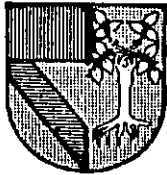


308923



UNIVERSIDAD PANAMERICANA

8

ESCUELA DE PEDAGOGIA

Incorporada a la Universidad Nacional Autónoma de México

29

“EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO:
HERRAMIENTA EDUCATIVA PARA ORIENTAR
AL ADOLESCENTE EN LA FORMACION DE
SU PERSONALIDAD”

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:

LICENCIADO EN PEDAGOGIA

P R E S E N T A ;

ANA PAOLA CLERICO MEDINA

DIRECTOR DE TESIS:

LIC. MARIA TERESA MENDOZA MARTINEZ

MEXICO, D. F.

1989

TESIS CON
FALSA ORIGEN



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas Tesis Digitales Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS © PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis está 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.

I N D I C E

CAPITULO I. EDUCACION Y ORIENTACION EDUCATIVA

I.1. EDUCACION.	7
I.1.1. La educación como proceso de mejora.	7
I.1.2. Finalidad de la educación.	10
I.1.3. La intencionalidad en el sujeto a la educación.	12
I.1.4. El educador.	14
I.2. ORIENTACION EDUCATIVA.	19
I.2.1. Definición de orientación educativa.	22
I.3. EDUCACION Y ORIENTACION.	31

CAPITULO II. EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO

II.1. Punto de vista antropológico	35
II.2. La introspección.	38
II.3. Consideraciones educativas del conocimiento de sí mismo.	40
II.3.1. Aspectos sobresalientes producto del conoci- miento de sí.	41
- LA AUTOACEPTACION Y LA AUTOESTIMA	
- LA OBJETIVIDAD	
- LA RESPONSABILIDAD	

II.4. Objetivos generales del papel que juega la ORIENTACION en el conocimiento de si mismo.	52
---	----

TEMA III LA ADOLESCENCIA

III.1. La adolescencia: etapa rica en posibilidades.	7
III.2. Definición de adolescencia.	78
III.3. Esquematzación de características de la adolescencia.	85
III.3.1. Preadolescencia.	87
III.3.2. Adolescencia Media.	93
III.3.2. Adolescencia Final.	102

**CAPITULO IV. EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO: HERRAMIENTA EDUCATIVA
PARA ORIENTAR AL ADOLESCENTE EN LA FORMACION DE SU PERSONALIDAD .108**

IV.1. Capacidades que posibilitan el conocimiento de si en la adolescencia.	111
IV.2. Necesidad de orientación en el conocimiento de si mismo durante la adolescencia.	121
IV.3. Rasgos de personalidad y características adolescentes que favorecen su orientación.	126
- REBELDIA	
- IDEALISMO	
- NECESIDAD DE RELACION DE SU YO CON EL MUNDO	
IV.3.1. Educación para la libertad	136

PARTE PRACTICA

**CAPITULO V. PROPUESTA DE UN MANUAL QUE AUXILIE AL
ADOLESCENTE EN EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO.**

V.1. Alcances y limitaciones	142
V.2. ELABORACION DE UN MANUAL DIRIGIDO AL ADOLESCENTE QUE LO AUXILIE EN EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO.	147
CONCLUSIONES	147
BIBLIOGRAFIA	153
ANEXO I.	157

I N T R O D U C C I O N

México es un país cuya historia ha sido construida a partir de grandes acontecimientos; muchos de los cuáles han representado esfuerzo y sufrimientos por parte de un pueblo que -también consta en la historia- ha sabido enfrentar.

El presente y el futuro de éste país que ahora se construye, no parece estar fuera de este contexto de lucha, de mucho trabajo para salir adelante.

La historia de la humanidad sin embargo, relata cómo en su mayoría, aquellos pueblos que atraviesan momentos críticos, no sólo son capaces de superarlos, sino que llegan a construir una situación aún mejor de la que antes se encontraban.

El progreso que se logra, no depende de la magnitud o gravedad de la dificultad; sino más bien de la actitud con la que el problema o la crisis se asume y posteriormente se maneja.

México en efecto, presenta ahora serios problemas a nivel nacional e internacional; problemas políticos, económicos, familiares, educativos, de salud, seguridad, etc. y depende de los mexicanos -y no sólo del gobierno en turno- el que se asuman los problemas con actitudes constructivas, considerando la crisis, como una oportunidad para mejorar, para superarse, para progresar...

Sin embargo, esta actitud optimista frente a los problemas, requiere de objetivos claros y definidos, así como de medios realistas para poder alcanzarlos y sobre todo, necesita basarse en un firme convencimiento de que aquello por lo que se lucha es valioso, de que tiene un sentido.

La inquietud que motivó la realización de este trabajo cuyo enfoque es netamente EDUCATIVO, partió en un primer momento de una preocupación de tipo social; sin embargo y sin dejar a un lado esta motivación, se desvió la atención de los efectos del problema para buscar atender las causas del mismo.

Quizá parte de la problemática -no sólo de México sino del mundo actual- se encuentre en una aparente incapacidad del hombre para valorar sus posibilidades, ya no sólo las comunitarias sino antes que nada las personales. Por lo mismo se presenta una falta de preocupación e interés por trazarse metas, que correspondan a ese valor humano que parece ser poco conocido o apreciado.

Es materialmente imposible confiar en las posibilidades de un país cuando se desconfía de las propias potencialidades. Es poco usual respetar el desarrollo de un pueblo si el desarrollo de la propia persona se ve limitado muchas veces por el hombre mismo.

Actitudes de apatía y desinterés son el resultado de considerar

sin sentido el valor del esfuerzo y de la lucha ante algo que de antemano se considera por perdido; actitudes que desgraciadamente son contagiosas, sobre todo por lo aparentemente cómodo y fácil que resulta "desconocer" que existen posibilidades de actuación; posibilidades que una vez descubiertas comprometen.

Y para rehuir a este compromiso que exige respuestas personales lo más fácil parece ser "despersonalizarse"; fundirse en la masa, hacer lo que otros dicen que se haga; actuar conforme la mayoría actúa; dejar que otros piensen y decidan por uno mismo.

Actitudes negativas, que destruyen a la persona y que desgraciadamente afectan de forma especial a los jóvenes adolescentes.

La adolescencia es una etapa de la vida del ser humano cuya principal tarea es la de formar de una manera cada vez más firme la propia personalidad.

La adolescencia es por tanto una etapa rica en posibilidades ya que el joven comienza a ser más apto para manejar su vida.

Sin embargo el entusiasmo, idealismo, la energía y dinamismo de esta edad, se ven obstaculizados por esa falta de reconocimiento del valor, de la dignidad del ser humano, que reduce a una mínima expresión sus capacidades más propias.

México necesita de jóvenes valientes, íntegros, que en primer lugar consideren su propia existencia como una oportunidad, para que así puedan enfrentar las oportunidades que el país dentro de su crisis, les ofrece.

De aquí que el objetivo general de este trabajo haya sido el de proponer bases teóricas que justifiquen la importancia y la necesidad de orientar al adolescente en el conocimiento de sí mismo con el fin de que logre un desarrollo más firme de su propia personalidad.

Para lograr lo anterior, fueron retomados aspectos de otras ciencias o disciplinas que sirvieron de complemento a la necesidad que la orientación educativa buscó atender; siempre bajo el influjo de la filosofía realista, se consideraron planteamientos de la Psicología Existencialista sobre todo los argumentos manejados por el psiquiatra Viktor Frankl; así mismo fueron retomadas ideas de los psicólogos Rogers, Erikson y Fromm.

La población a la que se dirigió la investigación fue de jóvenes adolescentes ubicados en la tercer etapa de la adolescencia: adolescencia final; estudiantes de los dos últimos años de preparatoria o equivalentes; entre los 17 y 18 años de edad, con una posición socio-económica elevada.

La metodología utilizada fue predominantemente bibliográfica. La

originalidad del tema no radica en su novedad; la adolescencia ha sido materia de estudio de un sinnúmero de especialistas; el "conocimiento de sí mismo" por su parte, tampoco es algo inédito.

El aspecto que define la originalidad del contenido de este trabajo, se funda sobre todo en la manera como fue tratado.

Para su desarrollo se dividió en cuatro capítulos teóricos y una derivación práctica -fundamentada en el aspecto teórico- El orden que siguió el desarrollo del contenido partió del método deductivo y analítico.

El primer capítulo presenta una breve fundamentación de los conceptos de educación y orientación educativa que sirvieron como base para el análisis del tema.

El capítulo segundo buscó definir la posibilidad que tiene el hombre para conocerse a sí mismo, poniendo énfasis en la necesidad y las ventajas que este conocimiento le proporciona a la persona. Entre las aportaciones consideradas como más sobresalientes fueron mencionadas: LA AUTOACEPTACION y LA AUTOESTIMA, LA OBJETIVIDAD y finalmente LA RESPONSABILIDAD. Este segundo capítulo buscó a su vez definir y desglosar objetivos de orientación para ayudar a la persona en el conocimiento de sí misma.

El tercer capítulo analiza la adolescencia en general, destacando las posibilidades que presenta esta etapa; se propuso así mismo un esquema que describe características comunes (en las dimensiones bio-psico-sociales) haciendo una división de las tres etapas de la adolescencia: adolescencia inicial, adolescencia media y adolescencia superior.

El cuarto y último capítulo de la parte teórica es una recapitulación de los tres anteriores, que buscó concretar en el adolescente la orientación que requiere para conocerse a sí mismo. Fueron mencionadas algunas de las capacidades que permiten al adolescente conocerse a sí mismo, además de las exigencias que presenta por este tipo de conocimiento. La rebeldía, el idealismo y la preocupación de relación entre su "yo" con el mundo, fueron características retomadas como medios que contribuyen en la orientación a jóvenes de estas edades.

Por último, el objetivo que se buscó alcanzar a partir de la derivación práctica del trabajo, fue el de despertar y encauzar la necesidad del adolescente de conocerse a sí mismo a partir de la elaboración de un manual dirigido a jóvenes con las características antes mencionadas.

CAPITULO I. EDUCACION Y ORIENTACION EDUCATIVA

I.1. EDUCACION. 7

**I.1.1. La educación como proceso de
mejora. 7**

I.1.2. Finalidad de la educación. 10

**I.1.3. La intencionalidad en el sujeto a
la educación. 12**

I.1.4. El educador. 14

I.2. ORIENTACION EDUCATIVA. 19

**I.2.1. Definición de orientación
educativa. 22**

I.3. EDUCACION Y ORIENTACION. 31

CAPITULO I. EDUCACION Y ORIENTACION EDUCATIVA

I.1. EDUCACION.

I.1.1. La educación como proceso de mejora.

La educación -al igual que muchas otras ciencias o disciplinas sociales que tienen como objeto de estudio al hombre bajo distintos puntos de vista- presenta diversidad de opiniones en cuanto a su significado, finalidad, límites, etc.

En otras palabras, las divergencias que se suelen presentar al hablar sobre educación tienen gran parte de su razón de ser en la concepción que se tenga del ser humano.

Existe una idea muy generalizada que hace referencia a la adquisición de cualidades a partir de las cuales el hombre adapta sus modales externos a las expectativas sociales.

Dentro de este contexto, la educación está vista como un resultado; se refiere a meros comportamientos externos. El ser humano es entonces un ser que debe emitir respuestas acordes a las formas de convivencia social, siendo dichos comportamientos resultado de influencias externas (1).

¹cfr. GARCIA HOZ, V., Principios de pedagogía sistemática, p. 16

Si por otra parte se revisa el significado etimológico de la palabra, se observa que la educación es un "...conducir, guiar, orientar (educare), a la vez que hace referencia a "...un hacer salir, extraer, sacar a la luz (educere)" (2).

Por tanto, la educación implica el llevar al hombre de un estado a otro así como sacar algo de su interior.

Tanto en su significado vulgar como etimológico existe una idea común, que es la de modificación, referida a una transformación de conductas sociales o bien a un cambio de situación en el hombre, o a un desenvolvimiento interno. Sin embargo, resulta incompleto hablar sobre educación como una simple modificación en el ser humano si esta transformación no hace referencia a una mejora integral en el hombre.

Max Scheler afirma que "...la educación es humanización, es el proceso que nos hace hombres" (3).

En efecto, la educación provoca un cambio de mejora, que en palabras de Scheler prepara a la persona para una vida verdaderamente humana.

El hombre, aún antes de nacer (desde que es concebido) es un

²DICCIONARIO DE LAS CIENCIAS DE LA EDUCACION, p. 474

³ibidem, p. 476

ser humano y se va desarrollando como tal a lo largo de su vida.

Toda persona debe por tanto estar atenta y dispuesta a desarrollar su ser integral, desde aspectos físicos y sobre todo aquellas capacidades que lo distinguen de otros seres vivos y que lo hacen ser lo que por esencia es: un ser humano, y más aún, un hombre o mujer con capacidades y límites propios; un ser con la posibilidad de elegir encauzar su vida lo más humanamente posible.

En resumen: la educación, como proceso de mejora que prepara al hombre en su vivir humano, se presenta en alguien que ya es y que, sin embargo, existe de forma inacabada; es decir, el ser humano es perfectible, siempre tiene la posibilidad de mejorar, de actualizar o desarrollar sus potencialidades, de "hacerse" a partir de lo que ya es, así como de aquello que posee en potencia.

Por último, es importante reconocer que la educación es un proceso que se inicia en un tiempo determinado, que tiene una cierta duración y que puede terminar con un fenómeno contrario o bien definitivamente finalizar con la muerte de la persona (*).

El ser humano por tanto, es perfectible a lo largo de su vida

*cfr. GONZALEZ, A., Filosofía de la educación, p. 44

si bien no por ello, todo lo que la vida le presenta lo va a perfeccionar; más aún, la persona es libre de tomar una postura abierta o bien asumir una actitud pesimista y cerrada frente a las determinaciones de la educación, además de enfrentarse con el límite incuestionable que representa la muerte en cuanto a la continuidad del proceso educativo.

I.1.2. Finalidad de la educación.

Como se ha venido mencionando, la educación busca el mejoramiento personal. Dicho proceso de mejora, parte de las capacidades de cada ser humano.

Las capacidades humanas hacen necesaria referencia al TODO INTEGRAL que es el hombre como una unidad BIOLÓGICA, PSICOLÓGICA, SOCIAL, Y ESPIRITUAL.

Dimensiones humanas que hacen referencia tanto a la parte corpórea, así como al desarrollo cognoscitivo; a los sentimientos y emociones; a las distintas motivaciones en el hombre; a sus relaciones sociales; a su religiosidad, a la libertad, al amor, etc. (de cada una de las dimensiones se hablará mas adelante).

Y es precisamente a partir de cada una de ellas, es decir a partir de lo que es el ser humano como éste último puede y debe desarrollarse.

Es por esto que la educación busca que la persona desarrolle armónicamente todo lo que en ella es posible, aquello para lo que es capaz y responda así ante las exigencias de su vida; dicho en otras palabras: darle a la vida su verdadero carácter de humano al hacer real lo que antes en cada individuo, era una posibilidad.

La educación, además de ser un proceso personal, también lo es social. Existe una interinfluencia e interdependencia entre persona y comunidad. Toda mejora que logre la educación en un individuo repercute de forma benéfica en su comunidad; además, cada hombre o mujer, dentro de su proceso educativo, se ve vinculado con su comunidad.

En la comunidad sobresalen agentes educativos como la familia, la escuela, la Iglesia, el Estado etc. que influyen de manera significativa en la persona. Por tanto, parte importante del proceso educativo depende de la interacción con su comunidad (*).

Frankl dice que "...el sentido de la existencia personal, el sentido de la persona humana, en cuanto personalidad apunta más allá de sus propios límites apunta hacia la comunidad" (*).

*cfr. Presencia de la Iglesia en México, p. 11

*FRANKL, E. Viktor, Psicoanálisis y Existencialismo, p. 123

En realidad no se puede entender una personalidad completa, íntegra, si ésta no busca trascender a sí misma, a su sola individualidad; personalidad que sin fundirse en la "masa" sea capaz de vivir en comunidad.

Vivir en comunidad no quiere decir ser uno más dentro de un grupo de personas, sino que significa ser parte activa del mismo; recibir lo que el propio ser limitado requiere para complementarse y satisfacer ciertas necesidades que sólo la comunidad en conjunto le puede proporcionar; además, vivir en comunidad exige desarrollar las propias capacidades personales, que al ser propias de cada hombre (únicas), son importantes para el desenvolvimiento de la comunidad.

1.1.3. La intencionalidad en el sujeto a la educación.

El proceso de mejora de la persona no puede pasar por alto su libertad.

La libertad humana, absorbe todas sus acciones, actitudes y comportamientos; y en el caso de la educación, la capacidad para elegir es indispensable; no se puede entender una educación que pase por alto la libertad del educando, es este último quien, a final de cuentas, se educa o se deja de educar; la persona es especialmente libre para responsabilizarse de su propia vida.

Si bien en toda persona se presentan ciertos condicionamientos en el nivel biológico, psicológico o social, de los que en efecto no puede muchas veces liberarse, puede sin embargo, ser libre para asumir una actitud frente a estos (?) y por tanto desarrollarse a partir o a pesar de sus límites.

En suma, sólo se puede presentar la educación, si la persona quiere educarse; si existe en ella la intencionalidad de lograr su propio desarrollo.

Y si bien es cierto que "...la educación requiere un cierto número de condicionamientos reflejos, debe sin embargo, so pena de perder su verdadera significación, esforzarse por hacer del individuo un ser conciente, libre en sus determinaciones" (*).

En efecto, se presentan casos como el de personas que por alguna disfunción requieren de cierto tipo de educación especial; o incluso para la formación de hábitos en los niños, se tiene muchas veces necesidad de acudir a ciertos métodos que ayuden a la adquisición de comportamientos o actitudes. En este plano la tarea y responsabilidad educativa en su mayor parte, recae sobre el educador .

*cf. ibidem, p. 14, 126-170.

•PLANCHARD, E., Pedagogía contemporánea, p. 31.

Sin embargo, si la educación pretende que la persona desarrolle todo aquello para lo que es capaz, debe buscar por tanto que ejercite una de las capacidades más específicamente humanas, que es la libertad.

La educación por tanto debe tender a que el ser humano comience por ser responsable ante su propio desarrollo; que haga suya la tarea de alcanzar su mejora personal; que busque liberarse de todo aquello que le impide su propio crecimiento; y es que a final de cuentas, la educación es un proceso que únicamente la propia persona puede hacer por sí misma.

I.1.4. El educador.

Con lo dicho hasta ahora, se puede decir que nadie -en sentido estricto- puede educar a otro ya que es la persona misma quien se educa.

Sin embargo se vio cómo la comunidad contribuye en el proceso educativo al facilitar el desarrollo de cada persona.

La ayuda educativa externa, está sustentada por ciertos agentes que fungen además como partes esenciales de toda sociedad y que por lo mismo, presentan una gran fuerza educativa.

Estos agentes educativos son:

- LA FAMILIA.
- EL ESTADO.
- LA ESCUELA.
- LA IGLESIA.
- LA COMUNIDAD.

A continuación se hará una breve descripción de la acción educativa de cada uno de estos agentes con el único fin de proporcionar una idea global acerca de algunas de las influencias educativas externas que afectan directamente a la persona.

- LA FAMILIA:

"...los padres de familia, por el hecho de haber dado la vida a sus hijos, tienen el derecho originario, primario e inalienable de educarlos" (*); en efecto, son los padres los primeros responsables de la educación de sus hijos; tienen el derecho y el deber de facilitarles su desarrollo integral.

Es gracias a la educación familiar como la persona va comenzando a vivir y a desarrollar valores religiosos, afectivos y morales; donde aprende también el funcionamiento de su sociedad.

*JUAN PABLO II, citado por la Conferencia del Episcopado Mexicano, op. cit., p 38.

- EL ESTADO:

El Estado por su parte, como autoridad que regula la vida en sociedad y vigila el respeto a los derechos humanos, funge como agente educativo subsidiario de la educación familiar.

Debe reconocer, proteger y exigir el derecho y obligación que todo ciudadano tiene a la educación y por tanto debe dictar la legislación pertinente en materia educativa que vaya en íntimo apego a la naturaleza humana; siempre respetando la forma como los padres de familia decidan que deberá ser la educación de sus hijos.

Tiene a la vez la obligación de crear instituciones educativas que cubran la necesidad de la población demandante de servicios educativos, así como de facilitar la acción de particulares.

- LA ESCUELA:

Las instituciones educativas (creadas por particulares o por el estado), fungen de igual forma como agentes educativos que colaboran en la labor formativa de los padres y complementan su tarea educativa en aquellas áreas en las que actualmente es difícil que llegue la educación familiar, (p.e. enseñanza de las ciencias y disciplinas); además de ser la escuela una gran fuente de sociabilización.

- LAS INSTITUCIONES RELIGIOSAS:

También las instituciones religiosas funcionan como agentes educativos ya que contribuyen en la formación integral de la persona al buscar promover y hacer respetar los derechos humanos, pero sobre todo al orientar a las personas para que puedan alcanzar su fin último.

El desarrollo espiritual además se ve complementado, protegido animado y vigilado por este tipo de instituciones.

Es importante destacar que en cualquiera de estos ámbitos, sobresale una figura: la del educador, quien de forma intencional funge como facilitador del proceso educativo.

- LA COMUNIDAD

Existen también dentro de la comunidad, otros factores externos que pueden influir en la educación de la persona. Dichas influencias se irán tratando a lo largo de la investigación; por lo pronto y sin seguir un orden o categoría específica se mencionan algunas de ellas:

- medio social, económico y cultural en que se desenvuelve la persona.
- ambiente laboral y académico.
- círculos sociales, agrupaciones, amistades.
- medios masivos de comunicación social, etc.

Muchos de estos factores si bien no pretenden ser propiamente agentes educativos, pueden ser considerados como tales, (o bien como obstaculizadores del proceso educativo) en la medida en que la propia persona los asuma intencionalmente, o bien que alguna persona en calidad de educador se los haga explicitos como medios para el desarrollo personal del educando.

Es importante decir que todo aquel que pretende ser educador debe tener como puntos de partida:

- Algunas condiciones básicas de tipo intelectual, ético, y en ocasiones que lo requieran, de formación profesional (*).
- Una actitud optimista respecto a la naturaleza humana, en el sentido de aceptar que toda persona, a la vez que es limitada, cuenta también con capacidades personales a desarrollar y por lo mismo -con potencialidades y limitaciones juntas- a lo largo de su vida tendrá siempre la posibilidad de mejorar.
- Tomar en cuenta las diferencias individuales, que se traducen en posibilidades de desarrollo. Es indispensable por tanto respetar la personalidad del educando, en otras palabras: "...ayudar a que la persona crezca en su dirección y no en la que yo quiero que crezca" (*).

Para esto es necesario tener conocimiento del educando, de su

¹o cfr. Diccionario de Pedagogía, p. 297

* Afirmado por: ARRIGUNAGA, A.M. en el curso: El conocimiento propio y la relación con el mundo: retos vitales, Mayo, 1988.

etapa de desarrollo, y de ser posible de su realidad personal.

- La libertad del educando, que en primera instancia lo lleva a respetar la dignidad de la persona; además de reconocer en la libertad la facultad por la cual el individuo logra su propio desarrollo.

- Finalmente, pero no de menor importancia, un educador debe querer que el educando se eduque, es decir que se desarrolle y mejore por el mismo. En resumen, quien pretende ser educador debe amar a su educando. Difícilmente se pueda auxiliar en el crecimiento de una persona, si no existe de por medio cariño y por lo mismo respeto y confianza hacia ella.

1.2. ORIENTACION EDUCATIVA.

Al revisar el significado etimológico de educación, se vió cómo en su vocablo educare, se hace referencia a una guía, una conducción, a una orientación a la persona.

En efecto, la orientación es considerada como aspecto fundamental y función necesaria de todo proceso educativo.

El concepto de orientación por tanto es muy amplio, e incluye diferentes modos de ayudar a distintos sectores de la sociedad.

Victor García Hoz habla de tres tipos de orientación: la

orientación profesional, la orientación escolar y la orientación personal (*).

En cuanto a la orientación profesional "...se define como el proceso de ayuda a un individuo para que sea capaz de elegir y prepararse adecuadamente a una profesión o trabajo determinado" (**).

De alguna forma el concepto de orientación profesional que plantea García Hoz incluye al de "orientación vocacional" al ayudar a que la persona elija por sí misma su futura profesión o actividad laboral tomando como base sus capacidades personales.

Además, la orientación profesional es de gran utilidad dentro de las empresas en lo que respecta a la ubicación o reubicación de puestos; para que la persona aproveche sus capacidades al desempeñar un trabajo para el cual es realmente apta.

La orientación escolar por su parte es "...el proceso de ayuda a un estudiante para que sea capaz de resolver los problemas que su vida académica le plantea, especialmente el de elegir los contenidos y técnicas de estudio más adecuadas a sus posibilida-

* En éste análisis se considera tan sólo la orientación con carácter educativo, sin tomar en cuenta aquella de tipo terapéutico psiquiátrico o de cualquier otra índole.
**GARCÍA HOZ, V., op. cit., p 267

des " (12).

La orientación escolar se refiere entonces a una de las funciones que generalmente se pueden desarrollar en instituciones educativas. Al igual que en la anterior, la orientación escolar busca que la persona descubra sus capacidades para aprovecharlas y utilizarlas de la mejor manera posible en este caso, dentro del ámbito escolar.

Finalmente, García Hoz habla de la orientación personal como aquel "proceso de ayuda a un sujeto para que llegue al suficiente conocimiento de sí mismo y del mundo en torno que lo haga capaz de resolver los problemas de su vida" (13).

En realidad este tipo de orientación incluye -o debería de incluir- los dos tipos anteriores ya que en ambos casos se requiere que la persona se conozca a sí misma y a su entorno para encauzar sus posibilidades y enfrentar las exigencias de las distintas situaciones que la vida le presenta.

Existen en fin otros tipos de orientación, como es de orientación familiar que básicamente busca colaborar con la familia para analizar y mejorar su situación etc.

¹²ibidem.

¹³ibidem. p. 26B

Sin embargo, para efectos del presente estudio, se utilizará el concepto de orientación personal de García Hoz y el de orientación educativa que propone María Victoria Gordillo -y que será analizado a continuación-. Ambos conceptos son considerados como los más cercanos a los fines de esta investigación.

No se busca por tanto agotar el tema de orientación sino únicamente sustentar la proposición pedagógica del presente trabajo.

1.2.1. Definición de orientación educativa.

La Orientación educativa es "...un proceso educativo individualizado de ayuda al educando en su progresiva realización personal, lograda a través de la libre asunción de valores; y ejercido intencionalmente por los educadores en situaciones diversas que entrañan comunicación y la posibilidad" (12).

La orientación es un proceso; todo proceso indica continuidad, sucesión de fases. En este sentido, la orientación toma en cuenta a la persona como una unidad continua, en donde tiene valor todo aquello que ha sido realizado en su

¹²GORDILLO, M. V., La orientación en el proceso educativo, p. 106

Sin embargo, para efectos del presente estudio, se utilizará el concepto de orientación personal de García Hoz y el de orientación educativa que propone María Victoria Gordillo -y que será analizado a continuación-. Ambos conceptos son considerados como los más cercanos a los fines de esta investigación.

No se busca por tanto agotar el tema de orientación sino únicamente sustentar la proposición pedagógica del presente trabajo.

1.2.1. Definición de orientación educativa.

La Orientación educativa es "...un proceso educativo individualizado de ayuda al educando en su progresiva realización personal, lograda a través de la libre asunción de valores; y ejercido intencionalmente por los educadores en situaciones diversas que entrañan comunicación y la posibilidad" (14).

La orientación es un proceso; todo proceso indica continuidad, sucesión de fases. En este sentido, la orientación toma en cuenta a la persona como una unidad continua, en donde tiene valor todo aquello que ha sido realizado en su

14GORDILLO, M. V., La orientación en el proceso educativo, p. 106

pasado, así como sus posibilidades futuras (18).

Es un proceso educativo, es decir la orientación se considera parte integrante de toda educación.

La orientación educativa por tanto, puede ayudar a que la persona se conciba a sí misma como un ser en continuo desarrollo; quien puede asumir una actitud de aprendizaje ante sus hechos pasados, una actitud objetiva y responsable frente a su realidad presente y que sin necesidad de condicionar su futuro a partir del pasado, pueda analizar sus posibilidades y proyectar metas o ideales en el futuro.

Es un proceso educativo individualizado, ya que se da en personas con características propias y únicas. Necesariamente la orientación ha de tomar en cuenta las diferencias de cada persona ya que es a partir de las características específicas de cada individuo -de sus diferencias individuales- como se ha de orientar.

El carácter de ayuda que presenta este proceso educativo individualizado, habla de una idea de cooperación con el educando.

El papel del orientador en esta relación de ayuda, debe tender a que el educando haga por sí mismo, lo cual se traduce en un

¹⁸o.cfr. ibidem. p. 107-109.

respeto y confianza en la persona orientada.

Carl Rogers dice que toda relación de ayuda debe suponer que "...al menos una de las partes tiene la intención de promover en el otro un mayor crecimiento, desarrollo, madurez y capacidad de afrontar la vida" (**).

Se puede hablar entonces de la intencionalidad que presenta el orientador, así como de las posibilidades reales de desarrollo en la persona orientada.

El orientador debe tener la intención de ayudar; debe estar conciente de su papel como educador; ha de reconocer y concretar el fin de la educación en el educando.

Quien busca orientar además no habrá de remitirse tan solo a su deseo de ayuda, sino que también deberá haber detectado una necesidad que satisfacer en el educando. En otras palabras, su intención debe estar basada en necesidades reales.

El educando -quien en última instancia es el que acepta o rechaza la ayuda sugerida por el orientador- deberá reconocer como real la necesidad que tiene de la ayuda propuesta. "Muchas veces, el objetivo principal de la ayuda será

**apud., GORDILLO, M.V., op. cit., p. 110

hacerle patente el estado de necesidad en que se encuentra" (17).

El orientador deberá buscar la manera de que sea el propio educando quien descubra su estado de necesidad; esto resulta más significativo y lleva a que la persona se comprometa ante las consecuencias de la solución que decida asumir para satisfacer su necesidad.

Siguiendo con la definición de orientación es un proceso individualizado de ayuda al educando, es decir a toda aquella "...persona en cuenta a sujeto a una educación permanente" (18). En pocas palabras, cualquier persona es sujeto de orientación ya que el ser humano, mientras viva, tiene la posibilidad de mejorar, de desarrollarse.

Sin embargo, existen etapas dentro de la vida del ser humano, que, dadas sus características propias las hacen más susceptibles de ser orientadas como es el caso de la ADOLESCENCIA.

La definición de orientación educativa habla de la ayuda que se ofrece al educando en su progresiva realización personal.

La orientación parte de las posibilidades naturales de desarrollo personal; lo que busca primordialmente, es que

¹⁷ibidem, p. 111.

¹⁸ibidem, p. 117.

el proceso natural de desarrollo se lleve a cabo de la mejor manera posible, de forma progresiva y según las posibilidades de cada persona.

La orientación -continuando con la definición de Gordillo- se logra a través de la libre asunción de valores.

María Victoria Gordillo afirma que llegar a ser persona implica trascender a partir de valores que va aceptando y asumiendo a lo largo de su desarrollo como ser humano (17).

En efecto, el proceso de orientación educativa se ha de basar en la asimilación voluntaria de valores que el propio educando hace como suyos.

Por valor se entiende "...una cualidad estructural de las cosas y de las personas, y las hace humanamente valiosas, porque corresponden a las necesidades de sobrevivencia, autorealización y trascendencia del ser humano" (20).

Todo lo que existe tiene un valor por el hecho de existir independientemente de que sea o no considerado como valioso. Sin embargo, el ser humano siempre actúa movido por algo y en este sentido, se encuentran tres grupos de valores que cubrirán las

¹⁷ cf. ibidem. p. 121

²⁰ GONZALEZ, L.J., Valores humanos, cambio social y civilización del amor. p. 108.

necesidades de supervivencia, autorrealización y trascendencia y que sirven como motivos de actuación para el hombre.

Estos valores son: los VALORES VITALES, los VALORES DE CRECIMIENTO PERSONAL, y los VALORES DE SENTIDO.

- "Los VALORES VITALES son las cualidades de ciertos seres que hacen que éstos sean deseables y preferibles sobre otros porque conservan la vida del hombre, son saludables, útiles, etc....

-Los VALORES DE CRECIMIENTO PERSONAL podrían ser denominados valores psicológicos, porque responden a la necesidad que cada individuo humano tiene de ser él mismo, de realizarse mediante la actualización de sus potencialidades...

-Los VALORES DE SENTIDO tienen la cualidad de ser valiosos por sí mismos, independientemente de la utilidad que pudiesen prestar. También poseen la propiedad de darle un por qué o un sentido a la existencia humana..." (21).

El psiquiatra Viktor Frankl habla de tres tipos de valores que bien pueden incluirse dentro del grupo de valores de crecimiento personal así como en el de valores de sentido. (22).

²¹ ibidem, p. 109.

²² cfr. FRANKL, E.V., Psicoanálisis y existencialismo, op. cit., p. 87-90.

Estos valores son: + los valores creadores.
 + los valores vivenciales.
 + los valores de actitud.

+ los valores creadores se refieren a todos los valores que se realizan a partir de actos de "creación"; no será la magnitud o el alcance de las actividades hecha lo que dará la pauta para considerarlas o no valiosas, sino que más bien los valores de creación hacen referencia a la honestidad, al empeño, y al esfuerzo con lo que algo se realiza, así sea lo más cotidiano y aparentemente carente de importancia.

En los valores de creación lo más importante no es lo que se haga sino cómo se realiza. La persona encontrará sentido no tanto en el quehacer cuanto en el "ser" dentro de su quehacer y puede presentar una creatividad fecunda según sus posibilidades.

+ los valores vivenciales se refieren a aquellas "vivencias" que llenan de sentido la existencia humana: "...por la grandeza de un instante se mide a veces la grandeza de toda una vida"⁽²³⁾
La persona va descubriendo y apreciando el valor que encierran sus experiencias.

+ los valores de actitud en los que "Lo importante es la actitud que el hombre adopte ante un destino irremisible"⁽²⁴⁾.

²³ ibidem, p. 88.

²⁴ ibidem, p. 89.

En realidad, tanto los valores creadores así como los vivenciales, se basan en actitudes personales, sin embargo esta tercera categoría que propone Frankl hace referencia a circunstancias o hechos ante los cuales la persona no tiene mayor opción que afrontarlos, pero en los que lo importante es cómo los asume.

En síntesis, los valores humanos corresponden a lo que es el hombre, a su naturaleza; responden a sus necesidades biológicas, psicológicas, sociales y espirituales.

Los valores son guía, orientación, y pueden provocar cambios significativos en el desarrollo personal y social; sin embargo, esta mejora a partir de los valores no se dará como tal sino hasta que la persona los asuma libremente, los reconozca y más aún hasta que los haga vida.

La orientación, por último, debe buscar que la persona se identifique con aquellos valores que dan a la vida su carácter verdaderamente humano.

Siguiendo con la definición, se tiene que el proceso educativo de orientación se puede proporcionar en situaciones diversas. En realidad la mejor forma para orientar es a partir de la relación bipersonal. Sin embargo, existen otros ámbitos en los que la orientación también es posible. Ejemplos de estos últimos

son: orientación en centros educativos; a través de entrevistas, juntas, conferencias, etc.; en centros de atención psicológica, de orientación familiar; además, dentro de todas estas formas, la orientación puede ser de tipo formal o informal, individualizada o grupal, según la intencionalidad del orientador (20).

Finalmente, la orientación es un proceso educativo individualizado de ayuda al educando en su progresiva realización personal que se logra a través de la libre asunción de valores; ejercido intencionalmente por los educadores, en situaciones diversas que entrenan comunicación y la posibilitan.

Por comunicación se entiende aquella "...relación real establecida entre dos seres en virtud de la cual se ponen en contacto y uno de ellos o ambos hacen donación de algo al otro" (21).

De la relación que se logre depende en gran medida la eficacia de la orientación ya que dicha relación puede facilitar o bien obstaculizar la comunicación necesaria para que en efecto se llegue a donar algo al otro o bien a realizar una mutua donación que contribuya al proceso de mejora personal.

Finalmente, el concepto de orientación educativa, presenta una

²⁰ cf. GORDILLO, op. cit. p 126.

²¹ ibidem, p. 127.

intima relación con aquél planteado por García Hoz sobre orientación personal en el cual, como se recordará, se afirma que: "...es el proceso de ayuda a un sujeto para que llegue al suficiente conocimiento de sí mismo y del mundo en torno que lo haga capaz de resolver los problemas de su vida." (vid. supra p. 21.).

Ambas definiciones toman en cuenta conceptos comunes y se complementan mutuamente. Las dos afirman que la orientación es un proceso de ayuda; que está dirigido a alguna persona, sujeto o educando; y que se basa en necesidades reales, es decir, busca solucionar problemas de su vida. Además el ayudar a una persona en el conocimiento de sí mismo implica ayudar a que se dé en ella su progresiva realización personal.

En suma, la orientación educativa busca guiar al individuo hacia la formación de una personalidad rica, fecunda y efectivamente propia, con la que podrá responder ante las situaciones que la vida le presenta.

1.3. EDUCACION Y ORIENTACION

A manera de síntesis, se presentan a continuación algunas consideraciones respecto a las diferencias entre orientación y educación, ya que es común que exista confusión de

términos y que en ocasiones se trate ambos conceptos como sinónimos.

La orientación forma parte del proceso educativo, es un objetivo que va implícito en la idea de educación, sin que por esto ambos, orientación y educación sean la misma realidad.

La orientación tiene una función específica dentro del proceso educativo total: al concretar en gran medida las metas de la educación.

Su valor reside también, en las posibilidades que ofrece a una persona externa -en calidad de educador- para colaborar y facilitar el proceso de mejora en el educando al ayudarlo que haga suyas, las metas generales de la educación.

La limitación propia de toda persona hace que requiera en muchos casos de ayuda para que en efecto se dé su "desarrollo natural", Es por tanto necesaria la orientación.

Es la persona quien se educa, pero es el educador quien orienta. El educando puede aceptar o bien rechazar el contenido propuesto por el orientador y a partir de esto educarse o no hacerlo.

Para terminar, una última consideración importante: la

orientación busca que la persona se eduque, por tanto la eficacia de la orientación será patente en la medida en que la persona vaya teniendo menos necesidad de dirección externa, de orientación, al ser más capaz de dirigir su propia vida.

CAPITULO II. EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO

II.1. Punto de vista antropológico	35
II.2. La introspección.	38
II.3. Consideraciones educativas del conocimiento de sí mismo.	40
II.3.1. Aspectos sobresalientes producto del conoci- miento de sí.	41
- LA AUTOACEPTACION Y LA AUTOESTIMA	
- LA OBJETIVIDAD	
- LA RESPONSABILIDAD	
II.4. Objetivos generales del papel que juega la ORIENTACION en el conocimiento de sí mismo.	52

CAPITULO II.

EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO

En el capítulo anterior, se vió cómo la orientación en síntesis busca que la persona asuma de forma personal, responsable y comprometida, su propia existencia.

A continuación se propone el CONOCIMIENTO DE SI MISMO como herramienta educativa para que, precisamente sea la propia persona quien, con base en su realidad personal, pueda ser capaz de dirigir su vida, de manera que logre un enriquecimiento en su desarrollo humano.

El que una persona pueda conocerse a sí misma es un hecho de experiencia; y si bien esta investigación parte de dicha realidad, serán presentados de forma muy breve algunas consideraciones antropológicas y psicológicas que apoyen lo anterior.

Por un lado, el punto de vista antropológico presenta algunos de los aspectos que justifican la posibilidad de que el ser humano se conozca a sí mismo.

Por otra parte, se mencionan algunas consideraciones acerca del método psicológico de la introspección, que es aquella

capacidad para "...volver la atención hacia uno mismo" (24).

No es la intención rebasar los límites de esta investigación que tiene un carácter netamente educativo, por lo cual, los puntos de vista antropológico y psicológico sirven como preámbulo para entrar de lleno en el tema de interés: el pedagógico.

II.1. Punto de vista antropológico

El punto de partida de todo conocimiento, es la experiencia de algo que es, que existe independientemente de que sea o no conocido.

La realidad puede ser captada a través de los sentidos. A este primer nivel de conocimiento se le llama "conocimiento sensible" y está presente tanto en el ser humano como en los animales, siendo que en estos últimos, al estar limitados a la vida sensible, se ven por tanto limitados a este tipo de conocimiento.

En el hombre, en cambio, al ser una unidad corpórea-espiritual, se presenta además otro tipo de conocimiento que se basa y parte del conocimiento sensible y que es llamado "conocimiento intelectual", por el cual se penetra en la esencia

*GEMELLI, A., Introducción a la psicología, p. 42

de aquellos accidentes manifestados por el conocimiento sensitivo (**).

Las manifestaciones de la racionalidad humana: actos intelectuales y volitivas, no son orgánicos, sino espirituales (i.e. la reflexión, la abstracción, la facultad para querer bienes concebidos por la inteligencia, etc.) y en este sentido, "El hombre ocupa en la escala de los seres corpóreos el grado máximo por la espiritualidad de sus operaciones superiores, que es lo que nos permite entendernos a nosotros mismos". (**).

En pocas palabras, el ser humano es el único ser corpóreo con capacidades espirituales que le permiten, entre otras cosas, el conocimiento de sí mismo.

Este conocimiento propio en el hombre no se presenta de forma directa, sino que se da por reflexión: "...una vez que la mirada de la inteligencia se ha dirigido en línea directa sobre las cosas exteriores, puede volver sobre sí y contemplar su naturaleza y su ser propio" (**).

Y es que como se dijo, todo conocimiento parte de la experiencia sensible. El ser humano puede entonces por reflexión conocer que existe al percibir primero que obra, que

**cfr. CARDONA, C., Metafísica de la opción intelectual, p. 56.

**ibidem p. 106.

**LLAND, A., Gnoseología, p. 141-142.

actúa.

Dicha advertencia de los propios actos es llamada conciencia de sí por la cual "...el sujeto se toma por objeto...es el conocimiento que el ser humano tiene de sí mismo como ser finito...y que proporciona a todos los juicios su sujeto: yo soy una criatura, yo soy un hombre, yo pertenezco a esta clase social, etc." (30).

El hombre, es capaz entonces de percibir que actúa y que por tanto existe, con una existencia limitada pero a la vez única, que se desarrolla en un determinado entorno etc.

En suma, el hombre es capaz de conocerse como persona.

Se dijo también que el hombre se toma a sí mismo como objeto, lo cual hace referencia a los dos términos que se requieren para que se de todo conocimiento, a saber: sujeto que conoce y objeto conocido.

En este sentido, el conocimiento que el ser humano puede obtener de sí mismo no escapa evidentemente de la subjetividad, al ser uno mismo objeto de su conocimiento.

En la medida en que la personalidad va madurando la subjeti-

30VERNAUX, R., Epistemología, p. 197-198.

vidad disminuye si bien no puede desaparecer por completo.

Como se verá más adelante, una personalidad madura puede adquirir un cierto grado de objetividad al conocerse a sí misma, es decir, puede llegar a alcanzar aprecio cada vez más adecuado de su realidad tanto interna como externa.

11.2. La introspección.

Como su significado etimológico lo indica, la introspección de intro: dentro y specere: mirar es un método por el cual "...dirigimos nuestra mirada a nuestra vida interior"⁽²¹⁾

De alguna forma, la persona no sólo se "da cuenta" de lo que le ocurre, -como es el caso de la conciencia psicológica- sino que además es capaz de reflexionar y analizar sobre sus estados psíquicos.

De aquí que este método también se describa como el "...método de la observación reflexiva"⁽²²⁾.

No obstante las grandes aportaciones que el método introspectivo ha proporcionado a la psicología, existe a su vez un gran número de procesos psíquicos los cuales son imposibles de

²¹VELAZQUEZ, J.M., Curso Elemental de psicología, p. 25.

²²KELLY, W.A., op cit., p. 6.

conocer por vías de este método.

Es, en efecto, un método subjetivo por un lado —y en relación con el aspecto antropológico— ya que es el propio sujeto quien se percibe a sí mismo; además, "...el hecho interno está muy lejos de poseer la independencia, la inmutabilidad y la objetividad del hecho físico" (33).

A pesar de ello, la subjetividad característica del método, no le resta valor, y en muchos casos es gracias a esta cualidad por la que el método es considerado como enriquecedor.

En efecto, nadie mejor que la propia persona puede describir sus propias emociones; es uno mismo quien se siente, se percibe a sí mismo y en este sentido no existe otro método que lo supere.

El peligro de la subjetividad, sin embargo, radica en que en ocasiones la persona no presenta el grado de madurez o la experiencia necesaria para describir lo que su espejo interno le refleja y por tanto puede falsear la información que obtiene de sí mismo.

De aquí la necesidad de ORIENTAR a la persona en su propio conocimiento, ayudándola precisamente a evitar, en la medida

³³GEMELLI, op. cit., p. 43.

de lo posible, aquellos errores en los que puede caer, a la vez de poder orientarla hacia el aprovechamiento de las ventajas que la subjetividad representa.

Lo que se pretende en este estudio es justo eso, proporcionar orientación educativa, sin buscar que la persona realice toda una introspección científica, siendo que esta última es competencia de especialistas en la materia.

II.3. Consideraciones educativas del conocimiento de sí mismo.

Como se ha dicho en el primer capítulo, una de las formas educativas externas con que se cuenta para ayudar a que se concreten en el educando las metas generales de la educación es la ORIENTACION.

En la definición sobre Orientación Personal (vid supra p.21), se hace referencia precisamente al conocimiento de sí mismo como medio educativo para ayudar a que la persona se enfrente, asuma y disfrute también su vida al partir de elementos reales y objetivos que va descubriendo al conocerse a sí misma.

Como se recordará se dijo también que el conocimiento de uno mismo, contribuye en el proceso natural de desarrollo de cada persona (vid supra p.26).

En efecto, el mejoramiento personal se ve beneficiado desde el momento en que la persona es capaz de conocer su propia realidad, su valor personal; si reconoce en sí misma cuáles son sus posibilidades y sus límites de desarrollo.

La gran aportación del conocimiento personal no se reduce al mero nivel cognoscitivo; la persona puede paulatinamente llegar a asumir una actitud de crecimiento, de mejora personal al descubrir la riqueza personal que posee.

II.3.1. Aspectos sobresalientes producto del conocimiento de sí mismo

A continuación se analizarán aquellos aspectos que se consideran como sobresalientes desde la perspectiva del desarrollo personal.

Estos aspectos son:

- LA AUTOACEPTACION Y LA AUTOESTIAMA

- LA OBJETIVIDAD

- LA RESPONSABILIDAD

- La autoaceptación y la autoestima

"Aceptarse a sí mismo, es imprescindible para avanzar en el camino de la mejora personal" (33).

El hombre en efecto puede trazarse metas, proyectos de autodesarrollo; sin embargo, mientras el punto de partida: la persona no se considera ni se acepta a sí misma, difícilmente se puede hablar de que en ella se dé una mejora personal.

La autoaceptación, implica un estar conforme consigo mismo, lo cual parece contradictorio a la idea de mejoramiento personal, ya que nada más lejano al desarrollo que el conformismo.

Sin embargo, el estar conforme con lo que uno es, no implica necesariamente ser conformista, por el contrario, quien está realmente conforme con lo que es, lo más probable es que presente la necesidad y el deseo de autodesarrollarse.

El estar conforme consigo mismo, producto del conocimiento de sí implica entre otros aspectos, el aceptar posibilidades y límites propios: físicos, intelectuales, afectivos y sociales; en fin todo aquello que compete a la personalidad del hombre; descubrir el valor que encierra ser uno mismo; con lo cual, la persona puede quedar invitada a reconocer y

33CASTILLO, G., Los adolescentes y sus problemas, p. 56.

estar conforme con desarrollar lo que efectivamente es capaz.

De igual forma puede encauzar o asumir sus límites con una actitud de crecimiento personal; aceptando y por tanto siendo libre frente a aquellos condicionamiento ante los que nada puede hacer por cambiar (vid supra, p. 28). Por otro lado puede reconocer que todo límite hace a la persona salir de sí misma, al aceptar su necesidad de complemento con otros seres humanos.

Por otro lado, y siguiendo con la aceptación de uno sí mismo, se puede hablar del carácter saludable del sentido del humor es decir, aprender a reírse de uno mismo, a no darse tanta importancia en aquello que en realidad no es esencial.

Viktor Frankl dentro de su "análisis existencial", como técnica logoterapéutica para algunos casos de neurosis, utiliza la llamada "intención paradógica". Esta técnica, en pocas palabras busca crear un distanciamiento aunque sea momentáneo entre las personas y el temor, fobia, etc. que la aqueja mediante el humorismo (34).

El carácter saludable del humorismo sin embargo, no se limita a personas que presentan algún trastorno psicológico, de hecho implica un alto grado de seguridad y por tanto de madurez

³⁴cfr FRANKL, E.V., Psicoanálisis y existencialismo op cit. p. 265-267.

personal el saber aceptarse como uno es, y por qué no, divertirse un poco consigo mismo.

Poseer un sano sentido del humor invita a la persona a encauzar aspectos débiles de su personalidad, además de ayudar a que no desgaste tiempo ni energía al enfocar su atención hacia algo que quizá no lo vale tanto pero que puede llegar incluso a esclavizarla.

Simultánea a la autoaceptación, producto de conocimiento de uno mismo, se puede dar la autoestima.

La autoestimación "...supone el sentimiento de adecuación, de dignidad personal, de autoconsideración y autorespeto integrales, incluyendo la comprensión y valoración de la dignidad y exclusividad del yo en calidad de ser humano" (30).

Por una parte, la persona al irse conociendo podrá adecuarse a su propia forma de ser, a su personalidad; en suma, a ser ella misma.

Esto a la vez le puede ayudar a que reconozca su dignidad que brota de su naturaleza humana manifestada de forma personal; con posibilidades y límites propios.

³⁰KELLY, W.A., op cit., p. 483.

El reconocimiento de esta dignidad puede contribuir también a que se de la autoaceptación; el que la persona se comprenda, se quiera a sí misma al reconocerse como valiosa y con posibilidades de desarrollo.

En este sentido, Carl Rogers afirma que "...ser la persona que uno realmente es implica, entre otras características...que el individuo comienza a vivir una relación franca, amistosa e íntima con su propia existencia". (36).

Una existencia con carácter único e irreversible; un considerar y valorar la exclusividad de su yo; el propio ser irreplicable, que por tanto es digno de respeto.

Y como toda realidad humana necesita trascender, ir más allá de uno mismo, tanto las actitudes de autoaceptación así como de autoestima, serán los puntos de partida que fortalezcan la aceptación, apertura y estima hacia los demás.

En la medida en que uno mismo se acepte, se quiera sí mismo y por tanto se respete y se de a respetar, en esa misma medida aceptará estimará y respetará a las demás personas. En palabras de Fromm: "...el respeto por la propia integridad y singularidad, el amor y la comprensión por uno mismo no pueden ser separados del respeto, el amor y la comprensión de otros

36-ROGERS C., El proceso de convertirse en persona. p. 152.

individuos" (27).

El amor por uno mismo es diferente del egoísmo ya que el primero no excluye el amor por los demás sino que por el contrario, ambos se conjuntan.

El egoísmo, en cambio, implica una incapacidad para amar y parte de una pobreza o incluso nulidad de amor por uno mismo. La persona egoísta no sólo no es capaz de amar a otros, sino que tampoco se ama a sí misma; no se acepta, no se respeta ni reconoce su valor humano y personal.

El egoísta se cierra a sí mismo y no puede ver más allá de sus propios intereses, los cuales, lejos de ser intereses de autodesarrollo, de mejora personal, van por el contrario derrumbando a la persona y pueden llegar a provocar en ella un gran vacío que la lleva a ser cada vez más egoísta.

En síntesis: se puede orientar a que la persona, a partir de su propio conocimiento, se reconozca y se acepte tal cual es; que por tanto reconozca sus posibilidades de desarrollo y que sienta la necesidad de actualizarlas; que acepte y asuma sus límites también como parte integral de su ser; que descubra el valor de su ser personal y por tanto se quiera y se respete a sí misma con la capacidad de practicar además

²⁷FROMM E., Ética y psicoanálisis, p.

actitudes de amistad y de sentido del humor consigo misma; y que simultaneo al amor a sí, desarrolle su necesidad y capacidad de trascendencia.

- La objetividad.

La objetividad por su parte "...consiste en el adecuado aprecio de la realidad tanto interior como exterior" (==) lo cual, en términos del conocimiento de sí mismo equivale a ser realista, es decir reconocer las propias posibilidades y limitaciones reales.

Como se ha visto, el conocimiento de uno mismo no escapa de la subjetividad. Es un hecho que al ser uno mismo quien se conoce, al ser al mismo tiempo sujeto y objeto de conocimiento, este último es, en efecto, subjetivo; con la ventaja sin embargo de que nadie mejor que uno mismo para reconocer sus propios estados internos y externos.

Pero entonces, ¿cómo hablar de que la objetividad es un aspecto sobresaliente del conocimiento de uno mismo?

Se habla de objetividad en dos sentidos: el primero, una objetividad presente en el proceso de irse conociendo a sí mismo; y el segundo, es la objetividad que se va logrando como fruto de ese

==ABBGAND, N. Diccionario de filosofía, p. 227

conocimiento, es decir el hecho de conocerse ayuda a que la persona vaya siendo más objetiva en sus propias apreciaciones.

La objetividad será producto de la madurez personal y por tanto se va conquistando a lo largo de la vida.

Y es aquí donde la ORIENTACION aparece una vez más como auxiliar valioso en el crecimiento personal.

La cualidad externa del orientador, de algún modo complementa la apreciación de la realidad interior y exterior que la persona puede tener respecto de sí, imprimiendo en el conocimiento que esta última logra de sí misma, un sello de mayor objetividad.

El orientador debe antes que nada basarse en los datos que proporciona la subjetividad propia del conocimiento personal de su educando, para que en efecto este conocimiento sea real.

El poder ir asumiendo una actitud objetiva respecto de la propia vida por un lado contribuye a que la persona se formule metas dignas y alcanzables según sus posibilidades y su valor como persona. "El hombre no es libre de elegir entre tener o no ideales, pero lo es para elegir entre diferentes clases de ideales" (**); por otra parte, la objetividad puede hacer que la persona reconozca en sus límites oportunidades de realización, ya

**FROMM, E. Ética y psicoanálisis, op cit p. 59.

que muchos de ellos se traducen en necesidades que pueden ser satisfechas, o bien obstáculos cuya posibilidad real para vencerlos contribuye en el crecimiento y desarrollo personal.

El conocimiento real de los propios límites, ayuda además a que la persona ponga los pies en la tierra que sea humilde y reconozca que no todo lo puede por sí sola.

La actitud objetiva producto del conocimiento propio en suma, ayuda a que la persona se valore a sí misma como realmente es, sin infravalorar o sobrevalorar su propio ser, además de invitarla a actuar en congruencia a su valor humano.

- La responsabilidad.

La responsabilidad puede ser concebida como una respuesta libre que compromete a la persona ante algo o alguien.

Dicha respuesta es posible siempre que la persona cuente con las habilidades o facultades para responder; en este sentido, el conocimiento de uno mismo ayuda a que la persona reconozca en sí misma cuáles son sus propias posibilidades de respuesta, es decir, que conozca con base en que puede responder.

La respuesta ha de ser libre. En realidad se puede hablar

de un binomio: libertad-responsabilidad (40). La libertad implica responsabilidad y la responsabilidad se funda sobre una base de libertad.

La persona, al ser consciente de sí, se reconoce como un ser que decide, como un ser capaz de elegir; sin embargo, también se enfrenta con el deber de responder ante sus decisiones, de asumir las consecuencias, de ser el responsable de sus actos, actitudes, etc.

Y en sentido inverso, toda persona es responsable ante algo o alguien si en efecto tuvo libertad al elegir, libertad en la respuesta.

Toda respuesta libre debe llevar a la persona al compromiso; compromiso cuyo valor se funda en el "ante qué" o "ante quién" se responde. El motivo que hace a la persona actuar intensifica o bien disminuye la calidad de su respuesta.

La responsabilidad además crece cuando la persona toma conciencia del sentido particular e irreversible de su existencia (41); así como cuando descubre y siente la necesidad de ir más allá de uno mismo, de trascender.

⁴⁰ cf. FRANKL E.V., Psicoanálisis y Existencialismo op. cit., p. 128-129.
⁴¹ cf. ibidem, p. 116-117.

Es importante recalcar que la responsabilidad no es una característica abstracta, sino que más bien es un hecho real presente en toda acción humana. La responsabilidad se da en el aquí y el ahora, en una persona concreta que se encuentra en una situación determinada.

El conocimiento de sí mismo precisamente ayuda en esa concientización de la persona de su existencia real presente, dentro de un entorno que le afecta de forma directa.

Como se puede observar, tanto la autoestima y la autoaceptación, la objetividad así como la responsabilidad que puede producir el conocimiento de sí mismo, contribuyen a que la persona vaya asumiendo actitudes de mejora.

El que se mencionaran estos cuatro factores, no significa que sean los únicos beneficios que se pueden obtener al conocerse a sí mismo, si bien como se dijo antes se consideran como los más sobresalientes e importantes.

"...la vida no es algo sino más bien una oportunidad para algo" (**); en efecto, la vida de cada ser humano, se presenta como una ocasión, una responsabilidad, una necesidad PARA algo; y ese para qué -entre otras cosas- bien podría traducirse en un buscar hacer de sí misma aquella persona que se puede llegar a

**FABRY, J. La búsqueda de significado. P. 70

ser.

Se puede afirmar que vive más plenamente su personalidad, quien se acepta y actúa conforme lo que es y que lejos de ser conformista, presenta una relación franca, de estima y respeto hacia sí mismo, por lo que busca su propio desarrollo; de hecho, considera su vida como una verdadera responsabilidad.

Con base en el conocimiento de sí mismo la persona puede entonces llegar a asumir actitudes de mejora, de autodesarrollo, formulándose metas alcanzables y dignas y dando así respuesta ante su propia vida.

II.4. Objetivos generales del papel que juega la ORIENTACION en el conocimiento de sí mismo.

Se pueden englobar en cuatro objetivos generales en los que la orientación educativa participa frente a la tarea de conocerse a sí mismo:

La orientación puede ayudar a que la persona:

- Reconozca la necesidad que tiene de conocerse a sí misma.
- Encauce o canalice su atención hacia ciertas áreas

posibles de conocimiento propio.

- Analice los aspectos significativos que va descubriendo de sí misma con una actitud objetiva.

- Busque dirigir su vida con una actitud de crecimiento y compromiso personal con base en una firme jerarquía de valores fundamentada en su naturaleza humana.

En cuanto al primer objetivo, se recordará cómo al estudiar la orientación educativa se hizo hincapié en que esta última ha de basarse en necesidades reales del educando; es decir, la orientación debe buscar que la persona, en un primer momento, reconozca su estado de necesidad frente a algún aspecto que contribuya en la formación de su personalidad.

De aquí que éste sea el primer objetivo de la orientación en el propio conocimiento: ayudar a que la persona reconozca la necesidad que tiene de conocerse; necesidad que se acentúa en una época como la actual en donde "El hombre comienza a vivir provisionalmente sin darse cuenta de lo que pierde con ello" (↔).

Resulta en efecto una pena encontrar personas en una situa-

↔FRANKL E.V., Psicoanálisis y existencialismo, op cit., p. 47.

ción en la que parecen vivir como si no les quedara más remedio, de forma apática, o bien viviendo una existencia polarizada tan sólo en algunos de los aspectos que conforman su existencia, generalmente dirigidos hacia valores materialistas, hedonistas, pragmáticos, etc. reduciendo a una mínima expresión su potencial como ser humano; las metas personales por tanto se ven empobrecidas; la persona difícilmente se acerca a ser quien realmente puede llegar a ser.

Parte de esta problemática existencial del hombre, bien puede deberse a una falta de conocimiento del hombre mismo; del reconocimiento de todo aquello para lo que es capaz; a un desconocimiento de su propio valor así como de su dignidad personal; a una falta de autoaceptación y autoestima, de respeto hacia sí mismo y por tanto hacia el entorno; a un reduccionismo de la propia personalidad; todo esto con la consecuencia del desinterés y falta entusiasmo y de compromiso ante la propia existencia.

El conocimiento de uno mismo, puede dar respuesta a necesidades vitales del ser humano, y si bien por sí solo dicho conocimiento evidentemente no da solución a toda la problemática, si llega a representar un sólido punto de arranque; teniendo la ventaja de que la persona estará en un continuo proceso de conocimiento de sí misma, es decir el punto de partida siempre estará allí, como una constante posibilidad que empuja al

hombre a seguir adelante.

Además, el sólo hecho de que la persona reconozca su estado real de necesidad de conocerse a sí misma, representa ya una aportación educativa que la orientación proporciona para el desarrollo de la personalidad del educando.

Pasando al segundo objetivo, la orientación en efecto puede sugerir áreas de conocimiento personal hacia las cuales la persona orientada dirige su atención.

La orientación en este contexto puede buscar que el educando se percate de algunas de las realidades que lo configuran como persona a saber:

- su existencia; su participación en un acto de ser;
- sus posibilidades y límites como ser humano así como de la etapa evolutiva en la que se encuentra;
- su ser único, personal;
- su ser que trasciende.

En lo que se refiere al tercero y cuarto objetivos, la orientación invita a que la persona no sólo reconozca en sí misma realidades esenciales que la configuran sino a que también analice aquellos aspectos que para ella resultan de especial significado y que lo ayudarán a valorar mejor su condición humana y personal así como a buscar actuar en congruencia.

Como se recordará, la orientación se ha de basar en valores, los cuáles deben ser libremente asumidos por el educando, ya que es así como este último puede identificarse y sentirse efectivamente comprometido ante su propio desarrollo.

De esta manera, el marco de referencia para orientar el análisis del contenido del conocimiento de sí, serán pues los valores, que el educando habrá de asumir libremente para que en efecto se realice el proceso de orientación.

Tomando en cuenta lo anterior, y sin pretender agotar el vasto y complejo terreno que el conocimiento de uno mismo trae consigo, se presentan a continuación algunos aspectos de las realidades humanas mencionadas en el segundo objetivo de la orientación.

- Existencia como ser humano: Es posible orientar a que la persona vaya descubriendo la profundidad que encierra el hecho de existir en el mundo; con una existencia peculiar, con una determinada forma esencial: como SER HUMANO.

En otras palabras, percatarse de la grandeza de existir, pero con una existencia privilegiada al existir como un ser humano.

Todo lo que existe es pero no todo es de la misma forma; existen seres inertes y seres vivos, y dentro de estos últimos también hay diferentes grados de perfección.

- Posibilidades y límites como ser humano: Reconocer la grandeza de existir como ser humano implica reconocer, entre otros aspectos, su característica esencial: la racionalidad, atributo que "imprime" su sello a toda facultad, a toda acción humana.

El ser humano como animal racional, posee facultades espirituales: inteligencia y voluntad que entre otras cosas le permiten conocer y transformar su entorno, ser creativo, elegir sobre su vida; en suma se tiene al hombre como un ser libre: "La raíz metafísica de la libertad es la racionalidad." (44).

Se ha de orientar para que la persona reconozca en su libertad el medio por el que puede conquistar su verdadera personalidad. Una libertad que no sirva para desvincularse sino para comprometerse voluntariamente ante ciertos valores e ideales que lo llevarán a "ser" más plenamente.

Es gracias a su ser racional como el ser humano puede satisfacer su necesidad de trascendencia a través del amor -entendiéndolo como donación de uno mismo a la persona amada, un amor que se dirige libremente al otro amándolo por lo que este último es, un amor que por lo mismo no busca poseer a la otra persona-; necesidad de trascender que también se ve satisfecha a partir de la capacidad que tiene el hombre para asumir, afrontar y encon-

44-ALVEAR, C., Filosofía de la educación, p.

trar sentido en realidades tan humanas como el sufrimiento y la muerte.

El hecho de que el hombre se desenvuelva como un ser que no solo es social, sino que además se sabe social, histórico etc., son aspectos cuya raíz también es la racionalidad.

En suma, el hombre presenta una dimensión espiritual fundamentada en su racionalidad, aspecto que será complementado cuando se hable acerca del ser trascendente del hombre.

El ser humano en efecto, posee ciertas facultades espirituales que al ser de esa naturaleza, no dependen de órgano alguno para existir, aunque sí requieren de órganos para manifestarse, así como de elementos que permitan su expresión.

Es así como ser hombre implica ser en un cuerpo: lo biológico, una dimensión psicológica así como aquella de tipo social.

Estas dimensiones se presentan en el hombre como un proceso bio-psico-social que conforma en el ser humano un todo integral, una unidad radical de aspectos que se va manifestando a partir de las distintas etapas evolutivas del ser humano a saber:

- Período prenatal.

- Infancia.

- Adolescencia.

- Edad adulta o Madurez.

-Vejez o Senectud.

Cada una de estas etapas presenta sus propias Capacidades y limitaciones a lo largo de un proceso de crecimiento y desarrollo personal; este proceso remite a modificaciones cuantitativas y cualitativas, que se manifiestan de un modo continuo, gradual y ordenado, mutuamente interrelacionado, que presenta influencias hereditarias y ambientales y en donde además se dan diferencias individuales que pueden adelantar o retrasar dicho proceso (10).

El hombre pues, sigue un proceso que si bien es común a su especie humana, se manifiesta en él de forma Única e irrepetible.

Resulta importante el que la persona reconozca su propia existencia como ser humano que se va desarrollando en las etapas del ciclo vital; pero es aún más necesario que la persona se vea, se piense, se sienta un ser humano, más aún que actúe como un ser humano concreto, individual; esto es ser uno mismo, persona.

¹⁰ cf. KELLY, W.A., op cit. p. 183-188.

- Su ser único, personal: ser la persona que uno es, ser uno mismo, en suma ser su propia personalidad.

Mucho se ha hablado sobre el tema de la personalidad humana y ciertamente mucho se seguirá hablando; en realidad un tema inagotable, o por lo menos lo será mientras existan hombres y mujeres, ya que cada uno es una personalidad única, irrepetible.

A continuación se hablará sobre algunos rasgos y características globales de la personalidad en el ser humano hacia los que es posible orientar a la persona para que sea ella misma quien vaya descubriendo y definiendo su personalidad.

Se entiende por PERSONALIDAD a la "...suma total de todos los rasgos naturales y adquiridos que posee el individuo...y que exterioriza en su conducta" (**).

Allport por su parte la define como una: "...organización dinámica de aquellos sistemas psicofísicos que determinan su ajuste único al ambiente" (**).

Tomando en cuenta ambas definiciones se dirá que la personalidad

**apud., KELLY, W.A., ibidem. p. 531.

**apud., CLIFFTON, W. et al. Conducta organizacional. p. 97.

abarca:

- factores hereditarios, como pueden ser rasgos físicos y el temperamento.

Las características físicas pueden influir en cierta medida en el desarrollo de la personalidad al ser aspectos integrales de uno mismo. Dentro de la autoaceptación se incluye necesariamente una búsqueda de aceptación a la propia imagen física.

El temperamento por su parte es la base emocional de la personalidad; presenta una connotación química y al estar arraigado en el constitucional biológico es esencialmente hereditario

En otras palabras, el temperamento se refiere a la forma personal de reacción emocional que al ser heredado no es modificable.

El hecho de que el temperamento no pueda ser modificado no significa que la persona sea incapaz de mantener sobre sus reacciones emocionales un equilibrio. Por el contrario, la persona sobre todo a partir del conocimiento de su propio temperamento, puede llegar a descubrir su valiosa fuente emocional y buscar aprovecharla y encauzarla positivamente.

Aceptar y reconocer el propio temperamento representa un gran paso en el conocimiento de uno mismo que repercute en el desarro-

llo personal.

Hablar sobre temperamento abre paso para mencionar algunas consideraciones acerca de los estados afectivos, a saber, sentimientos y emociones.

"Como todo pensamiento y toda acción están coloreados por los estados afectivos, Estos son importantes para el individuo mismo así como para sus relaciones con otros" (4*).

Se puede llegar a afirmar que una vida humana sin sentimientos y emociones no es propiamente vida. Cualquier situación de la vida del hombre provoca en él una reacción afectiva por lo que es necesario que reconozca en sí mismo cuáles son los sentimientos y las emociones que experimenta.

El sentimiento puede ser definido como "...el conocimiento o percepción de lo agradable o desagradable que acompaña los procesos mentales y las acciones corporales. Todo estado consciente tiene su aspecto sentimental que le da color y vida" (4*).

De aquí la importancia que tiene descubrir y aceptar los sentimientos que se presentan en todo momento como expresiones de la propia forma de ser y de percibir la vida.

*KELLY W.A., op cit. p. 159.

**ibidem. p. 160.

Las emociones por su parte se definen como : "...un complejo de sentimientos complicados con sensaciones, imágenes, ideas y tendencias a la acción caracterizados por los cambios fisiológicos o estados corporales de conmoción y dirigidos hacia un objeto o situación específica" (20).

A diferencia de los sentimientos, que se presentan siempre en todo estado mental o físico consciente, las emociones responden a una situación concreta que ha sido aprehendida y que afecta a la persona.

No resulta tan importante conocer a fondo que son sentimientos y emociones como reconocer en uno mismo su presencia, para que así pueda descubrir sus causas e incluso encontrar un equilibrio entre la expresión y el control emocional, ambas manifestaciones necesarias para el óptimo desarrollo de una personalidad firme.

- factores biológicos como el crecimiento físico, el desarrollo sexual biológico, el estado de salud, fatiga física y mental etc. los cuáles, como se ha visto, influyen en la personalidad del individuo.

- aspectos psico-sociales como puede ser el carácter por ejemplo.

²⁰ ibidem, p. 161.

"El carácter se considera como expresión de la personalidad" (21), de aquí la importancia que tiene el poder irlo conociendo.

En el carácter se sintetiza y se integra la forma de ser heredada y adquirida; ésta última, procede de las influencias del medio-educacionales, culturales, ideológicas, socio-económicas, geográficas, políticas e incluso históricas del país en donde la persona se desenvuelve.

A este respecto, Kelly afirma que "La herencia lega la facultad y el medio ambiente la oportunidad pero es la voluntad la que realiza la facultad heredada y utiliza la oportunidad ambiental" (22).

En efecto, la última palabra la tiene la propia persona; la persona libre que puede incluso ir por encima de condicionamientos hereditarios o ambientales severos y salir adelante, o bien lo contrario, personas que en apariencia presentan una riqueza hereditaria y ambiental pero que sin embargo dejan libremente de actuar conforme les permite su realidad.

En este sentido la persona puede modificar su carácter y aplicar

²¹ idem. p. 530.

²² idem. p. 632.

sus posibilidades de elección sobre sí misma.

A partir del carácter se manifiestan también los intereses las aptitudes y aún las actitudes que asume la persona ante su vida.

Resulta por tanto, de gran utilidad que la persona conozca sus intereses, los relacione con sus aptitudes y asuma también una actitud positiva que la motive a actualizar sus potencialidades.

- es individual, integral y dinámica; la personalidad se da en el individuo de aquí que los factores que la constituyen determinan sus ajustes únicos al ambiente, exteriorizados en la conducta.

Las cualidades específicas de la conducta por su parte, se hallan integradas e interrelacionadas en una unidad organizada; es así como la personalidad una vez establecida posee permanencia si bien es dinámica en cuanto a que muchos de los factores que en ella influyen, son adquiridos y por tanto pueden ser modificados.

Parte integral de la personalidad del ser humano es su sexualidad.

El ser humano se manifiesta de dos maneras: la femenina y la masculina.

Resulta común hablar sobre sexualidad humana haciendo tan sólo referencia a su connotación biológica, es decir, se tiende a reducir el plano de la sexualidad al de la genitalidad.

Si bien el impulso sexual forma parte del funcionamiento biológico natural -como el comer y el dormir- la sexualidad humana no se limita al ámbito de los impulsos genitales, ya que aunque estos últimos son siempre sexuales, existen a la vez gran cantidad de fenómenos sexuales que no tienen que ver con lo genital.

La sexualidad como parte integral e integradora de la personalidad se manifiesta además en la conducta humana como expresión de afectos, actitudes o destrezas, facilita la comunicación interpersonal. En fin, ser hombre o mujer, no significa solamente poseer características físicas femeninas o masculinas, sino que implica poseer toda una identidad sexual.

- Ser que trasciende: Se ha dicho hasta ahora cómo cada hombre y mujer por ser únicos e irrepetibles, son una personalidad distinta. Sus ajustes al medio por tanto, al igual que la persona, son exclusivos independientemente de que su personalidad no se encuentre aún firmemente definida.

La persona, al manifestar sus ajustes únicos al medio a través de su conducta, trasciende su mera individualidad. Lo que una

persona haga o deje de realizar repercute no sólo en sí mismo, sino que también afecta a su entorno.

La vida de cada persona es, por tanto, de gran valor y representa para cada individuo una gran responsabilidad el desempeñar en ella su papel único e irrepetible.

Por otra parte, aún los límites de cada ser humano hablan acerca de su necesidad de trascendencia, ya que son las oportunidades que se le presentan para salir de sí y complementarse con su entorno.

El hombre es además un ser que trasciende al estar consciente de su realidad histórica.

De su pasado como el conjunto hechos que si bien no podrán ser vividos nuevamente, siempre quedarán como expresiones de su personalidad hechas realidad. Realidades que pueden ser muy positivas y estimulantes para su desarrollo en el presente y en el futuro, o bien aquellas dolorosas o hasta frustrantes pero que pueden ser asumidas como material que enriquece el presente, buscando aprender de ellas.

Su presente que implica también trascendencia al ser la persona libre para decidir sobre su actuación en cada instante.

El tiempo de vida de cada persona es finito, la muerte es una realidad que compartimos con todo ser vivo. Ninguna persona sabe cuándo llegará su fin si bien puede estar segura de que éste ha de venir tarde o temprano.

La realidad de la muerte como límite temporal radical puede llegar a ser asumida como un factor que posibilite la actuación presente de la persona.

En efecto el individuo puede verse obligado a sacar el mejor provecho de su tiempo limitado de vida, tiempo que objetivamente se reduce a cada momento presente; un tiempo que es único e irrepetible, vivido por una persona con iguales características pero que además tiene la libertad de ser en cada instante más plenamente o bien dejar de aprovechar su existencia.

El que se considere como enriquecedor que la persona viva intensamente cada instante presente no contradice aquella capacidad humana que lo impulsa a ir todavía más allá de su actual -espacial y temporal- realidad presente y proyectarse hacia el futuro.

En realidad el presente va forjando el futuro. Un presente vivido con ilusión motiva grandes ideales y metas. El peligro es vivir de fantasía, vivir un futuro que ni siquiera se puede estar seguro de que llegará, dejando de vivir la realidad que es presente. Los proyectos y las metas requieren antes que nada de una aceptación

y -por lo mismo- un vivir el "aquí y el ahora".

La necesidad de trascendencia del ser humano hace que este último se dé cuenta de que puede aspirar no sólo a sobrevivir (en sentido biológico); de que no solamente puede llegar a sobresalir y ser mejor que los demás, sino que puede ser todavía mejor para los demás. Es decir la persona puede aspirar y realizar valores de sentido -como el amor, la belleza, la justicia, etc. que dan un PARA QUE vivir (vid supra p. 27,28).

Dentro de los valores de sentido que satisfacen la necesidad de trascendencia del ser humano, se encuentra la religiosidad del hombre.

Sin pretender demostrar la existencia de un ser superior, Dios, -que no es el caso de este trabajo- se ve necesario mencionar esta relación que afecta al ser humano de forma radical: desde un punto de vista del realismo, uno se puede percibir a sí mismo como incluido en una cierta totalidad llamada realidad exterior la cuál a su vez está incluida en otra que no es sensiblemente dada y así llegar a una "...totalidad total más allá de la cuál no haya nada" es decir Dios o Ser (23).

Así como Binswanger cataloga la religión como una de las neurósisis de la humanidad, Maslow considera anormal o enferma a una persona

²³CARDONA, op cit., p. 75

que no se interese por los problemas religiosos; de hecho, descubrió que toda persona puede tener, con distinta intensidad, experiencias trascendentales de naturaleza religiosa, aunque en algunos casos reprimidas por ser consideradas como síntomas de enfermedad, o por influencias culturales, etc. (22).

La realidad de lo sobrehumano existe independientemente de que ésta sea o no accesible por medio de la investigación científica; existe sin importar cuántas personas creen o dejen de creer en ella (23). El psiquiatra Viktor Frankl explica esta realidad de lo religioso en el ser humano (ver anexo I) afirmando que ... "es una realidad en el sentido empírico más estricto; realidad que también puede permanecer o hacerse inconsciente e igualmente ser reprimida" (24).

Si se ha venido insistiendo en la necesidad de tener una visión integral del ser humano para poder en verdad orientarlo en su propio conocimiento, es esencial por tanto no pasar por alto esta realidad humana que habla de la religiosidad del hombre.

Es importante tomar en cuenta que una de las bases para educar es el respeto; respetar modos de ser y de pensar, pero sobre todo respetar la naturaleza humana. Por tanto no se puede hablar de una educación integral, si las acciones educativas no respetan el

22 cfr. FABRY, J., La búsqueda de significado, p. 221-225.

23 ibidem, p. 227-228

24 FRANKL, E.V., La presencia ignorada de Dios, p. 76.

ser total del hombre. Es por tanto necesario que la orientación en este caso a través del conocimiento de sí- descubra esta relación real de la persona con Dios.

A este respecto el psicólogo Luis Jorge González afirma que es necesario que el terapeuta, educador o cualquier otra persona no sólo se limite a reconocer las enormes posibilidades que todo individuo posee para lograr su crecimiento personal, sino que también reconozca que presenta potencialidades para "...la autotrascendencia en el contacto e identificación con los valores espirituales." (27).

No se trata de imponer ideas, sino más bien hacer consciente a la persona de esta relación real que envuelve su existencia; relación por la que, en suma, ella misma puede existir.

Como se puede observar, el análisis de los objetivos de la orientación en el conocimiento de sí, no buscó ser exhaustivo sino más bien representativo; intentando proponer ideas generales que servirán como base para encauzar y orientar el conocimiento personal del educando.

CAPITULO III.

²⁷CEVHAC, AUTORES VARIOS. op. cit. p. 117

CAPITULO III.

LA ADOLESCENCIA

III.1. La adolescencia: etapa rica en posibilidades.	73
3.2. Definición de adolescencia.	78
III.3. Esquematización de características de la adolescencia.	
III.3.1. Preadolescencia.	87
III.3.2. Adolescencia Media.	93
III.3.2. Adolescencia Final.	102

CAPITULO III. LA ADOLESCENCIA.

III.1. La adolescencia: etapa rica en posibilidades.

En el capítulo anterior se vió la necesidad del hombre por descubrirse a sí mismo con la dignidad que representa su ser humano y personal.

Hablar de dignidad humana, entre otros aspectos, hace referencia por tanto, al valor que toda persona tiene por el hecho de ser ella misma, de existir como un ser humano -hombre o mujer con características únicas que lo distinguen de entre toda la humanidad.

En otras palabras, el carácter humano y único de cada persona le revisten de un valor y por tanto de una dignidad especial.

De aquí el importante papel que por lo mismo representan las etapas de desarrollo por las que el ser humano pasa a lo largo de su vida ya que es a partir de ellas como cada persona va actualizando sus propias capacidades.

Cada etapa, junto con sus distintas subetapas, si bien presenta una serie de limitaciones características que hacen referencia a la limitación propia de todo ser humano, encierran también una gran cantidad de posibilidades que facilitan el proceso de "humanización" (vid supra p.8).

Cada etapa, con sus características de crecimiento y desarrollo corporal, con su especial maduración psíquica y su desenvolvimiento social ha de ser vivida en su momento para así aprovechar la riqueza que cada edad conlleva; riqueza que es indispensable para la formación firme e íntegra de la personalidad.

En el presente capítulo se hablará sobre una de las etapas del crecimiento y desarrollo del ser humano que presenta gran polémica: LA ADOLESCENCIA, sobre la cuál se dan una gran diversidad de opiniones.

En el lenguaje común por ejemplo, se suele hablar de este período como de una "edad problema"; problemática tanto para quien convive con adolescentes así como para el joven mismo que vive esta etapa.

Sin embargo, el aspecto problemático que cualquier edad presenta y que quizá sea más evidente durante la adolescencia, no puede definir por sí solo todo el período.

De hecho, algunos de los considerados aspectos-problema en la adolescencia, son en parte la fuente de sus posibilidades. La rebeldía, la necesidad de autoafirmación, etc. presentes en casi todo adolescente y cuyas manifestaciones, en ocasiones, se

producen a partir de conductas hostiles o de indiferencia que incluso llegan a perturbar aun al propio joven que las experimenta, pueden representar cualidades positivas y de crecimiento personal si se les da una buena ORIENTACION y se les encauza adecuadamente.

En general la adolescencia es una etapa que requiere una fuerte dosis de orientación, debido a sus bruscos y radicales cambios que provocan dificultad en la adaptación del joven tanto consigo mismo así como con una sociedad que es también compleja y contrastante.

Resulta difícil para la juventud de hoy el paso de la infancia, donde las responsabilidades son mínimas y la dependencia máxima, hacia la edad adulta, que le exige precisamente lo contrario, si bien, paradójicamente, vive esta última como una sociedad dependiente y que rehuye al compromiso.

Todo esto puede llegar a provocar que la adolescencia se prolongue; por un lado, dada la dificultad que implica penetrar en un mundo adulto. Por otra parte se tiene por lo general una juventud insegura; es el mismo joven quien se detiene o retrocede ya que muchas veces no ha tenido la oportunidad de reconocerse a sí mismo como una persona capaz de promover mejoras en su sociedad o bien con la facultad necesaria de adaptación para hacer frente a las responsabilidades que la vida le presenta.

El joven en estas circunstancias se puede cuestionar respecto de qué hay que hacer, o mejor dicho de quién hay que ser a lo largo de este periodo en donde "...lo mismo se es místico que materialista recalcitrante, puro hasta la exageración que inmoral o amoral transitorio (o definitivo, si el ambiente coadyuva a su persistencia) caritativo que avaro, sincero que hipócrita, amable que rudo, amigo fiel que miserable, bondadoso que cruel" (**).

En pocas palabras, se llega a presentar, con distinta intensidad, una crisis casi general de IDENTIDAD en el joven.

La identidad del yo (de la cual se hablará más ampliamente en el próximo capítulo) no es una característica exclusiva de la adolescencia, sino que está presente en todas las demás etapas: "...el proceso de identidad en el sujeto va asumiendo características especiales en cada estadio del ciclo vital, y se denomina crisis al cambio que la identidad sufre, pero crisis no como quiebre sino como crecimiento" (*).

En efecto no es un rompimiento con lo que se era anteriormente. La persona es la misma, el cambio que la identidad sufre es inherente al proceso de crecimiento y desarrollo de

**MANDRIGAL, LL. A. Los niños son así. P.

* BORDUEZ, M. Curso Transcongreso: La intervención del T.S.P. - frente a la crisis del adolescente

cada ser humano, sólo que al llegar a la adolescencia "asume características especiales" como resultado de cambios también especiales, bruscos y radicales que se producen en un tiempo relativamente corto; pero sobre todo, es a partir de estos cambios como la persona deberá ir definiendo más claramente quién es, así como decidir de qué forma va a aprovechar y vivir su propia vida.

De aquí que la adolescencia sea una etapa tan importante ya que comienza el joven a tener la posibilidad de asumir su propia vida, de afrontarla según su forma de ser personal, según su propia personalidad, por lo cual resulta indispensable que vaya formando ésta última de una manera cada vez más firme.

Es en la adolescencia cuando uno se experimenta a sí mismo por primera vez como un ser libre, tanto de pensamiento como de acción, que comienza a enfrentarse ante la disyuntiva de elegir entre, en efecto, ser libre y por tanto responsable y comprometido ante su propia vida, de aprovechar el dinamismo y la vitalidad, el idealismo la creatividad tan propias de esta etapa; o bien, buscar la independencia, el conformismo o el libertinaje, desaprovechando, desgraciadamente, no sólo las grandes posibilidades de su etapa adolescente, sino su vida misma.

Es en verdad una pena comprobar que existen muchos jóvenes

en esta última situación, -sin importar estrato socio-económico o bien condicionamientos de cualquier otra índole, que no han tenido la oportunidad de contar con alguien que los oriente, que les haga ver un panorama más amplio, positivo y valioso del que seguramente están experimentando.

La necesidad de orientación en la adolescencia por tanto, es capital. Y si como se ha dicho, para orientar es necesario tener conocimiento del educando, a continuación se presenta una descripción global del período adolescente, comenzando por definir el período y posteriormente esquematizando algunas características básicas que conforman el período en sus distintas etapas así como acciones de tipo educativo que pueden servir como guía para orientar a jóvenes adolescentes.

III.2. Definición de ADOLESCENCIA

Para ofrecer un concepto claro sobre la adolescencia, se presentan a continuación algunas descripciones o definiciones que se han hecho sobre este período para finalmente proponer la definición que sirve como marco de este trabajo.

Spranger afirma que "Realmente presenta esta época de la vida, más que ninguna otra, el aspecto de un período, de una transi-

ción sin estado fijo" (**).

La adolescencia en este contexto aparece como una etapa en la que se producen una serie de cambios indefinidos, sin que se reconozca claramente el sentido de los mismos.

Existen evidentemente características comunes en el adolescente de toda época y civilización, sin embargo, el aspecto problemático al que hace referencia Spranger es quizá uno de los más frecuentes en adolescentes de sociedades occidentales (*); sociedades complejas en donde muchas veces el desarrollo tecnológico y científico no va acompañado por el desarrollo humano; sociedades en donde se da un cambio acelerado que tampoco parece presentar un "estado fijo".

El adolescente parece no tener una forma de ser concreta ni mucho menos contar con una finalidad específica que alcanzar.

Kelly por su parte habla de que la adolescencia "...supone un gradual y complejo proceso de crecimiento y desarrollo en donde las características del niño son reemplazadas por las del adulto" (3).

**SPRANGER, Psicología de la edad juvenil, p. 52.

(*) Algunos autores afirman que en sociedades "primitivas" se presenta una "adolescencia ceremonial"; el periodo de transición de una persona joven a la edad adulta -dicen- se realiza a través de ciertos ritos de iniciación con los cuáles el joven es considerado adulto, con sus respectivos derechos y obligaciones.

Si bien en esta definición se descubre el difícil proceso por el que ha de pasar todo adolescente, aún no parece claro el papel que ha de desempeñar el joven durante la etapa misma y mucho menos aparece atractiva por sí sola la finalidad: un cambio de características.

Para Oliveros Otero, "La adolescencia no es más que una etapa de la vida humana (con varias subetapas) en la que se crece más aprisa en todo... y en la que se pone más de relieve la dificultad de crecer" (*1).

Hablar de la adolescencia como "una etapa más de la vida humana", indica lo normal o común que es este período -con todo y sus aspectos problemáticos-. Además de hacer referencia a distintas etapas en donde se van a producir los cambios, reconociendo que estos últimos no serán del todo fáciles para el joven.

Freud "...explicó el desarrollo humano en términos de la sexualidad, y consideró que el proceso central de la adolescencia es la subordinación de las zonas herógenas pregenitales y la zona genital y la adquisición de objetos sexuales fuera del núcleo familiar diferentes según el género" (*2).

*1 OLIVEROS F. O. La libertad en la familia, p. 74-75.

*2 FREUD, S. citado por UNAM Cuaderno de psicología médica psiquiátrica. Adolescencia, p. 2.

Ya fue mencionado en el capítulo anterior lo incompleto y limitante que resulta hablar de toda una etapa del desarrollo humano poniendo énfasis tan solo en uno de sus aspectos además de lo reducido que es destacar solamente el aspecto biológico de la sexualidad humana.

Entre los cambios que presenta el adolescente se encuentran aquellos de índole físico y funcional o fisiológico, los cuales incluyen a la sexualidad en su dimensión biológica. La sexualidad en efecto juega un papel importante en la adolescencia mas no único.

Las modificaciones en el nivel psicológico y social -que son también dimensiones de la sexualidad- se presentan con igual fuerza que los cambios biológicos conformando una unidad en el hombre, y por tanto, deben ser tomados en cuenta con su valor integral.

Bauer por su parte, "encuentra el significado profundo de la adolescencia en el conflicto entre el yo y el mundo" (23).

Quizá la dificultad de crecer, la falta de estado fijo, la complejidad del período, etc. tienen parte de su razón de ser al presentarse en la adolescencia dos preguntas vitales: ¿quién

²³apud., CARNEIRO, L. La adolescencia: sus problemas y su educación
p.26

soy? y ¿qué relación tengo con el mundo? En suma, Bauer hace referencia a la IDENTIDAD DEL YO en el adolescente.

A partir de este breve análisis realizado, se presenta a continuación el concepto de adolescencia en el que se fundamenta esta investigación:

LA ADOLESCENCIA ES UNA ETAPA NORMAL DE LA VIDA DEL SER HUMANO, QUE SE SITUA ENTRE LA INFANCIA Y LA EDAD ADULTA, DONDE OCURREN UNA SERIE DE TRANSFORMACIONES ESPECIALES -COMO CONTINUACION DE LA ETAPA ANTERIOR Y PREPARACION PARA LA SIGUIENTE- EN LAS DIMENSIONES BIOLÓGICAS, PSICOLÓGICAS, SOCIALES Y ESPIRITUALES, A LO LARGO DE LA CUAL SE VA FORMANDO DE MANERA MAS FIRME LA PERSONALIDAD.

La "normalidad" de esta etapa se refiere precisamente a que es una "etapa más" en el desarrollo humano -como señala Otero- (vid supra, p.80) que además presenta posibilidades y límites al igual que cualquier otro período, y que por lo mismo no se ve excluida de aspectos problemáticos; en realidad muchos de estos aspectos son parte de lo normal y hasta necesario para el desarrollo de la personalidad del joven adolescente.

Afirmar que la adolescencia es una edad intermedia entre la infancia y la edad adulta hace referencia, por un lado a su

ubicación dentro del ciclo vital, y por el otro, a una de sus finalidades: convertirse en adulto -lo cual no debe entenderse tan sólo como dejar de ser niño-.

Dichos cambios, si bien como se dijo son bruscos, son también parte de un proceso que por lo mismo tiene un antecedente que es la infancia, es decir: es una continuación de la etapa anterior, a la vez que son una preparación para la etapa subsiguiente.

Según la descripción planteada, a lo largo de dicha etapa, se va formando de manera más firme la personalidad. Varios autores coinciden en una serie de tareas a las que el adolescente puede y debe enfrentarse y con las cuales va siendo considerado "adulto".

Estas tareas son:

- Lograr relaciones nuevas y más maduras con sus compañeros de edad de ambos sexos.
- Asumir un papel social masculino o femenino.
- Aceptar su aspecto físico así como ejercitar de manera eficaz su cuerpo.

- Alcanzar una independencia emocional de los padres y otros adultos.
- Prepararse para el matrimonio y la vida familiar.
- Desarrollar las capacidades, intereses y los principios necesarios para la vida ciudadana.
- Desear y lograr una conducta socialmente aceptable.
- Adquirir una norma de valores y un sistema ético para guiar su conducta.

Si bien, como se dijo antes, el cumplimiento de cada una de las tareas llevará al joven a formar parte de la vida adulta, en este trabajo se incite en que no es ésta propiamente la finalidad de la adolescencia, sino más bien uno de los efectos de la finalidad misma que es : ir formando de manera más firme su personalidad.

En realidad, para el logro efectivo de cada una de las tareas se requiere del sello personal, es decir del desarrollo de la propia personalidad; y la adolescencia es precisamente la etapa en la que éste desarrollo se puede ir haciendo cada vez más firme.

Con la formación de una personalidad firme y sana, se

puede considerarse como "madura" a la persona, o si se quiere "adulta"; con la peculiaridad de ser ella misma, es decir, según su propia forma de ser.

III.3. Esquemización de las etapas de la adolescencia

A continuación se presenta en forma breve y esquemática algunas características bio-psico-sociales de la adolescencia (*)

Si bien resulta difícil hacer una división tajante de estas tres esferas de desarrollo que en la realidad están unidas, para efectos de estudio se analizará cada una por separado tomando en consideración la interacción e interdependencia que presentan.

También es importante recordar que las influencias ambientales así como las diferencias individuales pueden adelantar o retrasar el proceso de crecimiento y desarrollo personal.

(*) La información del inciso, hace referencia a los siguientes textos:

cfr. LEVI, E. Encuentros con Cristo:
13 años, La gracia p. 3-12
14 años, La adolescencia p. 5-14
15 años, El amor p. 3-14
17 años, compromiso p. 5-11
18 años, Rocas p. 3-6

cfr. CASTILLO G. Los adolescentes y sus problemas, p. 27-132.
cfr. MCKINNEY, op. Cit. p. 30-48.
cfr. GANTUZ, V. Educación sexual para niños y jóvenes p. 77
cfr. KELLY, W.A. op. Cit.

El esquema que se propone no pretende profundizar en todas las características que conforman la adolescencia; se presentan únicamente aquellas características comunes y típicas con la finalidad de proporcionar una visión global del período adolescente.

El esquema comprende:

- Una breve descripción de cada una de las subetapas de la adolescencia.

- * Las edades correspondientes a cada subetapa.

- * Algunas características de índole biológico que sobresalen en cada una de ellas.

- * Características psicológicas, que incluyen:

- + Aspectos cognoscitivos

- + Identidad del yo

- + Aspectos emocionales

- + Actitudes

- * Características sociales, en donde se describen algunos rasgos característicos del desenvolvimiento social que sigue el adolescente en cada subetapa.

- * Acciones educativas: en donde se hacen algunas observaciones y sugerencias de tipo educativo que pueden ser practicadas en jóvenes adolescentes.

III.3.1. Preadolescencia

- Período de maduración anatómico-fisiológico en el que se ponen las bases para la transformación del organismo infantil en adulto. Los cambios al ser tan bruscos llegan en ocasiones a repercutir en el desarrollo psíquico del joven.

* Edades:

-niñas: 10-12 años.

-niños: 12 ó 13 años.

* Características BIOLÓGICAS

-Inicia el crecimiento físico brusco y acelerado. Dicho crecimiento se da diferente en cada órgano, lo cual provoca que el chico o la joven se vean desproporcionados en su figura corporal.

-Se produce la hormona gonadotrópica provocando el crecimiento y desarrollo de las gónadas de niños y niñas.

-La producción de células germinales y hormonas provocan cambios sexuales en el crecimiento y desarrollo de los órganos genitales y en las características sexuales secundarias.

* Características PSICOLÓGICAS

+ Aspectos cognoscitivos

-Inicio del pensamiento operacional formal.

-Presentan aún poca riqueza en el análisis y síntesis así como en su capacidad de reflexión.

-Inicio de la capacidad para el establecimiento de metas, aunque la visión a futuro todavía no es el rasgo más característico.

-Su vida mental se ve fuertemente influida por sentimientos, y emociones.

+ Identidad del yo

-Nacimiento de forma lenta y costosa de la intimidad.

-Comienza el sentimiento y despertar del propio yo.

-Se tiene un mayor sentido del propio cuerpo si bien todavía no existe mucha comprensión de los propios cambios anatómicos fisiológicos.

-Presentan poca consciencia de las diferencias individuales; existe gran preocupación por verse como los demás.

+ Aspectos emocionales

-Es una etapa de predominio emocional, de intensa vida afectiva manifestada hacia afuera.

-Presentan sentimientos ambigüos, la mayor parte de las veces como resultado del poco conocimiento de sus cambios físicos.

-Algunos ejemplos característicos de sus diversos estados afectivos son: la ira, el temor a lo desconocido, el sensualismo, la sensibilidad exagerada, la inseguridad, la ternura, la agresividad, la alegría, la tristeza.

-Existe disociación entre el impulso sexual y el sentimiento amoroso.

* Actitudes

Comportamientos:

-Presentan comportamientos que reflejan de forma externa la afirmación interna, p.e. la obstinación, espíritu de independencia, deseo de llamar la atención, rebeldía, etc.

-Tienden a la fantasía, a la ensoñación, en la que en ocasiones refugian su inseguridad e inestabilidad.

-Son dinámicos, entusiastas y tienen gran vitalidad, sobre todo para aquello que les interesa.

Intereses:

-Dada su gran sensibilidad y poder imaginativo, se sienten más atraídos por aspectos de la experiencia; presentan poca curiosidad intelectual.

-Son poco constantes en sus intereses, les gusta el cambio.

-Les gusta dibujar, hacer cuentos y relatos.

-Prefieren actividades que impliquen trabajo en grupo o equipos.

-Les entusiasma la competencia.

-Les atrae la idea de coleccionar e intercambiar objetos.

-Se inclinan por ambientes naturales, gustan de los animales.

-Inicia el gusto por asistir a fiestas de baile.

* Características SOCIALES

-Tienen necesidad de pertenecer al grupo de compañeros, con lo que se satisface también la necesidad de identificación.

-Presentan aún poca profundidad en sus relaciones interpersonales.

-Se da un conformismo al grupo -producto también de su necesidad de identificación-.

-Se presentan dificultades para el adulto en la convivencia con jóvenes preadolescentes.

* ACCION EDUCATIVA EN LA PREADOLESCENCIA

-Necesidad de una orientación comprensiva para lo cual es necesario que el educador esté atento a sus sentimientos, valores, actitudes, aspiraciones, así como tomar en cuenta los cambios fisiológicos por los que está pasando.

-Evitar el tipo de autoridad arbitraria; ser flexibles pero manteniendo la disciplina.

-Orientarlos en su propio conocimiento; explicarles los cambios que están sufriendo y el porqué de los mismos.

-Ayudarlos para que empiecen a conocer sus posibilidades y limitaciones. Que reconozcan sus diferencias individuales.

-Fomentar su experiencia vital, ponerlos en contacto con distintas realidades y puntos de vista a partir de hechos y casos concretos.

-Ayudarlos en el análisis y síntesis.

-Proporcionarles explicaciones claras, lógicas y esquemáticas; exponer metas y señalarles caminos concretos para alcanzarlas.

-Auxiliarlos en la adquisición de métodos y/o técnicas de estudio apropiadas a sus necesidades.

-Tomar en cuenta al grupo de compañeros como punto de acercamiento al adolescente.

-Fomentar el respeto la flexibilidad y la idea de enriquecimiento en las relaciones sociales.

-Orientar un buen uso del tiempo libre proponiendo actividades que les permitan estar ocupados y activos.

-Proporcionarles las formas estructuradas que requieren con un margen pequeño de libertad tomando en cuenta que esta última aún se ve condicionada a su falta de profundidad y riqueza de pensamiento.

-Favorecer el desarrollo de su capacidad de elección dándoles oportunidades en las que puedan tomar decisiones, siempre ayudándoles a ponderar adecuadamente las alternativas a que aprendan a ser consecuentes con sus elecciones.

En síntesis, "...un buen educador de esta edad, es alguien que sabe motivar, organizar y exigir, y que está atento a dar oportunidades para usar la libertad como un arma que se enseña a manejar, pero que no se deja en manos inexpertas." (**).

III.3.2. Adolescencia media

- En esta edad se suele producir una crisis interna o de personalidad; se presenta un predominio volitivo.

* Edades:

-niñas: 13-14 a 16 años.

-niños: 14 a 16-17 años.

**LEVY, E. 13 años, op cit. p. 7.

*Características biológicas

-Continúa la maduración anatómica fisiológica pero no como rasgo predominante.

-Disminuye el ritmo de crecimiento físico, sobre todo en las jóvenes.

-Se da una recuperación paulatina del dominio de movimientos, al adquirir proporciones más estables.

* Características PSICOLÓGICAS

+ Desarrollo del pensamiento

-Se incrementa la capacidad del pensamiento operacional formal.

-Inicia la capacidad de reflexión.

-Aumentan sus posibilidades de abstracción.

-Se incrementa el sentido crítico si bien aún le falta objetividad y realismo en sus juicios y pensamientos.

-Formulan respuestas breves y concisas, aparentemente poco profundas..

-Presentan gran imaginación, disminuye su capacidad de concen-

tración.

-Disminuye notablemente la motivación hacia el estudio sobre todo en materias demasiado teóricas.

+ Identidad del yo

-Se presenta el despertar de la introspección así como el descubrimiento consciente del yo; el joven comienza a profundizar sobre sí mismo.

-Comienzan a entrar en conflicto consigo mismos, se interrogan respecto de sus cambios; entran en conflicto de valores.

-Están más conscientes de su cuerpo, les preocupa su apariencia física presentando ante ella sentimientos de gusto, desagrado o bien de inseguridad.

-Se da una mayor necesidad de autoafirmación; hay un predominio volitivo.

-A partir de los 15 años se inicia un nuevo interés por su identidad así como por sus ideales; comienzan de forma lenta a comprender y a realizar el propio yo.

-Aspectos emocionales

-Sus ideas continúan condicionadas a su intensa e incrementada vida afectiva, predominando -como se dijo- la voluntad.

-Continúa la dificultad para encauzar y asumir sus estados afectivos dado que persiste el oleaje de inestabilidad emocional.

-En las jóvenes es más notoria su efervescencia afectiva, sus sentimientos son más intensos y cambiantes.

-Tienden a sentirse incomprendidos. En ocasiones se infra o sobre valoran a sí mismos.

+ Aspectos actitudinales

Comportamientos

-Se vuelven más introvertidos.

-En algunos jóvenes se presenta de manera notoria la timidez; la opinión ajena les importa en exceso.

-Presentan actitudes de autoafirmación tales como: la obstinación, terquedad, afán de contradecir, agresividad, gusto por lucirse y llamar la atención etc.

-Tienden al dogmatismo dada su falta de objetividad.

-Se presenta con mayor frecuencia la rebeldía y la inconformidad; o bien, comportamientos ambiguos como la aceptación o el conformismo.

-En general son poco constantes, su actividad es dispersa.

-Al estar a menudo centrados en ellos mismos, pueden presentar actitudes hurañas con las que aparenten falta de consideración hacia otras personas; si bien, cuando se sienten tomados en cuenta y queridos, manifiestan comportamientos abiertos, cariñosos y atentos.

-En muchas ocasiones sus comportamientos y actitudes muestran su necesidad por llamar la atención.

-Comienzan a dudar respecto de la autoridad adulta, como resultado del despertar de su sentido crítico así como de su necesidad por autoafirmarse.

-Intereses

-Presentan ahora un mayor interés por su mundo interno que por el exterior.

-Comienzan a interesarse por sus cualidades y defectos.

-Les gusta llamar la atención a través de su forma de vestir, de sus peinados, de la música, de su aparente desinterés por las cosas etc.

-Les gusta ser reconocidos, les atrae la competencia.

-Aumenta el interés por el otro sexo, presentando las jóvenes un adelanto en cuanto a la madurez de actitudes hacia el sexo masculino.

-Son alegres, entusiastas, les gusta reír, alborotar.

-Tienen necesidad de movimiento.

-En ocasiones buscan estar solos.

* Características SOCIALES

-Al inicio de esta subetapa las relaciones sociales están marcadas por la inestabilidad.

-La amistad va dando un lento cambio; de aquella grupal pasa paulatinamente a la elección de uno o dos amigos íntimos.

-La amistad es aún un medio de identificación así como de transmisión de sentimientos de seguridad.

-Buscan también identificarse a través de la formación de ídolos o héroes (p.e. artistas famosos, atletas, familiares, amigos, etc.).

Les gusta asistir a reuniones sociales, fiestas de baile, etc.

-A partir de los 15 años comienza a despertar su preocupación y sentido social.

* ACCION EDUCATIVA EN LA ADOLESCENCIA MEDIA

-Comprensión, cariño, flexibilidad y disciplina, seguirán siendo características esenciales para orientar jóvenes en estas edades, habrá de buscarse un equilibrio entre autoridad y amistad, cercanía y respeto.

Es necesario, por tanto, que el educador se logre adaptar a sus distintos y cambiantes estados de ánimo.

Asimismo, toda actividad que se realice tendrá que adecuarse a su inestabilidad característica; es decir, que las actividades sean dinámicas, variadas, pero encauzadas a formar el hábito de la constancia y la dedicación.

Es importante que el joven sienta cercano a su educador, que éste le infunda seguridad confianza y respeto.

Resulta más significativo para el joven sentirse comprendido, que escuchar grandes discursos.

-Aprovechar el desarrollo del pensamiento formal para poder ir venciendo el dogmatismo, proponiéndole razonamientos lógicos; remitirlos a datos, a investigaciones, que amplíen puntos de vista, etc.

-Es necesario encauzar el desarrollo del sentido crítico para que no caiga en un simple "criticismo" sino que por el contrario, aproveche su nueva capacidad en miras al logro de su madurez personal.

-Despertar en ellos su curiosidad intelectual así como su capacidad para discernir.

-Ayudarlos en el reconocimiento y la aceptación de sus sentimientos y emociones.

-Cimentar la formación de la voluntad a partir de la orientación en los valores; ayudarlos a que comiencen a ser consecuentes con sus propias decisiones; así mismo buscar que se formulen y perseveren en sus ideales.

-Prepararlos para el compromiso, que no se dará como tal sino hasta la siguiente etapa.

-Encauzar su timidez para que no sea un obstáculo en su madurez afectiva ni los aisle de los demás. Buscar acciones y fomentar sentimientos que los ayuden a alimentar su autoestima y auto-aceptación.

-Aprovechar la fuerza del descubrimiento del yo para encauzar su propio conocimiento.

-Tomar en cuenta su nueva capacidad para comprender, valorar y juzgar tanto a su entorno como a sí mismo.

-Proponerles figuras -como personalidades de la historia, atletas, artistas- con las que pueda identificarse y reconocer valores; cuidando siempre que no busquen fusionar su propia forma de ser con personalidades ajenas.

-Mostrarles el valor de la competencia.

-Ayudarlos a canalizar su exceso de energía así como a ejercitar y desarrollar su cuerpo, mediante actividades deportivas.

-Comenzar a enfrentarlos de manera dosificada ante el problema

social.

-Finalmente, buscar que toda ayuda educativa se dé en colaboración con el adolescente; poner medios para que él haga por sí mismo, según sus posibilidades y evitar toda influencia excesiva o innecesaria.

III.3.3. Adolescencia final

-Etapa en la que se va recuperando el equilibrio perdido en la fase anterior; se inicia la toma de decisiones vitales; se da un predominio intelectual.

* Edades

-De los 17 a los 21 años.

* Características BIOLÓGICAS

-En la mayoría de los jóvenes se ha completado la maduración anatómico-fisiológica; de aquí que entre otras cosas frene el aumento de estatura sobre todo en las mujeres, ellos continúan su crecimiento físico hasta los 20 años más o menos.

-Por lo general las características sexuales primarias y secundarias presentan un crecimiento y desarrollo maduros.

* Características PSICOLÓGICAS

+ Desarrollo del pensamiento

-Por lo general, las aptitudes mentales han quedado definidas en la fase anterior, sin embargo, a partir de ahora, se observa una mayor profundización y seguridad de pensamiento.

-Se incrementa su capacidad de análisis y síntesis.

-Si bien son más objetivos y realistas, continúan aún condicionados por prejuicios y opciones personales.

-Se incrementa su capacidad de reflexión; se van estableciendo las bases para la formación de un criterio propio.

+ Identidad del yo

-Tienen mayor capacidad para reconocer sus potencialidades y limitaciones; si bien existe el riesgo muy común de que se lleguen a infravalorar -debido a su todavía persistente inestabilidad, a la falta de experiencias, etc.- o bien, que sobrevaloren su propio ser -dadas las mismas capacidades que acompañan a esta etapa-.

-No se encuentran ahora tan centrados en su "yo" como en la relación de su yo con el mundo.

+ Estados afectivos

-Se suele recobrar el equilibrio que se había perdido en la fase anterior.

-Se observa una mayor capacidad de autodominio en su pensamiento al no estar tan perturbados afectivamente.

-A pesar de su relativa madurez en el terreno emocional, no se excluye el que se sigan presentando oscilaciones en sus estados afectivos.

-Tienden a irritarse menos que en la etapa anterior.

-Generalmente se va superando la timidez.

-Suelen apasionarse ante determinados valores o ideales.

-Existe una mayor integración entre el instinto sexual y el sentimiento amoroso en las relaciones con el otro sexo.

-Aspectos actitudinales

Comportamientos

-Existe ya una conciencia de responsabilidad.

- Se cuestionan ante compromisos vitales, si bien apenas comienza a esclarecerse la idea respecto de sí mismos en la perspectiva de los años venideros.

-Se vuelven más generosos, son alegres y su conducta es más serena.

-Suelen presentar crisis de valores; es ocasiones se inclinan por aquellos de índole material. Les llama la atención la autenticidad y la coherencia.

- Intereses

-Se van diferenciando más claramente las aptitudes; unido a esto aparecen los intereses profesionales.

-Se presenta un predominio intelectual y por tanto sus intereses giran en torno a este ámbito. En ocasiones se pierden en elucubraciones filosóficas.

-Se interesan por todo aquello que puede ser demostrado, tienden al pragmatismo y en ocasiones son muy materialistas.

-Les gusta pensar, hablar, discutir, analizar, sintetizar.

-Prefieren la actividad, el dinamismo.

-Comienzan a tener ideales más concretos y singulares.

-Muchos presentan deseos de mejora, de superación personal.

* Características SOCIALES

-Presentan mayor facilidad y disponibilidad para relacionarse con su entorno.

-Tienen mayor capacidad de extroversión.

-Tienden a ser más corteses en el medio social, pero en su hogar siguen dejando salir su descontrol adolescente.

-Existe un interés más profundo por jóvenes del otro sexo.

-Se dan casos en los que se presentan relaciones sexuales, siendo que lo que se busca es tan solo la satisfacción de instintos; si bien en algunas jóvenes se da la ilusión del amor.

-Buscan con mayor frecuencia a sus amigos íntimos aunque siguen siendo importantes sus amistades de grupo.

-Muchos presentan inquietudes sociales. Se cuestionan sobre los valores de la sociedad. Toman en cuenta a los demás aunque aún se remiten a aquellos grupos que le son familiares y homogéneos.

Hasta aquí con las características de la adolescencia final, que sirven como punto de partida para iniciar la búsqueda de su orientación en el conocimiento de sí mismo; tema del que se ocupa el siguiente capítulo.

**CAPITULO IV. EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO: HERRAMIENTA EDUCATIVA
PARA ORIENTAR AL ADOLESCENTE EN LA FORMACION DE SU PERSONALIDAD 108**

**IV.1. Capacidades que posibilitan el conocimiento de si
en la adolescencia. 111**

**IV.2. Necesidad de orientación en el conocimiento de si mismo
durante la adolescencia. 121**

**IV.3. Rasgos de personalidad y características adolescentes que
favorecen su orientación. 126**

- REBELDIA
- IDEALISMO
- NECESIDAD DE RELACION DE SU YO CON EL MUNDO

IV.3.1. Educación para la libertad 136

CAPITULO IV

EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO: HERRAMIENTA EDUCATIVA PARA ORIENTAR AL ADOLESCENTE EN LA FORMACION DE SU PERSONALIDAD

A lo largo de este capítulo, se analizará la importancia educativa que tiene el conocimiento de sí mismo en la adolescencia.

Se hace especial referencia a una de sus etapas: la adolescencia final.

Dentro de esta subetapa, se han tomado en cuenta también otras dos variables:

- a) edades: jóvenes de 17 y 18 años de ambos sexos, estudiantes de los dos últimos años de preparatoria o equivalentes.
- b) posición socioeconómica: medio alta, alta.

El que se abarque tan sólo una de las etapas de la adolescencia no significa que la orientación en el propio conocimiento deje de ser importante en sus otros dos estadios.

En realidad, el ir formando la propia personalidad es tarea, que como se ha visto, se ha de ir cumpliendo a lo largo de todo el período que dura la adolescencia. Por lo mismo, el orientar a

jóvenes adolescentes en el conocimiento de sí mismos resulta útil y necesario en cualquiera de las etapas de este período.

En efecto, hay quienes postulan que desde la adolescencia inicial o preadolescencia es importante el conocimiento de uno mismo como: "...punto de partida para la aceptación de sí mismo y para el descubrimiento de su yo mejor (**); o bien que es durante la adolescencia media cuando el conocimiento de sí mismo resulta esencial (*7).

Como se vió en el capítulo anterior, los cambios tan bruscos en las esferas bio-psico-sociales y que son sobre todo notorios en estas dos subetapas de la adolescencia, hablan de la urgente necesidad que tiene el joven de conocerse a sí mismo, así como del potencial que cuenta para lograrlo.

En la primera etapa de la adolescencia por ejemplo, su predominio emocional -consecuencia en parte de sus marcados cambios anatómico-fisiológicos- puede ser la pauta para ir orientando el conocimiento de sí mismo.

En la adolescencia media, la clave la puede marcar sus nuevas necesidades de reflexión así como de autoafirmación, que si bien aún se encuentran envueltas en un tinte más bien dogmático y

**CASTILLO, Gerardo, op. cit. p. 68.

*7cfr. LEVI, 14 años, op. cit. p.8.

subjetivo, bien pueden, ser encauzadas a partir del conocimiento de sí mismo, el cual como se dijo, servirá como punto de partida para el mejor desarrollo de su personalidad.

Se ha tomado sin embargo la tercera fase de la adolescencia, la ADOLESCENCIA FINAL. Desde un punto de vista educativo, la serie de rápidos cambios característicos de la adolescencia hacen necesario diferenciar cada edad; no es lo mismo educar a un joven de 14 años que a uno de 19 años de edad, siendo ambos adolescentes.

Por otro lado, se han considerado algunos factores y características que llaman la atención para orientar precisamente a jóvenes de 17 y 18 años de edad y de estrato socio-económico alto.

Se ve conveniente aprovechar el inicio de la estabilidad bio-psico-social; se ha considerado a su vez el que ahora presenten un predominio intelectual; el que comiencen a profundizar y a ser más objetivos en sus apreciaciones tanto en lo que se refiere a sí mismos y sobre todo en lo que respecta a la relación de su yo con el mundo.

Es en estas edades además, cuando el joven debe comenzar a enfrentarse a decisiones vitales, ante las que sólo va a poder responder si cuenta con una idea más o menos clara de sí mismo,

tanto de sus posibilidades como de sus límites. Un ejemplo de las decisiones a las que el joven habrá responder es la de escoger una profesión, que en especial adolescentes de esferas socio-económicas elevadas, es común que deban y puedan (porque su medio se los exige a la vez que se los permite) elegir prepararse profesionalmente.

Es así como el conocimiento de sí mismo responde a una doble necesidad y exigencia que en jóvenes de estas edades comienza a aparecer como inmediata: una necesidad y exigencia personal, y aquella de tipo social.

A lo largo de este capítulo se analizará de una forma más amplia la importancia que tiene el orientar al adolescente de 17 y 18 años en el conocimiento de sí mismo.

IV.1. Capacidades que posibilitan el conocimiento de sí en la adolescencia.

A continuación se presentan algunas de las capacidades que se han considerado como significativas y que hacen posible y necesario el conocimiento de sí en la adolescencia; tomando en cuenta que dichas posibilidades suelen ser cada vez más fuertes y firmes en la medida en que el joven avanza en las etapas de la adolescencia.

* Pensamiento operacional formal.

Dentro de las nuevas capacidades que aparecen en la adolescencia, está su nueva forma de razonar, conocida como etapa de las Operaciones Formales.

Para comprender mejor las posibilidades que presenta este nuevo estilo de pensamiento se mencionan a continuación las etapas por las que según Piaget, se desarrolla el conocimiento humano:

+ etapa sensoriomotora: (que abarca desde el nacimiento hasta el año y medio dos años) en la cual, el bebé va adquiriendo ciertas aptitudes que le facilitan su adaptación al medio de forma conductual directa, sin que dichas adaptaciones vayan acompañadas por representaciones mentales del mismo ambiente.

+ etapa preoperacional: (desde los dos hasta los siete años), donde el niño va desarrollando un lenguaje sin ser aún capaz de realizar operaciones concretas.

+ etapa de las operaciones concretas: (de los siete a los doce años de edad), el niño puede llevar a cabo operaciones concretas y razona en lo tocante a aquello con lo que tiene experiencia directa.

+ etapa de las operaciones formales: es precisamente esta

fase del desarrollo cognoscitivo que se inicia en la adolescencia.

En el esquema de las etapas de la adolescencia presentado en el capítulo anterior, se dijo brevemente cómo este nuevo estilo de pensamiento se va desarrollando de forma paulatina; de un inicio más bien confuso, poco profundo y marcado por su intensa vida afectiva -presentando por lo mismo alto índice de inseguridad y de fantasía- pasa a una forma de pensamiento más libre, objetiva y profunda, con un mayor grado de seguridad y realismo.

Con la aparición de las operaciones formales, el adolescente va adquiriendo ciertas capacidades importantes que son sobre todo notorias en la adolescencia final. Entre estas nuevas posibilidades se encuentran:

- El que sea capaz de dar una o varias respuestas para solucionar un problema particular, considerando un mayor número de variables; el joven es entonces más apto para distinguir entre el pensamiento y la realidad.
- El que su pensamiento se vuelva deductivo y que sea capaz de pensar en términos de proposiciones hipotéticas.

Los dos puntos anteriores van íntimamente relacionados con el incremento de su espíritu crítico así como con sus nuevas

exigencias y posibilidades de responsabilidad en la toma de decisiones.

- El que pueda tomar como objeto a su propio pensamiento, así como razonar sobre el mismo.

En otras palabras, el que sea capaz de ser consciente de sí, de razonar sobre sí mismo.

De igual forma como se presentan ciertas capacidades, se dan algunos cambios correlativos entre la personalidad y la transición lógica formal, como es el caso del egocentrismo.

El joven es ahora capaz de considerar las percepciones de otros de la misma manera que sus propias operaciones lógicas; es decir, puede pensarse a sí mismo como objeto de las percepciones de los demás. En este sentido el egocentrismo "...equivale a la persuasión de que él o ella es de alguna manera exclusivo ... el foco de preocupación de otros, lo cual se extiende a su conducta al igual que a su apariencia" (40). Los cambios por los que pasa lo hacen además ser más consciente de sí mismo siendo que para el adolescente muchos de estos cambios le parece que le ocurren sólo a él.

Así como el egocentrismo, el idealismo propio de la adolescencia -sobre todo de su etapa final y principios de la edad adulta- se

40McKINNEY et al. op.cit. p. 157.

basa en habilidades del pensamiento operacional formal.

El hecho de que por ejemplo algunos jóvenes participen en movimientos revolucionarios, que se interesen por distintos tipos de vida, sus conversaciones sobre ética, religión etc. son en gran medida producto de esta nueva capacidad para imaginar lo que puede suceder en contraposición con lo que realmente es (*).

En general, se puede decir que muchas de las demandas intelectuales a las que tiene que hacer frente el adolescente (p.e. elección profesional) puede llegar a superarlas gracias a este nuevo estilo de pensamiento; también en gran medida son producto de la lógica formal algunas de sus preocupaciones emocionales y sociales (p.e. altruismo; inconformidad; crisis de valores, de autoridad, etc.)

Por último es importante mencionar que no es constante la edad en que dicho pensamiento formal inicia. De hecho algunos adultos no llegan a adquirir una lógica formal.

El pensamiento operacional formal se refiere al razonamiento (estilo de razonar) en el cual influyen variables tales como: experiencias previas frente a un problema similar; influencias educativas; estado de lucidez o de fatiga; aptitudes intelectuales; etc. Es muy probable que casi ningún adolescente aproveche este tipo de razonamiento en su totalidad.

*cfr. ibidem, p. 159.

* Identidad del yo

Varios autores afirman que es durante la adolescencia cuando se presenta con nueva fuerza el CONCEPTO DE IDENTIDAD; el cuál no sólo posibilita, sino que exige el conocimiento de sí mismo en el joven.

A grandes rasgos, el sentido de identidad se traduce en la consideración que de sí mismo se tiene como una persona distinta a los demás.

Implica pues percibir al propio yo como una estructura unificada e integrada en la definición de uno mismo y que posee continuidad con el pasado, que corresponde a la realidad presente y que continuará con lo que será en un futuro.

En realidad percibir al propio yo es percibirse propiamente a sí mismo, pues uno no tiene un yo sino que es ese yo; uno no puede decir "...mi yo puesto que yo soy yo" (7º).

La identidad del yo, por tanto, implica la percepción integral de sí mismo en su realidad pasada, presente y con una continuidad a futuro; abarca a su vez, la percepción de sí mismo como un ser que comparte una serie de valores, intereses, motivos, rela-

7ºFRANKL, E. V. La presencia ignorada de Dios. op cit. p.26.

ciones, etc. con otras personas, con quienes presenta una cierta interinfluencia y ante quienes tiene también una responsabilidad.

Erikson hace hincapié en el fenómeno de la lucha por la identidad.

Esta lucha entre identidad y difusión o ambigüedad de identidad puede, en algunos casos, alcanzar proporciones críticas para el adolescente.

Dicha crisis que trae consigo un cierto grado de tensión, no es necesariamente negativa en todos los adolescentes; en realidad no es posible afirmar que en todos se lleve a cabo con la misma intensidad.

Además, como afirma Frankl, "...el hombre tiene necesidad de una medida sana y dosificada de tensión" (7¹).

En efecto, la tensión puede ser necesaria si ésta motiva a la persona a que actúe de forma positiva. Es el caso de muchos adolescentes que van resolviendo este problema o crisis "... definiéndose a sí mismos dentro del contexto de un ambiente físico y social relativamente estables" (7²).

7¹FRANKL, E.V. Psicoanálisis y existencialismo op. cit. p. 17
7²MCKINNEY, et al. op. cit. p. 206.

Se puede decir que al ir resolviendo favorablemente el problema de la identidad del yo, se cumple también con la tarea fundamental de la adolescencia que es formar más firmemente su propia personalidad.

Sin embargo, se dan distintos tipos de respuestas ante el problema de difusión de identidad, y en muchos casos se puede caer en la llamada "identidad negativa".

En ocasiones, los jóvenes no tienen la oportunidad de contar con la orientación necesaria, o bien tienen serias carencias afectivas, físicas, materiales, o influencias negativas del ambiente que obstaculizan en gran medida el óptimo desarrollo de su propia identidad y por tanto de su personalidad.

Una de las manifestaciones de "identidad negativa" se refiere a "... la búsqueda de algunos jóvenes que rechazan violentamente las identificaciones éticas, religiosas, familiares que lo vinculan con el pasado" (73).

Lo anterior puede deberse por un lado, a una interpretación reducida de sí mismo, al percibirse tan sólo como alguien distinto, sin considerar sus necesidades de relación así como de continuidad en el contexto de sus autoimágenes física, psíquica y social, de lo que se ha sido en el pasado, de cómo se es en el

73UNAM. Cuaderno de psicología médica psiquiátrica, op. cit., p. 4

presente y de como se verá en el futuro.

Es probable también que algunos jóvenes que presentan este tipo de identidad negativa tengan una errónea interpretación de la libertad al entenderla como un simple desvincularse; además en estas edades la necesidad de autoafirmación es en ocasiones tan fuerte que el adolescente busca escapar de aquellas identificaciones.

Otro ejemplo de identidad negativa se manifiesta a través de un cierto esnobismo o presunción, haciendo alarde de una posición socio-económica determinada, respaldándose por ejemplo detrás de una situación material o cultural que les proporciona una aparente seguridad y definición.

De igual forma se presenta el caso opuesto; jóvenes que al no poseer ni lo indispensable y viven en una situación social y culturalmente marginada, pueden llegar a presentar manifestaciones de conducta negativas, como es el caso de la delincuencia juvenil, entre otros.

Ambas, son manifestaciones de inseguridad adolescente alimentada por el medio que los rodea.

En ciertas ocasiones, la difusión de identidad se presenta por una incapacidad del joven para valorar sus propias capaci-

dades y limitaciones tendiendo a los extremos (sobreevaluación o bien infravaloración de su propia persona).

La búsqueda de identidad por último, lleva a un gran número de adolescentes -de manera positiva o negativa- a identificarse ya sea ensayando distintas maneras de ser ellos mismos; o bien a partir de la imitación de ídolos o "héroes" que le son presentados generalmente por los medios masivos de comunicación; aunque como afirma Fromm: "En la sociedad capitalista contemporánea, así como en el comunismo ruso, los hombres propuestos para la admiración o emulación, son cualquier cosa menos arquetipos de cualidades espirituales representativas" (74).

Es común que los jóvenes encuentren una fuente gigantesca de identificación entre sus "iguales", es decir, con los miembros del grupo de amigos del cual son parte.

Entre ellos encuentran que hay cierta similitud en los cambios por los que están pasando por lo que buscan conformar su conducta con la del grupo. "Hoy en día, cuando la máscara tan frecuente es el mensaje, nos encontramos a jóvenes que ocultan su verdadera identidad -en todo el sentido de la palabra- detrás de unas gafas oscuras y de una cabellera omnipresente, haciendo ostentación de una identidad negativa con frecuencia más allá de sus recursos emocionales". (75).

74FROMM, E. El arte de amar. p. 114.
75ERIKSON, E. op. cit. p. 152.

Al igual que el conformismo al grupo establecido, (familiar de amistades etc.) la rebelión contra el mismo puede ser señal de búsqueda de identidad.

Hasta aquí con lo que se refiere a estas dos nuevas capacidades que posibilitan y aún exigen el conocimiento de sí en la adolescencia, para dejar campo a analizar la necesidad que tiene el adolescente por ser orientado en su propio conocimiento.

IV.2. Necesidad de orientación en el conocimiento de sí mismo durante la adolescencia.

La adolescencia se ha visto, es una etapa rica en posibilidades; el joven es ahora capaz de comenzar a manejarse, a decidir sobre su propia vida.

El proceso de crecimiento y desarrollo adolescente desencadena en nuevas experiencias, intereses, pensamientos etc., que enfrentan al joven ante distintas y complejas situaciones de su vida.

La forma como el adolescente podrá adaptarse, modificar o bien mejorar estas circunstancias depende en gran medida de la actitud con la que el joven se percibe a sí mismo tanto en su realidad interna como externa.

Sin embargo, las nuevas capacidades que se despiertan en la adolescencia y que de hecho posibilitan y hasta exigen el conocimiento de sí, son en muchos casos -por lo mismo de su novedad- difíciles de ser manejadas por el joven.

No en todos los casos aprovecha el nuevo estilo de pensamiento, ni tampoco todos los adolescentes saben cómo manejar su proceso de identidad.

Si bien es cierto que el adolescente "...puede dirigir y formar activamente su desarrollo mediante la fuerza de voluntad, la autoeducación, la autodeterminación y el proponerse objetivos definidos" (74), requiere sin embargo -y hasta lo exige- de una guía, de una orientación como base para que él mismo comience a dirigir su propia vida.

A este respecto afirma Castillo que : "No se trata de resolver los problemas del hijo o del alumno evitándole el esfuerzo consiguiente, sino de orientarle, es decir de darle primero la información que precise sobre sí mismo y sobre la realidad que ha de afrontar y de estimularle después a que actúe con iniciativa, esfuerzo y responsabilidad personal" (77).

Entre los aspectos que se han considerado como esenciales para

74SPRANGER, citado por MUUSE, R., op.cit. p 216.

77CASTILLO, G., op. cit. p. 71.

educar, se encuentra la confianza en el otro; estar convencido de las posibilidades del educando.

Y precisamente como fruto de este respeto a las capacidades del otro, en este caso del adolescente, el orientador debe buscar poner en manos del joven su propio desarrollo, pero dándole las herramientas que requiere para ello.

Cualquier persona -niño, adolescente o adulto- que se encuentra ante una nueva situación, esta última representará un problema cuya magnitud y posibilidades de solución dependen principalmente de: experiencias y conocimientos previos ante hechos similares, de rasgos de personalidad, pero sobre todo de las actitudes con que se enfrenta la nueva situación.

Para el adolescente, es su propia vida la que ahora se le presenta como un problema, como todo un RETO.

El joven tiene en sí mismo las potencialidades para asumir su propia vida y salir adelante; puede en efecto "formar activamente su desarrollo" con "iniciativa, esfuerzo y responsabilidad", sin embargo, son tantos y tan bruscos los nuevos cambios que enfrenta que requiere que alguien lo oriente con los medios adecuados para que pueda asumir su vida como una verdadera oportunidad y no sólo como un problema.

Se dijo cómo uno de los requisitos para orientar, es lograr

adecuar las metas de la educación en el educando; concretarlas y sintetizarlas en la persona orientada.

En lo que resta del capítulo, se harán algunas consideraciones teóricas como base para orientar a jóvenes adolescentes de 17 y 18 años de edad, buscando precisamente concretar los objetivos propuestos en el capítulo II, que hablan acerca del papel que la orientación juega dentro del conocimiento que de sí mismo puede ir logrando el educando. Estos objetivos se transcriben a continuación:

La orientación puede ayudar a que la persona:

- Reconozca la necesidad que tiene de conocerse a sí misma.
- Encauce o canalice su atención hacia ciertas áreas posibles del conocimiento de sí.
- Analice los aspectos significativos que va descubriendo de sí misma con una actitud objetiva.
- Busque dirigir su vida con una actitud de crecimiento y compromiso, con base en una firme jerarquía de valores fundamentada en su naturaleza humana.

Tomando en cuenta los alcances propios de este trabajo, se atenderá de forma especial el primero de los objetivos, es decir el reconocimiento de la necesidad que presenta el adolescente de conocerse a sí mismo; sin que esto signifique que los demás

objetivos no serán tomados en cuenta.

Lo que se pretende, en suma, es mostrar cómo hay que orientar al adolescente para despertar su necesidad de conocerse a sí mismo; que reconozca la importancia que tiene este conocimiento en el desarrollo de su personalidad.

Hasta aquí el contenido propio del primer objetivo; sin embargo, para alcanzarlo es necesario que se vea complementado con algunos de los puntos referentes a qué es lo que hay que conocer en uno mismo -contenido que corresponde al segundo y tercer objetivo-. Por último y para evitar el peligro de caer en un mero proporcionar "información" y con la idea de cumplir en efecto con la verdadera misión formativa de la orientación, se completa con el cuarto objetivo buscando sembrar inquietudes en cuanto a lo que se puede hacer, a qué actitudes se pueden asumir frente a la riqueza de la personalidad que se va conociendo y afirmando.

En síntesis se ha de buscar que el adolescente se sienta motivado para conocerse a sí mismo y para actuar en consecuencia al conocimiento y al valor que descubra de su persona.

Se entiende por motivación a "...la fuerza interna que despierta, orienta y sostiene una conducta" (7^o).

Es decir todo aquello que mueve a la persona a la acción proviene

7^oaud., MORENO, Ma. Guadalupe, Didáctica fundamentación y práctica. p.

de su interior, es la persona misma quien se motiva.

El papel del orientador por tanto no es el de motivar sino el de proporcionar estímulos que refuercen o aviven las necesidades del educando con el resultado de activar aquel motor interno que impulsa a la persona hacia la acción.

En este caso la meta de la orientación es buscar precisamente despertar una necesidad -siguiendo a Gordillo-: "Muchas veces, el objetivo principal de la ayuda será hacerle patente el estado de necesidad en el que se encuentra". (vid supra p.25).

Se cuidará a sí mismo de orientar al adolescente para que asuma dos actitudes esenciales: la primera de búsqueda de sí mismo, valorando la importancia de este conocimiento; y la segunda de compromiso frente a la tarea de desarrollar su personalidad, partiendo de bases firmes, es decir cimentado en el conocimiento que de sí mismo va ir logrando: "Ellos -los adolescentes- deberían ser orientados para comprender, aceptar y construir en sus propias personalidades en lugar de tratar desarrollar nuevas" (?).

IV.3. Rasgos de personalidad y características adolescentes que favorecen su orientación.

Para lograr proponerle al joven los estímulos suficientes con los

??ROGERS, D. The psychology of adolescence. p 60.

que se sienta motivado para conocerse a sí mismo, se cuenta además del pensamiento operacional formal y de la identidad del yo, con otros rasgos y características que pueden contribuir en la tarea orientadora.

Estos rasgos y características son los siguientes:

- REBELDIA

- IDEALISMO

- NECESIDAD DE RELACION DE SU YO CON EL MUNDO

- La rebeldía: es común que la rebeldía se considere más como un problema al que se ha de enfrentar el educador de adolescentes y no tanto como una posibilidad de orientación.

La rebeldía característica sobre todo de las primeras dos etapas de la adolescencia, llega a representar en ocasiones una mayor dificultad que aquella que surge al final del período; sin embargo se insiste en la idea de que la rebeldía bien orientada -en cualquier subetapa- representa una herramienta educativa muy eficaz durante la adolescencia.

La rebeldía adolescente entre otras causas, obedece a necesidades de independencia y autoafirmación -producto de sus nuevas

capacidades de pensamiento; al descubrimiento de sentirse un ser diferente a los demás -resultado del proceso de identidad del yo-; a una interpretación muchas veces errónea de su libertad; a la inseguridad en ocasiones presente al no poseer aún una personalidad bien estructurada; o bien rebeldía que nace por la insatisfacción ante una sociedad de la que en ocasiones no se sienten parte, a la que en ciertos aspectos no comprende y donde en muchos casos no son ellos mismos comprendidos.

Existen distintos tipos de rebeldía:

- rebeldía regresiva: que "...nace del miedo a actuar, y se traduce en una actitud de encogimiento, de reclusión en sí mismo. Equivale muchas veces a un regreso a la vida despreocupada y exenta de responsabilidades de la infancia. Desde este refugio el adolescente adopta una postura de protesta muda y pasiva contra todo"

- rebeldía agresiva: "...que a diferencia de la anterior se expresa de forma violenta. Es propia de ...quien no pudiendo soportar las dificultades que se presentan en la vida diaria intenta aliviar sus problemas haciendo sufrir a los demás"

- rebeldía transgresiva: que "...consiste en ir contra las normas de la sociedad, bien por egoísmo ...bien por el simple

placer de no observarlas" (10).

Si bien estos tres tipos de rebeldía perjudican al joven así como a su entorno, es necesario reconocer el valor de esta energía en adolescente y encauzarla para que contribuya a su crecimiento y no a su destrucción.

En otras palabras buscar que la rebeldía adolescente se transforme en rebeldía progresiva "...que se siente como un deber más que como un derecho... es el signo del que se atreve a vivir, pero quiere vivir dignamente; del que sabe soportar el peso de la realidad, pero no el de la injusticia; del que acepta las reglas de los hombres pero las discute y critica para mejorarlas" (11).

El progreso bien entendido, es decir aquel que hace crecer de forma simultánea a la persona así como a su sociedad, es producto de hombres y mujeres -en su mayoría jóvenes- que no están del todo conformes; que reconocen en sí mismos y en su entorno grandes posibilidades que se ven opacadas por un sinnúmero de aspectos mejorables; si bien al mismo tiempo reconocen la necesidad de un orden social, ético, al que respetan y se atienen.

Es necesario educar al joven para que en verdad se rebele "contra lo establecido" que desgraciadamente en el mundo actual parece

10 YELA, M. citado por CASTILLO G., op.cit. p.119,120.

11 Ibidem, p.120

traducirse en ese conformismo que hace reaccionar al hombre en masa despersonificándolo; que se oponga a ser manejado por la publicidad, por el consumismo, por los prejuicios sociales; rebelarse ante una sociedad relajada que asume posturas reduccionistas de la realidad integral humana, al crear una caricatura del hombre como un ser meramente material y hedonista, cuya ley es la del mínimo esfuerzo; rebelarse ante actitudes tan contagiosas como son la apatía, el desinterés.

Contrario a este panorama se tiene la esperanza de la juventud; una juventud entusiasta, emprendedora, original, creativa; juventud que en muchos casos tan sólo requiere reconocerse como tal, como valiosa.

Frankl dice que : "...la educación debe formar una generación de precursores que aspire a nuevos ideales y no una generación de pacificadores que acepte pacíficamente los antiguos". (*)

El conocimiento de sí mismo ayuda precisamente a que el joven reaccione y se oponga con todas sus fuerzas a tratarse a sí mismo

* Con esto no se quiere decir que los o ideales antiguos, por el hecho de serlo, ya no son válidos. Por el contrario, hay un sinnúmero de ideales que siempre serán actuales, de hecho puede darse un "precursor" que precisamente proclame ideales que se consideran "pasados de moda" pero que los ha hecho suyos porque está convencido de que valen la pena. Sin embargo se quiere poner énfasis en la necesidad de huir de la pasividad del adolescente, de la mera receptividad que como se dijo desencadena en la apatía, desinterés, con la consecuencia lógica de la formación de una personalidad pobre.

y a ser tratado por la sociedad como un mero objeto.

Para educar en la rebeldía es necesario aprovechar el progreso que ahora presenta el adolescente en sus capacidades de análisis y de síntesis; no hay que proporcionarle respuestas prefabricadas, si bien hay que ayudarlo a que conforme y adecúe sus opiniones actitudes y proyectos de acuerdo con su realidad personal y social.

Así mismo es importante tomar en cuenta la nueva aparición del espíritu crítico, para que no se limite a ser receptivo ante las influencias que su entorno le presenta sino que lo cuestione y lo confronte; ayudarlo a que vaya desarrollando la capacidad de discernimiento.

+ el idealismo: la rebeldía progresiva requiere de jóvenes que busquen metas hacia dónde encauzar la fuerza de su rebeldía.

Las actitudes idealistas presentes en un buen número de jóvenes, son en parte producto de su nuevo estilo de pensamiento operacional formal.

Un idealista -según la definición del diccionario- es "...aquel que va tras un ideal a veces quimérico" (**).

**=DICCIONARIO LARRUOSE ILUSTRADO. p. 558.

La falta de conocimiento de uno mismo, de experiencia, de unidad entre la realidad así como la presencia de una identidad personal aún poco estable, hacen que el joven en ocasiones valore en exceso sus capacidades; esto, unido a sus recién estrenadas posibilidades para confrontar y proyectarse a futuro, lo hacen caer en efecto en "ideales quiméricos", metas casi imposibles de realizar ya que no se adecúan a sus posibilidades reales.

Sin embargo la carga ideal del adolescente, característica sobre todo de esta última etapa, también requiere ser aprovechada y encauzada.

Para educar la rebeldía progresiva es necesario que el joven también sea idealista. Que tenga altos ideales que lo motiven a correr los riesgos de la verdadera libertad, del esfuerzo que casi siempre implica el alcanzar una meta; todo por algo que vale la pena, por un ideal que corresponde a la dignidad de su persona así como del fin último del ser humano.

Para orientar a partir del idealismo juvenil es necesario ayudar a que el adolescente sea objetivo en sus apreciaciones tanto personales como de su entorno, para que en efecto sus metas estén basadas en la realidad y pueda por tanto alcanzarlas.

Orientar al joven para que integre objetividad e idealismo, es ayudarlo a que, sin dejar de poner los pies en la tierra, se

formule metas dignas y alcanzables e intente llevarlas a cabo.

En síntesis, la orientación se puede valer del idealismo juvenil, puede invitar al adolescente a que se plantee metas de acuerdo a sus posibilidades y limitaciones.

- necesidad de relación de su yo con el mundo: El proceso de identidad del yo que cobra fuerza durante la adolescencia mueve al joven a centrarse en sí mismo, sobre todo en las dos primeras etapas de este período.

Sin embargo, a partir de los 17 años, comienza a experimentar el adolescente la necesidad de salir de sí mismo, de confrontar su realidad personal con la de su entorno y proyectar su futuro dentro de la sociedad; comienza entonces a sentir un mayor interés por esa sociedad a la que ahora cuestiona y juzga.

Estas son las edades en las que se suelen presentar jóvenes revolucionarios, menores infractores; jóvenes a los que su medio desgraciadamente corrompió y orilló a canalizar de forma negativa e improductiva su rebeldía, su idealismo así como su necesidad social.

El adolescente que pertenece al estrato de la sociedad económicamente acomodada, presenta mayores exigencias en cuanto a su responsabilidad social, dadas sus posibilidades reales de

contribución en su medio, si bien muchas veces carece de otras necesidades aún más importantes que los medios materiales.

Son jóvenes que en ocasiones, teniéndolo "todo" -económicamente hablando- carecen de lo esencial; divorcio de los padres, abandonismo a los hijos, exceso de cosas materiales como compensación de la falta de cariño, son algunos de los problemas a los que muchos de estos adolescentes se enfrentan.

Si bien no es una regla general, es común que este estrato de la sociedad se vea atrapado por valores superficiales y reduccionistas que tienden al materialismo, a la comodidad, al menor esfuerzo etc.

Es difícil para muchos adolescentes que crecen en este ambiente sobrellevar positivamente ya no sólo la crisis propia de su edad, sino además cargar con prejuicios y carencias del medio en el que se desenvuelven.

Muchachos y muchachas que crecen escondiendo su falta de seguridad en el "tener" olvidándose del "ser"; jóvenes que valoran a una persona por el sueldo que gana o por la marca de su ropa o de su automóvil.

Con un panorama así, la necesidad de relación del yo con el mundo se ve opacada y reducida a una mínima expresión. El mismo medio muchas veces opaca esta exigencia por salir fuera de sí mismos ya

que además les impide ver más allá de las fronteras que rodean su posición socio-económica, es decir jóvenes para los que su medio no promueve generalmente oportunidades de un verdadero desarrollo y compromiso social.

Es casi seguro que estos adolescentes el día de mañana se conviertan en dueños o directores de empresas, que tendrán bajo su responsabilidad muchas fuentes de trabajo; jóvenes que podrían desde ahora formarse para aprovechar su papel en la sociedad y "revolucionar" las condiciones muchas veces injustas que se sufre sobre todo en países como México, en donde pocos tienen mucho y la mayoría no posee ni siquiera lo más básico para sobrevivir.

De aquí que se considere valioso aprovechar esta necesidad social presente en el adolescente para orientarlo a que reconozca sus capacidades personales, su riqueza en el ser y en el tener; buscar que se sienta motivado y decidido a actuar de acuerdo a a sus potencialidades.

El adolescente podría desde ahora forjar su futuro, proyectándose a sí mismo como agente de cambio social, ya que si bien la posición socio-económica no define el ser de la persona, en algunos casos sí guía su quehacer, y estos jóvenes presentan en muchos casos una doble riqueza que pueden desarrollar tanto para su beneficio como para el de su entorno.

IV.3.1. Educación para la libertad en el adolescente

Orientar jóvenes, rebeldes, idealistas y comprometidos con su sociedad, requiere forzosamente de una educación para la libertad. (vid supra, Responsabilidad. p.49) .

Jóvenes a quienes sus ideales los hagan cada vez más libres; libertad sobre la esclavitud de los prejuicios sociales; la sociedad requiere de jóvenes valientes e interiormente libres porque necesita jóvenes comprometidos con la vida.

El conocimiento de sí mismo aparece nuevamente como herramienta educativa valiosa. Por una parte, concientiza a la persona de su capacidad de elección como se vio al hablar sobre la responsabilidad humana; por otro lado la formación de una personalidad más firme -producto del conocimiento de sí mismo- significa también la formación de una persona cada vez más libre.

Libertad que no es una "libertad de tener...que lleva muchas veces a un derroche de medios que hace incongruente la inquietud social de tantos adolescentes" (**), confundiendo medios con fines.

**OTERO, F. Oliveros, op cit. p. 77.

Una libertad que de verdad libera al adolescente para el compromiso, fundamentado en sus ideales y potenciado por la energía de su rebeldía.

Para terminar se describen algunas acciones educativas que pueden llevarse a cabo al orientar adolescentes de 17 y 18 años en el conocimiento de sí mismo; dichas orientaciones se basan en los valores vivenciales, de crecimiento personal y trascendentales.

- Desde un punto de vista de valores VIVENCIALES, es importante orientar al joven a que aprecie sus capacidades físicas, que por tanto las respete y cuide -a través del deporte, alimentación, descanso, etc.- Que las utilice en función de todo su ser y no como fines en sí mismas.

El adecuado aprecio de su autoimagen física es importante, por lo que es necesario que se acepte a sí mismo en cuanto a su apariencia corporal; que busque mejorar aquello que le es posible, pero que también aprenda a vivir con características físicas que quizá no les son del todo agradables pero que en suma son suyas, aprendiendo a darles la importancia que realmente tienen.

Que reconozca en su cuerpo un valioso instrumento a partir del cual se desarrollan sus capacidades más esencialmente humanas.

- Tomando en cuenta VALORES DE CRECIMIENTO PERSONAL, es muy

importante que el adolescente tenga una correcta concepción de lo que significa su individualidad. Que descubran el valor que encierra ser una persona única, diferente a los demás; ayudarlos a que reconozcan en este privilegio, la gran responsabilidad que encierra.

Dentro de sus diferencias individuales invitarlos a que vayan descubriendo sus valiosas capacidades personales:

Por una parte su temperamento como valiosa fuente emocional, que puede ser encauzada de forma muy positiva.

Que reconozcan la necesidad de poseer un equilibrio emocional, la importancia que tiene saber expresar y manifestar sentimientos y emociones como aspectos esenciales de una vida verdaderamente humana.

Que analicen aquellos condicionamientos heredados o adquiridos que han venido conformado su carácter, que ponderen su influencia y cuestionen sus actitudes frente a ellos a sí como las posibilidades que tiene para modificarlos.

Que descubran sus rasgos más personales, es decir aquello que los caracteriza no sólo como seres humanos -en abstracto- sino como las personas que realmente son.

Que descubran la fuente de posibilidades que brinda su individualidad, tanto para su desarrollo personal como para el de su entorno, al desempeñar el papel irreplicable que tienen en la vida; sin olvidar que su mismo ser único les da también la oportunidad de complementar y enriquecer su crecimiento personal a partir de las posibilidades que le brinda su sociedad.

Que, en síntesis, valoren su personalidad como una suma de posibilidades de perfeccionamiento; interesarios para que participen de forma activa en su propio desarrollo; que aprovechen y encaucen sus deseos de mejora, de superación personal basándose en las posibilidades reales que le brinda el conocerse a sí mismos.

- En cuanto a los valores TRASCENDENTALES, buscar que el joven descubra la profundidad de su existencia como ser capaz de conocer, de decidir, de amar, de buscar la justicia, de tener ideales, de actualizar sus posibilidades que le permiten dar y recibir.

Una existencia que se desenvuelve en el tiempo y el espacio; con realidades ya vividas, con posibilidad de proyectarse hacia el futuro, pero sobre todo con un presente que reclama respuestas inmediatas y personales, en un aquí y un ahora; oportunidades irrepitibles que por lo mismo no pueden ser pospuestas.

Fomentar los ideales futuros a base de realizaciones presentes; por ejemplo, con estos jóvenes de 17 y 18 años que están a punto de optar por una preparación profesional determinada, ayudarlos a que se interesen por sus estudios, que busquen formarse no por un interés egoísta sino para servir mejor.

Que descubran el valor trascendental de la amistad, el profundo significado de saber ser amigo, el valor de la intimidad; que reconozcan en la amistad uno de los mejores medios para conocerse a sí mismos.

Que apliquen sus posibilidades de trascendencia basadas en el buen ejercicio de su libertad, apreciando el valor del compromiso.

Y si como se ha dicho el compromiso ha de responder ante algo o alguien es decir debe tener un sentido, un "para qué" que le de valor, es necesario integrar en el joven aquella dimensión por la que se puede captar el sentido mismo de la vida, el fin último del hombre, es decir hacer consciente en el adolescente la realidad de su religiosidad.

Sin imponer ideas, es posible orientar al adolescente para que descubra, que haga consciente esta realidad; que se cuestione respecto del tipo de relación lleva o le gustaría llevar con ese Dios personal.

Tomando como fundamento estos cuatro capítulos teóricos, a continuación, se presenta una propuesta educativa que busca aplicar la orientación del adolescente en el conocimiento de sí mismo.

PARTE PRACTICA

**CAPITULO V. PROPUESTA DE UN MANUAL QUE AUXILIE AL
ADOLESCENTE EN EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO.**

5.1. Alcances y limitaciones142

**5.2. ELABORACION DE UN MANUAL DIRIGIDO
AL ADOLESCENTE QUE LO AUXILIE EN EL CONOCIMIENTO
DE SI MISMO.**

CAPITULO V PROPUESTA DE UN MANUAL QUE AUXILIE AL
ADOLESCENTE EN EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO.

V.1. Alcances y limitaciones

"El concepto de orientación es tan amplio, que abarca distintos modos de prestar ayuda a una población de cualquier tipo" (1).

En el caso del presente trabajo, la necesidad que la orientación busca cubrir es la del conocimiento que de si mismo requiere el adolescente para la formación de su personalidad.

El modo como se pensó la ayuda en este caso, es a partir de un manual dirigido a una población de adolescentes de 17 y 18 años, de ambos sexos, estudiantes de bachillerato o equivalentes y que pertenecen a un estrato socio-económico elevado.

El que se haya escogido para la orientación un medio impreso como lo es el manual, no significa que esta sea la única o la mejor forma para proporcionarla. En realidad las posibilidades educativas para orientar al adolescente en el conocimiento de si mismo son muchas y muy variadas.

Se puede orientar por ejemplo a partir de cursos, dirigidos al propio joven, o bien de manera indirecta con seminarios o

¹GORDILLO, M.V. op. cit., p. 20

conferencias a para padres de familia, maestros etc. los que a su vez pueden orientar al adolescente. Se puede hacer uso de asesoría directa y periódica al joven (p.e. la preceptoría); como recursos, el uso de otros medios masivos de comunicación como el video, o incluso la enseñanza programada a través de computadoras, pueden ser muy eficaces.

Se dan opiniones que niegan el que el adolescente lea, razón poco válida pues si el joven no está acostumbrado a leer es debido a que quizá no exista un tipo de lectura adecuada para él: "...aún no puede afirmarse que haya sido obtenida una <<literatura para adolescentes>>. Estos todavía se encuentran por lo general ignorados como clase en el mundo de la literatura..." (?); o bien en caso de que exista literatura adolescente, ésta probablemente no despierte su interés.

Es cierto que otros medios de comunicación masiva -como los ya mencionados- han despertado gran impacto sobre todo en la niñez y en la juventud, sin embargo no por esto se van a dejar a un lado las ventajas didácticas de otros recursos, como en este caso, las que presenta un manual.

Los manuales son compendios de lo esencial de una materia o tema y buscan transmitir conocimientos específicos en forma didáctica, logrando reunir... "ligereza en la presentación y seriedad de

ERIKSON, E. op cit, p. 116

los conceptos" (3)

Entre algunas de las aportaciones que puede presentar un manual se encuentran las siguientes:

- facilidad de manejo del material. ("En otra acepción, manual es aquello que está a la mano, que es fácil de manejar.") (4)
- facilidad y rapidez para retomar puntos que han interesado o impactado al lector.
- enriquecimiento del vocabulario.
- fomenta la imaginación creativa.
- permite mayores oportunidades para desarrollar el espíritu crítico a partir del análisis y del cuestionamiento del contenido.
- en comparación con otros medios de comunicación masiva puede ser considerablemente más económico.
- presenta las ventajas como masivo en cuanto a la capacidad de difusión a una gran población.

Como cualquier medio, si no es utilizado debidamente puede provocar que los valores que presenta se conviertan en "antivalores".

Para evitar lo anterior y obtener el máximo provecho del

³LOPEZ, R. M. Elementos metodológicos y ortográficos básicos para el proceso de investigación. p 129.

⁴ibidem.

impreso formativo, se mencionan a continuación los elementos básicos que según Nérici (2) deben estar presentes en los recursos audiovisuales, pero que transferidos al material impreso también aparecen como esenciales:

- "Exactitud: ...la representación fidedigna de los datos o de lo esencial de un hecho.
- Actualidad: ...la necesidad de que, de acuerdo con la índole del hecho, reflejen las características que les ofrece el presente.
- Imparcialidad: cuando se trate de hechos que tengan implicaciones políticas, sociales, económicas, filosóficas, históricas etc.
- Calidad: si es que realmente favorecen la adquisición de conocimientos, actitudes o valores.
- Finalidad: si están de acuerdo con el objetivo de la enseñanza.
- Utilidad: si ofrecen posibilidades operacionales para los alumnos y el profesor.

NERICI, G. I. Hacia una didáctica general dinámica. p. 357.

- **Adecuación:** toda vez que requieren estar al nivel de aprehensión de los alumnos teniendo en vista los objetivos del trabajo que se lleva a cabo.

- **Sencillez:** ya que cuanto más complicados menos eficientes son.

Aplicabilidad: ...deben guardar relación con el tema dado.

- **Interés:** ... deben ser capaces de despertar el interés de los alumnos a los cuales están destinados.

- **Comprensión:** ...no deben dar margen a dudas y confusiones...

- **Presentación:** ... deben obedecer a los principios psicológicos de percepción y estética de modo que faciliten la aprehensión por parte de los alumnos.

Tomando como base lo dicho hasta ahora, se presenta a continuación un ejemplo del tipo de manual que puede ser elaborado para la orientación de jóvenes adolescentes de 17 y 18 años de edad.

M A N U A L

.

I N D I C E

INTRODUCCION

"Una Vida"	2
1. CIRCULOS Y TRIANGULOS	7
2. ¿QUIEN "SE" QUE SOY?	15
3. ¿QUIEN "PUEDO" SER?	33
4. ¿QUIEN "QUIERO" SER?	40
5. ¡SE REBELDE!	46
6. CAPITULO I	49

INTRODUCCION

"Una vida"

"Nació en Tuscumbia, Alabama EE.UU., el 27 de junio de 1880.

En 1900 ingresó a la universidad de Radcliffe, se graduó cuatro años más tarde y recibió la mención honorífica "Cum Laude".

Sus conocimientos generales, y el dominio de varios idiomas, así como la adquisición de una cultura general, fueron excepcionalmente amplios.

Escribió varias obras demostrando así los excelentes resultados de los métodos modernos para la educación de personas con defectos de la vista, el oído y el habla..."

+++++

Si te pregunto cuál es tu opinión acerca de este fragmento biográfico quizá en tu respuesta reconocerías que se habla de una persona culta; inteligente y muy capaz; productiva; en fin, que se ve que puso empeño en su vida...

¿Qué opinarías si además te descubro que esta persona de la que habla la biografía, -quien como leíste escribió varios libros

acerca de métodos educativos para personas con problemas visuales, auditivos y del habla- era ella misma ciega, sorda y muda desde que tenía un año y medio de vida?

Se trata de HELLEN KELLER, una mujer que supo asumir su vida como una verdadera oportunidad; como un reto que fue capaz de afrontar pues SABIA que PODIA y DECIDIO hacerlo.

Hellen fue más allá, trascendió sus limitaciones físicas desarrollando como, pocas personas, su vida humana en todo el sentido de la palabra.

Podemos decir que lo realmente importante y valioso en la vida de esta gran mujer, no son tan sólo sus logros académicos o sus múltiples aportaciones al campo de la educación especial; lo interesante no es sólo lo que hizo, sino el cómo lo hizo. En otras palabras, lo que hace que la vida de una persona valga la pena no depende de lo que haga sino de la actitud con la que asume su propia existencia.

¿Cómo podríamos entonces describir a Hellen Keller? ¿como una sordo-muda y ciega?

Hellen también sabía que la definición de sí misma no la daban su vista, su oído o su habla. Hellen descubrió el valor profundo y esencial de su ser; descubrió su riqueza personal y no sólo

eso, sino que la supo compartir, compartió lo que ella era haciendo mucho bien a personas con problemas semejantes a los de ella... y seguramente a tí y a mí, que teniendo lo que a Hellen le faltó, quizá nos haga falta un poquito de lo que Hellen Keller nos regala con su vida...

Antes de introducirte a lo que este pequeño folleto pretende, te propongo que hagas la siguiente actividad:

(Realiza cada punto antes de pasar al siguiente)

"1. Apoya la mano derecha, palma abajo en el recuadro y dibuja su perfil con tu mano izquierda. (que la palma quede dentro aunque los dedos salgan por la parte superior).



2. Ahora, ¡Sin voltear a ver las palmas de tus manos! Toma el lápiz con tu mano derecha y reproduce en el papel (de memoria) el "mapa" (las líneas) que surcan la palma de tu mano derecha.

3. Compara las líneas reales de tu mano con la reproducción que hiciste sobre el papel." (1).

No me considero adivina ni mucho menos, pero te puedo asegurar que difícilmente lograste reproducir siquiera una de las líneas de tu mano...

En ocasiones solemos decir que conocemos por ejemplo, una ciudad como "a la palma de nuestra mano"; después de este ejercicio yo sugeriría mejor comprar un plano del lugar, pues si así de mal la conocemos estamos francamente perdidos.

Lógicamente yo no puedo dibujar ahora cómo debió haber quedado tu mano en el recuadro. Con mayor razón, no puedo ni debo decirte cómo haz de manejar tu propia vida. Pero lo que sí puedo y deseo hacer es proponerte en este folletito que no sólo conozcas la palma de tu mano, sino que descubras -como Hellen- la vida que traes entre manos, una vida que ¡créeme! sé que es valiosa.

Te invito a leer estas páginas con una actitud crítica. En ellas encontrarás quizá algunos aspectos que parecen retratar parte de tu realidad personal y social. Retoma todo aquello que consideres te puede ayudar a crecer; haz tuyo lo que pienses puede contribuir a formar esa gran persona que ya eres, pero que todavía tiene

¹GONZALEZ R., Antonio. Antropología Cristiana, p.68.

mucho que dar de sí.

No encontrarás recetas prefabricadas; la vida de ninguna persona se puede programar igual que se hace con una computadora, la vida de cada hombre y mujer sólo se construye a partir de decisiones personales; el contenido de este impreso te presenta algunas sugerencias que buscan despertar en ti el deseo de conocerte mejor, de aceptarte como eres, de reconocer en ti mismo las capacidades y los límites que te hacen ser único en el mundo; posibilidades con las que te puedes desarrollar y contribuir en tu entorno, y límites que te permiten invitar a tus semejantes a intervenir en tu crecimiento, a complementarte.

"La vida nunca es algo, sino
 más bien una oportunidad para algo"

Hebbel

1. CIRCULOS Y TRIANGULOS

Cuenta el escritor Papinni una breve historia que más o menos dice así:

Cierta día, caminaba un viejo hombre por las orillas de un lago, cuando de pronto se topó con un joven que sentado en una piedra pescaba...

- ¡Buenos días! -saludó cortesmente el joven cuando vio acercarse al anciano.

- ¡Buen día jovencito! -contestó el viejo quien después de unos minutos de observar al muchacho preguntó:

-¿qué es lo que haces mi joven amigo?

Al muchacho le extrañó un poco la pregunta pues era obvio que estaba pescando; sin embargo con toda buena educación le respondió animoso al anciano:

-Estoy pescando buen hombre...

- ¡Ah! -exclamó el viejo- y ¿para qué pescas?

-Pues, usted sabe, para vender el pescado, -volvió a contestar el joven, a quien cada vez le intrigaba más el viejecito aquel.

-Y ¿para qué quieres vender el pescado? insistió el hombre.

-Y ¿para qué quieres vender el pescado? insistió el hombre.

El joven comenzaba a perder la paciencia ante preguntas tan evidentes, pero como era una buena persona se armó de paciencia y con su mejor sonrisa respondió:

-Mire señor, vendo mi pescado para ganar dinero, y como supongo que su siguiente pregunta será que para qué quiero el dinero, pues si gusta le contesto de una vez: el dinero lo quiero para poder comer! ... -Terminó el joven con un gran suspiro de alivio pensando que ahora sí el ancianito quedaría satisfecho y lo dejaría seguir disfrutando de su pesca.

El viejo pareció no darle importancia a lo sucedido y después de agradecer al joven aquella extensa y no requerida explicación formuló con toda paz su siguiente pregunta:

-¿ Y para qué quieres comer?

Poco le faltó al joven para no caer al agua con todo y caña...

- ¡ Cómo que para qué quiero comer? pues ¡para qué come uno? para vivir hombre para VIVIR!...

Ahora la expresión del viejo cambió; y fijando dulcemente su mirada en el muchacho, con una tierna sonrisa preguntó:

-y ¿para qué quieres vivir mi querido amigo?

El joven quedó mudo por unos instantes.

Finalmente, se alcanzó a escuchar una voz apagada que respondía como para sí misma:

- ¿ para qué quiero vivir? ... pues... para pescar...

+++++

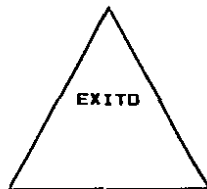
¿Qué te pareció la historia? ¿piensas que puede ser aplicable a nuestra vida diaria?

Si analizamos un poco la vida de nuestro amigo el pescador quizá la podríamos definir como una vida encerrada en un "círculo vicioso"...

Lo triste de las personas cerradas es que a la larga ni ellas mismas pueden entrar dentro de sí; ya no hay lugar ni siquiera para ellas, es decir para su verdadera forma de ser.

Son personas apáticas, sin ideales; pero que eso sí, van muy de moda con esta era moderna de "los productos desechable": envases desechables, servilletas desechables; y así también aquellas personas parecen tomar su vida de forma provisional.

Pero siguiendo con el "lenguaje geométrico", aunque ahora con un enfoque más positivo, te invito a pasar del "círculo vicioso" al "TRIANGULO DEL EXITO".



Antes que nada vamos a ver qué cosa entendemos por éxito.

Resulta muy bueno esto de analizar términos, en principio evita malentendidos y en segundo lugar uno puede saber que hay detrás de las afirmaciones, lo que nos permite asumir una posición crítica y personal frente a los argumentos que nos presentan.

Actualmente encontramos que la palabra éxito es muy utilizada. La mayoría de las personas buscan tener éxito, sin embargo, se dan distintas concepciones respecto del significado de este término. Nosotros vamos a tomar dos puntos de vista:

1) Tener éxito es ser siempre mejor que los demás.

2) Tener éxito es ser siempre lo mejor que puedes llegar a ser para los demás.

Ambas concepciones tienen como telón de fondo, el reconocimiento de las propias capacidades; es decir, parten de que la persona conoce que tiene ciertas facultades que le posibilitan para hacer algo o ser alguien.

En la primera afirmación, logras desarrollar tus capacidades personales, es decir haces realidad lo que antes era una mera posibilidad en tí, con la finalidad de sobresalir, de ser mejor que otros.

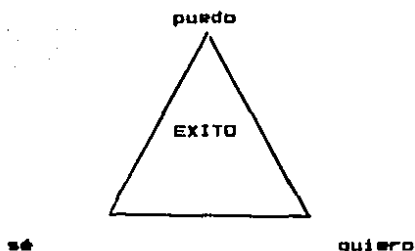
En la segunda, aunque aparentemente te olvidas de tí mismo ya que buscas ser mejor para los demás, estás en realidad "matando dos pájaros de un tiro" al atender a tus necesidades más específicamente humanas, es decir a aquello por lo que eres un verdadero hombre o mujer íntegro, puesto que abarcas una realidad mucho más amplia y rica que el sólo desarrollo personal, ya que lo complementas y lo trasciendes al salir de tu solo yo y dirigirte hacia los demás.

En la primera afirmación en cambio, el desarrollo personal que logres, se va "viciando" al no encontrar salida -igual que lo que le ocurrió al pescador- el punto de partida se convierte en punto de llegada; el aparente desarrollo poco a poco va haciendo que la persona retroceda en lugar de avanzar.

Este librito te presenta la segunda concepción de éxito; es decir, estamos convencidos de que el ser humano es algo más que un ser "para sí mismo", pensamos que la vida de todo hombre y mujer es valiosa, entre otras cosas por su papel único e insustituible en el mundo y que por lo mismo, sus características personales le dan la posibilidad y hasta la obligación de desarrollarse y responder ante la vida, ante sí mismo y ante su entorno.

Pero bueno, pasemos ahora a ver a qué nos referimos con esto del triángulo del éxito.

El triángulo del éxito, como todo buen triángulo, -y que por cierto es "equilátero"- tiene tres lados, en cuyos vértices se encuentran tres palabras que relacionadas entre sí pueden dar el "EXITO".



El primer vértice inferior izquierdo (sé), abarca el aspecto COGNOSCITIVO; es decir, el saber con qué herramientas o medios cuentas; conocer cuáles son tus posibilidades y cuáles tus limitaciones.

El segundo vértice superior (puedo), habla del aspecto AFECTIVO; "poder" hacer algo nos llena siempre de ilusión, de entusiasmo.

El tercero y último vértice (quiero), se refiere al aspecto VOLITIVO; implica por tanto el ejercicio de una de las facultades más maravillosas y que además nos hace ser más plenamente personas; me refiero a la LIBERTAD humana.

Si dibujo tan sólo estos tres puntos:

•

•

•

aunque percibimos un triángulo no lo es. Un triángulo será tal, sólo si se encuentran unidos sus vértices entre sí.

De igual forma, nuestro triángulo del éxito para que pueda ser no solamente triángulo, sino además "del éxito", requiere de la unión de los tres elementos; en otras palabras:

el SABER que PUEDES y QUERER hacer
algo o ser alguien.

Ya antes dijimos cómo lo valioso de una vida depende más del cómo la vives que de lo que realices en ella.

Así, el "triángulo del éxito" te invita a basar tus actitudes en el reconocimiento de tu valor como persona.

Si en el primer vértice se asume una actitud negativa en que la persona se dedique a reconocer en sí misma tan sólo límites, obstáculos etc. ¿cuál será la información que pase al segundo vértice? ¡exacto!: de derrota, sin siquiera haberse dado la oportunidad de poner un pie en el campo de batalla; y ni hablar

del último vértice, ya que si uno "sospecha" que no puede, ni se le ocurre "querer"; o pero aún, quizá algo en su interior le anima a lanzarse a la lucha, pero al no ver más allá de sus limitaciones, aunque quiera, piensa que no puede y se acabó.

Pero se puede caer en el otro extremo, personas que al buscar conocerse un poco más, se dedican a "admirar" y quedar "extasiadas" de sus múltiples cualidades, sin tomar ahora en cuenta sus límites, asumiendo una actitud de omnipotencia que al igual que la anterior, es falsa al no corresponder con su realidad integral; lo más probable es que el "éxito" de las personas en esta situación se traduzca en una triste frustración por haber tan sólo "creído que podía".

Estas dos actitudes contrarias, la primera de infravaloración y la segunda de valorarse en exceso, reducen la riqueza del ser humano al polarizarse a sólo algunos de sus aspectos.

En efecto, como iremos viendo tú como joven, hombre o mujer, necesitas para la formación firme de tu PERSONALIDAD, del desarrollo de tus capacidades, tanto internas como las del medio que te rodea; pero también de la riqueza y el crecimiento que da el enfrentarte ante tus limitaciones, las cuales además brindan la oportunidad de abrirte, al experimentar la necesidad que tienes de tus semejantes -necesidad no en el sentido de dependencia sino de complemento-.

Pero siguiendo con la unidad que han de tener los vértices del triángulo del éxito, de no darse se puede también caer en una actitud demasiado idealista; soñar que te "gustaría poder", sin tomar en cuenta ni posibilidades, ni límites; pero eso sí, con unos ideales tan elevados, que aterrizar en este caso, será sinónimo de "estrellarse" ante una realidad que no fue tomada en cuenta.

Considerando lo que hemos visto hasta ahora, si te parece vamos a analizar algunos aspectos importantes que puedes tomar en cuenta para cada uno de los vértices del triángulo del éxito.

2. ¿QUIEN "SE" QUE SOY?

Quizá en alguna ocasión hayas leído el libro de "El Principito". Te invito de cualquier forma a que leamos un fragmento de este cuento que nos servirá para después entrar de lleno en nuestro tema.

EL PRINCIPITO (fragmento)

"Siempre había habido en el planeta del principito flores muy simples adornadas con una sola fila de pétalos que apenas ocupaban sitio y a nadie molestaban. Aparecían una mañana y por la tarde habían desaparecido. Pero aquella (flor) había germinado un día de una semilla llegada de quién sabe dónde y el principito

había vigilado cuidadosamente desde el primer día aquella ramita tan diferente a las que él conocía...El principito observó el crecimiento de un enorme capullo, y tenía el convencimiento de que había de salir de allí una aparición maravillosa; pero la flor no acababa de preparar su belleza al abrigo de su envoltura verde" (?).

Tú ahora te encuentras en la parte final de una de las etapas más maravillosas de la vida del ser humano: la adolescencia, una etapa en la que tu propia personalidad se va formando de una manera cada vez más firme y clara...

Un buen día, quién sabe en qué momento, al igual que el principito, descubriste que algo nuevo crecía en tí, y también fuiste vigilando aquello tan diferente a lo que estabas acostumbrado.

Fisicamente ya no eras igual que cuando niño; tus intereses también fueron cambiando; la forma de ver la vida, tus relaciones con tus amigos y amigas, aun con tu propia familia parecían toda una novedad.

En el planeta del principito siempre habían existido flores, pequeñas y discretas; así como desde tu infancia, fue brotando tu propia personalidad; tu sabes que sigues siendo la misma persona pero ahora con una nueva dimensión, que se va formando poco a

poco aunque con cambios continuos y bruscos.

"...Bien pronto el principito se sintió atormentado por la vanidad sospechosa de la flor. Un día, por ejemplo le dijo hablando de sus cuatro espinas:

- ¡Ya pueden venir los tigres con sus garras!
- No hay tigres en mi planeta -observó el principito- y además los tigres no comen hierba.
- Yo no soy una hierba -respondió dulcemente la flor-.
- Perdóname...
- No temo a los tigres pero tengo miedo de las corrientes de aire, ¿no tendrías un biombo?

"Miedo de las corrientes de aire...no es una suerte para una planta pensó el principito. Esta flor es demasiado complicad..." " (3)

La historia de la flor del principito proseguía, y éste al darse cuenta de lo "complicado" que a veces resultaba verla crecer, un buen día, huye de su flor, sin esperar conocerla un poco más, no se detiene para comprenderla, para aceptarla...

¿Quién SE que soy?

ibidem p. 39

¿Alguna vez haz escuchado ésta canción del grupo "TIMBIRICHE"?:

"PARANOIA"

"Me miro al espejo
 sólo fué un momento
 me confunde pensar
 en que las dos somos la misma,
 hace tiempo lo siento
 traigo alguien dentro
 ¿no será que soy yo?
 la que habita este cuerpo..."

Paranoia de encontrarme,
 paranoia de hablarme,
 paranoia de conocerme,
 paranoia de quererme..."

Guillermo Méndez
 Grupo TIMBIRICHE.

Detente por unos instantes a analizar los sentimientos que experimentaste al leer el pasaje del Principito y la canción de Timbiriche.

¿Te sientes identificado? ¿qué te llamó más la atención de lo que hemos visto hasta ahora?
 ¿por qué?

Conocerse a sí mismo algunas veces asusta; como al principito quien decidió mejor irse lejos... A veces resulta incómodo hablarnos a nosotros mismos, preguntarnos cosas; en ocasiones resulta menos molesto llenarnos por fuera de ruido, velocidad, imágenes, música...

Sin embargo yo te invito precisamente a lo contrario: a detenerte un rato, a dedicarte un tiempo para tí y a enfrentarte contigo mismo; a preguntarte ¿quién "sé" que soy? para que descubras que francamente eres una gran persona! y que todavía puedes llegar a ser, tu mejor tú; si te lo propones, si así lo decides.

Quizá la pregunta ¿quién soy yo? ya antes te la habías formulado. A decir verdad, es una pregunta bastante antigua; pregunta que desde siempre se ha planteado el ser humano; pero que no por eso ha dejado de pasar de "moda".

¿Cuál se te ocurre que sea la primer realidad que se te presenta al formularte la pregunta ¿quién SOY? ... ¡bueno, ya casi te dije la respuesta! Lo primero es darte cuenta que ERES, es decir, que existes.

Una existencia en el tiempo y que por tanto es limitada; y el límite más evidente, real y -podemos así decirlo- normal de la vida terrena es la muerte. Tu existencia, en suma, es finita.

Pero bueno, las piedras también existen, las plantas y los animales. Sin embargo, tu existencia es diferente, es una existencia especial y ¡porqué no decirlo, privilegiada!

Tu ahora puedes, por ejemplo, entender este folleto gracias a tu capacidad INTELLECTUAL que entre otras cosas te ha permitido aprender a leer. Tienes una VOLUNTAD con la que podrías decidir no continuar leyendo - ¡y a lo mejor escoger ir a la cocina a prepararte unas riquísimas papas con limón y chile...!-

...Por si acaso seguiste mi última "sugerencia" y decidiste detener unos instantes tu lectura; resumo lo que hemos reconocido hasta ahora:

Decir que YO SOY, es decir que
yo EXISTO
con una existencia TEMPORAL y FINITA pero privilegiada:
como SER HUMANO, lo cual implica que tengo
una INTELIGENCIA y una
VOLUNTAD y que por tanto
soy LIBRE

Del tema de la libertad hablaremos más adelante, por ahora sigamos respondiendo a la pregunta ¿quién SE que soy?

Decir que soy un "ser humano" todavía no me dice mucho si no lo

mujer. En otras palabras la forma como se manifiesta mi existencia humana es, en principio, a partir de mi sexualidad, de un sexo determinado: masculino o femenino.

Cuando hablamos sobre Helen Keller surgió la pregunta de si la podíamos acaso definir como una: "ciega, sorda y muda" ¿recuerdas?. Parte de la realidad de Helen implica en efecto esas carencias físicas, pero sabemos que resulta incompleta la definición de esta mujer si nos reducimos a equiparar su vida a sólo sus capacidades sensoriales.

Algo semejante sucede con la sexualidad humana -al igual que con otros muchos aspectos de la realidad integral del ser humano-.

Se tiende a reducir el plano de la sexualidad humana a una mínima expresión, equiparándola solamente a los impulsos sexuales físicos, los cuales si bien son parte integral de la sexualidad no definen por sí solos el significado de la sexualidad de hombre.

Te invito a que hagas un experimento:

Ponte de acuerdo con tus amigos o amigas del mismo sexo, y hagan una lista de características generales que encuentran exclusivamente en el sexo contrario al de ustedes. La lista puede contener los siguientes apartados:

- un aspecto biológico; en dónde pueden anotar cuestiones como estatura, facciones, cambios fisiológicos, etc.

- un aspecto psicológico; en donde pueden incluir formas de reaccionar ante diversas situaciones, formas de expresar sentimientos y emociones, capacidad para razonar, para intuir, intereses etc.

- finalmente un aspecto social; en el que pueden anotar entre otras cosas, las forma como se suelen relacionar socialmente.

Acudan a algún adulto de confianza (papás, profesores, tíos) que les ayude a complementar y a hacer más objetiva su lista .

En la historia de la humanidad han existido miles de hombres y mujeres; cada uno con su propia vida; cada uno en una determinada época; cada uno es una historia diferente.

En otras palabras, somos seres temporales, finitos que nos desenvolvemos en un tiempo y espacio determinado.

Tú eres una historia única e irrepetible.

En la línea que encuentras a continuación, anota desde el cero hasta el número de años que has vivido hasta ahora.

0

Anota los cinco acontecimientos que para ti hayan sido los más importantes o sobresalientes de tu vida.

Piensa por qué estos sucesos dejaron más huella en ti.

Si pudieras pesarlos en una balanza en la cual uno de los extremos representara los acontecimientos positivos y el otro los negativos ¿hacia dónde caería tu balanza?

De qué, o mejor dicho ¿de quién crees tú que depende el que la balanza de nuestra vida se vea cada vez más inclinada hacia lo positivo; hacia el optimismo, hacia la alegría de vivir?

¿quién SE que soy?

Pero bueno eres en efecto un ser histórico, pero no sólo eres pasado. Para ser exactos, aunque tu pasado es parte de ti al ser tus posibilidades de vida hechas realidad, ya no eres pasa-

de...: eres PRESENTE.

Eres, en el "aquí y el ahora"; eres un hombre o una mujer que vive concretamente una de las etapas del crecimiento y desarrollo humano: la adolescencia.

"Edad problema"; "edad de la choca"; "la edad"; "edad del pavo"; son sólo algunos de los extraños nombres con los que se suele definir una edad aparentemente difícil.

Los psicólogos -supongo que ante lo impropio que les resultaría utilizar alguno de los nombres anteriores- encontraron un término más "científico" y se refieren a este período de la vida del hombre como la "crisis de la adolescencia".

Quizá pienses -y con toda la razón- que ya estuvo bueno de hablar sobre crisis... Sin irnos muy lejos, nuestro querido país, México, vive en crisis. Crisis en el nivel político, económico, familiar, social, educativo, cultural...y para completar la lista ahora nada menos que se te presenta una nueva crisis: ¡tu propia edad!

Sin embargo tengo el gusto de proponerte -así como lo hice cuando definimos lo que se entendía por "éxito"- una nueva concepción de la palabra crisis.

En ocasiones cuando decimos que por ejemplo, alguien nos está

hablando "en chino o en japonés", queremos decir con esta expresión que no entendemos nada de lo que se nos está diciendo, o bien que el contenido es totalmente diferente a lo que uno piensa.

Lo curioso es que este "dicho" a veces resulta una realidad; fijate, en el Japón, cuando por ejemplo deciden entrar en huelga, en lugar de dejar de trabajar y anunciar con grandes banderas negras y rojas su estado de descontento laboral, los japoneses indican su falta de acuerdo colocándose una cinta en la cabeza o en el brazo y en lugar de parar la producción, trabajan a tal grado que se llega a una sobreproducción -lo cual también trae problemas a las empresas-.

¡No cabe duda de que es diferente a nuestro modo occidental de ver las cosas...!

Y precisamente son los japoneses los que también presentan una concepción distinta de la famosa palabra "crisis".

En el idioma japonés este concepto no existe propiamente como tal, sino que se expresa a través de dos ideogramas cuyo significado es el siguiente:

CRISIS = PROBLEMA / OPORTUNIDAD

Muchas veces solemos incluir en nuestro vocabulario palabras extranjeras ; cómo verías que incluyéramos no sólo en el vocabu-

lario sino en nuestra vida el significado japonés de la palabra crisis! Así tal vez nuestras crisis en lugar de representarnos pesados problemas, nos aparecerían como buenas oportunidades...

Ya veremos más adelante qué es lo que PUEDES hacer con tus "crisis". Por ahora piensa, ¿qué tipo de crisis ha representado para ti tu edad adolescente?

¿Te interesan las mismas cosas que hace diez años? ¿Comienzas a tener enfrentamientos con los adultos? ¿Sientes atracción por el sexo contrario? ¿De repente te sientes feliz y de pronto inesperadamente triste? ¿Te sucede que a veces crees "amar a toda la humanidad" y otras podrías llegar casi a golpear al primer "prójimo que ose decirte hola"? ¿Te han llegado a perturbar o a sorprender tus cambios físicos o fisiológicos? ¿Te preocupa tu futuro: qué estudiar, en qué vas a trabajar, con quién te vas a casar o simplemente qué será de ti el día de mañana? ¿Te planteas grandes metas?

Pues entonces, déjame felicitarte: tu personalidad busca formarse de una manera cada vez más firme.

Se han despertado en ti nuevas capacidades que te permiten ser más reflexivo, más crítico; ahora comienzas a tomar tus propias decisiones, eres capaz de distinguir entre lo que es y lo que

debería o podría ser y te vas reconociendo como un ser libre para optar por uno o por el otro camino.

Por otra parte, muchos de los aspectos que se consideran como más "críticos" de la adolescencia probablemente ya los has pasado -como cambios anatómico-fisiológicos, el rechazo a la autoridad etc.-

Todos los cambios que vas sufriendo en lo BIOLÓGICO en lo PSICOLÓGICO, y en lo SOCIAL influyen en tí mismo; estos cambios se relacionan mutuamente. Si por ejemplo te duele la cabeza, no dices: "mi cabeza se siente mal" sino que es toda tu persona la que se ve afectada; todo lo que te sucede, tanto interno como externo es parte de tí y por lo mismo influye, mas NO determina tu personalidad.

Y hablar sobre persona, sobre PERSONALIDAD, nos ayuda a "aterrizar" todavía más en tu realidad.

Es cierto que eres un ser humano, un hombre o una mujer, adolescente, pero no eres "otro" mas que TÚ MISMO.

A tí como persona Única e irrenovable se te dieron características que te hacen ser un ser humano especial, con una inteligencia y una voluntad propias; una persona que desarrolla y expresa en sí misma su forma de ser masculina o femenina; un hombre o una

mujer tan distinto a los demás, que si bien pasas por las mismas etapas de crecimiento y desarrollo, tú los vives como ningún otro ser humano.

Esto explica, entre otras cosas, el que por ejemplo algunos aspectos como el desarrollo de características corporales en ocasiones presente adelantos o retrasos.

Haz la prueba: busca encontrar alguna persona con las mismas huellas digitales a las tuyas....

No ha existido, ni existe, ni tampoco existirá otra persona idéntica a ti.

...¿quién SE que soy?

Eres TU MISMO y estás viviendo la etapa de la vida del ser humano en la que "eso que eres", tu personalidad se ha de formar más firmemente.

Tienes una forma única y especial de expresar emociones y sentimientos es decir, posees un temperamento propio que si analizas bien, en ciertas cosas se llega a parecer al temperamento de alguno de tus padres o parientes.

A través de tu carácter expresas tu propia personalidad: busca

conocerlo un poco completando las siguientes frases: (Trata responderte lo más completo que puedas para que logres así enriquecer aún más el conocimiento de ti mismo).

- + Mi estado de salud es:

- + Mis capacidades físicas son:

- + Mi capacidad intelectual es:

- + Mi rendimiento escolar es:

- + Mi familia es:

- + Los valores vividos por mi familia son:

- + Mi posición socio-económica es:

- + Mi escuela es:

- + Mis amigos son:

- + Mis relaciones interpersonales son:

- + Mis actividades diarias son:

+ Mi tipo de diversiones es:

+ Mi infancia fue:

+ Mi país es:

Piensa cómo influyen todas estas realidades en tu personalidad.

Tu propio estilo de "ser tú mismo" también se manifiesta a través de tus intereses, es decir de tus tendencias; a través de tus capacidades que hacen referencia a tus habilidades, a tus aptitudes; pero también se expresa lo que eres a través de tus limitaciones.

Es curioso cómo en ocasiones tendemos a definirnos más por los defectos que por las cualidades... implica madurez reconocer las fallas, pero también es maduro quien sabe aceptar y aprovechar sus aspectos positivos.

Escribe por lo menos diez cualidades y diez defectos que encuentres en tí mismo:

	CUALIDADES	DEFECTOS
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		

+++++

Como ves, todo lo que puedes conocer de ti mismo es incalculable; no solamente por lo variado del contenido, sino sobre todo por la riqueza que en ti se encuentra y que tan sólo espera ser descubierta y actualizada. En la medida que mejor te conozcas, más podrás desarrollar tus capacidades, encauzar tus límites y acercarte a esa persona que potencialmente PUEDES llegar a ser.

Tan sólo para terminar, y en referencia a lo que dijimos en el párrafo anterior en cuanto al valor incalculable que existe dentro de ti, te presento a continuación, un breve "cuento guru" para que lo reflexiones y obtengas tus propias conclusiones.

"En otro tiempo, hace mucho cuando Dios había terminado la creación del mundo, quiso dejar al hombre una parte de su propia divinidad, una chispa de su ser, una promesa hecha al hombre de lo que PODIA llegar a ser, si lo quería con todas sus fuerzas.

Buscó un sitio donde esconder esta chispa divina, porque decía: -lo que el hombre encuentra muy fácilmente, no lo aprecia en su justo valor.

-Entonces tenéis que esconder la chispa divina en la cima más alta del mundo- le dijo uno de sus consejeros.

Dios movió la cabeza.

-No, porque el hombre es un ser aventurero y aprenderá pronto a escalar el pico más alto.

-Escóndelo entonces, oh Eterno, en las profundidades de la tierra.

-No creo que eso convenga- dijo Dios- porque un día u otro el hombre descubrirá que puede cavar hasta lo más profundo de la tierra.

-¿En medio de los océanos entonces, Maestro?

Dios movió de nuevo la cabeza.

-Vosotros sabéis que he dado la inteligencia al hombre y un día u otro aprenderá a construir barcos y a cruzar los océanos más fuertes.

-¿Pero dónde entonces, Maestro?

Dios sonrió.

33

-Lo esconderé en el lugar más inaccesible, un lugar a dónde el hombre no irá a buscar fácilmente. Lo esconderé profundamente en él mismo".

2. ¿QUIEN "PUEDO" SER?

- Si a alguno de tus compañeros o compañeras le regalaran un automóvil último modelo, pero tu amigo en lugar de manejarlo lo dejara guardado en el garage de su casa ¿qué le dirías?

Piensa que quizá tu amigo o amiga no saben manejar o tal vez no tiene muchos deseos de aprender a hacerlo...

- Si fueras con tus amigos a un concierto de su grupo musical favorito y de pronto los cantantes decidieran simplemente no acudir al evento ¿qué les parecería a tí y a tus amigos?

En algunas ocasiones tenemos una gran cantidad de posibilidades y capacidades que simplemente no ponemos en práctica. A veces porque "no sabemos que podemos hacerlo", otras tranquilamente porque no se "nos antoja".

Lo grave del asunto es que además de perjudicarnos a nosotros mismos, dejamos muchas veces de cumplir ese papel único e irreplicable que complementa en alguna medida a nuestro entorno.

¿Quién PUEDES ser?

Vamos a analizar quién te dice, generalmente, la sociedad que puedes ser.

Por ejemplo, la publicidad presentada a través de los medios masivos de comunicación:

- Utilice "x" marca de tinte para cabello y "siéntase segura..."
- fume... coma... beba... determinado producto y "sea usted mismo..."
- maneje este modelo de camioneta y "siéntase el rey"
- vistase con esta marca de ropa, o use esta colonia o perfume que "va con su personalidad..."

Descubre tú mismo en algunos de los anuncios de la televisión ¿qué imagen de hombre o mujer te proponen que puedes ser?

Una de dos: o los seres humanos somos demasiado complicados y no nos hemos percatado de lo sencillo que es "ser nosotros mismos" fumando determinada marca de cigarros"; o bien somos algo más que solamente impulsos, y la definición de uno mismo no la puede dar una marca de la camisa o del perfume que se use.

¿Qué es lo que te puede definir?

Recuerda cómo a Hellen Keller no la definieron sus carencias orgánicas...

¿Te puede definir tu apariencia física?

¿Te podrá definir tu estrato socio-económico?

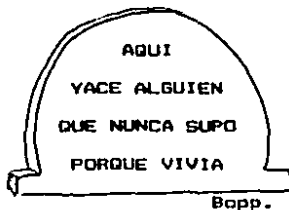
Tu aspecto corporal así como tu posición social son parte integral de ti mismo, y como tales es necesario darles su justo valor, pero tú eres algo más que sólo un cuerpo o tan sólo tus bienes materiales.

¿Qué es lo que define mejor tu personalidad?

¿Cuál puede ser tu propia definición?

Ya antes hablamos sobre ese límite temporal tan real y común a todo ser humano, me refiero a la muerte.

Cuántas personas encontramos en cuya tumba podría escribirse!:



(*)

¿Qué te gustaría que se escribiera de ti en tu epitafio?

Intenta escribirlo; anota en una frase algo así como el resumen de "lo que fue" toda tu vida.

La muerte, si bien es un límite evidente, puede ser asumido por el hombre como una fuente de posibilidades.

¿Qué sucedería si por ejemplo la vida terrena de las personas fuera ilimitada? Lo más probable es que las grandes realizaciones y aún las pequeñas obras de los hombres no fueran más que sueños no realizados o bien meras posibilidades en espera de ser puestas en marcha, ya que el ser humano no tendría ninguna prisa para hacer algo.

Por ser limitado el tiempo de vida, nos podemos dar cuenta del valor que tiene aprovechar cada momento que se presenta como una nueva y exclusiva posibilidad.

Ya antes vimos que tienes la capacidad para evocar tu pasado, pero que también no sólo eres pasado; eres presente, eres en un día y en un lugar determinado.

¿Quién PUEDES ser a partir de tu pasado? ¿qué PUEDES aprender de él?

¿Quién PUEDES ser HOY? ¿Quién PUEDES ser con las oportunidades finitas, únicas e irrepetibles que configuran tu presente?

Es importante sin embargo decir que así como el ser humano es el

Único ser vivo capaz de evocar su pasado y obtener provecho de él, así también es el único que tiene la capacidad para proyectarse a futuro; y si bien aunque, como hemos dicho, el tiempo real de vida con el que cuentas es objetivamente el presente, también es una realidad el deseo y la necesidad que tienes de aspirar a algo más; de trazarte metas, ideales, proyectos personales, de trascender...

¿Quién PUEDES llegar a ser?

Recuerda: tu futuro lo construyes a través de decisiones presentes.

Hay un refrán que dice: "dime con quién andas y te diré quién eres"; modificándolo un poco bien se puede decir otra gran realidad: "dime cuál es tu ideal y te diré quién eres."

Según tus ideales ¿quién PUEDES ser? :

- Un conformista: que, o bien no sabe que puede ser todavía mejor; o bien considera que es "más cómodo", menos peligroso y comprometedor "no saber" quién se puede llegar a ser si uno se decide...; no se formulan metas ni ideales. Presentan actitudes de apatía, de desidia, aburrimiento, falta de entusiasmo, indiferencia, etc.

- Un soñador: que tampoco toma en cuenta sus posibilidades y

límites reales sólo que este ívaya que sí y se plantea ideales!... pero son ideales que no están fundamentados en su propia realidad y que por tanto son inalcanzables. Algunas de las actitudes características de estos soñadores son la autosuficiencia, o bien formas un poco alocadas de ser, irreflexivas etc.

- Ser TU MISMO: es decir una persona que al conocer su realidad es lo suficientemente madura para emprender la lucha por ser ella misma, que se acepta y se respeta y que por lo mismo busca desarrollar todo su ser; que valora su dignidad personal y que sobre todo intenta actuar conforme a lo que es ella misma, planteándose para sí ideales dignos y conformes a su propia realidad.

Ser uno mismo implica también no tomarse muy en serio algunas veces; en otras palabras, aplicar una de las cualidades humanas más agradables: el sentido del humor aplicado a uno mismo.

Es un hecho que tienes muchas cualidades, que eres hábil para muchas cosas, pero también es una realidad que eres un ser limitado, que no eres un "estuche de monerías", que presentes defectos en tu carácter, que no todo lo puedas, pero no por esto el mundo se termina..., es de lo más sano, en ocasiones, no darse "demasiada" importancia.

Saber reírse de uno mismo y consigo mismo es también una carac-

terística de personas maduras, implica no estar tan centrado en uno mismo; da libertad para buscar ideales, para ser flexible cuando algunas de las metas personales se ven difíciles de alcanzar.

¿Quién PUEDES ser?

Se dice que tiene mayor responsabilidad en la vida el que más posee...

En este sentido TODO ser humano tiene una gran responsabilidad ante la vida, ya que todos somos portadores de una riqueza personal que podemos compartir; riqueza que los demás también tienen derecho a recibir. Por el sólo hecho de existir, el ser humano tiene algo especial que complementa la vida humana. Cada uno ocupa un lugar único e insustituible.

Sin embargo, es también un hecho que hay capacidades y características de la vida del hombre que se pueden prestar para una mayor donación y complementación.

Uno de los requisitos para ser responsable ante algo es que conozcas con qué medios cuentas para responder.

¿Cómo PUEDES tú responder según tus capacidades físicas, tus cualidades personales, tus aptitudes, tu temperamento, según el

tipo de vida que has vivido, según tu posición socio-económica?

Y hablar sobre CAPACIDADES también nos remite a hablar de su contrario, es decir de las LIMITACIONES.

Para seguir con el mismo ejemplo de Hellen Keller, sabemos que ella tenía evidentes carencias. Sin embargo, sus límites no le impidieron ser aquella persona que seguramente ella conocía que podía ser. Hellen supo encauzar sus límites y aprovechar sus posibilidades que, entre otras cosas, le permitieron por ejemplo aprender varios idiomas, desenvolverse socialmente, comunicarse con sus semejantes etc. Supo apoyarse de sus posibilidades familiares, económicas; supo asumir sus límites transformándolos en potencialidades, ya que lejos de considerarlos como obstáculos, fueron para ella un reto; en fin Hellen sabía que podía.

Tú ¿Quién PUEDES ser?

3. ¿QUIEN "QUIERES" SER?

"QUERER es poder" dicen algunos ¿será cierto? ¿de qué crees tú que depende que existan personas con "éxito" verdadero, plenas, y por lo mismo felices?

La siguiente historia tal vez nos ayude a encontrar una respuesta.

Este cuentito no es del escritor Papinni -como el del pescador

que vimos en el primer punto-; sin embargo con todo respeto para el autor, vamos a pedirle prestado a uno de sus personajes para contarlo.

Damos inicio entonces con aquel buen anciano, que como recordarás era todo un filósofo y le gustaba, como buen sabio, caminar por el mundo.

En una de sus travesías, llegó a una cantera. El color rojizo de aquellas enormes piedras dominaba el caluroso paisaje, en donde apenas y sobresalía las figuras de un grupo de hombres que con pico y pala en mano, trabajaban sin descanso.

Nuestro ya conocido viejecito, como seguramente suponemos, no tardó mucho en poner en práctica su pasatiempo favorito; y dirigiéndose a uno de aquellos hombres le preguntó:

-¿A qué se dedica mi amigo?

El trabajador un tanto malhumorado por aquella "fastidiosa interrupción", y sin voltear para mirar al anciano refunfuñó entre dientes:

-¡pues qué no ve... estoy picando piedra!

El viejo con toda sencillez, se despidió agradeciendo la respuesta de aquel cansado hombre... Se acercó entonces a un segundo trabajador y le hizo la misma pregunta:

-buenas tardes caballero ¿me podría decir qué hace usted?

Este otro trabajador se notaba un poco más cuidadoso con su trabajo, y si bien su semblante no reflejaba tanta amargura como el de su compañero anterior, si se le veía un poco fastidiado... Detuvo por un instante su trabajo y con una ligera sonrisa respondió al anciano:

-Pues, ya sabe hombre, aquí ¡ganando el sustento de cada día!

-Mucho le agradezco su respuesta, dijo el anciano.

Finalmente se acercó a un tercer trabajador. Este se notaba diferente a los otros dos; su trabajo no sólo parecía estar mejor hecho sino que además, por la manera como lo hacía, aparentemente no le costaba tanto... aún las rocas parecían menos pesadas en sus manos.

El anciano no perdió la oportunidad y se acercó para preguntar:

- ¡Cómo le va! ¿podría decirme qué es lo que hace?

El tercer trabajador, que sudaba a gota gorda, dejó su pico a un lado y con una alegre y contagiosa sonrisa contestó:

-Pues aquí señor; ¡ayudando a construir una catedral!

+++++

Estos tres hombres realizaban el mismo trabajo. Los tres en la misma cantera, con los mismos instrumentos de trabajo y bajo las mismas condiciones ambientales.

Sin embargo, ¿qué diferencia encuentras entre los tres?

Quizá la respuesta la podemos resumir en una sola palabra: la

diferencia está en la ACTITUD con la que cada uno hacía su trabajo.

El primer hombre parece no encontrarle mucho sentido a lo que hace... el segundo trabaja porque no le queda más remedio... nos recuerda a nuestro amigo el pescador -pescar para vivir, vivir para pescar-

El tercer hombre en cambio, no sólo hace bien su trabajo sino que encuentra gusto por hacerlo; se siente parte de una empresa importante, él ayuda a que se construya algo grande, ¡y él es parte de esta obra!

Tú también eres parte no sólo importante sino esencial de una obra muy especial. Eres de hecho el protagonista en la construcción de tu propia personalidad.

Para construir un gran edificio primero hay que contar con los recursos necesarios: material de construcción, elemento humano especializado, así como conocimientos arquitectónicos o ingenieriles.

Pero de nada vale contar con todo aquello si no se pone en marcha la obra, la construcción, lo cual no es nada fácil; hay que moverse para conseguir permisos, lidiar con un sinnúmero de problemas: que si la barilla subió, que si los trabajadores

hicieron "san lunes", que si... en fin, muchas veces es todo un triunfo terminar una construcción.

Construir en tu propia personalidad es todavía tarea más difícil y por supuesto más importante.

También requieres de material o recursos personales, tomar en cuenta tus limitaciones pero aprovechar tus potencialidades, tener conocimiento ya no de arquitectura, sino de tu dignidad y valor propios; y sobre todo tener una ACTITUD optimista, entusiasta y valiente para emprender esta obra magna, única e irrepetible; tarea que seguramente deberá afrontar muchas dificultades.

Tener aquella actitud positiva que te ayuda a comprometerte con esa gran tarea que es la construcción de ti mismo, sin buscar otros moldes sino formando el tuyo propio. Saberte y sentarte involucrado en tu propio desarrollo.

¿Quién quieres ser?

La pregunta es directa y personal; no es lo que quieren tus padres; no es tampoco lo que quieren tus amigos, ni lo que los medios de comunicación buscan que quieras. Es tú elección.

¿Quién quieres ser?

Es importante estar abierto a pedir consejo y escuchar sugerencias de las personas cercanas -padres, hermanos, amigos, profesores etc.- que te tienen especial cariño.

En realidad una actitud madura la presenta aquél que sabe reconocer la necesidad que tiene de ayuda, de complemento, quien sabe pedir y recibir consejos, y sobre todo el que sabe discernir y asumir aquellas sugerencias que pueden contribuir en su crecimiento.

La vida te pregunta ¡respondele!

¿Quién QUIERES ser:

- con tus posibilidades físicas
- con tus cualidades personales
- con tus límites y defectos
- con tus posibilidades familiares
- con tu educación
- con tus posibilidades económicas
- con tu capacidad de amar
- con tu capacidad de admiración
- con tu creatividad
- con tu relación con DIOS?...

5. SE REBELDE!

Mucho se habla sobre la rebeldía juvenil... "los rebeldes sin causa" como se le ha venido llamando a la juventud por mucho tiempo.

Es en verdad un hecho que la edad en la que te encuentras tiene muchos rasgos de rebeldía; ahora tus mismas capacidades intelectuales te permiten percibir una realidad más amplia, formular juicios más críticos, en fin tienes nuevas capacidades que en ocasiones te hacen rebelarte ante ciertas circunstancias.

Yo también te invito a la rebeldía, a que aproveches esta nueva energía que ahora surge en tí con más fuerza. Te invito a ser rebelde, pero a una "rebeldía con causa"...

Se rebelde ante "lo establecido":

Rebélate ante la apatía que parece estar "de moda" y que presentan muchos jóvenes de tu edad, que parecen "vegetar" -en todo el sentido de la palabra- a sus 17 o 18 años...

Tú en cambio, ¡NO te limites "simplemente a existir!" ¡Participa de forma activa en tu existencia!

Rebelate a ser un objeto más del consumismo; a ser tratado tan sólo como un ser instintivo; a entrar en el juego de la "moderna producción en masa" que hace seres humanos todos idénticos, hombres fáciles de ser manejados...

Tú puedes correr el riesgo de ser tú mismo, de desarrollar tu personalidad, tus potencialidades, de sacar el mejor provecho de tu vida decidiendo sobre ella. Sé tú mismo quien influya en tu vida...

Sé rebelde ante el pesimismo de muchos mexicanos que lo único que hacen "a la perfección" es quejarse de la situación crítica de nuestro país, pero que no son lo suficientemente valientes para pensar en soluciones y poner todo lo que está de su parte para transformar su nación.

Tu puedes desde ahora construir en tí una personalidad madura que reconoce cuáles son sus posibilidades y límites de actuación, pero que sobre todo asume una actitud optimista y emprendedora ... ¿cómo? comienza por conocer tus intereses y capacidades para elegir una profesión en la que te puedas desarrollar pero que además puedas prestar un servicio digno y enriquecedor a la sociedad...

En fin, existen una gran cantidad de situaciones ante las que puedes rebelarte: a conducir con exceso de velocidad, -como "todo

el mundo"-- porque sabes que no sólo pones en peligro tu vida sino la de otros; a dar un mal trato a personas que tienen una educación así como posibilidades económicas diferentes de las tuyas, porque entre otras muchas cosas, tú ya has comenzado a descubrir la dignidad que tienes como persona y que compartes con los demás seres humanos, porque reconoces la necesidad de respetarte y de respetar a los demás; ser rebelde a los excesos en bebidas alcohólicas o hacer uso de drogas sólo por "ver qué se siente".

Usa tu LIBERTAD, pero recuerda que esta facultad tan específicamente humana, es un arma delicada, con la que uno puede elegir ser quien realmente puede ser; o bien decidir hacer de la suya una existencia pobre, raquítica.

LIBERTAD que no es sinónimo de independencia o de desvinculación. Una libertad que no se entiende sin su pareja inseparable: la responsabilidad; libertad que por tanto escoge comprometerse, y a la edad que tienes, son ya compromisos serios.

¡Acuérdate de lo que PUEDES!

¡Acuérdate quién ERES!

¡ANIMO!..

y mucho E X I T O con tu vida.

CAPITULO I.

...leiste bien, dice CAPITULO I.

Seguramente pensarás que lo normal sería terminar con algunas conclusiones o algo por el estilo.

Este folleto buscó tan sólo despertar en ti la necesidad por conocerte a ti mismo; darte sugerencias en las que te puedas

basar para que poco a poco vayas descubriendo y formando tu propia personalidad de una manera cada vez más firme.

Sin embargo, el verdadero libro lo escribes tú; tú como el autor de ese volumen que es tu vida; tú, que con tu propio estilo y con el color de tinta que escogias irás día con día llenando de contenido real, vivo, las páginas de tu existencia.

Tan sólo recuerda que para escribir, primero hay que conocer las letras... ¡CONOCETE A TI MISMO, y vive las oportunidades únicas e irrepetibles que tu vida te presenta!

CONCLUSIONES

1. La EDUCACION busca el desarrollo integral del ser humano; el que cada persona, con base en su realidad única e irreplicable, realice sus potencialidades y aproveche las oportunidades finitas que la vida le presenta.

El ser humano es un ser perfectible, cuyas capacidades le permiten y exigen "hacerse" a lo largo de su vida, dirigir la propia existencia de forma verdaderamente humana y llegar a ser aquella persona que potencialmente es capaz. Esta tarea se puede realizar a través de la educación.

2. La ORIENTACION EDUCATIVA se presenta como una forma educativa que concreta en la persona las metas de la educación. Parte de una relación con carácter de ayuda y de cooperación fundamentada en el respeto a la libertad del educando.

La orientación educativa a través de la comunión de ideas, sugiere valores con el objeto de lograr que el educando construya en sí y por sí mismo su propia vida.

3. El CONOCIMIENTO DE SI MISMO presenta un doble valor como necesidad y exigencia en el ser humano. El hombre, gracias a que posee facultades espirituales, tiene la posibilidad de conocerse a sí mismo. La complejidad y la riqueza que encier-

rra la peculiaridad de cada ser humano le invita y le pide conocer aquello que le permitirá dar una respuesta realista y comprometida ante su propia existencia.

El ser humano presenta de igual forma, la capacidad para reconocer en sus límites posibilidades de mejora. La limitación humana se presenta a la persona como una fuente de oportunidades para salir de sí mismo, invitándolo a reconocer que no todo lo puede por sí sólo y a que experimente la necesidad que tiene de complemento con su entorno.

El conocimiento de sí mismo ayuda a que la persona reconozca y valore su personalidad: propia, única e irrepetible y por lo mismo a que reconozca la dignidad, el respeto y el aprecio que se debe tanto a sí, como hacia las demás personas. A su vez hace que cada persona descubra su necesidad por trascender, de apuntar su personalidad mas allá de sí misma.

5. La orientación educativa, juega un papel indiscutible en el conocimiento que de sí misma puede obtener la persona, al hacer patente el estado de necesidad en que el educando se encuentra; al proponer aspectos importantes que la persona puede considerar para que su propio conocimiento tenga un mayor grado de objetividad; y finalmente al hacerle ver el valor de la gran riqueza que va descubriendo en sí mismo así

como la responsabilidad que conlleva dicho conocimiento.

6. La ADOLESCENCIA aparece como una etapa rica en posibilidades para el desarrollo del ser humano, al ser el tiempo en que la personalidad busca fundarse sobre bases más firmes, como cimiento sobre el cual el joven comience a construir su propia vida a través del inicio en la toma de decisiones personales.
7. Las crisis que en ocasiones se presentan durante la adolescencia, pueden ser orientadas para que contribuyan en el crecimiento del joven.

Es importante que el adolescente participe de forma activa en su propio desarrollo personal para que pueda así contribuir de forma productiva ante el papel único que que representa su su estilo personal de ser.

8. Las forma como el adolescente asuma las nuevas exigencias que experimenta, depende en gran medida de la actitud con la que el joven se perciba a sí mismo. Su responsabilidad personal va unida al reconocimiento de su propia realidad, de las capacidades y límites que constituyen su personalidad y que le permiten dar respuesta, además del valor y por tanto del respeto y aprecio que tenga por sí mismo.

9. El CONOCIMIENTO DE SI MISMO representa una necesidad vital para el adolescente, quien se encuentra precisamente en la etapa de búsqueda de su propia identidad.
10. La exigencia del joven de conocerse a sí mismo, hace necesaria la presencia de la orientación; el adolescente no sólo requiere conocerse sino que también necesita de herramientas que lo ayuden en el reconocimiento y el aprovechamiento de las capacidades que presenta su realidad bio-psico-social y espiritual.
11. Las tres etapas que configuran la adolescencia son susceptibles de ser orientadas en el conocimiento de sí mismo. En concreto la fase final de este período, representa grandes posibilidades para el logro de dicho conocimiento dado el avance en el equilibrio perdido durante las dos primeras etapas.
12. La propuesta para la elaboración de un manual dirigido al propio adolescente, promueve la identificación del joven al sentirse directamente tomado en cuenta, hecho que por tanto puede despertar e incrementar la motivación en el adolescente por conocerse a sí mismo.

Un manual, en su calidad de medio masivo, presenta la ventaja de la gran difusión que puede alcanzar, con la

posibilidad de hacer llegar el contenido a personas que quizá no tendrían otra manera de recibir el mensaje.

13. Se reconoce sin embargo, lo limitante que puede resultar para la orientación el cumplir de forma completa con su objetivo formativo a través de un manual. Este recurso, si bien presenta ventajas, carece sin embargo de la relación directa y por tanto de la retroalimentación necesaria a partir de la cual se comunica, se nutre y enriquece la orientación.

Se sugiere por tanto, el manual como complemento para la función orientadora, y se considera conveniente instrumentar e innovar otros medios y recursos educativos que contribuyan a alcanzar de forma más plena los fines de la orientación y que a su vez permitan profundizar en el conocimiento que de sí mismo puede alcanzar el educando.

Así mismo se propone el presente estudio como base para posteriores investigaciones y profundizaciones del mismo tema. Se puede buscar dirigir la atención hacia otro tipo de población de la que fue atendida en este trabajo.

14. De forma global se puede afirmar que el conocimiento de sí mismo durante la adolescencia responde a las nuevas capacidades y necesidades que se despiertan en esta edad; sobre todo atiende al cumplimiento de la tarea fundamental de la

adolescencia que es la búsqueda por definir una personalidad auténticamente propia y fundada sobre bases sólidas.

La orientación educativa se vale del conocimiento de sí para que, encauzando este último, funja como herramienta educativa que posibilite la formación de una personalidad sana y productiva, que por lo mismo busque vivir intensamente su presente a la vez se plantee metas acordes a su realidad; una persona integrada en su propia definición que al mismo tiempo busque trascender su sólo individualidad.

El conocimiento de sí mismo es, en efecto, una herramienta educativa que al dirigirse a la persona, en este caso al adolescente, en lo que éste tiene de profundo y digno, redundan necesariamente en el mejoramiento y el progreso de la sociedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. BLOSS, Peter. Psicoanálisis de la adolescencia. Editorial Joaquín Múrtiz, S.A. México D.F. 3a. edición, 1986.
2. CARDONA, Carlos. Metafísica de la opción intelectual. Ediciones RIALP. Madrid, 1969, 158 p.
3. CARNEIRO, Leop. Adolescencia: sus problemas y su educación. Editorial UTHERA. México, D.F., 1979, 295 p.
4. CENTRO DE VALORES HUMANOS A.C. (CEVHAC). Autores varios, en coordinación por Rafael Checa. Valores Humanos, cambio social y civilización del amor. CEVHAC. México D.F., 1986, 196 p.
5. CASTILLO GERARDO Los adolescentes y sus problemas. ERSA. México, D.F., 1986, 232 p.
6. CLIFFTON, Williams, et al. Conducta organizacional. Scott, Foresman and Co. U.S.A. 1984, 257 p.
7. DE SAINT EXUPERY, Antoine. El principito. Fernández editores, S.A. México D.F., 1978, 100 p.
8. ERIKSON, H., Erik. Sociedad y adolescencia. Siglo veintiuno editores S.A. México D.F. 1985, 179 p.
9. FABRY, Joseph. La búsqueda de significado. Fondo de cultura económica México D.F. 1984, 271 p.
10. FRANKL, E. Viktor. La presencia ignorada de Dios. Editorial HERDER. Barcelona, 1985.
11. FRANKL, E. Viktor. La psicoterapia al alcance de todos. Editorial HERDER. Barcelona, 1985.
12. FRANKL, E. Viktor. Psicoanálisis y existencialismo. Fondo de cultura económico. México D.F., 1978, 359 p.
13. FROMM, Erich. El arte de amar. Editorial Paidós. México D.F. 1984.
14. FROMM, Erich. Ética y psicoanálisis. Fondo de cultura económica. México D.F., 1953.
15. GARCIA HOZ, Victor. Principios de Pedagogía sistemática. Editorial RIALP. Madrid, 1981, 538 p.

16. GANTUZ, Victor. Educación sexual para niños y jóvenes. Editorial Universo. México D.F. 1982.
17. GEMELLI, A. et al. Introducción a la psicología. Editorial Luis Miracle, S.A. Barcelona 1961, 414 p.
18. GONZALEZ, R. Antonio. Antropología cristiana. Editorial Progreso, S.A. México, 1983, 352 p.
19. GOOD, L. Thomas, et al. Psicología educacional. Nueva editorial Interamericana. México D.F. 2a. edición, 1983, 632 p.
20. GORDILLO Ma Victoria. La orientación en el proceso educativo. EUNSA. Pamplona, 1975, 237 p.
21. HURLOCK, Elizabeth. Psicología de la adolescencia. Editorial Paidós. Buenos Aires, Argentina. 3a. edición, 1979, 573 p.
22. JONES, Arthur. Principios de orientación y asistencia personal al alumno. Editorial universitaria de Buenos Aires.- Buenos Aires, segunda edición, 1970, 427 p
23. KELLY W.A. Psicología de la educación. Ediciones Morata. Madrid 1972, 684 p.
24. LEVI, Eduardo. Encuentros con Cristo. Centro Gráfico. Guadalajara, Jalisco.
 13 años. La gracia. 1981.
 14 años. La adolescencia. 8a. edición. 1986.
 15 años. El amor. 3a. edición, 1986.
 17 años. Compromiso. 1984.
 18 años. Rocas. 5a. Edición, 1982.
25. LOPEZ Ruiz, Miguel. Elementos metodológicos y ortográficos básicos para el proceso de investigación. UNM Instituto de investigaciones jurídicas. México D.F., 1987, 134 p.
26. LLANO, Alejandro. Gnoseología. EUNSA. Pamplona, 1983, 265 p.
27. MANDRIGAL, Los niños son así. Estudio general de la evolución psicológica del niño y de los métodos educativos. Editorial Jus. México, D.F., 7a. edición, 1966, 305 p.
28. Mc.KINNEY, John Paul. et al. Psicología del desarrollo. Edad adolescente. Editorial Manual Moderno. México, D.F. 1982, 266 p.
29. MICHEL, Guillermo. Aprende a aprender. Editorial Trillas. México D.F. 4a. edición, 1984, 112 p.
30. MIRA Y LOPEZ, Emilio. Psicología evolutiva del niño y del adolescente. Editorial Ateneo. Buenos Aires, 1979, 550 p.

31. MORENO, B, María Guadalupe. Didáctica, fundamentación y práctica. Editorial Progreso. México, D.F. 1977, 167 p..
32. MUSS, Rolf. Teorías de la adolescencia. Editorial Paidós.- México, 2a. edición. 1986, 225 p.
33. MUSSEN, Paul. Desarrollo de la personalidad en el niño. Editorial Trillas. México D.F. 1975, 878 p.
34. NERICI, Imideo. Hacia una didáctica general dinámica. Editorial Kapeluz. Buenos Aires, 1984, 540 p.
35. OTERO, F. Oliveros. La libertad en la familia. EUNSA. Pamplona, 1982, 228 p.
36. PIAGET, Jean. ¿A dónde va la educación? Editorial Teide. S.A 2a. edición, 1985 110 p.
37. PLANCHARD, Emile. Pedagogía Contemporánea. Editorial Rialp. España, 1961, 570 p.
38. QUDIST, Michel. Triunfo Editorial Estela. Barcelona, 31a. edición, 1969, 273 p.
39. ROGERS, Dorothy The psychology of adolescence. Prentice-Hall, Inc. Englewood Cliffs, New Jersey, 3erd. edition, 576 p.
40. ROGERS, R. Carl. El proceso de convertirse en persona. Editorial Paidós. Buenos Aires. 1977, 356 p.
41. ROSENBERG, Morris. Society and adolescent self image. Princeton University Press. Princeton New Jersey, 1965, 245 p.
42. SPRANGER. Psicología de la edad Juvenil. Editora Nacional.- México, 1967, 323 p.
43. VELAZQUEZ, José María. Curso elemental de psicología. Minerva Books. L.T.D. New Jersey, 1966, 416 p.
44. VERNAUX, Roger. Epistemología general del conocimiento. Editorial HERDER. Barcelona, 1975, 249 p.
45. VERNAUX, Roger. Filosofía del hombre. HERDER. Barcelona, 1970. 275 p.

CURSOS Y CONFERENCIAS

46. ARRIGUNAGA, Ana María. CURSO: El conocimiento propio y la

relación con el mundo: Retos Vitales. Mayo, 1989.

47. BOROQUEZ, Mónica. IX Congreso Nacional. Asociación psiquiátrica mexicana. CURSO Transcongreso: La intervención del T.S.P. frente a la crisis del adolecente. México, S.L.P., 30 de octubre-2 de noviembre.

REVISTAS Y DOCUMENTOS

48. PLIEGO, María. ISTMO, Revista del pensamiento actual. Dir. Carlos Llano Cifuentes. Bimestral, ERSA, Num. 170 Mayo-Junio 1987. p.56.
49. CONFERENCIA DEL EPISCOPADO NACIONAL Presencia de la Iglesia en el mundo de la educación en México, México, D.F., 1983.
50. UNAM. Cuadernos de psicología médica psiquiátrica. Departamento de Psiquiatría y Salud Mental, Facultad de medicina.

DICCIONARIOS Y ENCICLOPEDIAS

51. ABGAND, N. Diccionario de filosofía. Fondo de cultura económica. México, 1963.
52. DICCIONARIO DE LAS CIENCIAS DE LA EDUCACION. Vol. I-II. Editorial Santillana, Madrid 1985.
53. ENCICLOPEDIA TECNICA DE LA EDUCACION. Tomo I. Editorial Santillana, Madrid 1975.
54. PEQUENO LAROUSSE ILUSTRADO. Ediciones Larousse. Buenos Aires, Argentina, 1984.
55. THE POCKET OXFORD DICTIONARY. Oxford University Press. 1978.

ANEXO I.

La realidad de la religiosidad en el ser humano.

- Aportaciones del psiquiatra Viktor Frankl en su libro La presencia ignorada de Dios (*).

El doctor Frankl, parte del descubrimiento de un inconsciente espiritual y no solamente impulsivo.

Lo anterior lo explica diciendo que en su origen, lo espiritual no se puede autoreflexionar, pero que sin embargo lo percibimos como realidad de ejecución.

En el inconsciente espiritual radica la conciencia ética, la cuál sintoniza la ley moral a la situación concreta de la persona concreta, este fenómeno trasciende el mero ser del hombre; uno puede "dialogar" con su conciencia por ser algo más que el propio yo. Su función es ser portavoz de algo distinto a sí misma, de algo que va más allá de la propia conciencia.

Lo trascendente de la conciencia hace que cobre sentido el responder --ser responsable-- ante su voz; la conciencia tiene un "de dónde", y la responsabilidad un "ante qué".

*FRANKL, E.V. La presencia ignorada de Dios op cit.

Y es aquí dónde -según Frankl- radica la religiosidad del hombre, "...realidad en el sentido empírico más estricto"; realidad que en ocasiones es ignorada por el llamado hombre irreligioso pero que sin embargo se encuentra allí, latente.

En efecto el hombre irreligioso, dice Frankl, lo es por ignorancia; ignora la trascendencia de su conciencia quedándose tan sólo en la mera facticidad de la conciencia psicológica.

Habla finalmente Frankl, de una religiosidad inconsciente, es decir, de una tendencia, de una relación con Dios que a veces es inconsciente.

Esto, aclara el psiquiatra, no quiere decir que el inconsciente sea divino, o que la conciencia sea omnisciente; tampoco significa que exista un determinismo hacia Dios, ya que la religiosidad inconsciente no es algo impulsivo, sino espiritual y por tanto la verdadera religiosidad tiene carácter decisivo y no impulsivo.