. Recuperado en: <http://netq6.educa.aragon.es/articulos/0049-trastornos-de-conducta-una-guía-de-intervencion-en-la-escuela.pdf>

Steinberg (1985), en Estévez, E., Jiménez, T., Musitu, G., (2007) *Relaciones entre padres e hijos adolescentes*. Valencia Ed. Nau Libres

Tenorio, M.C (1999) *Estilos de autoridad paternal*. Universidad el Valle.

Recuperado en:
<http://psicologiacultural.org/Pdfs/Materiales/Ponencias/Estilos%20de%20autoridad.pdf>

Torres, M. (2006) *Al cerrar la puerta*. Análisis y vivencias del maltrato en la familia. Bogotá Ed. Norma.

Vázquez J, Feria M, Palacio L, De la Peña F. (2010) *Guía clínica para el trastorno disocial*. Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente. México. Ed. Patricia Fuentes de Iturbe

Vázquez Ramírez Mario A. (s.f.) *Problemas de desarrollo social/afectivo para alumnos con problemas de conducta*. Manual para psicólogos y educadores. Instituto de educación de Aguascalientes

Velasco, 2007 en: Ramírez Rivera. “*Violencia en las Relaciones de Noviazgo en Jóvenes Universitarios*” un estudio exploratorio enseñanza e investigación en psicología vol. 15, núm. 2: 273-283

Verduzco A, Moreno L (2001) *Autoestima para todos*. México. Ed Pax

Villavicencio, P. (1999) *Violencia domestica: su impacto en la salud física y mental de las mujeres*. Madrid, Instituto de la Mujer.

Wainstein, M. Wittner, V.(s,f) *Enfoque psicosocial en la pareja*. Departamento de psicología. Universidad de Palermo. Buenos Aires. Recuperado en:
<http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico4/4%20PSICO%20008.pdf>

ANEXOS.

DEFINICIÓN DE LOS ESTILOS DE PODER Y SUS INDICADORES

Estilo	Definición	Indicadores
1. Autoritario	Personas que hacen uso De conductas directas, autoafirmativas, tiranas Controladoras inflexibles Y hasta violentas intenta mantener sometido bajo El yugo de su dominio.	Áspero, violento, brusco explosivo, estricto.
2. Afectuoso	El sujeto se dirige a su pareja Con comportamiento social y racionalmente aceptable, siendo amable respetuoso y cariñoso.	Cariñoso, tierno, cordial, expresivo, comprensivo.
3. Democrático	Existe un compromiso Con la pareja que trae beneficios mutuamente aceptables.	Seguro, directo, sugerente, comunicativo, equitativo.
4. Tranquilo- conciliador	Es una manera sublime de mantener la situación sin que se perciba la influencia, o control sobre el otro.	Amable, accesible, flexible, paciente, conciliador.
5. Negociador	La forma de pedir a la pareja se entiende como una decisión de dos, en intercambio en la posesión de la influencia.	Reciproco, controlado, empático, tolerante, negociante.
6. Agresivo-Evitante	El sujeto ejerce poder atreves del distanciamiento y actitud evasiva y negligente.	Superficial, confuso, irresponsable inaccesible.
7. Laissez-faire	Otorga la libertad y permisión al dominado.	Permisivo liberador, comprometido, abierto.
8. Sumiso	Es una forma de resistencia pasiva, se basa en el descuido, desgano, la	Callado, distraído, desordenado, directo.

	necesidad y el olvido sin que se dé jamás el enfrentamiento directo.	
--	--	--

DEFINICION DE LAS ESTRATEGIAS Y SUS INDICADORES

Estrategia	Definición	Indicadores
1. Autoritario	El sujeto utiliza recursos que Le demuestran desaprobarción a su pareja, en respuesta a la negación de lo deseado.	Enojos, caras, gritos, críticas, evitación, exigencias, majaderías.
2. Afecto- positivo carismático.	El sujeto se dirige a su pareja con comportamientos amables y cariñosos.	Cariños regalos, cooperar, reconocimientos amar.
3. Equidad- reciprocidad.	El sujeto ofrece a su pareja un intercambio en términos de beneficios mutuamente aceptables aunque.	Justicia, tolerancia, apoyo, ejemplificar.
4. Directo-racional	El sujeto trata de convencer a su pareja de cumplir su petición, utilizando argumentos racionales.	Exponer, sugerir, analizar, explicar, justificar.
5. Imposición- manipulación	El sujeto se dirige en forma represiva e inflexible a su pareja en su intento para lograr influenciar a esta.	Prohibir restringir, reprimir, Condenar.
6. Descalificar	El sujeto actúa hostil y tirano con su pareja en respuesta a sus peticiones no gratificadas.	Perjudicar, humillar y devaluar.
7. Afecto negativo	El sujeto hace uso de emociones dolorosas o hirientes que pretenden lastimar a su pareja al no ser consolidadas sus peticiones.	Castigar, uso de temores, quitar afecto.
8. Coerción		Forzar, ordenar amenazar, imposiciones.

9. Agresión pasiva	El sujeto usa a fuerza física y la amenaza al intentar conseguir sus fines.	No colaborar, indiferente rechazo.
10. Chantaje.	El sujeto actúa contrario a lo que su pareja valora le hace sentir descalificado e inexistente.	Incapacitado, indefenso, temerario, triste.
11. Afecto petición.	Al tratar de convencer a su pareja el sujeto hace uso de justificaciones, que pretenden hacerlo sentir responsable y hasta culpable.	Comprensión, importancia atención, y apoyo.
12. Autoafirmativo.	El sujeto actúa de forma respetuosa y halagadora con su pareja para que atienda sus peticiones.	Directo. decisivo, informativo
13. Sexual.	El sujeto anuncia sus peticiones abiertamente con la certeza de un deber implícito o explícito existente.	Evitación de un acercamiento sexual.
14. Dominio	El sujeto retira afectos sexuales y emotivos en respuesta a lo no gratificación de su petición El sujeto se comporta punitivo muy directo sobre lo que ha identificado que le es molesto de su pareja.	Antipático, descalificar, violentar.



CENTRO COMUNITARIO “DR. JULIÁN MAC GREGOR Y SÁNCHEZ NAVARRO”
 COORDINACIÓN DE LOS CENTROS DE SERVICIOS A LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA Y AL SECTOR
 SOCIAL. FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

CARTA DESCRIPTIVA / ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN
 CLAVE: CADES/CCMG/01

Programa de prevención de violencia en el noviazgo con adolescentes estudiantes de secundaria con problemas de comportamiento

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Norma Rojas y Magdalena Wanda **RESPONSABLE ACADÉMICO:** Dra. Ma. de los Ángeles Cruz Almanza

ELABORADO POR: Almada Flores

NÚMERO DE SESIONES: _____ **FECHAS:** Sábado, marzo 22 del 2014

OBJETIVO GENERAL: Que los adolescentes con problemas de comportamiento logren reconocer e identificar los roles y estereotipos de género que influyen en las reproducción de la violencia en el noviazgo, con la finalidad de prevenir y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana.

Autoestima y Autoconcepto **OBJETIVO(S) DE LA SESIÓN:** Reflexionar sobre la de la autoestima

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES /TÉCNICAS DIDÁCTICAS	DESCRIPCIÓN/PROCEDIMIENTO	MATERIALES	TIEMPO
Saludo y bienvenida	Presentarme y reconocer cualidades propias	Reconociendo mis cualidades	Se pide a los integrantes del grupo que se presentes y cada uno diga la cualidad o cualidades que más le gusta de su persona	-----	20 min
Autoestima	Que los participantes realicen una reflexión sobre si mismos	Esta soy yo	Se les proporcionaran dos hojas blancas a cada participante. se les pedirá: 1. En la primera hoja con el título esta soy yo realicen un dibujo que represente el título 2. En la segunda hoja el título será este es mi cuerpo, el dibujo corresponderá al título en cuestión. Finalmente se compartirán los dibujos se hará una reflexión, sobre el cómo nos vemos, y se introduce el concepto de autoestima por parte de las coordinadoras del grupo.	Hojas blancas	40 min
Lo que puedo hacer	Reconocer lo que soy, lo que no soy y lo que puedo hacer para	Yo soy yo no	Se le entregara a cada al integrante del grupo una hoja de papel donde ponga las frases: Yo soy..... Yo no soy..... Me gustaría ser.....	Hojas blancas	40 min

	trabajar en lo que quiero y no quiero ser	soy	Que puedo hacer para lograrlo..... Se comparten ideas y se reflexiona sobre qué puedo hacer para lograr lo que quiero, desde lo que se de mí.		
Cierre	Compartir, lo que aprendí, de mí ... como me voy	Yo me voy.....	Cada participante, compartirá con el grupo que aprendí hoy de mí y como me voy después del taller	-----	10 min



CENTRO COMUNITARIO “DR. JULIÁN MAC GREGOR Y SÁNCHEZ NAVARRO”
 COORDINACIÓN DE LOS CENTROS DE SERVICIOS A LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA Y AL SECTOR
 SOCIAL. FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

CARTA DESCRIPTIVA / ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Taller Programa de prevención de violencia en el noviazgo con adolescentes estudiantes de secundaria con problemas de comportamiento	RESPONSABLE ACADÉMICO:	Dra. Ma. de los Ángeles Cruz Almanza
ELABORADO POR:	Norma Rojas y Wanda Almada	FECHAS:	29 marzo 2014
NÚMERO DE SESIONES:			
OBJETIVO GENERAL:	Que los adolescentes con problemas de comportamiento logren reconocer e identificar los roles y estereotipos de género que influyen en la reproducción de la violencia en el noviazgo, con la finalidad de prevenir y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana.		
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	A través de dinámicas grupales, se trabajará el proceso de socialización y las competencias más importantes que influyen en éste: manejo emocional, autoestima, asertividad, trabajo en equipo, liderazgo y seguridad personal.		

SESIÓN: Autoconocimiento no. 2	OBJETIVO(S) DE LA SESIÓN:	Los participantes, podrán reconocer patrones personales de autoestima; lo que les servirá para relacionarse mejor, tanto en su grupo familiar, como en la escuela o trabajo y en la comunidad.
--	----------------------------------	--

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES/ TÉCNICAS DIDÁCTICAS	DESCRIPCIÓN/PROCEDIMIENTO	MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Bienvenida, integración	.	La facilitadora dará la bienvenida a la sesión. Y pedirá a las/os asistentes, que compartan con el grupo, vivencias acerca de la sesión anterior		10'
“Autoconocimiento”	Posibilitar el que cada una/o de los participantes, pueda reconocer cualidades propias y de los demás.	Reconociendo mis Cualidades	1 la facilitadora, pedirá al grupo que escriban en una hoja blanca, en columna, los nombres de los demás asistentes, poniendo delante de cada nombre, una cualidad que pueden apreciar en esa persona. 2 Enseguida se les proporcionaran postips {en cantidad igual al número de participantes, en cada Post it pondrá escribirán el nombre de cada uno de los	Hojas Plumas y lápices, Postips	45'

			<p>participantes y la cualidad que escribieron en la hoja blanca.</p> <p>3 Se les pedirá a todos que se pongan de pie y circulen por el salón, colocando en la espalda de cada quien el postip que lleva su nombre.</p> <p>4 al terminar se les pedirá que tomen asiento y recuperen los postips que les Pegaron sus compañeros.</p> <p>Se hará una reflexión acerca de cómo se pueden visibilizar las cualidades propias y de los demás.</p>		
Lo que puedo hacer	Reconocer lo que soy, lo que no soy, y lo que puedo hacer para trabajar en lo que quiero ser.	Yo soy... Yo no soy...	<p>1 Se le entrega a cada participante una hoja blanca donde escribirá las frases Yo soy... Yo no soy.....</p> <p>2 se comparten ideas y se reflexiona sobre lo que se ha escrito.</p> <p>3. Se les pedirá que pasen de manera individual a escribir en un rota folió ideas, con respecto a lo que es Autoestima y Autoconocimiento.</p>	Lápices pluma, papel.	40'
Cierre	Evaluar lo que se llevan de la sesión para ellas(o)s, para su familia y para la sociedad.		<p>1. Se abre plenaria para que compartan voluntariamente sus vivencias.</p> <p>3. Se da una conclusión general y se despide la sesión</p>	Rotafolios Plumones	25'



CARTA DESCRIPTIVA / ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Taller Programa de prevención de violencia en el noviazgo con adolescentes estudiantes de secundaria con problemas de comportamiento.

ELABORADO POR: Norma Rojas Solís
 Magdalena Wanda Almada Flores

RESPOSABLE ACADÉMICO: Dra. María de los Ángeles Cruz Almanza

NÚMERO DE SESIONES: _____ **FECHA:** 5 Abril 2014

OBJETIVO GENERAL: Que los adolescentes con problemas de comportamiento logren reconocer e identificar los roles y estereotipos de género que influyen en las reproducción de la violencia en el noviazgo, con la finalidad de prevenir y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana.

OBJETIVO(S) DE LA SESIÓN: El objetivo de esta sesión es generar una reflexión en los participantes sobre distintos estilos de autoridad empleados por las figuras adultas, y sus respectivas consecuencias en los adolescentes. Así como reflexionar acerca de la importancia de los límites.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES/TÉCNICAS DIDÁCTICAS	DESCRIPCIÓN/PROCEDIMIENTO	MATERIALES	TIEMPO
BIENVENIDA	PROPICIAR UN CLIMA DE CONFIANZA ENTRE LOS INTEGRANTES EL GRUPO	SALUDO	Saludo y bienvenida a los participantes	----	10 MIN
LIMITES	Reflexionar sobre la importancia de los limites	Como me siento seguro	Se pedirá a cada uno de los participantes, que exprese lo que para ellos representan los límites o si saben para que nos ayudan los límites se da una breve explicación por parte de las facilitadoras.	----- ----	20 min

ESTILOS DE AUTORIDAD	<p>Hacer un análisis de la forma de interacción entre las familias, los métodos posibles para resolución de conflictos y creación de acuerdos.</p> <p>Conocer los distintos intereses de los miembros de una familia. Analizar distintas posturas ante un mismo problema y su relación con la violencia</p>		<p>1. Plantearemos un conflicto de intereses dentro de una familia, pediremos a los voluntarios para que hagan los distintos papeles. En la representación del conflicto, El/la monitor/a les pedirá que salgan del aula para explicarles la dinámica.</p> <p>2. A continuación se pasará a la representación de la escena familiar.</p> <p>3. Una vez terminada dicha representación dividiremos a los/as asistentes en grupos de discusión, indicándoles que cada grupo debe reflexionar sobre un personaje determinado; y el rol que representa, cómo ha defendido su postura, si lo podría haber hecho de otra forma para solucionar el conflicto, etc.</p> <p>4. Terminada la reflexión en grupos pequeños, el/la portavoz de cada uno expondrá las conclusiones a las que han llegado.</p> <p>La dinámica concluirá tomando nota de las distintas ideas que se hayan aportado para la resolución del conflicto.</p> <p>A continuación se explicará por parte de las facilitadoras los distintos estilos de autoridad:</p> <p>Estilo pasivo Estilo agresivo Estilo asertivo</p> <p>Se hace una reflexión sobre la relación de los tipos de autoridad y la violencia.</p>	Plumones rotafolios	60 min
Cierre de Sesión	Evaluar lo que se llevan de la sesión para ellas(o)s, para su familia y para la sociedad.		<p>1. Se abre plenaria para que compartan voluntariamente sus vivencias.</p> <p>2. Se da una conclusión general de la participación grupal sobre lo expuesto en la sesión.</p>		15 min



CENTRO COMUNITARIO “DR. JULIÁN MAC GREGOR Y SÁNCHEZ NAVARRO”
 COORDINACIÓN DE LOS CENTROS DE SERVICIOS A LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA Y AL SECTOR SOCIAL.
 FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

CARTA DESCRIPTIVA / ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Taller Programa de prevención de violencia en el noviazgo con adolescentes estudiantes de secundaria con problemas de comportamiento			
ELABORADO POR:	Norma Rojas Solis Magdalena Wanda Almada	RESPONSABLE	Dra. Maria de Los Ángeles Cruz	
NÚMERO DE SESIONES:	10	ACADÉMICO:	Almanza	
OBJETIVO GENERAL:	Que los adolescentes con problemas de comportamiento logren reconocer e identificar los roles y estereotipos de género que influyen en las reproducción de la violencia en el noviazgo, con la finalidad de prevenir y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana			
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	Que los participantes reflexionen y analicen que es el conflicto, la forma de resolverlo mediante la negociación, y la relación que puede tener con la violencia.			
SESIÓN 4	Conflicto y negociación OBJETIVO(S) DE LA SESIÓN. El objetivo principal de la sesión es tomar consciencia, trabajar y practicar, a través de dinámicas grupales: ¿qué es el conflicto? Y Formas de resolverlo así como las diferentes estrategias de negociación.			

TEMA	Objetivo	ACTIVIDADES/TÉCNICAS DIDÁCTICAS	DESCRIPCIÓN/PROCEDIMIENTO	MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Optimizar la receptividad del grupo.	Practica de Relajación “atención plena”	1. Siéntate en silencio en una postura cómoda. Cierra los ojos. Relaja todos los músculos, empezando por los pies y terminando hacia el rostro Necesario. 2. Respira por la nariz. Toma conciencia de tu respiración. 3. Respira con naturalidad. Continúa así por unos minutos más. 4. Cuando se presenten pensamientos que te distraigan, procura apartarlos,		10’

			5. Después de unos minutos, y poco a poco se pide que vayan tomando conciencia del cuerpo y que al ritmo de cada quien podrán ir abriendo los ojos.		
Resolución de conflictos	Reflexionar sobre la forma de comportarse ante un conflicto.	El círculo	<p>1. Se forma un círculo en el que los participantes, en pie, traban fuertemente sus brazos.</p> <p>2. Se saca del grupo una persona, o tantas como veces se quiera repetir la experiencia, a las que se aleja del grupo para que no escuchen las consignas.</p> <p>3. La consigna que se les da es que una a una serán introducidas dentro del círculo, teniendo dos minutos para textualmente "escapar sea como sea".</p> <p>4. A las personas que conforman el círculo se les explica que tienen que evitar las fugas "por todos los medios posibles", recurriendo a la violencia si es preciso (sin pasarse) pero que llegado el caso en que una de las personas presas pide verbalmente que se le deje abandonar el círculo, éste se abrirá y se le dejará salir.</p> <p>Se analizara los métodos empleados por cada parte, la efectividad de los mismos, sus consecuencias, buscando correspondencias en la sociedad y en nuestra realidad cotidiana.</p>		30'
Resolución de conflictos	Identificar los diferentes tipos de postura (pasiva, autoritaria, asertiva) ante una situación a resolver.	La fila de cumpleaños	Vamos a intentar colocarnos en fila sin utilizar la palabra hablada, la consigna será hacer una fila (sobre una cinta pegada al piso y sin salirse de ella) acomodándose según la fecha de cumpleaños, utilizando, movimientos,	Listón o cinta adhesiva	30 min

			gestos, o lenguaje corporal sin utilizar la palabra. ¿Ha sido fácil o difícil? ¿Reconocemos alguno de los elementos de la comunicación? Y como siempre valorando más lo positivo que lo negativo hablamos de las cosas que hemos hecho muy bien y de las que aún podemos mejorar.		
Negociación	identificar Identifica distintas formas de establecer acuerdos	Situaciones cotidianas	1. Se divide al grupo en equipos 2. Se les pide que al azar tomen una tarjeta que indique alguna problemática de la vida cotidiana a resolver en un acuerdo, se debatirá en el equipo, 3. Se comparte la solución de cada equipo en el grupo y se reflexiona sobre los diferentes tipos de negociación y las estrategias que utilizaron para llegar a ella.		40'
Cierre	Que los participantes, compartan lo trabajado en la sesión.	Yo me voy.....	Cada participante, compartirá que se lleva (de lo aprendido) al finalizar la sesión	---	10 min



CENTRO COMUNITARIO “DR. JULIÁN MAC GREGOR Y SÁNCHEZ NAVARRO”
 COORDINACIÓN DE LOS CENTROS DE SERVICIOS A LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA Y AL SECTOR
 SOCIAL. FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

Nombre de la actividad: **TALLER PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO CON ADOLESCENTES ESTUDIANTES DE SECUNDARIA CON PROBLEMAS DE COMPORTAMIENTO**

CARTA DESCRIPTIVA / ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN

ELABORADO POR:	Norma Rojas Solís y Wanda Almada Flores	RESPONSABLE ACADÉMICO:	DRA. MARIA DE LOS ANGELES CRUZ ALMANZA
NÚMERO DE SESIONES:		FECHAS:	Sábado 3 mayo 2014
OBJETIVO GENERAL:	Que los adolescentes con problemas de comportamiento logren reconocer e identificar los roles y estereotipos de género que influyen en las reproducción de la violencia en el noviazgo, con la finalidad de prevenir y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana.		
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	Concientizar sobre la capacidad para describir sentimientos y favorecer el aprendizaje de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales.		

Sesión: 5 Solución NO Violenta de Conflictos **OBJETIVO(S) DE LA SESIÓN:** Conocer y practicar la técnica de solución de problemas. Atraves de Dinámicas específicas.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES/TÉCNICAS DIDÁCTICAS	DESCRIPCIÓN/PROCEDIMIENTO	MATERIALES	TIEMPO
Rompehielos	<i>Con esta técnica la/el participante podrá identificar y reconocer emociones en los demás y así ubicarlas como un primer acercamiento al establecer relaciones.</i>	<i>Técnica “Ponerse en el lugar del otra/o.</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Previo a la selección de éste, en un contenedor se pondrán papeles en los que estén escritas cada una de las emociones. 2. La/el voluntario escogerá un papelito y deberá actuar la emoción escrita. 3. las/os compañeros identificarán la emoción correspondiente a partir de los gestos y los movimientos que observen en el voluntario. 4. El ejercicio se repetirá hasta que se terminen los papeles; para cada emoción se requerirá de una nueva persona. 5. Al concluir la dinámica, se pedirá la discusión en grupo, 	Papeletas con las emociones escritas. *Anexo Hojas bond tamaño cartel.	20'

			sobre cuáles serían en término de conductas las expresiones de las diferentes emociones.		
Reconocer emociones.	Objetivo que lo/ase pondrán atención a sus emociones más recientes, de manera que puedan ser conscientes de ellas e identificar qué las provocó.	Interacción grupal “Reconocimiento de emociones”	<p>1. La/el facilitadora/o pedirá a las/os participantes que recuerden un conflicto familiar, que pasa en su vida cotidiana.</p> <p>2. que identifique que tipo de emociones se presentan así como sus causas.</p> <p>3. En esta actividad se sugiere realizar un registro de esa experiencia y, posteriormente, se pedirá voluntarios que compartan sus anotaciones de forma grupal.</p> <p>3. Si la/el participante no logra dar nombre a su emoción, la/el facilitadora/or) y los demás participantes deberán ayudarlo.</p> <p>Se les pedirá que logren identificar cuál es la emoción que han experimentado y cómo se sintieron.</p> <p>Las preguntas clave serán: *anexo</p> <p>Al término de la dinámica, se explicará la importancia de llevar un registro de sus emociones, como un diario, con el fin de identificar sensaciones, qué las provoca y darles un nombre.</p>	Hojas blancas lápices y/o plumas. Preguntas clave *anexo	35’’
Expresar sentimientos.	Objetivo: Proponer un modelo para la resolución creativa de conflictos. Esta actividad busca fortalecer la comunicación desde el sentimiento.	Actividad: Las cuatro frases	<p>1. La persona que facilita pide al grupo que formen parejas y que piensen en una situación de conflicto –que puedan comentar– y que la platicuen con su compañero. {se puede utilizar el conflicto de la actividad anterior}.</p> <p>3. Una vez que ambos comentaron el conflicto se les dice “Tu compañero tomará el papel de esa persona con la que tienes el conflicto, ¿cómo lo enfrentarías?”. Se da un tiempo para que cada cual represente su conflicto.</p> <p>4. *Posteriormente se presenta el paleógrafo, con el modelo</p>	Material: Paleógrafo con el modelo para la resolución de conflictos *Anexo	45’

			<p>para la resolución de conflictos.</p> <p>5. Siguen trabajando por parejas y vuelven a tratar el conflicto, ahora utilizando este modelo.</p> <p>6. Se retroalimentan en parejas: ¿Cómo se sintieron?</p> <p>7. Ya en reunión Plenaria se reflexiona preguntando: ¿Cómo se sintieron en la actividad? ¿Notaron alguna diferencia siguiendo el modelo? ¿Qué descubrieron de sí mismos?</p> <p>8. Se reflexiona sobre lo siguiente: ¿El significado que le damos al conflicto tendrá que ver con la manera en que lo enfrentamos en pareja y en la familia?</p> <p>9. Por último se reflexiona que el conflicto siempre existe y puede ser una oportunidad de crecimiento y desarrollo personal.</p>		
Cierre	Que las/os participantes conozcan y practiquen algunas actividades que ayudan a proteger su salud.	“Ejercicios de Carga y Descarga”	<p>- Ejercicio de descarga: nos paramos en la siguiente posición: Piernas separadas (unos 20 ó 30 cm), lado externo de los pies paralelos, brazos extendidos hacia adelante con las manos quebradas hacia abajo (palma hacia arriba), rodillas afectadas, hacemos una inspiración profunda llevando los codos flexionado, lo más atrás posible, luego exhalamos con fuerza, extendiendo los brazos hacia adelante, y visualizando que cuando sale aire, sale también la emoción que nos está haciendo sentir mal por dentro. La energía que nosotros estamos botando, la que nos altera, se la dedicamos a la naturaleza que nos rodea, árboles, flores, pedimos que ellas se puedan nutrir con esa energía que a nosotros nos altera.</p>		10'

			<p>- Ejercicio de carga: De pie, en la misma posición del ejercicio anterior, inspiramos, Retenemos la respiración y dejamos salir el aire, con un rudo como de hacer callar. Comenzamos con los brazos extendidos arriba inhalando, y medida que los bajamos, los cruzamos por delante del cuerpo hasta llegar abajo, exhalando. Al hacerlo distribuimos toda esa energía por el cuerpo.</p>		
--	--	--	--	--	--



CENTRO COMUNITARIO “DR. JULIÁN MAC GREGOR Y SÁNCHEZ NAVARRO”
 COORDINACIÓN DE LOS CENTROS DE SERVICIOS A LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA Y AL SECTOR
 SOCIAL. FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

CARTA DESCRIPTIVA / ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN

Nombre de la actividad: **TALLER PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO CON ADOLESCENTES ESTUDIANTES DE SECUNDARIA CON PROBLEMAS DE COMPORTAMIENTO**

ELABORADO POR: Norma Rojas Solís y Magdalena Wanda Almada Flores **RESPONSABLE ACADÉMICO:** Dra. María de los Ángeles Cruz Almanza

NÚMERO DE SESIONES: 10 **FECHAS:** Sábado 17 mayo 2014

OBJETIVO GENERAL: Que los adolescentes con problemas de comportamiento logren reconocer e identificar los roles y estereotipos de género que influyen en las reproducción de la violencia en el noviazgo, con la finalidad de prevenir y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana.

SESIÓN:6 **Sesión** Genero **OBJETIVO(S) DE LA SESIÓN:** Reconocer e Identificar la construcción de genero

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES/TÉCNICAS DIDÁCTICAS	DESCRIPCIÓN/PROCEDIMIENTO	MATERIALES	TIEMPO
APLICACIÓN DE CUESTIONARIO	EXPLORAR LAS RESPUESTAS DE LOS PARTICIPANTES EN CUANTO A EL INSTRUMENTO DE EVALUACION	LLENADO DE CUESTIONARIO	Se distribuyen los cuestionarios entre los integrantes del grupo y se les pide que procedan al llenado, tratando de no dejar preguntas sin contestar.	CUESTIONARIO IMPRESO	25 MIN
Bienvenida	Saludar, y expresar como me encuentro al inicio de la sesión.	Yo vengo.....	Se compartirá, como llegan cada uno de los integrantes del grupo y que fue lo relevante de la semana.	----	10 min.
ROLES DE GENERO	Reconocer el modo en que los roles de género, crean expectativas y estas influyen en nuestra conducta	“Etiquetas”	1. Se colocará en la frente de cada participante una cinta con una “etiqueta”, sin que este sepa lo que dice. 2. Se les pedirá que organicen una reunión de trabajo. 3. Cada quién tratará a las demás personas de acuerdo a la etiqueta que tenga.	Cintas con etiquetas	30 min.

			<p>4. Después de 10 minutos se les pedirá que se quiten las etiquetas y se abrirá la discusión en plenaria</p> <p>PUNTOS DE DISCUSIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo se sintieron del trato que les dieron? - ¿Cómo se sintieron del trato que recibieron? - ¿Esto es parecido a la realidad? - ¿Los roles de género nos hacen tener prejuicios? <p>Notas: Si son más personas que etiquetas, el resto observa.</p>		
Diferencia de genero	Distinguir cuales son los privilegios que dan poder a los hombres y cual a las mujeres	Porque ellos sí y nosotras no, y viceversa	<p>1. Se colocan dos rotafolios pegados en una pared les pide a todos los integrantes del grupo que hagan dos filas una de hombres y una de mujeres una frente a cada rotafolio,</p> <p>2. Se les pide que escriban, lo que está bien visto que haga una mujer y en su caso lo que está bien visto que haga un hombre. 3. Después se invierten las filas y se les indica que marquen con una palomita si lo que hace una mujer lo podría hacer un hombre y con un tache si no lo podría hacer y viceversa. Se hace la reflexión y el análisis grupal y se introduce el concepto de género, rol de género y estereotipo de género.</p>	Rotafolio y bolígrafos	30 min
Cierre	Analizar que comportamiento o actitud podría hacer diferente	“Yo también puedo”	<p>1. Se les proporciona una pequeña tarjeta en la cual todos, expresaran una actitud o comportamiento que les gustaría fuera diferente de acuerdo al rol de genero establecido.</p> <p>2. Sentados en círculo se comparte, se intercambiando las tarjetas y respetando quien no quiera compartir.</p>	Tarjetas de colores	35 min



CARTA DESCRIPTIVA / ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:		Taller Programa de prevención de violencia en el noviazgo con adolescentes estudiantes de secundaria con problemas de comportamiento		RESPONSABLE ACADÉMICO:	Dra. María de los Ángeles Cruz Almanza
NÚMERO DE SESIONES:				FECHAS:	Sábado 24 mayo 2014
OBJETIVO GENERAL:		Que los adolescentes con problemas de comportamiento logren reconocer e identificar los roles y estereotipos de género que influyen en las reproducción de la violencia en el noviazgo, con la finalidad de prevenir y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana.			
SESIÓN: 7	Sesión Violencia.	OBJETIVO(S) DE LA SESIÓN:	1. Analizar los la forma en que la cultura los mitos y la sociedad influyen en la forma de relacionarnos afectivamente. 2. Familiarizarse con el concepto de violencia; 3. Identificar los diferentes tipos de violencia.		
TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES/TÉCNICAS DIDÁCTICAS	DESCRIPCIÓN/PROCEDIMIENTO	MATERIALES	TIEMPO
Rompehielos	Favorecer la confianza y la integración de las(os) participantes.	Mi espacio vital	Se pedirá que mediante algunos ejercicios de respiración vayan apropiándose de su espacio vital, lo identifiquen y lo reconozcan. Después se les pedirá que camine por el espacio.(salón) y después regresen a su lugar y se vuelvan a apropiarse de su espacio individual.	-----	20 min
Expresión de la violencia en las relaciones amorosas	Cuestionar lo que es el amor romántico de lo que es el amor nutritivo. Identificar que el amor romántico puede encubrir ciertos actos de violencia.	“El vals del amor”	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se espaciarán las figuras de cartón en el piso, de tal manera que las frases no se vean. 2. Cuando se ponga la música, iniciarán el vals por parejas. 3. Cuando se apague la música deberán levantar una figura del piso y así sucesivamente. 4. Al finalizar cada participante pasará al frente a pegar sus figuras a la columna que corresponda (Amor es, Amor no es). 5. En plenaria se leerán las columnas y se les pedirá que observen la manera en que se organizaron los conceptos en las dos columnas, se preguntará cuales les llaman la atención, o si hay alguno que cambiarían. Se someterá a discusión y si hay algunos que tienen más de una interpretación y no logran ponerse de acuerdo se pondrá en medio de las dos columnas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Letreros con forma de bombas y corazón. - Figuras. - Maskin - Música 	30 min

Patrones de relación	Identificar como la sociedad y la cultura, influyen en nuestro modo de relacionarnos	Las canciones que cantamos?	<p>1. Se divide el grupo en equipos de acuerdo al número de participantes que haya</p> <p>2. Se reparte una estrofa o canción a cada grupo (trabajar eligiendo canciones de actualidad que canten los adolescentes y en las que se plantean situaciones ligadas al amor)</p> <p>3. Se reflexiona sobre: ¿Cuáles son los mandatos que expresa la canción? ¿Cómo son el varón y la mujer de los que se habla? ¿Cómo se vive en cada caso? En plenaria compartir y reflexionar sobre los mensajes que nos mandan en las canciones.</p>	Hojas con estrofas de distintas canciones alusivas a el amor	30 min
¿QUÉ ES LA VIOLENCIA?	Identificar a que se refieren los conceptos de violencia, violencia de género, violencia doméstica y violencia contra la mujer	“Lluvia de ideas”. “La papá caliente	<p>Se hará una lluvia de ideas para ir definiendo y aclarando cada uno de los conceptos y se irá anotando brevemente en el pizarrón.</p> <p>Una vez que se tengan claros los conceptos, se jugará la papa caliente y la persona que pierda deberá decir un ejemplo</p>	<p>– Rotafolios</p> <p>– Plumones</p>	30 min
cierre	Evaluar lo que se llevan de la sesión para ellas(o)s, para su familia y para la sociedad	Circulo mutuo	<p>1. Se le pedirá a cada quién que a través de un formato que se les proporcionará, escriban lo que se llevan de la sesión.</p> <p>2. Se les pedirá que pasen de manera individual a escribir en un rotafolio un compromiso con respecto a lo que se llevan de la sesión.</p> <p>3. Se les pedirá que formen un círculo y que se tomen de las manos, colocando la mano derecha con la palma hacia arriba, recibiendo de la compañera desde su mano izquierda, la cual da a la o el siguiente participante y así sucesivamente.</p> <p>4. Se les pedirá que cierren los ojos, se les dirá que imaginen que las mujeres del testimonio son las personas que tienen a su lado.</p> <p>5. Se les incitará a que piensen cómo se sienten estas personas, lo que les dirían, cómo tratarían de decirle que pueden imaginar cómo se sienten.</p> <p>6. Por medio de las manos expresarán esto con la mano izquierda y con la derecha recibirán lo que la otra persona quiera expresarles.</p> <p>7. Se les pide que abran los ojos y se miren haciendo visual con cada uno de las y los participantes.</p> <p>8. Se da una conclusión general y se despide la sesión.</p>		10 min



CENTRO COMUNITARIO “DR. JULIÁN MAC GREGOR Y SÁNCHEZ NAVARRO”
 COORDINACIÓN DE LOS CENTROS DE SERVICIOS A LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA Y AL SECTOR SOCIAL.
 FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

CARTA DESCRIPTIVA / ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN

Taller Programa de prevención de violencia en el noviazgo con adolescentes estudiantes de secundaria con problemas de comportamiento

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: NORMA ROJAS SOLIS **RESPONSABLE ACADÉMICO:** Dra. Ma.de los Ángeles Cruz Almanza

ELABORADO POR: MAGDALENA WANDA ALMADA

NÚMERO DE SESIONES: 10 **FECHAS:** 31 de mayo de 2014

OBJETIVO GENERAL: Que los y las adolescentes con problemas de comportamiento logren reconocer e identificar los roles y estereotipos de género que influyen en las reproducción de la violencia en el noviazgo, para prevenir y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana

SESIÓN: Sesión no. 8 **OBJETIVO(S) DE LA SESIÓN:** Identificar las formas de relaciones desiguales, que surgen de la sociedad y la cultura.
 Identificar los conceptos de amor enamoramiento y sexualidad y su importancia en la relación de pareja
 Reafirmar los conceptos de genero identidad de género y violencia de genero

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES/TÉCNICAS DIDÁCTICAS	DESCRIPCIÓN/PROCEDIMIENTO	MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Iniciar la sesión practicando la técnica “atención plena” que tiene la finalidad de relajarse y también, optimizar, la receptividad del grupo.	“Atención plena”	1. Sentados, y en una posición cómoda, ir relajando una a una las distintas partes del cuerpo. 2. Se pide que cierren los ojos 3. Respira por la nariz. Toma conciencia de tu respiración. 4. Respira con naturalidad. Continúa así por unos minutos más. 5. Cuando se presenten pensamientos que te distraigan, procura apartarlos, 6 Después de unos minutos, y poco a poco se pide que vayan tomando conciencia del cuerpo y que al ritmo de cada quien podrán ir abriendo los ojos.	-----	10´
Pareja	.	Mi pareja ideal	Se les pedirá que respondan a una pregunta sobre cómo sería su	Hojas de papel y bolígrafo.	30 min

	Reflexionar sobre la elección de pareja y las implicaciones de género que esta decisión conlleva		<p>pareja ideal que podrían encontrar en una fiesta. Las preguntas que se pueden realizar son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué color de ojos tendría tu pareja ideal? • ¿Qué altura tendría tu pareja ideal?, ¿mediano, bajo, alto? • ¿Qué color y forma de cabello te gusta de tu pareja ideal? • ¿Qué color de piel tendría tu pareja ideal? • ¿Qué complexión tiene tu pareja ideal?, ¿delgado, robusto, mediano, ancho? • ¿Qué tipo de música le gusta a tu pareja ideal? • ¿Cómo es su personalidad? • ¿Cuál es el pasatiempo favorito de tu pareja ideal? • ¿Qué expresiones o forma de tratarte tendría? • ¿Qué deporte le gustaría a tu pareja ideal? • ¿Qué forma de vestir tiene? • ¿Qué posición económica? <p>Después se comparte mediante una lluvia de ideas. Preguntas generadoras:</p> <p>¿Cómo elegimos pareja?</p> <p>¿Qué es lo que me gusta y me seduce de alguien?, ¿de qué me enamoro?</p> <p>¿Se espera lo mismo de hombres y mujeres?, ¿qué implicaciones tienen estas diferencias?</p> <p>¿Qué aspectos son importantes para que me enamore?, ¿qué aspectos son negociables y cuáles no?</p>		
Patrones de relación	Identificar como la sociedad, los medios y la cultura influyen en nuestros modos de relacionarnos.	Las canciones que cantamos	<p>1. Se divide el grupo en equipos de acuerdo al número de participantes que haya</p> <p>2. Se reparte una estrofa o canción a cada grupo (trabajar eligiendo canciones de actualidad que canten los adolescentes y en las que se plantean situaciones ligadas al amor)</p> <p>3. Se reflexiona sobre: ¿Cuáles son los mandatos que expresa la canción? ¿Cómo son el varón y la mujer de los que se habla? ¿Cómo</p>	Hojas con la letra o estrofas de distintas canciones. Anexos.	30 min

			<p>se vive en cada caso? En plenaria compartir y reflexionar sobre los mensajes que nos mandan en las canciones.</p> <p>¿Hay algún otro medio de comunicación que nos molde la forma de relación? ¿De qué hablan? Que pasa con el amor romántico, el amor sano, y el amor destructivo. Se retoma lo de la sesión anterior sobre el noviazgo. se reflexiona sobre los conceptos de género, identidad de género y estereotipo de genero</p>		
Amor enamoramiento y sexualidad	Reflexionar, y ampliar las significaciones que la juventud le ha asignado al amor, al enamoramiento y a la atracción sexual.	Los ingredientes	<p>Se forman equipos a cada uno se le asigna un concepto desde la siguiente lógica: “Yo soy el amor”, “Yo soy el enamoramiento”, “Yo soy la atracción sexual”. En discusión, cada equipo respectivamente debe definir qué es el amor, enamoramiento o atracción sexual y por qué es importante en las relaciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Después, en plenaria grupal cada equipo deberá defender por qué es más importante el tema que les tocó. • Se realiza un debate. • Al finalizar se retoman los aspectos de los tres conceptos. <p>Preguntas generadoras:</p> <p>¿Qué es el amor?, ¿qué es el enamoramiento?, ¿qué es la atracción sexual?</p> <p>¿En qué se parecen?, ¿en qué son distintas?</p> <p>¿Cuál será mejor de las tres?, ¿con cuál de las tres se quedarían?</p> <p>¿Necesariamente están los tres en una relación de noviazgo?, ¿se tiene que pasar por los tres procesos?</p>		30 min
Cierre		Comunicación corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Las y los participantes forman un círculo de pie, después de haberlo logrado todas las personas dan media vuelta a la izquierda, de manera que cada participante mira en silencio la espalda de la otra persona. 	----	10 min

			<ul style="list-style-type: none"> • Promoviendo siempre el silencio, cada persona colocará suavemente sus manos en la espalda de la persona de adelante y el equipo de facilitación dará las siguientes Instrucciones: • Simula con las manos ser un animal pesado que recorre la espalda (con los puños cerrados, promover que recarguen la espalda sin dañar). • Simular con las manos ser un ratón, que corre rápido, utilizando la punta de los dedos. • Como un caballo que va galopando (cuidando que los golpes en la espalda no sean fuertes). • Como una enorme serpiente (zigzagueando con el antebrazo la espalda). • Como una araña (con las puntas de los dedos recorrer la espalda en varias direcciones). • De manera tal que a través de la simulación de distintos animales, se dé un masaje a la otra persona. 	
--	--	--	--	--



CARTA DESCRIPTIVA / ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN

	Taller Programa de prevención de violencia en el noviazgo con adolescentes estudiantes de secundaria con problemas de comportamiento
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	de comportamiento
ELABORADO POR:	Norma Rojas Solis
NÚMERO DE SESIONES:	Magdalena Wanda Almada
	RESPONSABLE ACADÉMICO: Dra. Ma.de los Ángeles Cruz Almanza
	FECHAS: Sábado 7 de junio de 2014
OBJETIVO GENERAL:	Que los adolescentes con problemas de comportamiento logren reconocer e identificar los roles y estereotipos de género que influyen en las reproducción de la violencia en el noviazgo, con la finalidad de prevenir y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES/TÉCNICAS DIDÁCTICAS	DESCRIPCIÓN/PROCEDIMIENTO	MATERIALES	TIEMPO
Distinción y formar grupos	Formar grupos de una forma lúdica, y distinción del grupo.	Los animales	Establecer el concepto de la violencia y sus tipos. Conocer e identificar el ciclo de la violencia • Previo a la sesión, se preparan pequeños papeles que tengan escrito nombres de tres animales: perro, gato y pollo. Pueden elegirse otros animales. El objetivo de dividir al grupo en tres. Los papeles se doblan y se colocan en una bolsa o caja. • Durante la sesión, se reparte un papel a cada participante, con la siguiente indicación: cada persona lee el animal que le tocó y con mímica imitará los sonidos de ese animal para buscar a más animales de su especie. Como es mímica puede hacer ruidos y moverse pero no decir con palabras el animal que le fue asignado. • Los animales deben agruparse en equipos.	Papeles con los nombres de tres animales diferentes	10'

violencia	Conocer las concepciones que las y los participantes tienen sobre la violencia.	¿Qué es violencia?	<p>Con los equipos ya formados se lanza la pregunta: ¿qué es la violencia?</p> <ul style="list-style-type: none"> • A los equipos se les pide que desarrollen una definición de la violencia en las relaciones de noviazgo y en otras relaciones y que identifiquen los tipos de violencia que existen. • Después cada equipo expone sus hallazgos al grupo. En un primer momento se exponen las definiciones de la violencia que hicieron todos los grupos y se analizan los elementos en común que encontraron, para enmarcarla posteriormente en una definición formal de violencia en el noviazgo. • A continuación, se habla de los tipos de violencia que los grupos encontraron, se van dando ejemplos y se expresan las diferencias que existen entre los tipos de Violencia. 	Hojas blancas y bolígrafo	30 min
La violencia y sus tipos	Reconocerlos distintos tipos de violencia.	Mi experiencia con la violencia	<p>Así como están en equipos, compartir algún tipo de experiencia propia o ajena de alguna situación violenta. Compartir en plenaria y con ayuda del coordinador, se clasificara de acuerdo a los tipos de violencia antes mencionados. Ya que tengan los conceptos claros, de los tipos de violencia, se deshacen los grupos, se forma el círculo y se juega a la papa caliente. La persona que pierda dará un ejemplo de algún tipo de violencia.</p>	-- -----	30 min
El ciclo de la violencia	Conocer e identificar el ciclo de la violencia.	La historia	<p>Exposición por parte de las facilitadoras, respecto al ciclo de la violencia. Y el por qué es importante conocerlo, y reconocerlo. Ejemplo, de alguna experiencia.</p>		20 min
Cierre	Como estoy al finalizar la sesión	Yo me voy.....	Cada participante, compartirá que se lleva (de lo aprendido) al finalizar la sesión	----	10 min



CARTA DESCRIPTIVA / ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN

Taller Programa de prevención de violencia en el noviazgo con adolescentes estudiantes de secundaria con problemas de comportamiento

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Norma Rojas Solís y Wanda

ELABORADO POR: Almada Flores

NÚMERO DE SESIONES: 10

RESPONSABLE ACADÉMICO: Dra. Ma de los Ángeles Cruz Almanza

FECHAS: Sábado 14 de Junio del 2014

OBJETIVO GENERAL: Que los adolescentes con problemas de comportamiento logren reconocer e identificar los roles y estereotipos de género que influyen en la reproducción de la violencia en el noviazgo, con la finalidad de prevenir y desarrollar habilidades sociales que les permita tener una relación más sana.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

SESIÓN: 10 Mis recursos personales

OBJETIVO(S) DE LA SESIÓN: Identificar y fortalecer los recursos personales, con los que cuentan los integrantes del grupo, para manejar y enfrentar situaciones adversas (como la violencia). Así como hacer un recuento de lo que se vio en el taller

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES/TÉCNICA DIDÁCTICA	DESCRIPCIÓN/PROCEDIMIENTO	MATERIALES	TIEMPO
Bienvenida	Bienvenida, integración	Saludo y bienvenida.	La facilitadora dará la bienvenida a la sesión. Y pedirá a las/os asistentes, que compartan con el grupo, vivencias acerca de la sesión anterior.	-----	10min
Aplicación del cuestionario	Conocer las respuestas de los integrantes del grupo respecto al instrumento	Llenado de cuestionario	Se distribuyen los cuestionarios entre los integrantes del grupo, se les pide que procedan al llenado tratando de no dejar preguntas sin contestar	Cuestionario impreso	30 min
Mis recursos	Que los integrantes del grupo	Los pilares con los que cuento.	1 Se reparten cuatro postis (o tarjetas de colores por cada integrante del grupo)	Papeles de colores o postis plumas	30 min

	identifiquen los recursos personales.		<p>2 Se les pide que en cada tarjeta escriban una palabra, que describa en que se apoyan o que los fortalece (ejemplo: amor, familia, etc.)</p> <p>3. Se les pide que peguen sus tarjetas en alguna parte de su cuerpo, y que caminen por el espacio, mirando las de los compañeros.</p> <p>4. A continuación se les indica que si alguna tarjeta de sus compañeros les gusta, la pueden robar y pegarla en su cuerpo.</p> <p>5. Ahora regresan a sus lugares y se reflexiona:</p> <p>¿Que sintieron de robar y ser robados?</p> <p>¿En cuál palabra no habían pensado?</p> <p>¿Cual les pareció importante?</p> <p>¿Qué pasaría si no contaran con alguno de esos apoyos?</p> <p>Que les pareció el ejercicio y comparten experiencias.</p> <p>Las facilitadoras propician una conclusión entre todos</p>		
Expresar mi reconocimiento	Reconocer mis Cualidades y las de otras personas		<p>1.-Se le entregaran 3 o cuatro postips a cada uno de los participantes.</p> <p>La facilitadora, les pedirá que anoten en cada hojita, alguna cualidad que hayan podido, ver en alguno de los asistentes al taller.</p> <p>2.-Cuando todos hallan llenado sus Post tips, se le pide que caminen en círculo por el aula, con sus postips en la mano y cuando se encuentren con la persona, de la cual escribieron una cualidad, le peguen el post tip, que le corresponde.</p> <p>3.-Al terminar se invita a todos a sentarse en su lugar y recoger los post tips que</p>		

			<p>les han pegado, y leerlos. Al terminar se hace la aclaración, de que las cualidades que escribieron, son también cualidades propias, pues quien puede reconocer una cualidad en otras personas, es porque ella misma la tiene. Y por último la persona que recibe estas palabras de reconocimiento, debe asumirlo como una capacidad de expresar, sus cualidades. Todo lo cual es el regalo final del taller.</p>		
cierre	Que los integrantes del grupo, expresen lo que el taller les haya portado	Yo me llevo del taller	<p>Se les dará la palabra uno a uno a cada integrante del grupo, para que se expresen de acuerdo a la pregunta ¿Qué me llevo del taller?.....(se pedirán frases o ideas cortas)</p>		

CENTRO COMUNITARIO "DR. JULIÁN MAC GREGOR Y SÁNCHEZ
NAVARRO"

FACULTAD DE PSICOLOGÍA. UNAM.

CUESTIONARIO DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Este cuestionario no es un examen. Las respuestas que proporciones no te perjudican y son **TOTALMENTE ANÓNIMAS Y CONFIDENCIALES**. Nos interesa saber lo que realmente piensas, te pedimos contestes honestamente a todas las preguntas. Esto permitirá que abordemos tus problemas con soluciones eficaces.

SEXO: MASCULINO

FEMENINO

EDAD: _____

OCUPACIÓN: _____

GRADO ESCOLAR _____

PARTE III
AUTOESTIMA.

Después de leer cada oración encierra en un círculo el número localizado debajo de la columna que más se acerque a lo que sientes. Por ejemplo, si tú estás totalmente de acuerdo encierra el número de la columna que dice "Totalmente de acuerdo". Si estas en desacuerdo, pero no mucho, encierra el número en la columna que dice "En desacuerdo".
Recuerda encerrar tu respuesta.

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. POR LO REGULAR SIENTO QUE SOY:					
a. Listo (a).	1	2	3	4	5
b. Bien parecido (a).	1	2	3	4	5
c. Agradable.	1	2	3	4	5
d. Bueno(a) para los deportes.	1	2	3	4	5
e. Feliz con mi forma de ser.	1	2	3	4	5
f. Popular.	1	2	3	4	5
g. Amigable.	1	2	3	4	5
h. Sincero (a) y honesto (a).	1	2	3	4	5
i. Tratable.	1	2	3	4	5
j. Buena persona.	1	2	3	4	5
2. Puedo hacer cualquier cosa que me proponga.	1	2	3	4	5
3. Soy capaz de hacer las cosas mejor que la mayoría de las personas.	1	2	3	4	5
4. Puedo manejar situaciones difíciles.	1	2	3	4	5
5. Me siento contento(a) conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5
6. Soy feliz.	1	2	3	4	5
7. Deseo ser diferente.	1	2	3	4	5
8. Prefiero hacer las cosas solo que trabajar en equipo.	1	2	3	4	5
9. Necesito que otros me indiquen lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5
10. Soy fácilmente influenciado por otras personas.	1	2	3	4	5
11. Soy capaz de tomar mis propias decisiones.	1	2	3	4	5
12. Generalmente consigo que otras personas hagan lo que yo quiero.	1	2	3	4	5
13. Si mis amigos quisieran que fumara cigarrillos lo haría.	1	2	3	4	5
14. Si alguien me ofrece un cigarro, me lo fumo.	1	2	3	4	5
15. Los anuncios de revistas con gente fumando hacen que quiera fumar.	1	2	3	4	5

Continuación	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
16. Generalmente me pongo nervioso(a) cuando conozco gente nueva.	1	2	3	4	5
17. En situaciones sociales, generalmente, me siento relajado(a) y confiado(a).	1	2	3	4	5

Indica en una escala del 1 al 5 qué tan seguido haces las cosas de la siguiente lista. Encierra en un círculo "1" para Nunca, "2" para Casi nunca, "3" para Algunas veces, "4" para Casi siempre y "5" para Siempre.

	Nunca	Casi Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
18. Generalmente me siento cómodo (a) cuando:					
a. Me presento con alguien del sexo opuesto.	1	2	3	4	5
b. Tengo una "pequeña conversación" con alguien que acabo de conocer.	1	2	3	4	5
c. Hago cumplidos.	1	2	3	4	5
d. Recibo cumplidos	1	2	3	4	5
e. Expreso mis sentimientos.	1	2	3	4	5
f. Pido una cita para salir con alguien.	1	2	3	4	5
g. Comienzo, con un extraño, una conversación.	1	2	3	4	5
19. Cuando voy a tomar una decisión importante, usualmente, me veo influenciado por:					
a. Amigos.	1	2	3	4	5
b. Miembros de la familia.	1	2	3	4	5
c. Profesores.	1	2	3	4	5
d. Periódicos, revistas, libros.	1	2	3	4	5
e. TV., radio, películas.	1	2	3	4	5

PARTE XI

A continuación encontrarás una serie de oraciones que las personas utilizan para expresar lo que les pasa. Léelas cuidadosamente e indica qué tan de acuerdo estás con cada una de ellas. Si estas totalmente de acuerdo con la frase marca la opción **TA**, si De acuerdo marca **DA**, si Más o menos de acuerdo marca **MDA**, si Indiferente marca **I**, si Más o menos en desacuerdo marca **MDS**, si En desacuerdo **DS** o si totalmente en desacuerdo marca **TD**. Marca tan rápido como sea posible, sin ser descuidado, utilizando la primera impresión que venga a tu mente. Contesta en todos los renglones, dando sólo una respuesta en cada renglón.

Recuerda que debes responder **“COMO ERES, NO COMO TE GUSTARÍA SER”**

		TA	DA	MD A	I	MDS	DS	TD
1	Mi éxito dependerá de qué tan agradable yo sea.	7	6	5	4	3	2	1
2	El obtener un buen trabajo depende de mi inteligencia	7	6	5	4	3	2	1
3	Mejorará mi vida si le caigo bien a la gente.	7	6	5	4	3	2	1
4	Me relaciono con la gente porque el destino nos puso en el mismo camino.	7	6	5	4	3	2	1
5	El éxito que tenga dependerá de mis habilidades.	7	6	5	4	3	2	1
6	Casarme con la persona adecuada depende de que así esté escrito.	7	6	5	4	3	2	1
7	Llegar a tener dinero suficiente depende de mí.	7	6	5	4	3	2	1
8	Me va bien en la vida porque soy simpático.	7	6	5	4	3	2	1
9	Tendré éxito si soy simpático.	7	6	5	4	3	2	1
10	Lo que he logrado en mi vida ha sido porque he luchado por ello.	7	6	5	4	3	2	1
11	Mantengo a mi familia unida porque así lo quiero yo.	7	6	5	4	3	2	1
12	Lo que he logrado en mi vida ha sido porque así tenía que suceder.	7	6	5	4	3	2	1
13	El obtener un buen trabajo depende de mi tenacidad.	7	6	5	4	3	2	1
14	Los éxitos que tengo se deben a que tengo buena suerte.	7	6	5	4	3	2	1
15	He hecho buenas relaciones por accidente.	7	6	5	4	3	2	1
16	El obtener un buen trabajo depende del azar.	7	6	5	4	3	2	1
17	Me va bien en la vida porque me lo propongo.	7	6	5	4	3	2	1
18	He sacado buenas calificaciones por mi buena fortuna.	7	6	5	4	3	2	1
19	Sólo si me lo propongo llegaré a tener dinero suficiente.	7	6	5	4	3	2	1
20	El que me case con la persona adecuada es cuestión de suerte.	7	6	5	4	3	2	1
21	Me relaciono con la gente para quedar bien con los demás.	7	6	5	4	3	2	1
22	Soy responsable del éxito que tenga en mi trabajo.	7	6	5	4	3	2	1
23	Estoy predestinado a llevarme bien con las personas del sexo opuesto.	7	6	5	4	3	2	1
24	Los logros que he tenido en mi vida se deben a mi esfuerzo.	7	6	5	4	3	2	1
25	El destino de mi familia es estar unida.	7	6	5	4	3	2	1

Continuación Parte XI totalmente de acuerdo TA, de acuerdo DA, más o menos de acuerdo MDA, indiferente I, más o menos en desacuerdo MDS, en desacuerdo DS, totalmente en desacuerdo TD.		TA	DA	MDA	I	MDS	DS	TD
26	El éxito que tengo se debe a mis habilidades.	7	6	5	4	3	2	1
27	Conseguir mejores puestos de trabajo depende de mis capacidades.	7	6	5	4	3	2	1
28	He tenido novio/a (s) porque tengo buena suerte.	7	6	5	4	3	2	1
29	El éxito que tengo se debe a mi esfuerzo.	7	6	5	4	3	2	1
30	Me tengo que sacar la lotería para tener suficiente dinero.	7	6	5	4	3	2	1
31	He tenido buenas oportunidades de trabajo por pura casualidad.	7	6	5	4	3	2	1
32	Depende de mí conseguir lo que quiero.	7	6	5	4	3	2	1
33	Mis calificaciones dependían de la voluntad de mis profesores.	7	6	5	4	3	2	1
34	Se me abren muchas puertas porque demuestro lo que sé.	7	6	5	4	3	2	1
35	Si le caigo bien a mi jefe, puedo conseguir mejores puestos en mi trabajo.	7	6	5	4	3	2	1
36	Mejorará mi vida si me esfuerzo en ello.	7	6	5	4	3	2	1
37	Los éxitos que he tenido se deben a mis decisiones.	7	6	5	4	3	2	1
38	Es mi responsabilidad mantener a mi familia unida.	7	6	5	4	3	2	1
39	He sacado buenas calificaciones porque les caigo bien a mis maestros.	7	6	5	4	3	2	1
40	Casarme con la persona adecuada depende del mandato divino.	7	6	5	4	3	2	1
41	He conocido a mi novio/a (s) por casualidad.	7	6	5	4	3	2	1
42	Lo que he logrado en mi vida ha sido por afortunado.	7	6	5	4	3	2	1
43	El éxito que tengo se debe a coincidencias de la vida.	7	6	5	4	3	2	1
44	Llegar a tener dinero suficiente depende de que ese sea mi destino.	7	6	5	4	3	2	1
45	Lo que he logrado en mi vida ha sido porque lo he buscado.	7	6	5	4	3	2	1
46	El éxito en mi trabajo dependerá de qué tan agradable yo sea.	7	6	5	4	3	2	1
47	He tenido éxito por accidente.	7	6	5	4	3	2	1
48	Los logros que he tenido en mi vida se deben a la casualidad	7	6	5	4	3	2	1
49	Mantengo unida a mi familia.	7	6	5	4	3	2	1
50	Tendré éxito si me lo propongo.	7	6	5	4	3	2	1
51	Que mi matrimonio sea exitoso depende de mí.	7	6	5	4	3	2	1

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN.

ESCALA DE ESTRATEGIAS DE PODER EN LA PAREJA

NOMBRE: _____
 ESCOLARIDAD: _____ GENERO: M F EDAD: _____
 ESTADO CIVIL: _____
 OCUPACION: _____
 NUMERO DE HIJOS: _____
 CUANTO TIEMPO LLEVO CON MI PAREJA: _____ EDAD DE MI PAREJA: _____
 FECHA: _____

La información que usted pueda proporcionarnos será tratada con absoluta confidencialidad, en forma anónima y procesada estadísticamente, por ello se le pide que conteste en forma honesta y sincera, ya que de sus respuestas depende que tan exitosos sean estos programas.

Por favor haga un esfuerzo por contestar todas las afirmaciones, recuerde que no hay respuestas correctas e incorrectas, solo nos interés saber como percibe su relación de pareja en general.

Instrucciones: a continuación encontrara una serie de formas las cuales describen la manera como algún miembro de la pareja actúa, por favor indique como lo hace usted según el siguiente enunciado:

"AL TRATAR DE CONSEGUIR QUE MI PAREJA HAGA ALGO QUE YO QUIERO"

	nunca	ocasional mente	algunas veces	frecuente mente	siempre
1. Regaño a mi pareja	1	2	3	4	5
2. Hago ver a mi pareja las ventajas de lo que le pido	1	2	3	4	5
3. Tomo en cuenta la opinión de mi pareja	1	2	3	4	5
4. Amenazo a mi pareja	1	2	3	4	5
5. Le presento alternativas	1	2	3	4	5
6. Discuto los pros y los contras	1	2	3	4	5
7. Controlo las actividades de mi pareja	1	2	3	4	5
8. Rongo mala cara	1	2	3	4	5
9. Le quito el dinero	1	2	3	4	5
10. Se lo pido directamente	1	2	3	4	5
11. Le hablo sobre la importancia que tiene para mi	1	2	3	4	5
12. Le recuerdo quien es el (la) que da dinero	1	2	3	4	5
13. Le sonrío	1	2	3	4	5
14. Le ordeno que me obedezca	1	2	3	4	5
15. Utilizo la fuerza fisica	1	2	3	4	5
16. Le dejo de hablar	1	2	3	4	5
17. Hago uso de diminutivos cariñosos	1	2	3	4	5
18. Me hago el (la) mártir	1	2	3	4	5
19. Impongo mi punto de vista	1	2	3	4	5
20. Soy afectuoso (a)	1	2	3	4	5
21. Acepto que tomemos decisiones por mutuo acuerdo	1	2	3	4	5
22. Le hago sentir culpable aunque el (ella) tenga la razón	1	2	3	4	5
		ocasional	algunas	frecuente	

	nunca	mente	veces	mente	siempre
23. Soy insistente	1	2	3	4	5
24. Le digo a mi pareja que no deseo tener relaciones sexuales	1	2	3	4	5
25. Hago peticiones concisas	1	2	3	4	5
26. Le recuerdo que así debe ser, pues ya esta establecido	1	2	3	4	5
27. Le doy obsequios	1	2	3	4	5
28. Halago sus cualidades	1	2	3	4	5
29. Me comporto agresivamente	1	2	3	4	5
30. Me hago el (la) enojado (a)	1	2	3	4	5
31. Le prometo algo atractivo a cambio	1	2	3	4	5
32. Le recuerdo que yo he colaborado con el (ella) antes	1	2	3	4	5
33. Negocio con mi pareja	1	2	3	4	5
34. Controlo el dinero de mi relación	1	2	3	4	5
35. Dialogo con mi pareja	1	2	3	4	5
36. Le abrazo y acaricio	1	2	3	4	5
37. Me muestro triste	1	2	3	4	5
38. Me muestro celosos	1	2	3	4	5
39. Me niego a colaborar con mi pareja	1	2	3	4	5
40. Le ofrezco mi amor incondicional	1	2	3	4	5
41. Impongo mi voluntad	1	2	3	4	5
42. Critico su conducta	1	2	3	4	5
43. Apapacho a mi pareja	1	2	3	4	5
44. Me alejo de mi pareja	1	2	3	4	5
45. Me pongo de acuerdo con mi pareja	1	2	3	4	5
46. Dejo de consentirlo (a)	1	2	3	4	5
47. Me muestro indiferente como si no pasara nada	1	2	3	4	5
48. Le sugiero opciones	1	2	3	4	5
49. Evito un acercamiento sexual	1	2	3	4	5
50. Rechazo a mi pareja	1	2	3	4	5
51. Le hago el amor	1	2	3	4	5
52. Hago lo que quiero sin tomar en cuenta su opinión	1	2	3	4	5
53. Llego a acuerdos justos a través del dialogo	1	2	3	4	5
54. Le impongo condiciones a mi pareja	1	2	3	4	5
55. Actuó como un ser indefenso	1	2	3	4	5
56. Halago sexualmente a mi pareja	1	2	3	4	5
57. Finjo incapacidad física	1	2	3	4	5
58. Realizo algunas tareas de mi pareja	1	2	3	4	5
59. Presento aspectos agradables de mi	1	2	3	4	5
60. Cumplo las actividades que me corresponden	1	2	3	4	5
61. Finjo interés por el (ella)	1	2	3	4	5
62. Participo en las actividades de mi pareja	1	2	3	4	5
63. Justifico mi petición bajo las normas	1	2	3	4	5
64. Amenazo con hacer cosas que le molestan	1	2	3	4	5
65. Llora	1	2	3	4	5
66. Trato de atemorizar a mi pareja	1	2	3	4	5
67. Expongo mis razones	1	2	3	4	5
68. Se lo pido cordialmente	1	2	3	4	5
		ocasional	algunas	frecuente	

	nunca	mente	veces	mente	siempre
69. Le provocho celos	1	2	3	4	5
70. Impido que haga las cosas que le gustan	1	2	3	4	5
71. Me autocalifico como incapaz	1	2	3	4	5
72. Se lo pido amablemente	1	2	3	4	5
73. Halago el fisico de mi pareja	1	2	3	4	5
74. Le explico la razón de mi petición	1	2	3	4	5
75. Le hago insinuaciones	1	2	3	4	5
76. Le dejo de hablar	1	2	3	4	5
77. Ignoro a mi pareja	1	2	3	4	5
78. Le pido apoyo mutuo	1	2	3	4	5
79. Evito decirle a mi pareja que la quiero	1	2	3	4	5
80. Soy equitativo con mi pareja	1	2	3	4	5
81. Soy amoroso	1	2	3	4	5
82. Suelo prohibir actividades a mi pareja	1	2	3	4	5
83. Respeto la opinión de mi pareja	1	2	3	4	5
84. Humillo a mi pareja	1	2	3	4	5
85. Pido comprensión a mi pareja	1	2	3	4	5
86. Le digo quien aporta mas dinero a la relación	1	2	3	4	5
87. Me pongo de acuerdo con mi pareja	1	2	3	4	5
88. Razono con mi pareja	1	2	3	4	5
89. Se lo pido en nombre del amor que me tiene	1	2	3	4	5
90. Suelo mentirle	1	2	3	4	5
91. Perjudico a mi pareja	1	2	3	4	5
92. Platico con mi pareja	1	2	3	4	5
93. Evito el tema (hago como que no escucho)	1	2	3	4	5
94. Hago creer a mi pareja que acepto su punto de vista	1	2	3	4	5
95. Consiento a mi pareja	1	2	3	4	5
96. Hago uso de majaderías	1	2	3	4	5
97. Doy la decisión final	1	2	3	4	5
98. Le hago una excusa	1	2	3	4	5
99. Le recuerdo los sacrificios que he hecho por el (ella)	1	2	3	4	5
100. Le grito a mi pareja	1	2	3	4	5
101. Dejo de hacer lo que mi pareja me pide	1	2	3	4	5
102. Negocio buscando conveniencias propias	1	2	3	4	5
103. Sorprendo a mi pareja con detalles o sorpresas	1	2	3	4	5
104. Hago hincapié en los errores de mi pareja	1	2	3	4	5
105. Utilizo engaños	1	2	3	4	5
106. Le recuerdo a mi pareja las obligaciones que tiene conmigo	1	2	3	4	5
107. Impongo mi autoridad	1	2	3	4	5
108. Utilizo mi atractivo fisico	1	2	3	4	5
109. Utilizo a otras personas como ejemplo	1	2	3	4	5
110. Le reclamo cosas del pasado	1	2	3	4	5
111. Discuto mi punto de vista	1	2	3	4	5
112. Exijo que cumpla nuestros acuerdos	1	2	3	4	5
113. Le hablo de la importancia de su apoyo	1	2	3	4	5
114. Le provocho angustias	1	2	3	4	5
		ocasional	algunas	frecuente	

	nunca	mente	veces	mente	siempre
115. Le digo que no lo (la) quiero	1	2	3	4	5
116. Utilizo el temor al castigo	1	2	3	4	5
117. Castigo a mi pareja	1	2	3	4	5
118. Doy ordenes directas	1	2	3	4	5
119. Aíslo a mi pareja de sus amistades	1	2	3	4	5
120. Levanto la voz	1	2	3	4	5
121. Le doy algo a cambio	1	2	3	4	5
122. Me comporto antipático	1	2	3	4	5
123. Descalifico su autoridad ante otros	1	2	3	4	5
124. Me comporto con violencia	1	2	3	4	5
125. Me hago el enfermo	1	2	3	4	5
126. Trato de simpatizarle	1	2	3	4	5
127. Le pido que me escuche	1	2	3	4	5
128. Le doy indicaciones precisas	1	2	3	4	5
129. Tomo decisiones precipitadas	1	2	3	4	5
130. Le ofrezco regalos	1	2	3	4	5
131. Razono con el (ella)	1	2	3	4	5
132. Le niego algunas cosas materiales	1	2	3	4	5
133. Soy inaccesible a sus propuestas	1	2	3	4	5
134. Le hago peticiones indirectas	1	2	3	4	5
135. Le juzgo severamente	1	2	3	4	5
136. Provoco alteraciones para que haga bilis	1	2	3	4	5
137. Acuso a mi pareja con personas importantes para nosotros	1	2	3	4	5
138. Le hago entrar en razón, mostrándole ejemplos	1	2	3	4	5
139. Reconozco ante los demás sus habilidades	1	2	3	4	5
140. Intento probarle mi superioridad	1	2	3	4	5
141. Seduzco a mi pareja	1	2	3	4	5
142. Analizo las opciones viables	1	2	3	4	5
143. Hago énfasis en sus defectos	1	2	3	4	5
144. Le doy libertad de acción	1	2	3	4	5
145. Utilizo a mi favor sus cualidades	1	2	3	4	5
146. Le prohíbo decir lo que piensa	1	2	3	4	5
147. Condeno sus decisiones como incorrectas	1	2	3	4	5
148. Reprimo su iniciativa	1	2	3	4	5
149. Le recuerdo los favores que aun me debe	1	2	3	4	5

ESCALA DE ESTILOS DE PODER EN LA PAREJA

NOMBRE: _____
 ESCOLARIDAD: _____ GÉNERO: M F EDAD: _____
 ESTADO CIVIL: _____
 OCUPACION: _____
 NÚMERO DE HIJOS: _____
 CUANTO TIEMPO LLEVO CON MI PAREJA: _____ EDAD DE MI PAREJA: _____
 FECHA _____

Ahora marque con una "x" la opción que describe mejor la manera como usted se comunica con su pareja, según la siguiente aseveración:

"AL TRATAR DE CONSEGUIR LO QUE YO QUIERO, LA MANERA DE DIRIGIRME O HABLARLE A MI PAREJA ES SIENDO"

	nunca	ocasional mente	algunas veces	frecuente mente	siempre
1. CONFLICTIVO	1	2	3	4	5
2. IRRESPONSABLE	1	2	3	4	5
3. AGRESIVO	1	2	3	4	5
4. SUPERFICIAL	1	2	3	4	5
5. REBUSCADO	1	2	3	4	5
6. CONFUSO	1	2	3	4	5
7. INACCESIBLE	1	2	3	4	5
8. DOMINANTE	1	2	3	4	5
9. GRITON	1	2	3	4	5
10. EXPLOSIVO	1	2	3	4	5
11. SECO	1	2	3	4	5
12. FRIO	1	2	3	4	5
13. AMABLE	1	2	3	4	5
14. CALMADO	1	2	3	4	5
15. ACCESIBLE	1	2	3	4	5
16. CONCILIADOR	1	2	3	4	5
17. AFECTUOSOS	1	2	3	4	5
18. CORTES	1	2	3	4	5
19. DISTRAIDO	1	2	3	4	5
20. DEBIL	1	2	3	4	5
21. RESPETUOSO	1	2	3	4	5
22. SUMISO	1	2	3	4	5
23. REPRESIVO	1	2	3	4	5
24. POSESIVO	1	2	3	4	5
25. MANIPULADOR	1	2	3	4	5
26. VIOLENTO	1	2	3	4	5
27. PASIVO	1	2	3	4	5
28. CONTROLADOR	1	2	3	4	5
29. AMOROSO	1	2	3	4	5
30. COMUNICATIVO	1	2	3	4	5
31. ABIERTO	1	2	3	4	5
32. RAZONABLE	1	2	3	4	5

	nunca	ocasional mente	algunas veces	frecuente mente	siempre
33. LIBERADOR	1	2	3	4	5
34. PERMISIVO	1	2	3	4	5
35. COMPROMETIDO	1	2	3	4	5
36. TRANQUILO	1	2	3	4	5
37. SOMETIDO	1	2	3	4	5
38. CRUEL	1	2	3	4	5
39. HOSTIL	1	2	3	4	5
40. CALLADO	1	2	3	4	5
41. CERRADO	1	2	3	4	5
42. CAPRICHOSO	1	2	3	4	5
43. DEFENSIVO	1	2	3	4	5
44. COMPETITIVO	1	2	3	4	5
45. COOPERATIVO	1	2	3	4	5
46. EQUITATIVO	1	2	3	4	5
47. RIGIDO	1	2	3	4	5
48. SEGURO	1	2	3	4	5
49. ESTRICTO	1	2	3	4	5
50. CONSISTENTE	1	2	3	4	5
51. DESTRUCTIVO	1	2	3	4	5
52. NEGOCIADOR	1	2	3	4	5
53. COMPRENSIVO	1	2	3	4	5
54. SUTIL	1	2	3	4	5
55. EXIGENTE	1	2	3	4	5
56. SUGERENTE	1	2	3	4	5
57. APATICO	1	2	3	4	5
58. JUSTO	1	2	3	4	5
59. COLABORADOR	1	2	3	4	5
60. FLEXIBLE	1	2	3	4	5
61. INCONSISTENTE	1	2	3	4	5
62. DESORDENADO	1	2	3	4	5
63. REPARADOR	1	2	3	4	5
64. IMPOSITIVO	1	2	3	4	5
65. EMPATICO (me pongo en su lugar)	1	2	3	4	5
66. IMPULSIVO	1	2	3	4	5
67. REFLEXIVO	1	2	3	4	5
68. CHOCANTE	1	2	3	4	5
69. TIERNO	1	2	3	4	5
70. DULCE	1	2	3	4	5
71. DIRECTO	1	2	3	4	5
72. INDIRECTO	1	2	3	4	5
73. ALTIVO	1	2	3	4	5
74. NEGOCIADOR	1	2	3	4	5
75. CONTROLADO	1	2	3	4	5
76. TOLERANTE	1	2	3	4	5

	nunca	ocasional mente	algunas veces	frecuente mente	siempre
77. PACIENTE	1	2	3	4	5
78. CUIDADOSO	1	2	3	4	5
79. ATENTO	1	2	3	4	5
80. CORDIAL	1	2	3	4	5
81. EXPRESIVO	1	2	3	4	5
82. CARINOSO	1	2	3	4	5
83. CONFORMISTA	1	2	3	4	5
84. CALLADO	1	2	3	4	5
85. FACILITADOR	1	2	3	4	5
86. VOLUNTARIO	1	2	3	4	5
87. BRUSCO	1	2	3	4	5
88. TAJANTE	1	2	3	4	5
89. ASPERO	1	2	3	4	5
90. SEVERO	1	2	3	4	5
91. DEJADO	1	2	3	4	5
92. OPTIMISTA	1	2	3	4	5



Emociones

Tristeza	Alegria
Enojo	Miedo
Sorpresa	Aversión

Preguntas para reflexionar las emociones

¿Como se siente esta emocion?

¿Que pasa con mi cuerpo?

¿Como lo expreso?

¿Que pasa con mi comportamiento?

¿Que pienso?

¿Con quien lo comparto?

RESOLUCION DE CONFLICTOS

Para poder resolver conflictos de manera pacífica se requiere seguir algunos pasos importantes, y asumir ciertas actitudes básicas:

PRIMERA REGLA.

Aceptar el conflicto como útil, no mostrar angustia, desesperanza ante él, mostrarse convencido de que si todos colaboran puede resolverse.

SEGUNDA REGLA.

Dedicar toda la atención al problema, no a la confrontación entre personas u opiniones. Evitar el comportamiento orientado hacia ellos mismos, el consenso será más probable si las valoraciones personales sobre el otro o sobre su conducta son poco expresadas, lo importante es llegar a un acuerdo no demostrar la validez de los criterios personales.

TERCERA REGLA.

Centrarse en elementos modificables, en los próximos, en los concretos. Cuando la solución del conflicto se centra en el éxito se tiende a conseguir un máximo de colaboración, si se centra en la afiliación (opiniones y sentimientos personales) se produce un máximo de actitudes defensivas y si se centra en el poder (demostrar quién es el que más poder tiene) se tiende al aniquilamiento de la postura contraria.

Buscar hechos concretos y específicos para resolver el problema. Rehuir las interpretaciones. Ser descriptivo de hechos, en vez de juzgar y valorar. Ser específico y no general. Huir de opiniones sobre el "por qué", o sobre el "quién" es el culpable.

Valorar los motivos por los que dar y recibir información. ¿Lo que se va a decir sirve para resolver el conflicto o es una opinión personal?, ¿es una manifestación de resentimiento?, ¿una crítica poco constructiva?, etc.

CUARTA REGLA.

Buscar de forma conjunta la solución a partir de las propuestas presentadas, agotar la búsqueda de alternativas antes de evaluarlas. Evitar votar, o promediar. Pues ello impide una amplia aceptación de la propuesta elegida es preferible iniciar un proceso de cambio con menos exigencias iniciales a obligar a votar para optar por un cambio con graves implicaciones.

QUINTA REGLA.

Asegurarse que la propuesta aceptada es una síntesis de propuestas de diferente origen, que incluye aspectos propuestos por varios miembros del grupo y que queda claramente recogida por escrito, señalándose los compromisos adquiridos.

Equivocada Thalía

Sé que me enamoré
Yo caí perdida sin conocer
Que al salir el sol
Se te va el amor

Duele reconocer
Duele equivocarse y duele saber
Que sin ti es mejor
Aunque al principio no

Me perdí
Apenas te vi
Siempre me hiciste
como quisiste

Porque siempre estuve equivocada
Y no lo quise ver
Porque yo por ti la vida daba
Porque todo lo que empieza acaba

Porque nunca tuve más razones para estar sin él
Porque cuesta tomar decisiones
Porque se que va a doler
Y hoy pude entender
Que a esta mujer
Siempre la hiciste inmensamente triste

Hoy que no puedo más
Sigo decidida a dejarte atrás
Por tu desamor
Lastimada estoy

Me perdí
Apenas te vi
Siempre me hiciste como quisiste

Porque siempre estuve equivocada
Y no lo quise ver
Porque yo por ti la vida daba
Porque todo lo que empieza acaba

Héroe Enrique Iglesias

Quiero ser tu héroe
Si una vez yo pudiera llegar
a erizar de frío tu piel
a quemar que se yo, tu boca
y morirme allí después
y si entonces
temblaras por mi
lloraras al verme sufrir
ay sin dudar tu vida entera dar
como yo la doy por ti.
Si pudiera ser tu héroe
si pudiera ser tu dios
que salvarte a ti mil veces
puede ser mi salvación.

Si supieras
la locura que llevo
que me hiere
y me mata por dentro
y qué más da
mira que al final
lo que importa es que te quiero
Si pudiera ser tu héroe
si pudiera ser tu dios
que salvarte a ti mil veces
puede ser mi salvación

Ahaa.....

Déjame tocarte, quiero acariciarte
una vez más, mira que al final
lo que importa es que te quiero
Si pudiera ser tu héroe
si pudiera ser tu dios
que salvarte a ti mil veces
puede ser mi salvación
Quiero ser tu héroe
si pudiera ser tu dios
porque salvarte a ti mil veces
puede ser mi salvación

Puede ser mi salvación
Quiero ser tu héroe....

Soy un desastre timbiriche

Solo han pasado algunos días
Todo ha cambiado con tu partida
Hay platos sucios en la cocina
Y un perro triste que no t olvida

(Coro)

Hoy me doy cuenta que me haces falta
Y me pregunto qué pasaría
Si de repente tú te marcharas
Para siempre de mi vida
Soy un desastre cuando tú te vas de casa
En el armario ya no encuentro las corbatas
Soy un desastre y no entiendo lo que pasa
Ya estoy cansado de comidas enlatadas
Soy un desastre y sin ti yo estoy perdido
Tus vacaciones estropean mis sentidos
Soy un desastre y me siento confundido
Quiero decirte que ya basta de caprichos

Soy un desastre, soy un desastre, soy un desastre
Soy un desastre sin ti
Soy un desastre, soy un desastre, soy un desastre
Soy un desastre sin ti

“Mil Demonios” Moderatto

Tengo mil maneras diferentes de decirte
Lo que siento y siempre elijo la peor
A si soy yo... un cobarde manipulador
Y lo que pasa es que me acosan toda clase de fantasmas
Y la brecha de mi alma ya no puede abrirse más
Por favor decide si te vas...
Algo cambio dentro de mí lo estoy sintiendo
Y cada día crece más y más tengo que empezar
A preocuparme o que no me importe ya

Van como mil veces que he tratado de decírtelo
Mírame a los ojos y veras que no te miento no,
Dame dos minutos no apures el tiempo de este amor
Y el tiempo pasó y nos dejó uno, dos, tres,
Mil demonios he contado yo...

Tuve mil dolores de cabeza
Mil momentos de tristeza y una culpa equivalente a un millón
A un millón de años de tu amor tan alejado
Que de mi te has olvidado yo sé que me lo he buscado
Ni aunque te pida mil veces perdón volverías a mi corazón
Mi corazón se está rompiendo en mil pedazos
Y no puedo dejar de llorar, tengo que empezar a preocuparme
O que no me importe más...

Paulina Rubio y los Tigres del Norte “golpes en el corazón”

Yo te regalaba todo
todo lo que me pedías
sin embargo me reclamas
y te daba hasta mi vida

Pero tú, que me has dado
falsas promesas de amor
pero tú, que me has dado
golpes en el corazón

Yo te regalaba todo
hoy reñimos y te olvidas
salí mal con mis amigos
porque tu no los querías

Pero tú, que me has dado
todo lo perdí por ti
pero tú, que me has dado
solo me has hecho sufrir

Para sanar las heridas
voy a buscar otro amor
casi arruinaste mi vida
golpeando mi corazón

Yo te regalaba todo
con mi madre discutía
me quería abrir los ojos
perdóname madre mía

Pero tú, que me has dado
falsas promesas de amor...
Para sanar las heridas...
Pero tú, que me has dado
falsas promesas de amor.

