



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MEXICO

22
29

FACULTAD DE PSICOLOGIA

IDENTIFICACION DE LA
AUTOESTIMA DEL ADOLESCENTE
A TRAVES DE SU AUTOBIOGRAFIA

REPORTE LABORAL

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADO EL PSICOLOGIA

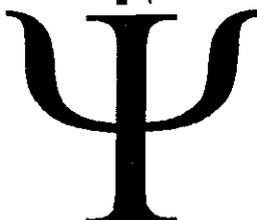
P R E S E N T A :
ANA LUISA BRAVO URUÑUELA

DIRECTOR: MTRA. ASUNCION VALENZUELA COTA
REVISOR: LIC. ANGELINA GUERRERO LUNA

MEXICO, D.F.

1999

277620



TESIS CON
FALLA DE 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 esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

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

A mi casa de estudios
la Universidad Nacional Autónoma de México,
por las enseñanzas y experiencias así como
el privilegio de ser parte
y haberme formado en ella.

A mis sínodales:
Lic. Fayne Esquivel Acona,
Mtra. Martha Cuevas Abad,
Lic. Guadalupe Santaella H.,
Lic. Angelina Guerrero Luna,
Lic. Asunción Valenzuela
Por sus valiosos observaciones
y sugerencias que enriquecieron
este trabajo.

A la Mtra. Patricia Meraz
Por su compromiso incondicional
en la elaboración de este trabajo
sin su ayuda, amistad y paciencia
simplemente no hubiera sido posible.
Un millón de Gracias por ayudarme
A vencer mis fantasmas.

A mis padres

Por darme todo su apoyo incondicional, y
creer en mi, así como darme el mejor de los ejemplos,
enseñarme a luchar y sobre todo por ser
los mejores padres, los quiero.

A Gerardo por ser mi hermano menor
y llegar a este mundo a enseñarme el amor más
Puro y dulce.

A la memoria de Estefania Bravo

Porque estando tan lejos, está tan cerca
Ya que siempre esta en mi corazón.

A Adrián por compartir lo cotidiano,
el lugar de los sueños, por ser mi
amigo, mi hermano,
y sobre todo por enseñarme que la
Amistad mágica existe.

A Elena y Miguel por brindarme su ayuda,
Amistad y por dejarme compartir a esos
Angelitos que son Cecy y Gustavo.

A quienes de alguna u otra manera
contribuyeron a la realización de este trabajo
Jaime, Armando, Estela
Gracias por ser mis escuderos.

A mis amigos por estar conmigo con los ojos cerrados
Y el corazón abierto, dispuestos a soñar conmigo
Leticia, Dolores, Humberto, Inés, Adriana, Miguel,
Jorge
Mil Gracias.

A Aquél que me amó
tanto como para hacerme
lo que ahora soy ... Gracias a Dios.

"En los albores de los tiempos, la escritura representó el modo en que la mano marcó, en la superficie de la cueva, en el tronco del silencio, el devenir de lo humano. Escribir para contar, contar lo que acontece y persiste; contar como especie que cuenta."

Heli Morales Ascencio

INDICE

| | Pág. |
|---------------------|------|
| JUSTIFICACION | 1 |
| ANTECEDENTES | |

CAPITULO I. ADOLESCENCIA

| | |
|---|----|
| 1.1. INTRODUCCION..... | 8 |
| 1.1.1.CRECIMIENTO FISICO..... | 10 |
| 1.2. SIGNIFICACION PSICOLOGICA DE LOS CAMBIOS..... | 13 |
| 1.3. PRINCIPALES TEORIAS DE LA ADOLESCENCIA..... | 16 |
| LA POSICION BIOGENETICA DE LA ADOLESCENCIA | 16 |
| LA TEORIA PSICOANALITICA DEL DESARROLLO ADOLESCENTE | 18 |
| LA TEORIA SOCIAL DE LA ADOLESCENCIA | 19 |
| TEORIA SOCIOPSICOANALITICA DEL DESARROLLO ADOLESCENTE | 20 |
| 1.4. DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD..... | 25 |
| 1.5. IMAGEN CORPORAL | 27 |
| 1.6. CREANDO UNA IDENTIDAD.. .. | 29 |
| 1.7. AUTOESTIMA EN LA ADOLESCENCIA..... | 35 |

CAPITULO II AUTOESTIMA

| | |
|--|----|
| 2.1. ANTECEDENTES..... | 37 |
| 2.1.1. Teoría Psicoanalítica | 41 |
| 2.1.2. Psicología del Ego..... | 43 |
| 2.1.3.Perspectivas Clínicas | 46 |
| 2.1.4. Perspectiva Actitudinal..... | 48 |
| A) DOROTHY CORKILLE BRIGGS..... | 50 |
| B) CARL R. ROGERS..... | 59 |
| C) VIRGINIA SATIR..... | 63 |
| 2.2 AUTOESTIMA ALTA Y AUTOESTIMA BAJA..... | 72 |

CAPITULO III. DISCURSO AUTOBIOGRAFICO

| | Pág. |
|--|------|
| 3.1. ANTECEDENTES | 77 |
| 3.2. LA BIOGRAFIA COMO HISTORIA DE VIDA..... | 80 |
| 3.3. LO SOCIOLOGICO Y LO PSICOLOGICO EN LA AUTOBIOGRAFIA..... | 86 |
| 3.4. ENFOQUES METODOLOGICOS..... | 90 |
| 3.5. EL ANALISIS EN EL DISCURSO AUTOBIOGRAFICO..... | 95 |
| 3.6. BIOGRAFIA Y SOCIEDAD..... | 96 |
| 3.7. PERSONAJE PSICOLOGICO O EL INDIVIDUO O SU TRAMA..... | 98 |
| | |
| PROCEDIMIENTO..... | 105 |
| RESULTADOS..... | 109 |
| I. DESCRIPCION DE LA MUESTRA..... | 109 |
| II. ANALISIS DE CONTENIDO DE LAS AUTOBIOGRAFIAS..... | 115 |
| 1. Area Familiar..... | 115 |
| 2. Area Escolar..... | 119 |
| 3. Area Sexual..... | 122 |
| 4. Area de Relaciones Interpersonales..... | 125 |
| III. FORMACION DE LA AUTOESTIMA DE ACUERDO A LA ESCALERA DE VIRGINIA SATIR..... | 129 |
| AUTOCONOCIMIENTO..... | 129 |
| AUTOCONCEPTO..... | 133 |
| AUTOEVALUACION..... | 135 |
| AUTOACEPTACION..... | 137 |
| AUTORRESPECTO..... | 138 |
| AUTOESTIMA..... | 141 |
| | |
| EVALUACION..... | 145 |
| CONTRIBUCION..... | 150 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS..... | 155 |
| ANEXO..... | 162 |

JUSTIFICACIÓN

La naturaleza del ser humano ha sido siempre tema de profundas reflexiones a lo largo de la historia de la humanidad. Cada persona ha tratado de definirla a su manera y con los medios que ha tenido a su alcance. Desde los hombres de las grandes civilizaciones griegas y romanas hasta la actualidad con todos los avances que ha habido en las ciencias, el hombre sigue siendo el tema principal de reflexión. Se han creado diferentes disciplinas para tratar de explicarlo y estudiarlo. Cada una de ellas abarca algo del ser humano, sin embargo, ninguna de ellas abarcan su totalidad, ya que el hombre es tan complejo y maravilloso que no se puede reducir ni condensar en un solo aspecto. Así, el hombre ha sido fragmentado en diversas áreas y eso ha permitido conocer un poco más de esa amplia naturaleza que lo hace tan complejo

La psicología, como ciencia y disciplina señala que es importante conocer las etapas por las que el ser humano atraviesa en su proceso de maduración a través de la vida. Una de estas etapas básicas es la adolescencia. Adolescencia es un término generalmente aceptado para describir a aquellos individuos que se encuentran en transición entre la infancia y la adultez, aunque sus límites respecto a la edad cronológica no estén claramente definidos. La adolescencia ha sido descrita como un período de crecimiento y desarrollo biofísico, de preocupación por las actividades heterosexuales y grupales, de desarrollo cognoscitivo e intelectual, de adquisición de una ideología y como el momento preferente de buscar e intentar consolidar una identidad personal (Singh, 1990).

México es un país de jóvenes: el 38.6% se encuentran entre las edades de 0 a 14 años y el 29.6% son jóvenes de 15 a 29 años. Entre estos dos grupos se concentra el 68.2% del total de los residentes del país (OMS, 1998). Por eso, es de gran importancia el tener conocimiento de esta etapa crítica del crecimiento, ya que en la actualidad existen muchos factores que influyen en el desarrollo psicológico del individuo. Los medios masivos de comunicación, la exigencia social respecto a la moda, el consumismo y el valor que se le da al poder adquisitivo, la educación, la drogadicción, la delincuencia, son todos los factores que dificultan aún más que la persona encuentre su identidad, basándose en sus recursos internos.

Además, la adolescencia es una etapa de nuestra vida que presenta muchas facetas gratas: el descubrimiento de uno mismo y de los demás bajo un nuevo prisma, la integración del propio carácter en el conjunto de la personalidad, la experimentación de todo tipo, el anhelo de crecer para alcanzar la adultez, etc

Siendo el objetivo de la adolescencia llegar a la madurez, en el plano emocional implica la capacidad para entablar firmes relaciones con otras personas, se podría decir que la madurez psicológica es la capacidad de establecer una serie de buenas relaciones humanas. El individuo inmaduro no logra esto y es un tanto aislado e infantil dependiendo de otras personas, la persona madura puede permanecer sola pero consigue entablar fuertes lazos de lealtad, afecto y comprensión.

El joven, al tener que enfrentar toda una serie de cambios físicos, biológicos, psicológicos y sociales que trae esta etapa, se ve bombardeado por mensajes provenientes del mundo externo, que lo hacen mucho más vulnerable a su influencia. Es por todo esto que resulta de gran importancia, que los jóvenes tengan un mayor conocimiento de sí mismos, de sus recursos y de sus valores, para hacer frente a este torbellino de sensaciones y de exigencias externas e internas. La consolidación de la autoestima en esta etapa es de gran importancia, ya que permite al adolescente descubrir sus recursos internos y hacer uso de ellos, para poder hacer frente con mayor seguridad en sí mismos, a todos estos cambios tan turbulentos, establecer relaciones interpersonales satisfactorias, lograr una identidad sexual, elegir una pareja de una manera madura, y elegir la ocupación que le va a permitir realizarse intelectualmente y personalmente.

Mucho se ha hablado acerca de la adolescencia por habersele calificado como etapa crítica, y al mismo tiempo básica para el desarrollo integral de la personalidad. Sin embargo, no fue sino hasta este último siglo que se presta interés a esta etapa como un periodo con características propias.

La adolescencia es un periodo en el que la persona presenta muchos cambios a nivel psicológico. Está marcado por una aceleración del desarrollo cognoscitivo, así como por una mayor consolidación de la estructura de la personalidad. Se desarrolla a sí mismo, la capacidad de conceptualización abstracta que constituye los cimientos de la creatividad y del pensamiento

secundario. Esto explica la creciente y constante preocupación por los valores y los significados básicos de la existencia humana. Este idealismo los lleva a interrogar y examinar las premisas básicas que la vida y su entorno les plantean, y a sentir una insatisfacción del mundo tal y como lo perciben.

El adolescente está en una constante búsqueda de identidad personal. Necesita determinar ¿quién es él?, Y ¿en qué debe convertirse?. La búsqueda de identidad se ve notablemente influida por los grupos de compañeros, que dan al adolescente una sensación de pertenencia. Si son grupos constructivos, apoyan el desarrollo de sus capacidades. Pero si el grupo no es así, la consecuencia puede ser negativa para la personalidad del adolescente, ya que puede empezar a actuar de acuerdo a valores que lo lleven a conductas delictivas, drogadicción y otras desviaciones que le dificulten el llegar a una realización personal.

Por otra parte, el adolescente debe llegar a formular estándares de conducta para sí mismo, y para evaluar el comportamiento de los demás; esto estará determinado en gran parte, por el concepto que tiene de sí mismo. La manera en que el adolescente se percibe a sí mismo es de gran importancia ya que influye en lo que se desea hacer, en lo que se espera de la vida y en sus relaciones interpersonales.

El autoconcepto ha sido definido como la imagen que la persona tiene de sí misma y que esta relacionado directamente con su personalidad y con su estado de salud mental. Fitts (1965), incluye todas aquellas percepciones que la persona tiene de sí misma y que ejercen una poderosa influencia en la manera en que una persona experimenta, dándole un sentido de identidad personal. Como resultado de la imagen que la persona tiene de sí misma, se lleva al cabo una evaluación acerca del propio valor. Al resultado de esta valoración es a lo que se le llama autoestima.

La autoestima es el juicio personal acerca del propio valor. Esta evaluación se construye a partir de experiencias repetidas de éxito o fracaso, de las impresiones y retroalimentaciones positivas o negativas de otras personas, y del valor que la persona atribuye a sus propias características en función de una imagen ideal de sí mismo.

Durante la adolescencia, la autoestima de la persona tiende a variar notablemente, dependiendo de las experiencias del momento. Sin embargo, a partir de los últimos años de la adolescencia, cuando la identidad se encuentra más consolidada, se adquiere un autoconcepto más estable, y por consiguiente, una autoestima más consistente.

Otro factor psicológico importante durante ésta, es el establecimiento de una identidad sexual bien definida. El adolescente se prepara para establecer relaciones con personas del sexo opuesto de una manera satisfactoria. Esto resulta particularmente importante para acceder a una preparación para la vida en pareja adulta para tener relaciones maduras.

La adolescencia ilustra drásticamente la convergencia entre el progreso intelectual y el biológico. Es un período con múltiples barreras. El adolescente tiene que enfrentarse simultáneamente a planear su futuro, decidir sus objetivos vocacionales, acomodar el autoconcepto de sí mismo como niño al que ha de tener como adulto, cambiar su vida social frente a la madurez sexual y a su creciente independencia, y modificar la relación con cada uno de sus progenitores.

En 1978 fue fundado el Centro de Orientación para Adolescentes. Y contando con más de veinte años de experiencia además con un reconocimiento en el ámbito internacional y nacional, siendo pionera en el campo de la adolescencia, y con un equipo multidisciplinario de profesionistas, al cual yo me integre a colaborar hace cinco años, mi trabajo en este lugar ha sido principalmente clínico, implicando actividades como, psicoterapeuta, aplicación de pruebas para un psicodiagnóstico, dando consejería y terapia breve y de emergencia.

Es una institución preventiva y de atención de problemas psicosociales que se presentan en la adolescencia como farmacodependencia, embarazo, aborto, suicidios, delincuencia y enfermedades de transmisión sexual, bajo el enfoque integral de la salud. Sus servicios benefician a jóvenes de ambos sexos de entre 10 y 24 años y se extiende a los padres de familia. Entre sus servicios destacan

- ◇ Servicios educativos, sociales, psicológicos y médicos.
- ◇ Reforzamiento de factores para el desarrollo sano de la juventud, tales como: autoestima, toma de decisiones, clarificación de valores, solución de problemas, etc.
- ◇ Actividades recreativas, cualitativas, artísticas y deportivas.
- ◇ Orientación sexual y reproductiva
- ◇ Información y orientación a padres de familia.

Durante mucho tiempo, el proceso de crecimiento y desarrollo del ser humano ha sido objeto de numerosas discusiones, estudios e investigaciones. Sin embargo, no es sino hasta principios del siglo XX que se dedica especial atención al periodo evolutivo comúnmente llamado adolescencia. Ahora bien, ¿qué es la adolescencia?. Son numerosas las teorías formuladas para explicar la adolescencia. En el capítulo uno, serán brevemente mencionadas algunas de ellas; así mismo, en el capítulo dos trabajaremos con más detenimiento la Autoestima tema que nos atañe, por su importancia como recurso psicológico y factor determinante en esta época ya que por sí misma la adolescencia va acompañada de sentimientos de aislamiento, soledad y confusión, se experimentan estados de ánimo exaltados, una hipersensibilidad y ansiedades sobre la vida. La adolescencia es un proceso de descontrol de las emociones lento, en el que poco a poco se van descubriendo cualidades únicas y creando su propia personalidad y valores, se da el intento de autodefinirse contestando a la pregunta ¿quién soy?, a medida que se va respondiendo esta pregunta se van a dar ideas, principios y valores propios que lo sustentarán en el futuro.

El autoconocimiento o el auto-reconocimiento que se da en la adolescencia es el primer paso para que se de la autoestima, esto se tiene que empezar a fomentar desde la niñez, pero a decir verdad no se hace, por esto siendo la adolescencia una época de cambios, de crisis, es sumamente importante conocer la autoestima del chico para empezar a fortalecerla si es baja o iniciarla si no se ha desarrollado.

Abocarnos al estudio e identificación de la autoestima del adolescente facilitaría cualquier tipo de tratamiento psicológico, pero aún más esta identificación ayudaría a que el paso por esta etapa fuera más productivo y sencillo y salvaría deficiencias de la niñez. Esto nos daría jóvenes que entablaran

relaciones más saludables y con el autocuidado necesario, para prevenir adicciones y dependencias, problemática muy común en nuestra actualidad para este grupo.

A lo largo del Reporte Laboral se abordarán dos tópicos que parecen ir de la mano: la adolescencia y la autoestima, cuando los muchachos llegan a psicoterapia se les invita a reflexionar a través de una autobiografía en la que escribirán todos sus recuerdos de vida hasta la fecha, petición que los asombra y más tarde los enriquece porque es a través de su vida que logran conocerse o re-conocerse para así acceder a una autoestima.

En mi experiencia en la institución he visto que la mayoría de los adolescentes tiene una autoestima baja y parece que nunca se sintieron con derecho de ser felices. En este momento llegan con mucho dolor, el cual se hubiera evitado si una autoestima adecuada se fomentara desde la niñez. Pero encuentro la adolescencia como un punto estratégico para que se empiece a fomentar la autoestima, ya que la adolescencia es el momento en que la persona empieza a consolidar su identidad y por ende su personalidad, para más tarde formar su autoestima, Virginia Satir realizó un importante trabajo a propósito de este tema y elaboro una escalera en la cual explica de una manera detallada cada uno de los pasos que todos los seres humanos tenemos que cruzar cada uno de estos escalones, tomamos a Satir por darnos esta aportación a la psicología, con la cual podemos conocer de una manera detallada en que proceso de la escalera, es decir de la formación de la autoestima se encuentra el adolescente, utilizamos la autobiografía por ser un instrumento en el cual el joven logra, expresar su sentir y logra ser un microscopio de cada una de las áreas que posee el joven, así como de cada uno de los elementos que forman su autoestima y de su autoestima en sí.

Por lo anterior, la investigación se centra en la identificación de esta autoestima, usando como recurso técnico, la autobiografía, donde los sujetos contarán su vida de una manera escrita, esto con el fin de ayudar a la reflexión de su problemática y la identificación de zonas conflictivas.

En el capítulo tres se aborda con más detenimiento la autobiografía como técnica eficaz para identificar la autoestima de los adolescentes, si es baja o si es una autoestima alta, además a través de este método podremos saber en que parte de la escalera de Virginia Satir se encuentra, es decir en que parte de la formación de su autoestima está, para así iniciarla posteriormente en tratamiento.

La autobiografía es un factor clave en esta investigación, ya que como primer paso será el conocer la vida del sujeto y como consiguiente se obtendrán dos reflexiones una por parte de quien relata, y otra por nuestra cuenta, en ella nos enfocaremos a la autoestima, contestándonos las siguientes preguntas: ¿Cómo es la autoestima de este sujeto? Y ¿En qué parte de la escalera de Virginia Satir se encuentra?

CAPITULO I. ADOLESCENCIA

1.1. INTRODUCCIÓN

El período de la adolescencia ha recibido mucha atención por parte de los estudiosos de las teorías del desarrollo. Se ha caracterizado a la adolescencia como un peldaño en la escala que sucede a la infancia. Es un período de transición, constructivo y necesario para el desarrollo del yo. Es una despedida de las tendencias infantiles y un precoz esfuerzo por alcanzar un estado adulto (Seelman, 1977).

Durante mucho tiempo, el proceso de crecimiento y desarrollo humano ha sido objeto de numerosas discusiones. Es a partir de los comienzos del siglo XX que se ha dedicado especial atención al período evolutivo comúnmente llamado "adolescencia" (Muuss, 1989). La abundante literatura actual sobre la adolescencia muestra el profundo y persistente interés que ha suscitado en psicólogos, educadores, médicos, etc.

La palabra adolescencia deriva de "adolescere", que en latín significa "crecer" o "desarrollarse hacia la madurez". Sociológicamente, la adolescencia es el período de transición que media entre la niñez dependiente y la edad adulta, autónoma. Psicológicamente, es una situación marginal en la cual han de realizarse nuevas adaptaciones; mismas que dentro de una sociedad dada, distingue la conducta infantil del comportamiento adulto. Cronológicamente, es el lapso que comprende aproximadamente desde los doce a trece años hasta los primeros de la tercera década, con variaciones individuales y culturales. Tiende a iniciarse antes en las niñas que los varones y a acortarse en las sociedades primitivas.

Es indudable que el período de la adolescencia es largo y muy significativo dentro del proceso del desarrollo humano. Tiene sus antecedentes en el crecimiento y los fenómenos del desarrollo que ocurren durante la primera década de vida. Sus consecuencias se manifiestan en los años de la madurez adulta que le siguen

El período de la adolescencia ha sido estudiado, definido e interpretado desde muy distintos puntos de vista teóricos, y así es posible lograr una visión integrada. La adolescencia debe de ser considerada en función de su estructura, en términos de la conducta, de las condiciones culturales y de los tiempos históricos que están en constante cambio (Horrocks, 1984).

El término "pubertad" (significa, edad viril), designa la primera fase de la adolescencia, cuando se pone de manifiesto la maduración sexual. La pubertad comienza con el crecimiento gradual de los ovarios y otros órganos relacionados con ellos como el útero en las mujeres, y de la glándula prostática y las vesículas seminales en los hombres. Debido a que estos cambios no son fácilmente observables, en la investigación se suele considerar a la pubertad desde que comienza a elevarse los senos en las mujeres y hace su aparición el vello púbico pigmentado en los varones. El comienzo de la maduración sexual va acompañado de una aceleración brusca del crecimiento, tanto de altura como de peso, que dura unos dos años.

La cultura puede facilitar u obstruir el ajuste del joven a los cambios físicos y fisiológicos de la pubertad, y puede influir de modo que estos cambios se conviertan en motivo de orgullo o en causa de ansiedad o confusión. Es probable que, con excepción del nacimiento, no haya periodo en la vida humana en el que se produzca una transición de tanta importancia (Mussen, Conger y Kagan, 1987). Los problemas que deben enfrentar los adolescentes varían de una cultura a otra, lo cual hace de esta transición a la edad adulta una etapa más o menos complicada, más o menos conflictiva, o más o menos prolongada.

Las características generales de la adolescencia en sociedades industrializadas son las que a continuación se señalan: Es una época de desarrollo físico y biológico. El joven se hace cada vez más consciente de sí mismo y aprende el rol personal y social que le corresponde. Es una época de búsqueda de status como individuo y las relaciones de grupo adquieren la mayor importancia. Es una etapa de expansión y desarrollo intelectual, así como de creciente experiencia académica. En general, tiende a ser una etapa de desarrollo y evaluación de los valores en torno a los cuales la persona puede integrar su vida. Es así mismo, un tiempo de conflicto entre el idealismo juvenil y la realidad.

1.1.1. CRECIMIENTO FÍSICO

La adolescencia comienza en la biología y termina en la cultura. Por una parte, los procesos de la maduración dan lugar a una rápida aceleración del crecimiento físico, al cambio de las dimensiones del cuerpo, a modificaciones hormonales y a impulsos sexuales más fuertes, al desarrollo de las características sexuales primarias y secundarias, así como a un nuevo crecimiento y diferenciación de las capacidades cognitivas. Estos desarrollos biológicos y la necesidad en que se ve el joven de adaptarse a los mismos dan en la adolescencia algunas características universales y la separan de periodos anteriores del desarrollo. Por otra parte, la cultura determina si el periodo de la adolescencia será largo o corto; si sus demandas sociales representarán un cambio brusco o tan solo una transición gradual con respecto a etapas anteriores del desarrollo; y ciertamente el que se le reconozca explícitamente o no como una etapa del desarrollo en el transcurso de la vida. La secuencia normal de la maduración de Schoenfeld (1980, citado por González, Romero y Tavira, 1995, p. 10-13) se presenta en el cuadro No. 1. Se describen las diferentes etapas de la adolescencia, de acuerdo a la fase y a las características sexuales, según la edad, en varones y mujeres.

Cuadro No. 1 SECUENCIA NORMAL DE MADURACION DE SCHOENFELD

| FASE | CARACTERÍSTICAS SEXUALES | EDAD PROMEDIO |
|--|---|---------------|
| De la niñez a la preadolescencia. | Los testículos y el pene no han crecido desde la infancia; no hay vello púbico; el aumento de la estatura es constante; no hay estirones. | |
| Primera fase de la adolescencia | Comienza a aumentar el tamaño de los testículos, crece el escroto cuya piel enrojece y se vuelve más áspera, crece el pene en longitud y circunferencia; no hay verdadero vello púbico. | 12 a 13 años |
| Fase media de la adolescencia | Vello púbico pigmentado, áspero y recto, en la base del pene, gradualmente más rizado y abundante forma el principio un triángulo invertido y posteriormente se extiende hasta el ombligo; el vello axilar aparece después del vello púbico, el pene y los testículos siguen creciendo, el escroto aumenta de tamaño, se hace pigmentado y rugoso; aceleración del aumento de estatura, con un máximo incremento en la época en que aparece el vello púbico; la aceleración disminuye cuando el vello púbico ya ha crecido; la maduración de la próstata y las vesículas seminales, eyaculaciones espontáneas o inducidas, aunque los espermatozoides son insuficientes en número y tienen una inadecuada movilidad (esterilidad adolescente); la voz comienza a cambiar en la medida que la laringe se dilata. | 13 a 16 años |
| Última fase de la adolescencia | Aparece y se dilata el vello facial y corporal; el vello púbico y axilar se hace más denso; la voz se vuelve más profunda; la eyaculación contiene un número adecuado de espermatozoides; aplos para la fertilización, disminuye el ritmo del aumento de la estatura, se llega al 98% de la estatura madura a los 17 años 10 meses; entran en la línea frontal del cabello. | 16 a 18 años |
| De la post adolescencia a la edad adulta | Maduración pleno desarrollo de las características sexuales primarias y secundarias, pueden continuar desarrollándose los músculos. | 18 a 20 años |

| FASE | CARACTERÍSTICAS SEXUALES | EDAD PROMEDIO |
|-----------------------------------|---|---------------|
| De la niñez a la preadolescencia. | No hay vello púbico; el pecho plano; aumento de estatura constante. No hay estrónes | |
| Primera fase de la adolescencia | Desarrollo de la cadera, los pechos y pezones elevado en la fase de yema, no hay verdadero vello púbico. | 10 a 11 años |
| Fase media de la adolescencia. | Vello púbico pigmentado, áspero y recto, sobre todo en torno de los labios del aparato reproductor, gradualmente se hace rizado y se extiende sobre el monte de Venus, se vuelve abundante y toma la forma de un triángulo invertido, el vello axilar, que aparece después del vello púbico, marcado estrón en el crecimiento, con máximo incremento en altura, unos 18 meses antes de la menstruación; los labios genitales se agrandan, la secreción vaginal se vuelve ácida; los pechos la aureola y pezón se elevan formando un pecho primario. | 11 a 14 años |
| Última fase de la adolescencia | Vello axilar en moderada cantidad, vello público plenamente desarrollado, pecho llenos y con forma adulta, menstruación bien establecida, disminuye el ritmo de aumento de estatura que cesa a los 16 años 3 meses | 14 a 16 años |

1.2. SIGNIFICACIÓN PSICOLÓGICA DE LOS CAMBIOS ORGÁNICOS

Si los cambios físicos y fisiológicos durante la adolescencia fueran tan sólo un asunto de cambio de estructura y función, se podría sencillamente describirlos, registrarlos y pasar entonces a otros temas. Sin embargo, el cambio estructural o funcional es sólo el punto de partida desde donde evoluciona la conducta social, la actitud hacia sí mismo y hacia otras personas, y el conjunto total de valores que le proporcionan significado y orientación a la vida de un adolescente. El ritmo y dirección de madurez de un individuo puede tener efectos significativos sobre su aceptación y estatus social, sobre la eficiencia de su participación en varias actividades y, con toda probabilidad sobre su ajuste emocional. Si los sucesos sociales y psicológicos están condicionados por el crecimiento físico, éste puede verse afectado a su vez por aquéllos. El crecimiento es algo más que un asunto individual engendrado internamente, también es una cuestión del medio y de la cultura, ya que recibe influencia de estos. El crecimiento físico es un proceso que consume mucha energía.

Para el adolescente, los cambios que sufre rara vez son humorísticos; con frecuencia son sorprendentes, incluso perturbadores. Particularmente, resulta desafortunado que esa aceleración del crecimiento sobrevenga en una época en que el adolescente se encuentra en el proceso de lograr un concepto satisfactorio de sí mismo, y cuando posiblemente se encuentra perturbado emocionalmente mientras se esfuerza por aprender nuevos papeles y se enfrenta a un nuevo estatus. Sin embargo, a pesar de lo difícil que puede resultar esta aceleración del crecimiento para un adolescente cuyo desarrollo es normal, el problema se complica si el crecimiento representa una desviación acentuada de lo que les sucede al resto de sus compañeros de grupo. Esta desviación puede dar lugar a una pérdida de la autoestima, una conciencia desmedida de sí mismo, o incluso a adaptaciones o esfuerzos malsanos en compensación (Horrocks, 1984).

La adolescencia es una etapa de cambios en los atributos mentales y emocionales. Probablemente en ninguna otra etapa de la vida es tan fuerte la necesidad de aceptación. Puede ser una etapa de confusión e incertidumbre, mientras que el adolescente lucha por romper las ataduras con los padres y establecer un estilo de vida más independiente. Los adolescentes con frecuencia se preocupan por su imagen y pueden llegar a evaluarse a sí mismos, basándose únicamente en las reacciones de sus pares. Esto puede llevar a sentimientos de inferioridad y a una lucha constante por lograr una imagen superficial de perfección (Newell, Hammig, Jurich y Johnson, 1990). Durante

la adolescencia, tienen lugar cambios considerables en el autoconcepto de los jóvenes. Elliot (1984, citado en Newell y cols. 1990), afirma que, los niños a los 12 años muestran un detrimento considerable en la estabilidad del autoconcepto y de la autoestima, al mismo tiempo que se incrementa la depresión y la conciencia de sí mismo.

En la adolescencia, las jóvenes se dan cuenta de que el ser atractivas físicamente es muy importante; y esta búsqueda interminable de la belleza física, generalmente, les lleva a una imagen negativa de su propio cuerpo y como consecuencia una baja autoestima.

Es característico de los seres humanos tener un concepto de su yo físico y de su imagen corporal. Schilder (1935) y Schonfeld (1963), postulan que la imagen corporal evoluciona a partir de factores psicológicos internalizados, influencias culturales, conceptos del cuerpo ideal y de la percepción personal que tenga un individuo de su apariencia corporal y de su capacidad funcional. En un sentido real, al cuerpo se le puede considerar como un cúmulo del yo.

Cuando ocurren cambios físicos que requieren de una revisión radical en el propio concepto del yo físico, suele ser difícil ajustarse a la nueva realidad física, así como a los nuevos conceptos del yo físico que estos traen. Al adolescente le resulta más difícil ajustarse a los cambios físicos que al adulto, ya que es menos probable que esté preparado para estos cambios o probablemente está menos preparado para reconocer el verdadero significado de ellos. También, está el factor adicional de que los valores del adolescente pueden ser tales que éste sobrestime la importancia de las cosas físicas y tenga menos deseos que un adulto de aceptar los cambios.

Uno de los ajustes evolutivos primordiales que debe afrontar el adolescente es aceptar las modificaciones operadas en su organismo como expresión de los cambios de su propio yo (Stolz y Stolz, 1951). El adolescente debe adaptarse a los cambios físicos normales que acompañan la pubertad y aceptar su talla y rasgos (Frazier y Lisonbee, 1950).

La intensidad de los efectos psicológicos provocados por los cambios físicos de la adolescencia depende de muchos factores como:

- Rapidez de los cambios: Todos los seres humanos tienen una autoimagen física o un concepto de su yo físico. El crecimiento rápido y los cambios ocurridos en el organismo hacen necesaria la revisión de la autoimagen. Con frecuencia, el adolescente no está preparado para estos cambios, y no siempre reconoce su verdadero valor. Además, puede sobrestimar el valor de los rasgos físicos y como resultado puede estar menos dispuesto de lo que estaría un adulto a aceptar los cambios que han ocurrido en su organismo (Horrocks, 1984).
- Falta de preparación: Los conocimientos y las advertencias que el joven haya recibido previamente influirán en forma notable sobre su actitud con respecto a los cambios de su físico. Si no sabe que la edad de la maduración varía de un individuo a otro, muchos adolescentes se sentirán preocupados respecto de su propia normalidad, especialmente, cuando su maduración está retrasada o acelerada. Esto lo lleva a preguntarse si no le está sucediendo algo perjudicial (Zachry, 1940).
- Ideal Infantil: En algún momento, todo niño se crea una imagen de como será cuando llegue a ser adulto. Desgraciadamente, pocos individuos llegan a este ideal, y cuanto más alejados se encuentren de éste, al completarse el desarrollo de su organismo, experimentará más perturbación y sufrimiento. Cualquier rasgo que se desvíe notoriamente de su ideal, se convertirá en fuente de muchas preocupaciones (Hurlock, 1980).
- Expectativas Sociales: Se supone que los niños de una edad cronológica dada, actuarán de acuerdo a las normas establecidas por la comunidad para dicha edad. Cuando existe discrepancia notable entre la preparación cultural y la edad cronológica de la etapa de madurez del adolescente, es probable que surjan dificultades tanto como para el individuo como para el grupo social (Stolz y Stolz, 1951).
- Grado de Inseguridad social: Todo adolescente se da cuenta del hecho de que el aspecto físico facilita o dificulta la aceptación social. Cuanto más inseguro y ansioso de ser aceptado se encuentre el individuo, serán más notables los efectos psicológicos provocados por su aspecto físico. El stress que este tipo de situaciones provoca, tiene muchas consecuencias negativas. Entre ellas se encuentran las conductas delictivas, bajo rendimiento académico y una baja

autoestima (Youngs, Rathge, R. Mullis y A. Mullis, 1990). Koger (1980), encontró que los adolescentes que se encuentran sometidos a presiones muy fuertes presentan una disminución en la autoestima.

1.3. PRINCIPALES TEORÍAS DE LA ADOLESCENCIA

Son numerosas las teorías formuladas para explicar el fenómeno de la adolescencia. Estas teorías han conducido a puntos de vista discrepantes. Todo defensor de una teoría en particular tiende a citar sólo aquellas investigaciones que apoyan su teoría. Por eso es necesario ampliar y en la medida de lo posible, integrar las distintas posiciones teóricas sobre el desarrollo adolescente. El propósito de este apartado es exponer una serie de distintas posiciones teóricas respecto al adolescente.

LA POSICIÓN BIOGENÉTICA DE LA ADOLESCENCIA

Stanley Hall es considerado como el padre de la "psicología de la adolescencia". Ya que es el primer psicólogo en establecer una psicología de la adolescencia como un hecho en sí y en utilizar métodos científicos para su estudio. Tendió un puente entre el enfoque filosófico especulativo del pasado y el científico empírico del presente.

Hall tomó el concepto darwiniano de la evolución biológica y lo elaboró como una teoría psicológica de la recapitulación. Según esta teoría, la historia de la experiencia del género se ha incorporado a la estructura genética de cada individuo. La ley de la recapitulación sostiene que el organismo individual, en el transcurso de su desarrollo atraviesa etapas que responden a aquellas que se dieron durante la historia de la humanidad (Muuss, 1989). Delineó cuatro estadios evolutivos: infancia (los primeros cuatro años), durante la cual el niño representa el estado animal del desarrollo; niñez (de los 5 a los 7 años) que corresponde a la época de las cavernas en la que, predominaba la caza y la pesca en la historia humana; es en esta época cuando el niño juega "escondidillas", policías y ladrones, juega con armas de juguetes; juventud (de los 8 a los 12 años de edad) que es el estado preadolescente del desarrollo, durante el cual, el niño recapitula el estado salvaje, pero se

encuentra predispuesto a aprender a leer, escribir, dibujar, contar, aprender otros idiomas, recibir entrenamiento manual y musical, y otras materias sujetas a la rutina de la práctica y la disciplina; y la pubertad (de los 13 a los 24 años) que es el periodo de la adolescencia (Rice, 1975).

Hall suponía que el desarrollo obedece a factores fisiológicos y que están determinados genéticamente, de tal forma que existen fuerzas directrices anteriores que controlan y dirigen predominantemente el desarrollo, el crecimiento y la conducta. De esta teoría se desprende que, el desarrollo y sus concomitancias de conducta se producen de acuerdo a pautas inevitables, inmutables, universales e independientes del ambiente sociocultural. Hall sostenía que algunos tipos de conductas inaceptables, deben ser tolerados por padres y educadores, puesto que son etapas necesarias del desarrollo social. Aseguró que esa conducta desaparecería espontáneamente en la siguiente etapa del desarrollo, por lo que los esfuerzos disciplinarios resultaban innecesarios.

La adolescencia como periodo se extiende desde la pubertad, esto es, alrededor de los 12 o 13 años hasta alcanzar el status de adulto. Es un periodo de tormenta e ímpetu. En términos de la teoría de la recapitulación de Hall, la adolescencia corresponde a una época en que, la raza humana se halla en una etapa de turbulencia y transición como un segundo nacimiento, pues es cuando los rasgos más evolucionados y esencialmente humanos aparecen.

Percibía la vida emotiva del adolescente como una fluctuación entre varias tendencias contradictorias. Energía, exaltación y actividad alternan con la indiferencia, el letargo y el desgano, la alegría con la depresión y la melancolía; la vanidad con la humillación y timidez. El adolescente desea la soledad y el aislamiento, pero al mismo tiempo se encuentra integrado a grandes grupos de amistades, donde sus compañeros ejercen gran influencia. La apatía alterna con la curiosidad y el impulso por descubrir y explorar (Muuss, 1989).

En esta última fase de la adolescencia, el individuo recapitula la etapa inicial de la civilización moderna. Esa etapa corresponde al final del proceso evolutivo: el individuo llega a la madurez.

LA TEORÍA PSICOANALÍTICA DEL DESARROLLO ADOLESCENTE

La teoría psicoanalítica del desarrollo adolescente y la teoría evolutiva de recapitulación de Hall considera a la adolescencia como un periodo filogenético. Según la teoría psicoanalítica, las etapas del desarrollo psicosexual son genéticamente determinadas y relativamente independientes entre sí. Para Freud, existen estrechas relaciones entre los cambios fisiológicos y los procesos corporales, por una parte, y las alteraciones psicológicas y la autoimagen, por la otra. Existe por lo tanto, cambios sociales somáticamente fundados, la liquidación de la situación edípica, el establecimiento de relaciones homosexuales por un corto periodo, y más tarde, el advenimiento de las relaciones heterosexuales. Los cambios fisiológicos están relacionados con alteraciones emocionales, especialmente con el acrecentamiento de emociones negativas, tales como, la depresión, la ansiedad, el desgano, la tensión y otras formas de comportamiento adolescente (Muuss, 1989).

La teoría de Freud está orientada biológicamente y presenta el desarrollo psicológico como resultado de la interacción del aprendizaje con el desarrollo de tres sistemas orgánicos vitales. Considera que el desarrollo es una secuencia de cinco etapas: oral, anal, fálica, latente y genital. Las primeras tres de éstas representan la fase de la infancia, que Freud integra por medio de su doctrina de la sexualidad infantil y en la que supone que las fuentes de la conducta son de naturaleza sexual. Piensa que en el periodo de la infancia es muy importante la formación de la personalidad, pues los eventos de estas tres primeras etapas establecen las bases que tendrán repercusiones a través de toda la vida del individuo. La latencia se caracteriza por la orientación hacia la realidad y por la aparente represión de la sexualidad (Horrocks, 1984).

La etapa genital marca el inicio de la pubertad y la entrada a la adolescencia. La sexualidad reprimida durante la latencia aparece de nuevo y ocasiona una multitud de problemas que se habían eliminado en la latencia. Desde el punto de vista Freudiano, la adolescencia es una época en que el joven en desarrollo se ve amenazado por la disolución de la personalidad que ha contribuido y estabilizado durante el periodo de latencia. Necesita redefinir y reagrupar sus defensas y sus formas de adaptación.

En la pubertad, el proceso de búsqueda de objeto es completa: junto con la maduración externa e interna de los órganos sexuales aparece un fuerte deseo que conduce a la resolución de la tensión sexual. Esta resolución demanda un objeto amoroso, así es que, Freud dice que el adolescente es llevado a un miembro del sexo opuesto con quien pueda resolver esa tensión.

Freud establece una gran diferencia entre la sexualidad adolescente y la infantil. El niño busca placer físico y satisfacción psíquica a través de los contactos corporales y la estimulación de zonas erógenas, y el placer es un fin en sí mismo. En la adolescencia, el fin de la sexualidad cambia. La finalidad no es sólo la estimulación erógena, sino la satisfacción orgásmica. La estimulación sexual de la zonas erógenas del cuerpo no es un fin en sí mismo, sino solamente la preparación para una mayor satisfacción orgásmica durante el coito (Rice, 1975).

Una característica de la adolescencia es el resurgimiento de los esfuerzos edípicos y preedípicos que, producen el deseo de mantener los lazos familiares en una época en que las tareas de desarrollo insisten en abandonarlos. El adolescente debe de renunciar y separarse realmente de tales sentimientos si quiere conservar a sus padres. La interpretación Freudiana establece que la tarea del adolescente consiste en voltear la espalda a las relaciones inmaduras que mantiene con sus padres, crearse un firme sentimiento de valor y redoblar sus esfuerzos en la construcción de relaciones nuevas y firmes a medida que se va preparando para entrar al mundo adulto (Horrocks, 1984).

5

LA TEORÍA SOCIAL DE LA ADOLESCENCIA

Havighurst (1951), destaca el papel de las motivaciones sociales como guía de la conducta del individuo y el de las pautas o criterios que la sociedad utiliza para determinar cuando se ha llegado a ciertas etapas del desarrollo; estos criterios están estrechamente vinculados con las necesidades evolutivas del organismo. Las tareas evolutivas se definen como aptitudes, conocimientos, funciones y actitudes que el individuo tiene que adquirir en cierto momento de su vida. En su adquisición interviene la maduración física, los anhelos sociales y los esfuerzos personales. El desempeño exitoso de dichas tareas redundará en la adaptación (reducción de la ansiedad

socializada) y preparará al individuo para otras tareas más difíciles que le esperan. Como contrapartida, el fracaso en estas tareas traerá consigo una falta de adaptación, una mayor ansiedad, la desaprobación social y la ineptitud para llevar a cabo las tareas más difíciles del futuro. Esta idea ya fue expresada en el estudio de "Las ocho etapas del ser humano" de Erickson. Cada tarea es un escalón o prerrequisito para alcanzar la siguiente. El momento de enseñanza para determinada tarea es la época en la vida del individuo en que corresponde enseñársela y que él la aprenda. Havighurst ofrece una lista de las tareas evolutivas propias de cada nivel de edad. Las tareas evolutivas que el autor señala para la adolescencia, a la cual define como el lapso que media entre los doce y los dieciocho años son las siguientes:

- Aceptación de la propia estructura física y el papel masculino o femenino que corresponda.
- Nuevas relaciones con coetáneos de ambos sexos.
- Independencia emocional de los padres y otros adultos.
- Obtención de la seguridad de independencia económica.
- Elección de una ocupación y entrenamiento para desempeñarla.
- Desarrollo de aptitudes y conceptos intelectuales necesarios para la competencia.
- Deseo y logro de una conducta socialmente responsable.
- Preparación para el matrimonio y la vida familiar.
- Elaboración de valores conscientes acorde con una adecuada imagen científica del mundo.

El cumplimiento con estas tareas evolutivas podrá tomarse como indicio de que el individuo ha llegado a la madurez. Por otro lado, sostiene que la buena realización de una tarea evolutiva, influye positivamente en el rendimiento que se tendrá en otras tareas del mismo nivel de edad (Muuss, 1989).

TEORÍA SOCIOPSICOANALÍTICA DEL DESARROLLO ADOLESCENTE

Erik Erikson modifica la teoría Freudiana del desarrollo psicosexual a la luz de ciertos hallazgos de la antropología cultural. Identifica ocho estadios evolutivos en el hombre; en cada uno de ellos, el individuo se enfrenta al manejo de una tarea psicosocial específica. La confrontación con cada una de ellas produce conflicto, mismo que puede ser enfrentado de dos maneras distintas. Si el conflicto

durante la etapa en cuestión se resuelve satisfactoriamente, surge una nueva cualidad positiva que facilita el desarrollo posterior de la personalidad. Por otro lado, si el conflicto persiste o se resuelve de manera insatisfactoria, el ego se daña ya que, incorpora una cualidad negativa. De modo que, de acuerdo con Erickson, la principal tarea del individuo es adquirir una identidad positiva del ego, mientras se mueve de un estadio a otro (Rice, 1975).

Las ocho etapas fundamentales planteadas por Erickson se presentan en el cuadro No. 2 (retomado por Hillgard, Atkinson y Atkinson, 1975, p. 19). Se indica cada solución positiva con su correspondiente contraparte negativa. La adquisición de maestría en el manejo de cada etapa, se ve influida por la solución e integración de cada etapa anterior, aunque esto no es necesariamente definitivo. Es decir, el individuo está siempre en capacidad de retomar y reformular aquellas deficiencias del pasado que le limitan en el presente.

Cuadro No. 2 ETAPAS DE DESARROLLO DE ERICKSON

| | | | | |
|----------------------|--|--|---|----------------------------------|
| 1 año | Confianza contra desconfianza | Persona Materna | Conseguir y dar compensación | Motivación y esperanza |
| 2do año | Autonomía contra vergüenza y duda | Personas parentales | Retener y soltar | Autocontrol y fuerza de voluntad |
| 3 a 5 años | Iniciativa vs. Culpa | Familia básica. | Hacer (buscar) hacer como (jugar). | Dirección y propósito |
| 6 años a la pubertad | Industria vs inferioridad | Vehículo y escuela | Hacer cosas completar y colaborar | Método y competencia |
| ADOLESCENCIA | IDENTIDAD VS CONFUSION DE ROL | GRUPO DE PARES Y MODELOS DE LIDERAZGO | SER O NO SER UNO MISMO Y COMPARTIRLO | DEVOCION FIDELIDAD ESPERANZA |
| Adultez temprana | Intimidad vs Aislamiento | Amigos, sexo, ocupación y competencia | Búsqueda de uno mismo y encontrarlo | Amor y afiliación |
| Adultez meda | Generatividad vs absorción en sí mismo | División del trabajo y vivienda compartida | Generar y cuidar de otros | Productividad y cuidado |
| Adultez tardía | Integridad vs. Desesperación | La humanidad y los míos | Ser, a partir de haber sido. Afrontar el no ser | Renunciación y sabiduría |

Según Erickson, la pubertad se caracteriza por la rapidez del crecimiento físico, la madurez genital y la consciencia sexual. Puesto que estos dos últimos aspectos son cualitativamente muy diferentes de los experimentados en años anteriores, se presenta en este periodo un elemento de discontinuidad que lo separa del desarrollo anterior. El joven se enfrenta a una revolución fisiológica dentro de sí mismo que puede resultar amenazante para su imagen corporal y a su identidad del yo. Empieza a preocuparse por lo que parece ser ante los ojos de los demás, en comparación con el sentimiento que tiene de sí mismo (Muss, 1989).

Para Erickson, la etapa del desarrollo correspondiente a la adolescencia, se considera que es una etapa que representa un periodo crítico, puesto que, durante ella el proceso de definición de la identidad adulta puede mantenerse difuso o cristalizarse. Si la identidad del ego permanece difusa, el adolescente se caracteriza por niveles crecientes de ansiedad, lo cual repercute en diversos aspectos de su vida. Sin embargo, cuando se resuelve la ansiedad y sus causas, entonces cabe esperar que la identidad sea más clara en la adolescencia tardía. Rubins (1968), por otro lado, distingue una aguda crisis de identidad durante la adolescencia mediante tres rasgos: Síntomas de extrema fluidez y cambio, glorificación de la imagen de sí mismo y confusión con respecto al concepto de sí mismo y la identidad.

El sentido de identidad trae consigo una superación de los problemas de la niñez y una auténtica disposición para afrontar los problemas del mundo adulto. Así como un sentido de la confianza fue necesario antes para que el infante ampliase sus experiencias infantiles, también la adquisición de un sentido de identidad es necesario ahora para adoptar decisiones propias de la adultez, como la elección vocacional y conyugal (Erickson, 1980).

Erickson (op. cit. p.p. 99) señala que, "por lo tanto, la consciencia de la identidad es una nueva forma de la duda original sólo que, en la adolescencia, esta duda consciente de sí misma, se refiere a la confiabilidad de todo periodo de niñez, que ahora debe quedar atrás. El joven no pregunta quien es él, sino más bien qué y en qué contexto él puede ser y devenir".

El sentido de la identidad, así como la superación de la confusión de identidad, constituyen los polos de esta fase de desarrollo. En un extremo, hay un esfuerzo por integrar las direcciones

internas y externas; por el lado contrario, hay difusión, que conduce a un sentido de inestabilidad en medio de numerosos y confusos reclamos internos y externos. Esta polaridad debe resolverse en el periodo de la adolescencia si se desea prevenir perturbaciones transitorias o duraderas en la adultez. La certidumbre en cuanto al lugar que ocupa en el presente y en el futuro, garantiza al individuo su confianza inmediata y su progreso con respecto a los niveles anteriores de desarrollo.

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

La adolescencia representa una postergación socialmente autorizada de la adultez, implica un recurso psicológico de seguridad y como extensión de la niñez, significa una moratoria psicosexual, Erikson establece una analogía: las instituciones sociales de diferentes culturas otorgan una ubicación a esas moratorias institucionalizadas en la educación formal prolongada, el aprendizaje, el internado, etc. La moratoria incorpora ambas presiones de la polaridad de la fase. Sanciona la difusión de la identidad y, a la vez, proporciona certidumbre. Se convierte en un componente esencial y temporal del desarrollo adolescente (Erikson, 1956).

Durante las tentativas iniciales de establecer la identidad del yo, existe cierta difusión del papel a desempeñar; en ese periodo, los adolescentes se sobre identifican y suelen hacerlo hasta el punto de perder toda identidad aparente con su propio yo.

La madurez empieza cuando la genitalidad ha sido establecida y ha surgido un individuo integrado e independiente, parado sobre sus propios pies, que no necesita usar a otros como

muletas emocionales, y que no repudia su pasado; en resumen, cuando ya no tiene que poner en tela de juicio en todo momento, la propia identidad.

La identidad del yo implica la integración total de ambiciones y aspiraciones vocacionales, junto con todas las cualidades adquiridas a través de identificaciones anteriores: imitación de los padres, enamoramientos, admiración de héroes, etc. Únicamente el logro de todos esos aspectos de la identidad del yo, que se puede llamar integridad permitirá la intimidad del amor sexual y afectivo, la amistad profunda y otras situaciones que requieren entregarse al otro, sin temer la pérdida de la propia identidad.

1.4. DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

La adolescencia es un período en el que el individuo trata de llegar a un acuerdo consigo mismo y con su medio ambiente. Es una época de desarrollo de un conjunto de conceptos del yo cuya confirmación e integración será crucial para determinar la conducta personal y social del adolescente, así como su estatus futuro como individuo funcionalmente maduro. Por lo general, la mayoría de los adolescentes encuentran que es una tarea difícil, desarrollar un grupo de conceptos del yo y adaptarlos a la realidad. Entre estos factores de dificultad se encuentran las condiciones de la confianza en sí mismo, autoestima y molestias psicosomáticas, la tendencia a la agresión o a la huida y la conducta de afiliación con los compañeros en contra de otras personas, etc. Ciertas áreas del medio ambiente se convierten en campos de prueba para el desarrollo del concepto del yo y, durante la adolescencia, los problemas que surgen tienden a acumularse alrededor de ellos. Entre estos campos de prueba se encuentran, las relaciones con los compañeros, las relaciones heterosexuales, el yo físico, la emancipación de la autoridad adulta, la percepción del rol, la elección vocacional, el aprendizaje, la experiencia académica, la aceptación del yo y el desarrollo y evaluación de valores (Horrocks, 1984).

El yo del adolescente realiza una ardua tarea; ya que, el resurgimiento de las energías sexuales, obligan a dominar los conflictos e integrarlos dentro de las funciones de la personalidad adulta. El yo, debe hacer frente al impulso, al mundo externo y a un derivado del medio ambiente que es el

superyo (Blos, 1975). Al reintensificarse la sexualidad infantil de un ello relativamente fuerte confronta a un yo relativamente débil (Anna Freud, 1971).

La característica específica de la adolescencia es la subordinación de las zonas erógenas a la primacía genital. Por otra parte, los intereses y las funciones del yo se estratifican en una jerarquía definitiva. Esto se traduce en una manera particular del yo para relacionarse con el mundo exterior, con el ello y con el superyo, basada en ese orden jerárquico de intereses y actitudes que vienen a ser el carácter. El carácter no adquiere su forma definitiva, hasta el término de la adolescencia.

Las funciones yoicas pueden volverse inefectivas en términos de supuestos, propósitos y metas. Los impulsos instintivos y las funciones del yo mantienen una influencia mutua y constante, cuyo rango normalmente se canaliza y adquiere en la adolescencia tardía un juego mutuo, fijo, armonioso y con un patrón definido. Los puntos de fijación provocan la reimplantación de pautas de conductas y de actitudes que tuvieron su origen en distintas fases libidinales y que han sido absorbidas aparentemente en rasgos no conflictivos.

La meta más importante de la adolescencia como un todo parece ser el dotar al individuo de estabilidad en los intereses del yo y de una diferenciación sexual así como de una identidad. La fase que cierra la adolescencia se caracteriza por una activación del yo integrativa y adaptativa más que defensiva. Se acentúa el proceso de consolidación y la formación definitiva del self como la alteración característica más importante del yo en la adolescencia tardía y la postadolescencia.

El yo del adolescente sólo se puede desarrollar correctamente si la fase preparatoria, es decir, la etapa de latencia se ha pasado con éxito, si no será un yo prelatente que tendrá que luchar contra los impulsos de pubertad manifestándose en intentos de ser adolescente, y entonces, el yo recurre al uso de reguladores que continúan directamente la temprana infancia.

El yo puede hacer frente a la pubertad y a la adolescencia con los logros del periodo de latencia. El principio de la pubertad trae consigo un aumento cualitativo de la energía del impulso instintivo, los instintos pasan a primer plano así como su intento por controlarlos. *La finalidad del yo adolescente es transformarse en un yo adulto.*

1.5. IMAGEN CORPORAL

Las percepciones de una persona acerca de sus características físicas afectan el autoconcepto, las relaciones interpersonales e inclusive las elecciones profesionales. Durante la adolescencia, se incrementa el interés en la apariencia física. Este concepto de imagen corporal es importante para entender el desarrollo psicológico y social del adolescente. La imagen corporal es la imagen mental que la persona tiene de sí mismo como ser físico (Cok, 1990).

El surgimiento gradual de la auto identificación y la imagen corporal juega un rol muy significativo. Esta realidad física forma parte importante del autoconcepto, y éste es la imagen mental que sostiene el adolescente de su self físico. Lo que conforma la imagen física del adolescente es su peso, altura, gestos, forma de caminar, sonrisa, masculinidad o feminidad, postura, las condiciones de la piel, atractivo físico o falta de él, habilidad o torpeza, etc.

Estos son los factores que, organizados forman la imagen corporal, y esta imagen mental de sí mismo es lo que constituye el centro del autoconcepto adolescente. Sin embargo, el autoconcepto incluye muchas otras cosas aparte del aspecto físico de la persona, a decir: las actitudes, las experiencias pasadas, las esperanzas, las ambiciones, los fracasos, los recuerdos, los logros, errores y todo aquello que afecta la personalidad del individuo y su relación con los demás. El autoconcepto está formado por valores personales, los ideales y los principios, los odios, los temores y las alegrías (Schneiders, 1965).

El self físico es una preocupación mucho más aguda en la adolescencia que en cualquier otro período de la vida. Los cambios físicos obligan al adolescente a ser mucho más consciente de su cuerpo, ya que pierde la seguridad que le daba un cuerpo que le era familiar y entra en contacto con nuevas sensaciones, rasgos y proporciones corporales. Le cuesta trabajo adaptarse a estos cambios y a las opiniones que recibe de los demás. Ya no es sexualmente neutral pues ahora se le percibe como un ser sexual. El estatus del individuo en su grupo se ve alterado ya que la aceptación depende ahora de su actuación en un rol social de hombre o mujer, cuya efectividad está fuertemente determinada por los rasgos físicos.

Los cambios físicos en la adolescencia también simbolizan el fin de la niñez. Los jóvenes se encuentran a un paso de la madurez. Empiezan a adquirir proporciones adultas, sin embargo, existen muchas dudas acerca de la naturaleza o duración de los cambios que están por venir. Esto les provoca mucha ansiedad, ya que viven solamente para el presente, sin tomar en cuenta que en el futuro, esos mismos rasgos no serán determinantes para su realización personal. Mientras tanto, la preocupación por los rasgos físicos parece extrema, pero al menos temporalmente, el aspecto físico desempeña una parte desproporcionada en las emociones, frustraciones y satisfacciones (Rogers, 1972).

Los cambios fisiológicos no son los únicos causantes de dichas actitudes, ya que se presentan dentro de un ambiente que favorece la comparación y la competencia. En resumen, la imagen corporal está relacionada de una manera muy significativa con los fenómenos sociales y psicológicos que se presentan durante este período.

La manera en que el adolescente se concibe a sí mismo, es una extensión de las opiniones y actitudes del grupo al que pertenece, especialmente al de sus pares. De modo que, lo importante no sólo consiste en lo que la persona es físicamente en sí, sino lo que percibe que es, de acuerdo a los parámetros de su grupo social. La imagen corporal está íntimamente relacionada con el autoconcepto. Schneiders (1965, p.86), señala que "el autoconcepto es la percepción de la adolescente de sí mismo como persona y como punto focal de las relaciones interpersonales".

Durante la adolescencia en particular, el autoconcepto es la base para que se desarrolle el self ideal, que es la percepción idealizada del self. Mientras que el autoconcepto representa la idea de lo que el adolescente es, el self ideal representa lo que el adolescente desea ser. El self ideal es una especie de meta, la cual el adolescente lucha por alcanzar. La relación entre estos dos conceptos es fundamental para la salud mental y la adaptación. Si el autoconcepto es sano y realista, las relaciones del adolescente hacia sí mismo y hacia la realidad tenderán a ser unitarias y estables.

Por otro lado, si el autoconcepto está distorsionado, es decir, si el adolescente piensa que es inadecuado o inferior, o superior a otras personas, estas ideas deformarán sus reacciones hacia sí mismo y hacia otras personas.

El cuerpo de un individuo es su realidad más inmediata y el puente que conecta su realidad interior con su realidad material del mundo exterior. La creación de la imagen corporal se produce de manera paralela con la organización del yo y con el desarrollo de las relaciones objetales.

Dependiendo de su estructura, el self ideal va a afectar la salud mental y la adaptación del adolescente para bien o para mal. Los adolescentes tienden a ser idealistas y se inclinan fuertemente hacia el desarrollo de un self ideal demasiado perfeccionista; debido a su juventud e inexperiencia, el adolescente no se da cuenta que, la perfección es una meta que lleva toda la vida. Este desarrollo exagerado del self ideal puede llevar a sentimientos de culpa y de rechazo que distorsionan las relaciones interpersonales. El surgimiento gradual del desarrollo del autoconcepto y del self ideal están íntimamente relacionados con el desarrollo de la identidad (Schneiders, 1965).

1.6. CREANDO UNA IDENTIDAD

Una de las tareas importantes de la adolescencia en esta y otras sociedades es la de encontrar una buena respuesta a la pregunta: ¿Quién soy? (Mussen, Conger y Kagan, 1987). De hecho, el adolescente está en búsqueda de sí mismo. Antes aceptaba lo que encontraba y no lo ponía en duda, ni tampoco tenía ninguna razón particular para defenderlo. Durante la adolescencia, se hipotetiza y rechaza, se siente la necesidad de explicar todo. Sin embargo, el adolescente opera bajo ciertas limitaciones, ya que existe el efecto, el hábito, los estereotipos engendrados por la experiencia previa. La conducta defensiva puede forzarlo a funcionar en un estado anterior de su desarrollo intelectual.

El desarrollo de un claro sentido de la propia identidad requiere, el darse cuenta del propio yo como algo distinto o aparte de los demás, a pesar de los vínculos que existan con ellos. Implica un sentimiento de congruencia personal y una clara consciencia de los propios roles, metas y propósitos en la vida.

El yo no debe concebirse como entidad. Es un proceso afectivo-cognoscitivo y social mediante el cual un individuo infiere y construye los conceptos que de sí mismo tenga, representa la organización cognoscitiva de su experiencia pasada y se elabora principalmente mediante el aprendizaje. Así mismo, este concepto no está formado en el momento del nacimiento. La concepción que de sí mismo tenga un individuo implica un conjunto de identidades que encuentran su ejemplificación en la conducta y en los procesos del yo; estos operarán basados en hipótesis y expectativas desarrolladas a partir de las experiencias previas.

De este desarrollo del yo, que se lleva a cabo a través del tiempo, emergen las identidades hipotetizadas, las identidades ambicionadas, las identidades percibidas y las identidades obtenidas. Así, el concepto de sí mismo y la identidad no son sinónimos y ningún individuo posee una sola identidad. Las identidades deben interpretarse como múltiples y como el producto del proceso dinámico que ha sido definido como el yo. Las identidades comienzan a emerger después del inicio de la habilidad para pensar simbólicamente, aunque la formación de identidad sólo puede alcanzar su realización completa cuando en la adolescencia, un individuo desarrolla la habilidad para razonar hipotéticamente, ya que entonces será capaz de formular su propia hipótesis de identidad (Horrocks, 1984).

La formación de la identidad no es una tarea unitaria de todo o nada, respecto de la cual el adolescente triunfa o fracasa. La cuestión es más compleja, ya que las pautas de la formación de identidad pueden variar muy ampliamente entre los diversos adolescentes, a consecuencia de numerosas influencias, que van desde las relaciones padres-hijos hasta las presiones culturales. En una sociedad, el individuo debe buscar papeles personales, sociales y vocacionales que su sociedad apruebe y espere de él. La búsqueda de identidad a veces se cierra prematuramente y a veces se prolonga indefinidamente, como Erikson afirma:

“El cierre de la búsqueda de identidad es una interrupción en el proceso de la formación de la identidad. Es un fijar prematuramente las imágenes de uno mismo, con lo cual se obstaculiza el desarrollo de otros potenciales y la posibilidad de definirse a uno mismo. Un individuo no surge como todo lo que podría ser” (Erickson, 1956. p.69)

En la sociedad contemporánea, que se encuentra en constante cambio, el tener una identidad viene a ser tan importante como el satisfacer las necesidades de alimento, sexualidad y seguridad. El adolescente requiere conocerse a sí mismo como individuo único, mantener conexión con los elementos significativos de su pasado y aceptar los valores de su grupo. En este proceso de encontrarse a sí mismo, el adolescente debe establecer su identidad sexual, moral, política, religiosa y vocacional de una manera estable, consistente y madura (Erikson, 1980).

Marcia (1980, p. 73), señala que "Se ha determinado que el curso preciso de la crisis de identidad depende en parte de la sociedad en que vive el adolescente, de su grupo de pares y de su familia ". Idealmente los adolescentes logran su nueva identidad a través de un rechazo selectivo y de una asimilación mutua de sus identificaciones infantiles (Erikson, 1980). En circunstancias óptimas, el adolescente abandona algunos de sus valores y metas impuestas por los padres y por la sociedad, mientras que acepta otros. Con el logro de la identidad, los adolescentes desarrollan su propia ideología y metas vocacionales. Sin embargo, para algunos adolescentes este proceso se dificulta demasiado, dando como resultado, una formación prematura de la identidad. En este caso, el adolescente acepta sus antiguos roles y los valores parentales, sin explorar nuevas alternativas ni forjar una identidad personal única.

Otros adolescentes experimentan una confusión de identidad cuando no se comprometen con ninguna meta o valor, ya sea aquellos de sus padres, compañeros o de la sociedad, siendo apáticos en el proceso de encontrar su propia identidad. Estos adolescentes tienen dificultades al enfrentar las demandas propias de la adolescencia tales como completar sus asignaturas escolares, relacionarse con sus compañeros y fijarse metas para el futuro.

Algunos adolescentes encuentran que, los roles que sus padres y la sociedad esperan que cumplan, no les resultan atractivos. Sin embargo, son incapaces de encontrar roles alternativos que sean propios. En consecuencia, asumen una identidad negativa, es decir, la opuesta a la que se espera de ellos.

Finalmente, en vez de encontrar una identidad madura, algunos adolescentes parecen declararse en moratoria, es decir, en una especie de receso en el cual experimentan con muchas identidades

alternativas sin comprometerse con ninguna. En una sociedad como ésta, en donde el número de roles posibles parece ser infinito, Erickson (op. cit.) cree que, la prolongación de una resolución final de la crisis de identidad a veces es constructiva. Sin embargo, la moratoria resulta destructiva cuando la persona llega a la edad adulta sin haber hecho compromisos adultos tales como la elección de una ideología, de un estilo de vida propio, una vocación y una pareja.

Todas estas variaciones en la formación de identidad pueden darse, y se dan, en muchos adolescentes contemporáneos. La opinión actual más generalizada es la que nos dice que se presenta un intenso período en la confusión de identidad, es decir, una aguda crisis de identidad caracterizada por notables trastornos emotivos. Sin embargo, existe el testimonio que indica que se ha exagerado en la gravedad de la crisis de identidad entre los adolescentes (Mussen, Conger y Kagan, 1987).

Para Ginberg (1971), la identidad es la capacidad del individuo de reconocerse a sí mismo a través del tiempo, del espacio y en su contacto con la sociedad. Por lo tanto, la identidad es el resultado de la integración de tres vínculos: espacial, temporal y social.

- **Vínculo Espacial:** Se refiere a la relación de las diferentes partes del yo (mente, cuerpo y sentimientos) manteniendo su cohesión y permitiendo la comparación y el contraste con los objetos. Esto permite al individuo tener una noción de estar separado de los demás y ser diferentes de ellos (individuación).
- **Vínculo Temporal:** Se refiere al concepto que tiene uno de sí mismo a través del tiempo. Un sentimiento de continuidad y mismidad. Este concepto es el resultado de los aprendidos en el pasado y en el presente, así como su proyección al futuro. Esto le permite al individuo la posibilidad de elegir y planear.
- **Vínculo Social:** Se refiere a la relación de uno mismo con la sociedad (¿Cómo me perciben los demás según mis comportamientos y roles que desempeño?).

La respuesta a la pregunta ¿Quién soy? puede revelar el status de la identidad del individuo. Los preadolescentes y los adolescentes tempranos se describen a sí mismos en términos globales, pero en la medida en que crecen, sus descripciones de sí mismos se diferencian cada vez más. Se definen a sí mismos en términos de la membresía de un grupo social y categoría como el logro educativo, la edad y el género (Horrocks, 1984).

Erikson (1974), concluye que el conflicto principal de la adolescencia es el de la identidad contra la difusión de ésta. La identidad estará formada, a partir de la solución de cuatro principales problemas:

1. Problema de la Intimidad: La persona puede temer el compromiso o la implicación en estrechas relaciones interpersonales, debido a la posible pérdida de su propia identidad. Este miedo puede conducir a relaciones estereotipadas, formalizadas o al aislamiento.
2. Difusión de la perspectiva temporal: Le resulta imposible al adolescente planificar para el futuro o mantener cualquier sentido de tiempo. Está la posibilidad de confundir la perspectiva de tiempo, donde al adolescente le parece imposible planear el futuro; este problema esta asociado con la ansiedad que produce el hecho de convertirse en adulto.
3. Difusión de la laboriosidad: En la que el joven tiene dificultades para aplicar sus recursos, de modo realista al trabajo o al estudio. Estas actividades suponen compromiso y como defensa contra éste, el individuo puede encontrar imposible concentrarse o bien puede emprender obsesivamente una única actividad, excluyendo todas las demás. También se le llama, la confusión de industria, en la que al adolescente se le dificulta activar sus recursos de una manera realista para estudiar o para trabajar, y como una defensa contra el compromiso que representan estas actividades.
4. Elección de una identidad negativa: El joven selecciona una identidad negativa, es decir, que es exactamente opuesta a la preferida por los padres o por otros adultos que revisten importancia para el joven. Finalmente elige una identidad exactamente opuesta a la deseada por sus padres o por otros adultos importantes para el joven.

De acuerdo a la teoría de Erikson (1974), una tarea esencial del adolescente es la de *establecer una identidad coherente y la de derrotar la confusión de identidad*. Según este autor, la búsqueda de identidad durante la adolescencia se vuelve especialmente difícil por el resultado de una serie de factores. Erikson enfatiza el hecho de que en esta etapa de la vida, un gran número de cambios rápidos tanto biológicos como sociales tienen lugar y, además, el individuo tiene que tomar decisiones importantes en casi todas las áreas de su vida. Este teórico sostiene que una cierta forma de crisis le es necesaria al joven para resolver el problema de su identidad y para vencer la confusión de identidad.

Además de estos componentes, es necesario hacer mención del concepto de Erikson sobre la moratoria psicosocial, que significa una demora en lo que respecta a los compromisos de adulto, un periodo en el que las decisiones se posponen. Cada sociedad y cada cultura institucionaliza, cierta moratoria para la mayoría de los jóvenes. La sociedad permite esta moratoria en la que el joven experimenta con distintos roles para poder descubrir el tipo de persona que desea ser.

Coleman y Hendry (1990), mencionan que los adolescentes que han logrado forjarse una identidad, son los menos vulnerables ante el estrés que les producen sus deberes y tareas, y además tienen, en general, niveles más altos de autoestima que los que se encuentran en una confusión de identidad.

Brake (1990), sostiene que los jóvenes necesitan un espacio en el cual puedan explorar una identidad que esté separada de los roles y de las expectativas impuestas por la familia, la escuela o el trabajo. La cultura joven le ofrece al adolescente una identidad colectiva y un grupo de referencia que le sirve para desarrollar una identidad individual. Dicho espacio representa un área libre en la que el joven puede relajarse con sus pares fuera de las demandas del mundo adulto.

1.7. AUTOESTIMA EN LA ADOLESCENCIA

Al iniciar la primera fase de la adolescencia, las percepciones de sí mismo son a menudo tan difusas que el adolescente se siente inseguro de quien es. Y cuando logra integrar un concepto de sí mismo y formar una identidad, surgen las preguntas relacionadas con la autoestima, con lo cual el adolescente entonces, se ve a sí mismo. ¿Qué valor le da al yo que percibe? Muchas de las decisiones que deberá tomar se basan en su evaluación de sí mismo, al elegir una vocación debe decidir si es capaz y si tiene las habilidades para hacerlo. Los orígenes y el desarrollo de la autoestima dependerá en gran parte de la interacción entre la personalidad de un individuo y sus experiencias (Horrocks, 1984).

Debido a que, en la adolescencia el joven sufre una serie de cambios, su autoestima puede ser afectada notablemente; de hecho, la mayoría de los adolescentes experimentan sentimientos de baja autoestima durante alguna etapa de su desarrollo y se ha visto que, para aumentarla se sirven de diversos recursos.

La autoestima es una de las necesidades psicológicas más fuertes. Brandon (1969), la considera un factor decisivo en la motivación del hombre, la llama el sentimiento maestro y dentro de la pirámide de necesidades de Maslow (1954), se encuentra muy cerca de la cima, es decir, cada ser humano está fuertemente impulsado a sentirse bien consigo mismo.

Blos (1975), habla de los mecanismos compensatorios, los cuales le sirven al adolescente para mantener el balance narcisista cuando hay defectos mentales o físicos, y que pueden estimular la proliferación, frecuentemente forzada, de dotes especiales y compensar la declinación amenazante. Es decir, la compensación es un mecanismo de defensa que sirve para encubrir o disimular inseguridad y sentimientos de fracaso conscientes o inconscientes. A medida que el niño crece, se da cuenta de que es juzgado de acuerdo a los valores de los grupos a los que pertenece y a la sociedad. El adolescente se encuentra con que si desea la aprobación de su grupo, debe tratar de destacarse en términos de los valores de éste y no de los propios (Rosenberg, 1979).

Ríchman (1985), sostiene que el adolescente temprano tiene que ajustarse a los conflictos que tienen que ver con la apariencia física, la aceptación del grupo de pares y la sexualidad emergente,

mientras que, el adolescente tardío tiene que resolver conflictos con respecto a su independencia, sexualidad, moralidad y elección vocacional o aspiraciones profesionales.

A medida que va madurando, el adolescente empieza a sentirse más competente y eficiente, esto produce un aumento en su nivel de autoestima, aunque otros factores, como lo son el dejar la escuela, elegir una profesión y buscar empleo, pueden minar la autoestima. Los sentimientos de control y poder en los ámbitos físicos y social tienen efectos positivos en la autoestima. Con la edad, los adolescentes pueden mejorar sus habilidades sociales y ser capaces de seleccionar los pares y contextos que aumenten su nivel de autoestima.

El concepto que de sí mismo tiene el adolescente es un factor que contribuye al éxito o fracaso en su desenvolvimiento personal y social, por lo que en el siguiente capítulo revisaremos el tema de la autoestima, tema determinante para la vida psíquica de los adolescentes.

CAPITULO II. AUTOESTIMA

2.1. ANTECEDENTES

En la mayoría de las teorías de psicoterapia y de desarrollo, se hace referencia de alguna manera a la autoestima. Así mismo, fuera del ámbito profesional existen muchos elementos de sabiduría popular en los que se hace referencia a ella; v. gr. "No puedes querer a otros si no te quieres a tí mismo".

Aunque generalmente el término de autoestima se ha relacionado con la psicología del self, casi cualquier teoría que haga referencia a aspectos cognoscitivos posee una descripción de procesos mediante los cuales las personas se evalúan a sí mismas y hacen alusión a una descripción de como dichas evaluaciones afectan su comportamiento.

A principios del siglo, el desarrollo y descripción del concepto de "self " fue un tema de gran interés, sobre todo para los interaccionistas y pragmáticos (W. James, C.H. Cooley, G.H. Mead, etc.) y de forma implícita para los psicoanalistas. Entre 1920 y 1940, estos constructos recibieron menor atención dentro de una psicología predominantemente conductista y funcionalista. Posteriormente, con el desarrollo de teorías "interpersonales" en sociología (teoría de roles, grupos, etc.) y del auge de la psicología clínica, recuperaron importancia.

Wells y Marwell (1976), mencionan que, a pesar de todas las diferencias que existen en cuanto al concepto de autoestima, se pueden extraer cuatro nociones principales de la utilización del término en los campos de la psicología, psiquiatría y sociología.

- La autoestima es un término común en la literatura popular que se utiliza para hacer referencia a un amplio rango de fenómenos conductuales.
- Como herramienta conceptual, la autoestima ha sido empleada desde muchas perspectivas teóricas, siendo una idea central en muchas de ellas.

- La autoestima incluye ciertos fenómenos conductuales que suponen ser medibles y posiblemente manipulables (generalmente se le considera como variable).
- La autoestima es un concepto ambiguo alrededor del cual existe confusión y desacuerdo. Por lo mismo, una de las propiedades que generalmente se le atribuye es su carácter indeterminado.

Además de presentarse en muchos escenarios, los conceptos de autoestima aparecen bajo una gran variedad de denominaciones. Para ejemplificar, algunos términos que se utilizan comúnmente para hacer referencia a ello son auto-aprecio, amor a sí mismo, auto-aceptación, sentido de adecuación, sentido de competencia, etc. Todos estos términos denotan un proceso básico de funcionamiento psicológico que puede ser descrito como auto evaluación, auto-aprecio o una combinación de ambas.

Wylie (1961), en su resumen de medidas de autoconcepto, utilizó el término auto-aprecio ("self-regard") como una etiqueta bajo la cual podría incluirse todos los conceptos anteriores. Utilizó este término por considerarlo más neutral, menos específico y más incluyente que los anteriores. Sin embargo, actualmente el término más común que se utiliza para hacer referencia a las conductas de auto-evaluación y auto-aprecio, es el de autoestima.

Cualquier intento de lograr una definición de autoestima suele ser frustrado por el estado actual de vaguedad y fragmentación. De acuerdo con Plath y Betzer (1985), existe poco acuerdo en la literatura en cuanto a la definición de autoconcepto y autoestima.

El autoconcepto es un juicio personal de valor, expresado en las actitudes que una persona tiene hacia sí misma. Es una experiencia subjetiva que se manifiesta por medio de reportes verbales y conductas abiertas (Rajabally, 1987). Por otro lado, generalmente se hace referencia a la autoestima como un constructo hipotético elaborado por algunos científicos sociales para referirse a ciertos elementos del comportamiento humano y se encuentra con las mismas dificultades que surgen al tratar con abstracciones científicas y otros conceptos psicológicos. Existe un proceso más o menos generalizable a las particularidades propias de cada ser humano y su devenir.

Otros autores, como McCreary (1989), afirman que la autoestima está basada en la concepción que tiene la persona de su propio valor; y que está determinada no sólo por las percepciones de la persona, sino también por las reacciones de los demás hacia ella. La consistencia, estabilidad y claridad de ciertos aspectos de la autoestima pueden variar de acuerdo a las demandas específicas de cada situación, a la jerarquía de necesidades en un momento determinado y a la accesibilidad de los propios recursos en ese momento.

James (1980), es comúnmente identificado como el primer psicólogo del self y sus escritos hacen referencia, en cierta forma, a la autoestima. James afirma que, el self de una persona es la suma de todo aquello que la persona puede llamar suyo. Esta noción de identidad la divide en tres partes constitutivas:

- Yo material: Es el que más claramente se ve, es el *organismo*. Necesita de atención y cuidados para poder desarrollar sus capacidades y convertirlas en habilidades. La persona experimenta su yo material como la posesión material de su cuerpo, de su familia, de los bienes materiales y los objetos físicos que la rodean.
- Yo Social: Es la conciencia que tiene la persona de su reputación o identidad delante de otros. El yo social se manifiesta a través de la relación con los otros y con el medio. Nadie se realiza solo, sino a través de otros, de razonar frente a otro y con otro, lo que crea o siente de sí misma; dependerá de lo que crean y sientan los demás por esa persona, pero fracasará en sus relaciones si no puede tener buenas relaciones consigo misma, ya que relacionarse consigo misma será el inicio para relacionarse con los demás.
- Yo Espiritual: Es la Conciencia del individuo de su propio proceso mental. Es decir, de sus pensamientos, de sus sentimientos y de sus emociones percibidos por la persona misma. Es la parte interna, y se divide en tres: lo emotivo, la mente y el espíritu (formando las tres partes, lo psíquico). *La parte emotiva* es la que lleva al hombre a conocerse, esto se logra a través de los estados de ánimo, las emociones y sentimientos. *La mente* tiene todos los talentos que son necesarios pero que hay que desarrollarlos y mejorarlos, teniendo conciencia de ellos para así manejarlos positivamente. También la mente se convierte en el puente para llegar al espíritu. *El*

espíritu es la parte más interna y dinámica siendo ésta el núcleo de la identidad que busca el significado de la vida manifestándose a través de los que se quiere lograr y como quiere lograrse. Es lo que la persona es en verdad.

James dice que, para comprender el yo total debemos ver los elementos constitutivos, observar los sentimientos y emociones que despiertan y las conductas que motivan. Considera al self como un fenómeno totalmente consciente. Por lo tanto, las evaluaciones que haga una persona sobre sí misma dependerán del grado en que sus aspiraciones converjan con sus logros. De esta forma, la autoestima puede estar relacionada con cualquier habilidad o relación social, de modo que la persona puede tener muchas actitudes diferentes hacia sí misma. Cohen (1959, p.103) sugiere que "los sentimientos de una persona hacia sus éxitos o fracasos en cualquier situación se generalizan hacia la percepción total de sí mismo". Esta pasó a ser una noción común de autoestima.

Después de James, la noción de self continuó creciendo en importancia durante casi tres décadas, con notables contribuyentes a su desarrollo. El sociólogo Charles Horton Cooley, enfatiza la relación entre el self y el ambiente social. Cohen (1959), creía que no tiene sentido pensar en un self separado de lo social (del medio en que está inmerso y de las personas con las que interactúa). La concepción de un individuo sobre sí mismo está determinada por la percepción de las reacciones de otros hacia él. Postula que, los sentimientos de una persona acerca de sí misma son producto de sus relaciones con otros, mismas que le afectan desde los primeros años de vida. Este punto de vista fue expandido más adelante, combinando perspectivas filosóficas, sociológicas y psicológicas. Para esta postura, la persona se puede observar a sí misma como un objeto. Y considera al self como un fenómeno altamente social, producto de la interacción en la que la persona se ve reflejada en la conducta del otro.

Para Mead (1956), la integración de la capacidad de observarse a sí mismo y de verse reflejado en la conducta del otro, se da por la capacidad del ser humano de simbolizar. Para Mead, la opinión de una persona sobre sí misma es producto del ambiente social. Mead aporta una noción de self más global. Considera al self como una colección de actitudes reflexivas que resultan del contexto de una situación social dada. Si se piensa en el self como un conjunto de actitudes reflexivas, la

autoestima puede ser descrita como el componente de evaluación de cada una de estas actitudes o como la totalidad de dichas evaluaciones.

Un aspecto muy importante para la evolución de la autoestima, es la familia y la interacción entre cada uno de sus miembros. El sentido del self de un individuo, es un producto social de los reflejos positivos de los demás, especialmente de aquellas personas significativas. Dado que la relación padres-hijo es una de la más importante en la vida de las personas, es razonable sugerir que las concepciones del self de los padres e hijos están influidas muy significativamente por la naturaleza de sus relaciones y además, podemos concluir que padres con una autoestima baja tendrán como resultado hijos con una autoestima pobre, pero si en cambio, los padres poseen una autoestima alta, los hijos tendrán una autoestima adecuada. Como vemos, la autoestima de los padres afecta de una manera directa la autoestima de los hijos (Demo, Small y Savin-Williams, 1987).

2.1.1. Teoría Psicoanalítica

La teoría psicoanalítica de Freud también contribuyó al amplio interés por el self. El concepto del ego en la teoría Freudiana tiene mucho en común con la noción del self como es concebida por otros teóricos.

El ego se considera como un fenómeno ampliamente consciente, mientras que el self incluye tanto aspectos conscientes como inconscientes. Las nociones del super ego y ego ideal representan el aspecto social desde el cual una persona se auto evalúa o juzga a sí misma. Sin embargo, Freud no se refiere a evaluaciones reflejadas que dan como resultados una autoestima determinada. Más bien se refiere a procesos muchos más activos e intensos, a emociones muy poderosas, como odio a sí mismo o auto condenación. También habla de procesos inconscientes que determinarán la personalidad de un individuo, así como a ideales del yo que son en ocasiones elevados y la persona nunca alcanzará a este yo idealizado y, por lo tanto, esta situación se convertirá en motivo de angustia.

Otros teóricos influidos por el psicoanálisis freudiano han hecho mayor referencia a nociones de autoconcepto y autoestima. Los más relevantes son Alfred Adler, Erich Fromm, Karen Horney y Harry Stack Sullivan.

Adler (1956), habla de una condición universal aparentemente innata, en la que prevalece un sentimiento de inferioridad. Por lo mismo, la lucha principal del individuo es por la superioridad. Independientemente de ciertas características o defectos físicos que posea la persona, lo que motiva la lucha por la superioridad no es el defecto en sí, sino la percepción personal de dicho defecto. Tiene muchas semejanzas con el concepto de autoestima de Byrd (1973), quien menciona que esta teoría es interesante, ya que supone que la razón por la cual las personas se vuelven expertas en algunas áreas es para compensar alguna deficiencia en la misma.

Fromm (1972), enfatiza la relación que existe entre el aprecio de una persona por sí misma y su capacidad para relacionarse con otras personas. Habla del amor a sí mismo, lo cual puede relacionarse con el concepto de autoestima. Es interesante señalar que un postulado básico de su teoría es el amor maduro a uno mismo como un prerrequisito para poder amar a los demás.

Horney (1970), afirma que existe una ansiedad básica que resulta de las experiencias en las que el infante se siente indefenso en un mundo potencialmente hostil. Sin embargo, esta ansiedad no se manifiesta en forma de lucha por la superioridad, sino en necesidad de seguridad. Un supuesto básico de la teoría de Horney es el deseo del individuo de valorarse y de ser valorado por otros. Esto resulta en la posibilidad de autoestima o auto-alienación. Para *Horney*, la autoalineación consiste en un aumento de la discrepancia entre el self real y el actual. Plantea una distinción entre self real, actual e idealizado, de la siguiente manera:

- Self-real: Potencialidades inherentes a la persona.
- Self-actual: Cualidades actuales de la persona.
- Self-idealizado: Self fantástico creado por el ajuste neurótico, (distinto al self-ideal, que funciona como guía de acción de la persona normal).

Sullivan (1953), representó un aspecto poco usual dentro de la perspectiva psicoanalítica, al hacer énfasis en aspectos socio-psicológicos. Su descripción del self es preferentemente interpersonal. De acuerdo con Sullivan, el self se va construyendo a partir de la experiencia por medio de halagos reflejados, por lo tanto, es un fenómeno totalmente aprendido.

Como la mayoría de los teóricos psicoanalíticos, Sullivan ubicó la formación del sistema del self en la infancia. Considera que el origen de la auto personificación se da en la división tripartita de las experiencias infantiles en "yo-bueno", "yo-malo" y "no-yo". Esta división surge como resultado de la actitud de aprobación o de rechazo de los padres ante las distintas conductas del niño. Se desarrolla como una organización de la experiencia educativa originada por la necesidad de evitar o minimizar los incidentes de ansiedad y como un proceso de auto evaluación que constituye la autoestima.

2.1.2. Psicología del Ego

Allport (1955), fue uno de los primeros psicólogos en separarse significativamente del camino conductista para ingresar a la entonces llamada "psicología del Ego". Allport sintetizó el concepto de ego y los constructos del self en una noción que dominó "*proprium*". Define el *proprium* como todos los aspectos de la vida que consideramos como particularmente propios incluyendo aquellos aspectos de la personalidad que proporcionan unidad interna. El *proprium* no sólo se encuentra atado a la necesidad de supervivencia y mediación de la realidad, sino que está en un continuo proceso de crecimiento, de "convertirse en". La autoevaluación no se concibe como una entidad pasiva, sino que su función es la de promover intentos de crecimiento, enriquecimiento y evaluación en un proceso interminable y dinámico. Esta lucha da unidad a la personalidad. Para Allport (1937, p. 17) "La autoestima... está, incluida en todos los sentimientos y rasgos personales."

Symonds (1951), se refiere explícitamente a la autoestima como una especie de sentimiento hacia uno mismo. Menciona que la autoestima se desarrolla a partir de las experiencias de necesidades (o satisfacción de las mismas) y de las experiencias de éxito. En este sentido, parece

haber dos manifestaciones de la autoestima: amor propio y respeto propio, resultantes de distintas formas de experiencias positivas, de afiliación y de éxito.

2.1.3. Perspectivas Clínicas

La mayor parte de las concepciones sobre la autoestima anteriormente expuestas son resultado casi exclusivamente de esfuerzos teóricos. Sin embargo, posteriormente surgieron nuevas teorías de la personalidad que fueron producto de la observación clínica. Posiblemente Maslow y Jourard sean los teóricos más notables a este respecto, especialmente en lo que se refiere a la autoestima.

Maslow (1954), retomó gran parte del vocabulario de la teoría psicoanalítica, pero poco del contenido. Su trabajo en el área de auto concepto y autoestima giró alrededor de la noción de auto actualización. Postuló una jerarquía de necesidades que abarca desde las más básicas (fisiológicas) a las superiores (auto- actualización). El establecimiento de autoestima es una condición necesaria para poder alcanzar la auto actualización. Señala que sólo se podrá respetar a los demás cuando se respeta a uno mismo. Por lo anterior señala que cada individuo es la medida de su amor a sí mismo y su autoestima es el marco de referencia desde el cual se proyectan sus relaciones familiares, laborales, de amistad y de pareja. Por eso es sumamente importante conocer la autoestima individual, para así, conocer como el individuo interactúa con los otros y con su medio. Bernard Shaw afirma que, el interés del hombre por el mundo es solamente el reflejo de los intereses por sí mismo; es decir, el individuo se preocupa por ver, juzgar y arreglar lo que está fuera de él, cuando la solución a muchos problemas será que cada persona vea y arreglará lo que le corresponde a ella misma, es decir, su autoestima.

Jourard (1957), utilizó una perspectiva psicoanalítica relacionando los propios sentimientos (self-feeling) con el proceso de identificación del ego ideal. Jourard utiliza el concepto de "catexis" (inversión de afecto en un objeto o persona) y una instancia particular, que denomina auto-catexis, y la equiparó con la autoestima.

Otra teoría de la personalidad que ha influido substancialmente en lo que refiere a teorías del self y de la autoestima, es la perspectiva clínica conocida como Terapia Centrada en el Cliente, fundamentalmente identificada con *Rogers*.

Rogers (1966), señala que su enfoque es esencialmente fenomenológico. El constructo central de la teoría es el concepto del self como objeto percibido en el campo fenomenológico. Rogers hace referencia al autoaprecio como un fenómeno que incluye tres aspectos principales: el contenido específico de la actitud (dimensión cognoscitiva), un juicio acerca del contenido (dimensión evaluativa) y un sentimiento que se presenta paralelamente al juicio (dimensión afectiva). La autoaceptación o autoestima hace referencia a esta última dimensión, la afectiva.

Al respecto, Spitzer (1969, p 205), dice: "Una persona sólo puede tener autoestima si se habla de cierta identidad o grupo de identidades". El aspecto valorativo del autoconcepto parece ser el más importante. Fitts (1971, p. 23) menciona: "Las percepciones actuales que una persona tiene de sí misma son importantes, pero lo es aún más el tono emocional y afectivo con que esas autopercepciones están cargadas". De hecho, la mayor parte de la literatura sobre autoconcepto está implícita en esa dimensión, de modo que el autoconcepto es utilizado casi como un sinónimo de autoestima (Taylor, 1955; Webb, 1965; Korman, 1968). La razón de este enfoque es que el significado motivacional del valor que una persona pone en todo, especialmente en sí mismo, es lo que determina su comportamiento. Podría incluso pensarse que mucho de lo que una persona escoge hacer y la manera en que lo hace, depende de su autoestima. Sin embargo, el identificar la autoestima como un aspecto valorativo del autoconcepto, no dice con exactitud que es realmente la autoestima.

El autoconcepto es resultado de una actividad reflexiva. Consiste en el concepto que tiene un individuo de sí mismo, como ser físico, social y espiritual. Rosenberg (1979), define el autoconcepto como una totalidad de los pensamientos y sentimientos que tiene un individuo, haciendo referencia a él mismo como objeto. Por su parte, existen tres significados que predominan en la literatura concerniente a la autoestima: amor a sí mismo, autoaceptación y sentido de competencia. Cada uno tiene una connotación diferente que se distingue por el énfasis puesto en los elementos afectivos y evaluativos.

El contenido del llamado *amor a sí mismo* es principalmente de catexis afectiva y está asociado con procesos psicoanalíticos y con la fenomenología existencial. De algún modo, parte de la diferencia que existe entre amor a sí mismo y auto aceptaciones de profundidad, ya que ambos tiene que ver con el autoaprecio. Sin embargo, *autoaceptación* es un proceso fenomenológico, haciendo énfasis en la idea de juicios conscientes o preconscientes y el amor a sí mismo esta considerado como un proceso más profundo que incluye energías e instintos (en las teorías psicoanalíticas), e inseguridades ontológicas básicas (en las teorías psicológicas existenciales). En las teorías de autoaceptación, los mecanismos causales no radican en los instintos, sino en la estructura y dirección de ciertas actitudes. En el sentido de *competencia* o eficacia de autoestima, el énfasis está en la evaluación propia, comparando un objeto o un evento como determinado criterio de excelencia. De este proceso surgirá la experiencia de fracaso o de éxito. El acento está puesto en las habilidades y capacidades asociadas con la autoconfianza. La autoestima se refiere a las dimensiones de evaluación y afectivas del autoconcepto, de modo que la autoestima es un producto de la autoevaluación total del individuo. Otros autores (citados por Gecas, 1982), han diferenciado varios aspectos de la autoestima; a continuación se hace mención.

- Sentido de poder y de valor (Gecas, 1971).
- Autoestima interna y externa (Franks y Marolla, 1976).
- Evaluación y afecto (Wells y Marwell, 1976).
- Sentido de competencia y valor personal (Brissett, 1972).
- Sentido de competencia y moralidad (Rokeach, 1973; Vallacher, 1980 y Hales, 1980).

De acuerdo a estas divisiones, existe la distinción entre una autoestima basada en un sentido de competencia, poder o eficacia y una autoestima basada en un sentido de virtud o valor moral, hay dos procesos subyacentes: *El evaluativo y el afectivo*. Existe una distinción entre el proceso evaluativo y el afectivo. Esta distinción de alguna manera resulta ser problemática puesto que los dos procesos están relacionados recíprocamente. Así, los sentimientos que una persona tiene hacia sí misma están relacionados de una manera muy estrecha con las evaluaciones que hace de sus propias habilidades, cualidades y comportamientos. Para algunos autores (Fitts, 1970), el proceso afectivo simplemente significa una auto evaluación descrita en términos emocionales. Como en casi todas las distinciones conceptuales, la que hay entre evaluación y afecto no siempre es clara. La

autoevaluación es descrita en términos emocionales e incluye descripciones más mecánicas y causales mientras que el autoaprecio se refiere a una conceptualización más humanista del comportamiento.

Para White (1959), la autoestima es una especie de autorrespeto, teniendo su base en el concepto que la persona tiene de su eficacia y de sus habilidades. Gordon (1968), sugiere una distinción similar, igual que Symonds (1951), quien sugiere que la autoevaluación y el autoaprecio constituyen dos diferentes clases de autoestima cuyo resultado depende de las experiencias positivas y de los éxitos. Esta es la posición de Gecas (1971), quien indica que, los dos aspectos del autoaprecio son el valor y el poder.

Las descripciones de la autoestima en términos de procesos evaluativos tienden a enfatizar el aspecto de un juicio basado en lo bueno o lo malo que es inherente a tal cosa o situación (puede tratarse de la persona en su totalidad, de una habilidad, un rango personal, un estilo de comportamiento, etc.). Las cosas tienen valor en la medida en que ayudan a la persona a alcanzar sus metas o recompensas, así como a evitar o impedir los fracasos, ansiedades o castigos. Diggory (1966, p. 418), lo pone de esta manera: "El hombre entonces, se ve a sí mismo como un instrumento con fines específicos y se evalúa a sí mismo en los mismos términos como evaluaría cualquier otro instrumento". En el caso de que se trate de las habilidades y acciones de una persona, la autoestima tiene como connotación, una motivación de eficacia, o bien como la ponen diversos autores, (citados por Wells y Marwell, 1976):

- Eficacia motivacional (White, 1959)
- Control sobre el ambiente (Woodworth, 1958)
- Control sobre contingencias (Ziller, 1969)
- Sentido de adecuación social (Janis y Field, 1959; Dittes, 1959).
- Eficacia interpersonal (Fitts, 1970).

De este modo, cuando se trata de rasgos, apariencias y estilos, la autoestima depende del grado en que se logre un objetivo de acuerdo a cierto estándar (McCandless, 1961). Relaciona el desarrollo de la autoestima con el aprendizaje social por vías de mecanismos de reforzamientos

secundarios. El proceso afectivo hace énfasis en los aspectos emocional y conductual de la autoevaluación. De este modo, ya no se trata de cómo una persona se evalúa a sí misma, sino de su respuesta afectiva o reacción de esa autoevaluación. Las emociones y las repuestas de la persona hacia las mismas parecen ser la llave. La autoaceptación, auto satisfacción y el auto aprecio tienen que ver con la habilidad que tiene una persona de funcionar normalmente o de relacionarse de manera honesta y positiva consigo misma a pesar de la dirección y de la magnitud de las autoevaluaciones. McCandless (1961), dice que las personas que se aceptan a sí mismas son las que se aprecian de una manera positiva y hacen frente al hecho de que, tal vez no son todo lo que les gustaría ser, pero viven de una manera positiva, constructiva y feliz.

Cuando se describe la autoestima en términos afectivos, muchos autores consideran como aspectos independientes, a la autoevaluación y al autoaprecio. Es decir, la manera que una persona se siente acerca de sí misma no está determinada totalmente por qué tan eficaz cree que es, ya que, puede gustarse a sí misma aunque su autoevaluación en ciertos aspectos sea baja o puede también no gustarse a sí misma, aún cuando sus autoevaluaciones sean altas. Por lo tanto, podemos concluir que, para la formación de la autoevaluación y del autoaprecio dependerán diversos factores y no solamente la percepción personal.

En la Terapia Centrada en el Cliente se trata de fomentar la integración entre los procesos evaluativos y los afectivos; el individuo actualizado se acepta y se aprecia a sí mismo después de reconocer tanto sus fallas como sus puntos de acierto. Las descripciones de la autoestima como autoaceptación a menudo incluyen la sensación de valor personal, moral y existencial, como opuestos a un valor meramente pragmático o instrumental.

2.1.4. Perspectiva Actitudinal.

Con excepción de la perspectiva psicoanalítica, la autoestima ha sido definida en términos de actitudes. Bajo esta perspectiva, la autoestima se refiere a los procesos fenomenológicos en los cuales la persona percibe características de sí misma y reacciona ante estas características de una manera emocional. Rosenberg (1973, p.5), dice "como autoestima, nos referimos a la evaluación

que el individuo hace de sí mismo y ante la cual toma una actitud de aprobación o desaprobación de sí mismo”.

De acuerdo con Secord y Backman (1964), es conveniente pensar que la actitud que una persona tiene hacia sí misma, consta de tres aspectos: el cognoscitivo, el afectivo y el conductual. Esta descripción parece haber sido bastante aceptada y se le puede detectar desde James, quien fue uno de los primeros en formularla, aunque otros autores sugieran otros nombres para los mismos aspectos. El punto importante es que parece ser que cualquier actitud trae consigo el criterio de bueno o malo asociado con alguno de los aspectos anteriores. El componente ya sea evaluativo, crítico o afectivo que forman la concepción que una persona tiene de sí mismo es a lo que comúnmente se le llama autoestima.

Esta perspectiva actitudinal describe la autoestima tanto global como específicamente: una persona tiene muchos rasgos de los cuales hacen evaluaciones, pero también puede hacer una suma total de sus rasgos y una evaluación total. Esta suma puede ser una colección de actitudes específicas (Diggory, 1966) o se le puede dar un estatus más singular y unificado (McCandless, 1961). Rosenberg (1973) y Sherwood (1965) describen la autoestima como una especie de combinación lineal de características individuales valoradas de acuerdo a la importancia que les da la persona y globalizadas en una estructura psicológica específica.

La autoestima también puede ser definida en términos de la relación psicológica existente entre diferentes actitudes. Las relaciones o disparidades entre las diferentes autopercepciones y las cogniciones es una forma común de conceptualizar la autoestima. Cohen (1959, p. 103), ofrece una definición de autoestima basada en la discrepancia: “El grado de correspondencia entre el ideal y la realidad. Como James, Cohen (op. cit.) considera a la autoestima como el resultado de las experiencias de fracaso y de éxito de un individuo, los cuales son comparadas con las aspiraciones individuales de la persona. Esta descripción de discrepancias está basada en términos de la relación existente entre los diferentes selves. La manera en que una persona como el self-real o el autoconcepto. La manera en que la persona desearía ser o como se siente que debería ser es denominado como el self ideal o el ego ideal (Cottle, 1965).

A continuación, se revisan los puntos de vista de tres diferentes autores, quienes tuvieron una destacada trayectoria en el aspecto clínico, dando importantes aportes teóricos acerca de la autoestima.

A) DOROTHY CORKILLE

En respuesta a la pregunta ¿Qué es la autoestima?, Corkille (1985) responde que es lo que cada persona siente por sí misma, es la medida en que le agrada su propia persona en particular. La autoestima elevada no consiste en un engrimiento sino en un silencioso respeto por sí mismo, es alegrarse de ser quien se es.

El concepto que se tenga de uno mismo influye en la elección de amigos, en la forma de relacionarse con los demás, en la elección de pareja, en la productividad y en la creatividad. Este sentimiento del propio valor constituye el núcleo de la personalidad y determina la manera en que la persona emplea sus habilidades y aptitudes personales. La actitud hacia sí mismo pesa en forma directa sobre la forma en que se vive cada etapa de la propia vida. Es el factor que decide el éxito o fracaso de cada persona como ser humano. El respeto por sí mismo se funda en dos convicciones "Soy digno de que me amen" y "Soy valioso".

Toda persona tiene estas mismas necesidades psicológicas de sentirse valioso y digno de amor, y estas necesidades acompañan al self desde el nacimiento hasta la muerte. Su satisfacción es esencial para el bienestar emocional.

La autoestima no se relaciona ni con la fortuna familiar, ni con la educación, ni con la zona geográfica de residencia, ni con las clases sociales, ni con las ocupaciones de los padres. En cambio, depende de las relaciones que existen entre la persona y aquellos que desempeñen papeles importantes en su vida. Toda persona nace con la potencialidad necesaria para alcanzar la salud mental. El hecho de que esa potencialidad florezca o no, dependerá del clima psicológico en que le tocó vivir.

Los seres humanos nacen sin sentido del yo, por lo que cada persona debe aprender a ser humano en tanto que la personalidad consciente no es instintiva, sino que es una realización social que se aprende de la vida en contacto con los demás. Cuando el niño nace no sabe que él es una persona, no sabe dónde termina él y donde empieza el resto del mundo. Comienza a recibir nuevas sensaciones que excitan su curiosidad: tocar, ser tocado, sentir hambre, oír, ver objetos. Comienza a explorar este mundo nuevo. Empieza a notar, por medio de sensaciones, la diferencia entre él, las personas y las cosas. Posteriormente, el niño aprende a hablar, y es el lenguaje la herramienta que, finalmente, le permite sentirse separado por completo, siendo éste un elemento esencial de la conciencia de sí mismo. También aprende su propio nombre y, desde ese momento, dispone de un símbolo que le permite pensar en sí mismo separado de los demás, para empezar a asociar cualidades consigo mismo y pensar en sí mismo haciendo una comparación con los otros. De esta forma, todo niño construye su propia imagen de sí mismo, primero mediante los sentidos y luego mediante el lenguaje. Sin embargo, mucho antes de entender el significado de las palabras, el niño habrá reunido impresiones generales de sí mismo y del mundo a través de la manera en que haya sido tratado (Corkille, 1985).

Los niños son particularmente atentos a los estados emocionales de sus madres y las primeras impresiones que tienen de sí mismos dependerán de la calidad de los mensajes corporales de ellas. El grado de correspondencia cálida que se brinden al niño, construye los cimientos de la visión positiva o negativa que el niño tenga de sí mismo en el futuro. Esta correspondencia está compuesta por los tipos de atención, sonrisas, abrazos, conversaciones, etc. que se le den al niño. A pesar de lo anterior, los mensajes únicos o poco frecuentes de indiferencia o de rechazo no causan daños irreversibles. Lo que cuenta es la cantidad y cualidad de los mensajes sistemáticos de amor o falta de interés que emitan los padres, así como su intensidad. Así, antes de aprender el significado de las palabras, el niño reúne miles de impresiones acerca de sí mismo, impresiones que le llegan del lenguaje corporal de quienes lo rodean. Para el niño, estas impresiones adquieren forma concreta de enunciados definitivos acerca de sí mismo como persona. Los mensajes posteriores apoyarán en estas primeras impresiones y ésto las transformará en elementos capaces de almacenar fuerzas tremendas (Corkille, 1985).

Cuando el niño empieza a comprender el significado de las palabras, descubre un nuevo medio para describirse a sí mismo. Para el niño, los demás, sobre todo sus padres, son espejos infalibles. Las palabras y las actitudes de ellos poseen un peso tremendo y de algo no hay duda alguna; las palabras tienen poder, pueden servir para engrandecer o para destruir el propio respeto. Las palabras deben de acompañar a sentimientos verdaderos, si ambos no coinciden, los pequeños lo advierten de inmediato.

La autoestima elevada, entonces, proviene de las reflexiones positivas que se hagan en torno a la persona, sobre todo durante la infancia. La autoestima legítima se refiere a lo que uno piensa de sí mismo en privado y no al hecho de presentar una buena fachada. Para representar autoimágenes de personas verdaderamente adecuadas, para sentirse completamente bien por dentro, las personas necesitan experiencias vitales que prueben que ellos son valiosos y dignos de que se les ame. No basta con decirle a alguien que es un individuo especial, lo que cuenta es la experiencia, que habla con más fuerza que las palabras. Toda persona se valora a sí misma tal como ha sido valorada (Corkille, 1985).

Los factores que se combinan para transformar a los padres en el espejo más importante para sus hijos son: la prolongada dependencia en torno de la satisfacción de necesidades físicas y emocionales, el contacto permanente y el hecho de que los padres son los primeros reflejos de su imagen. El niño emplea las palabras y los mensajes corporales que recibe para formar la imagen de sí mismo, y se esfuerza por adecuarse a la visión que ellos, es decir, los otros, tienen de él, y ésta es una imagen a la cual vivirá aferrado.

Cuando el niño advierte que es un ser separado de los demás, trata de superar su desamparo por medio del dominio de sí mismo y de su entorno. Los éxitos y fracasos que obtienen en esto, se reflejan en su actitud hacia sí mismo. El ritmo de crecimiento, el nivel de energía, la talla física, la apariencia, la fuerza, la inteligencia, los modales, las capacidades y las incapacidades. La persona llega a conclusiones acerca de quien es él, de acuerdo con sus propias comparaciones de sí mismo con respecto a los demás, y de acuerdo también con las reacciones de los demás ante él. Cada una de estas reacciones suma o resta algo a lo que él siente de su propio valor. Toda actividad a la que se dedique proporciona a la persona más información acerca de sí misma, enriquece

constantemente su colección de descripciones de sí misma con reflejos que recoge de todas partes. Estas imágenes reflejadas constituyen la base de su identidad y se transforman en su autoimagen o autoconcepto. Es importante tener presente que la imagen que tiene la persona de sí misma puede ser acertada o equivocada. Toda persona es ser, y como ser, crea una imagen de sí mismo (Corkille, 1985).

Cuanto más se aproxime la visión que de sí mismo tenga la persona a lo que realmente es en ese preciso momento de su vida, más realista será su comportamiento en la vida. Cuanto más se adapte el autoconcepto de una persona a sus verdaderas habilidades, aptitudes y potencialidades, será más probable que esa persona alcance el éxito, porque se considera a sí misma como adecuada.

Al mismo tiempo que la persona recoge las descripciones que otros hacen de él, asimila también las actitudes que esos otros tienen acerca de las cualidades implícitas en esas descripciones. Las palabras son menos importantes que los juicios que las acompañan. El juicio que la persona hace de sí misma, surge de los juicios de los demás. Cuanto más gusta de su autoimagen, mayor es su autoestima.

Hacia los cinco años, el niño ha recogido imágenes reflejadas de sí mismo en suficiente cantidad como para dar forma a su primera estimación general de su propio valor. Así es válida la afirmación popular de que: "No importa quién es uno, sino quién cree uno que es". Debemos recordar que ninguna persona puede verse a sí misma en forma directa, sólo lo hace en el reflejo que de sí misma le devuelven los demás. En este sentido, los otros funcionan como sus espejos moldeando su autoimagen. La clave del tipo de identidad que la persona se construye se relaciona directamente con la forma en que se juzga.

En su mayoría, las personas manifiestan sentimientos contradictorios acerca de sí mismos. Como la autoestima es el resultado de los juicios generales acerca de sí mismo, si la persona se ve como perdedor, entonces espera fracasar y se comporta de manera que hace menos probable el éxito. Una vez que deja de creer en sí mismo, queda en el camino de la derrota. En cambio, el que

se ve a sí mismo como un triunfador, hace que su seguridad personal le dé el coraje necesario para enfrentar los obstáculos. Así, las expectativas tiñen la conducta de las personas.

En el esfuerzo de agradarse a sí mismo, toda persona se esfuerza por obtener aprobación y trabaja incansablemente para desarrollar habilidades que eliminen sus incapacidades. Cuando esto no se logra totalmente, la persona comienza a hacer pedidos sutiles de reflejos positivos para mantener alto el concepto del propio valor (Corkille, 1985).

Cuando no se logra desarrollar el respeto por sí mismo, la persona puede tomar tres caminos: a) Creación de defensas, b) Sumisión; es decir, se acepta la ineptitud como hecho y Retracción; es decir, un retiro a un mundo privado de fantasía. El precio de estas opciones es la disminución de la plenitud de la vida.

a) Creación de defensas: Las defensas no son otra cosa que un arma psicológica contra la ansiedad, el temor, la inseguridad y la ineptitud. El objetivo es ayudar a la persona a conservar su integridad. Todas las personas de alguna manera hacen uso de sus defensas. Hay muchas clases de defensas: la compensación, la racionalización, la sublimación, el desplazamiento, la represión, la negación, la proyección, etc. A veces facilitan la adaptación, pero también puede ocasionar muchos problemas. La mayoría de las defensas tienen su origen en la secreta convicción de la persona de ser mala, indigna de amor y carente de valor. Este sentimiento secreto constituye el núcleo de las neurosis donde los sentimientos de ineptitud y las defensas no sanas marchan de la mano. Cuando las personas no encuentran caminos constructivos hacia la autoestima, optan por defensas que los colocan en círculos viciosos de autoderrota. Estas pautas se adquieren, generalmente, en el hogar. Cada rechazo hace que la persona recurra con más fuerza a sus defensas negativas. Algunas personas con sentimientos profundos de ineptitud se valen de la defensa que consiste en presentar una buena fachada. Se ocultan los verdaderos sentimientos para obtener aprobación. Se invierte la mayor parte del tiempo en mantener la imagen de ser "una buena persona". Se adecuan los actos para obtener aprobación y ocultar de la vista "el yo malo". Las energías se encaminan más a parecer perfecto que a desarrollar las propias potencialidades. Difícilmente se consigue mirar detrás de la máscara para ver como es la verdadera persona (Corkille, 1985).

Todo el que construye un yo falso se condena a sí mismo, porque en realidad, lo que recibe de los demás son reacciones ante la máscara que utiliza y no ante su verdadero yo. Estas personas saben que su fachada no es genuina así que saben en el fondo que la aprobación es hacia esa fachada buena. Así, la aprobación que obtiene poco significa: es aprobación por algo que no es legítimo.

El verdadero yo de estas personas no tiene oportunidad de desarrollarse porque se le aparta de la fuente que lo nutre: la interacción social con los demás. Son personas que temen que se les vea tal cual son porque les enseñaron en su infancia que, su ser real es inaceptable. Así, pierden la oportunidad de saber cómo reaccionarían quienes los rodean si ellos se mostraran tal cual son. La persona cree que la máscara lo protege contra el rechazo, más esto es un engaño porque sus relaciones con otras personas son falsas. Sólo reexaminando los viejos esquemas que se asimilaron desde la infancia es posible la liberación de las máscaras que la persona siente que debe emplear. Se descubre generalmente que esas máscaras ya no son útiles para sobrevivir. De hecho, los demás son capaces de amar más a la persona sin ellas, porque lo auténtico es cautivante.

Muchos creen que deben parecer "buenos", es decir, fuertes, eficientes, competentes, perfectos, para que los aprueben; y pasan los años puliendo hermosas fachadas sin darse cuenta de que se engañan a sí mismos. Al no sentirse aptos desde el interior, conceden mucha importancia al parecer competentes desde el exterior. De modo contrario, la persona que se siente competente internamente no necesita mostrar siempre a los demás una imagen perfecta de sí mismo. Las máscaras sirven para cubrir una autoestima escasa.

b) Sumisión y retracción: Las personas que no logran elaborar defensas adecuadas pueden recurrir a la sumisión (aceptar la ineptitud como un hecho) o a la retracción (retirarse a un mundo privado de fantasía). Generalmente, cuanto menos aceptable es la conducta de alguien, mayor es su anhelo de aprobación; cuanto más retraído, más necesita amor y aceptación, cuanto más altas sus defensas, más ansioso y alienado está. Sin embargo, a veces las mismas defensas de la persona disminuyen la probabilidad de que éste logre lo que desea y así va dando vueltas sobre sí mismo, hasta quedar atrapado en su propia celda (Corkille, 1985).

La autoestima no es inamovible, pero no es fácil modificarla una vez que se ha formado. El proceso de construcción de la autoimagen se desarrolla así: se dan nuevos reflejos, nuevas experiencias o nuevas etapas de crecimientos que llevan a nuevos éxitos o fracasos que a su vez desembocan en enunciados nuevos o corregidos acerca del yo. El autoconcepto de casi todas las personas evoluciona durante su vida.

La autoestima elevada surge cuando la persona se siente querida y valiosa. Cuando siente que no hay razones para que los demás lo quieran, las pruebas que pueda reunir de su propia capacidad y valor tal vez carezcan de significado para él. La persona que está firmemente convencida de no ser buena, se sensibiliza de modo que sólo recibe los reflejos que confirmen su imagen negativa de sí mismo. Al no gustarse a sí misma, la persona ignora o rechaza los reflejos que no concuerdan con esta imagen de sí misma. Así, se forman un autoconcepto rígido.

Una ventaja adicional del sentirse digno de ser amado reside en que, la confianza en sí mismo permite a la persona aceptar su falta de ciertas habilidades sin que esto amenace su autoestima. Ya que gusta de sí mismo, la persona no se siente obligada a ser perfecta. Los defectos propios no representan zonas de ineptitud personal, sino zonas de crecimiento. De modo contrario, la persona utiliza sus propias debilidades como armas contra sí misma. Si quienes poseen baja autoestima admitiesen los reflejos positivos, se verían forzados a modificar sus conceptos fundamentales acerca de sus propias vidas, y esto implicaría replantear su creencia básica de sí mismos. El tener que abandonar la única identidad que se ha conocido durante años no es algo fácil, por más insatisfactoria que sea dicha identidad. La vida con lo conocido es mucho más segura, no importa lo desagradable que pueda ser. La persona que se aferra a una identidad negativa no hace más que protegerse contra los grandes cambios, que implica comprobar lo nuevo, aventurarse a lo desconocido y renunciar a la seguridad de lo familiar. La persona que está acostumbrada a vivir en el rechazo y en el fracaso, se siente especialmente amenazada por los cambios, y esto es comprensible porque, tal vez lo nuevo pueda acarrearle nuevas frustraciones, y él ha tenido todas las que puede soportar. Por el contrario, las personas que han tenido experiencias pasadas positivas tienen razones para creer que los cambios producen cosas nuevas (Corkille, 1985).

La condición principal para que, se cambie la actitud de una persona hacia sí misma, consiste en que se presenten experiencias positivas con la gente y con la vida, así como que la propia persona forma los valores como positivo. Todo ser humano cuenta con una asombrosa capacidad para adecuarse, resurgir y crecer, aunque se hayan tenido muchas experiencias negativas, la respuesta de la persona es casi siempre buena cuando se coloca en un clima de confirmación de reflejos positivos.

Existen muchas circunstancias que previenen el desarrollo de la baja autoestima: una familia que comprende y acepta el respeto hacia la propia persona, la valoración del talento particular del individuo, etc. Toda situación vital que hace que el individuo se sienta personalmente más valioso (es decir, que confirma su valor como persona única), estimula la elevación de la autoestima.

Así, la rigidez obstaculiza el crecimiento, limitando el desarrollo de las capacidades y potenciales. Cuando la persona gusta de sí misma, puede asimilar las nuevas pruebas de su valor como persona, que se le presenta a medida que crece. Sabe que posee posibilidades no desarrolladas y no teme exponerse ante experiencias nuevas, así su capacidad potencial encuentra ocasión para realizarse. En cambio, la persona que se siente básicamente indigna de amor, se aferra a su identidad negativa y pasa por alto las pruebas de su aptitud cuando éstas le llegan. Sólo cuando se disipe su odio por sí mismo, estará en libertad para crecer (Corkille, 1985).

En cierta medida, el individuo percibe a las demás personas a través de un conjunto de filtros que proceden de sus experiencias pasadas, sus necesidades personales y sus valores culturales. Todo esto se combina para formar una red de expectativas y éstas, a su vez, se transforman en varas con las que miden a las demás personas. Muchas de las propias expectativas, son aspectos que se toman prestados en forma irreflexiva. De hecho, se toman como guía muchísimas de las expectativas que los padres tuvieron respecto de sus hijos. Estas imágenes prestadas les llevan a actuar sin razonar, sin indagar ni experimentar el modo natural de ser de cada quien. Los esquemas que se adoptan de la cultura son muchos, y las personas, constantemente miden a los demás de acuerdo con estas pautas sin importarle la falta de realidad que pueda haber en ellas.

Para medir lo que la persona es capaz de hacer, ella emplea las pautas de los demás (sobre todo las de sus padres). Así, en la medida en que se adapta a las expectativas de ellos, extrae conclusiones acerca de su propio valor. A veces, el individuo se siente decepcionado sin notar que sus expectativas son o muy elevadas o muy rígidas. Podría decirse que esta decepción actúa como las termitas: devora los cimientos del autorrespeto y hace que se derrumbe el edificio de la autoestima. La persona rara vez pone en tela de juicio las expectativas de los demás, por el contrario, tiende más bien a dudar de su propia actitud personal.

La fe de la persona en sí misma constituye la sustancia que le permitirá crecer. Cuando debe inclinarse ante expectativas que no tiene en cuenta su naturaleza esencial, su autorrespeto se resiente. Para ser fiel a sí misma, debe mantener la integridad de su condición de ser único, y esta fidelidad constituye la raíz más profunda de su estabilidad y de su autorrespeto. La confianza de la persona en sí misma debe referirse a lo que es realmente, y no a las imágenes de los demás. Las expectativas que no tienen en cuenta la naturaleza de la persona, plantean a ésta, el dilema de ser o no ser ella misma. Si opta por adecuarse a las imágenes de los demás, rechaza su propio ser, durante todo el tiempo que dure ese rechazo, el individuo es una persona hueca, una copia de las expectativas de los demás. A esta renuncia de la condición propia de ser único es a lo que se le llama "muerte psicológica". La persona pone su propio centro de gravedad fuera de sí misma. Sus reacciones quedan en manos de los demás, y la confianza en sí misma, jamás tendrá ocasión de florecer.

Las propias actitudes hacia los demás se relacionan con las que la persona tiene hacia sí misma. Uno hace a los demás lo que se hace a sí mismo. En cambio, el que se acepta, es capaz de aceptar a otros. Así, la capacidad de las personas para reafirmar a otros depende de qué tanto se haya reafirmado a sí misma.

Quién no gusta de sí mismo, debe tener presente que esta actitud es aprendida. La baja autoestima no constituye un juicio del propio valor, sino más bien el reflejo de los juicios y experiencias que la persona haya reunido. Así, se conserva el poder de optar por hacer algo en favor de la propia autoestima. Para gustar de sí misma, la persona debe tender a desarrollar un juicio de sí mismo más crítico e independiente. También ayuda el tratar de rodearse de personas

que le traten con respecto y, emprender actividades que le brinden la sensación de ser una persona competente y meritoria. Si su autoconcepto se ha hecho tan inflexible como para impedirle aceptar pruebas positivas de sí mismo, debe buscar ayuda profesional, sólo así puede liberarse de una baja autoestima rígida. Ser o no ser totalmente uno mismo: he aquí la gran cuestión de la propia experiencia. Los juicios negativos causan estragos en la autoestima y en la seguridad porque disminuyen, avergüenzan y castigan. La culpa (el juicio negativo) constituye el núcleo de los desordenes emocionales y de la baja autoestima. Es muy diferente la duda acerca del propio comportamiento, a la duda del valor como persona. Existe una sutil pero muy importante diferencia entre los rótulos positivos aplicados a otra persona y la aprobación dirigida a los actos. La clave consiste en que para creer en sí misma, la persona no debe de tener que cuestionar su valor como ser humano (Corkille, 1985).

Generalmente, las personas aprenden a pensar que su conducta es sinónima de su persona, y cuando el valor personal depende de la realización, está sujeto a cancelación ante cada paso erróneo. El valor personal sube y baja de acuerdo con su conducta. Así la persona no puede desarrollar un sentido sólido de su valor personal, ya que se encuentra constantemente condicionado por su comportamiento.

B) CARL R. ROGERS

La hipótesis básica del Enfoque Centrado en la Persona es que si en una relación, ciertas actitudes están presentes en la persona designada como "terapeuta", entonces va a tener lugar un cambio o crecimiento en la otra persona llamada "cliente". Las actitudes a considerar son la empatía, la congruencia y la aceptación incondicional. Esta hipótesis se basa en un elemento constitutivo de la naturaleza humana que es la tendencia actualizante del hombre. La tendencia actualizante inherente al organismo humano es responsable de llevarlo al desarrollo pleno de todas sus capacidades.

Las fuerzas actualizantes del niño chocan con las condiciones que las personas relevantes en su vida le van imponiendo a medida que crece. Estas "condiciones de valor" le dicen que es aceptado y

digno de amor cuando se comporta de acuerdo con determinados parámetros. Eventualmente, el niño incorpora alguna de estas condiciones impuestas y aprendidas, independientemente de aquello que dicte la sabiduría orgánsmica y que mejoren o no su condición como ser humano único.

A pesar de la imposición de estas restricciones, la persona no puede impedir él seguir sintiendo las experiencias de una manera visceral. Así, se empieza a desarrollar una incongruencia entre las fuerzas actualizantes de su propio organismo y su habilidad para transformarlas en experiencias conscientes y posteriormente llevarlas a la acción. Para liberarse de esto, el individuo necesita un clima libre de juicios y condiciones impuestas para poder sobreponerse a esas restricciones que ha internalizado. El cambio en la personalidad vendrá cuando ella empiece a ser más consciente de sus experiencias internas y permita que éstas fluyan de manera que pueda comportarse de acuerdo a ellas (Rogers, 1985).

A medida que el niño crece, se hace cada vez más importante que aprenda a identificar sus propias sensaciones. Aquí la madre es de gran ayuda para que el niño empiece a diferenciar cada sensación como el tener frío, hambre, el estar cansado, etc., así como la intensidad de dichos sentimientos. En la medida en que la persona perciba aceptación de sí mismo como ser humano por parte de los demás empezará a desarrollar su propio autoaprecio. Ambas cosas, la necesidad de aceptación por parte de otros y la autoaceptación son manifestaciones sociales de la tendencia actualizante. Sin embargo, si bien es importante que, primero, otros aprueben a la persona, más importante es que ella se apruebe a sí misma, de manera que su valor y aceptación no estén basados de manera exclusiva en la aprobación de otros.

La aceptación de otros puede ser incondicional o condicionada (condiciones de valor). Si un individuo recibe aceptación incondicional, se verá a sí mismo de una manera positiva y continuará evaluando sus experiencias de acuerdo con su propio proceso orgánsmico, no de acuerdo al de los demás. Sin embargo, la aceptación condicionada es la regla más común de la vida. A temprana edad, el niño aprende que hay aspectos de sí mismos que son aceptados por los demás y que, hay otros que son rechazados. Existen experiencias que satisfacen al individuo pero que, no son aceptadas por los demás. Y como la aceptación de otros es importante, la persona empieza a no

aceptar muchas partes de sí mismo y adopta el punto de vista que los demás tienen de lo que debe ser una experiencia positiva y negativa.

Si al niño se le da la oportunidad de confiar en sus propias reacciones orgánicas, aún cuando algunos comportamientos no sean adecuados, durante su vida aprenderá a mantener un balance de esas satisfacciones. En la cultura occidental, esto es algo que difícilmente se da. Si el niño se enfrenta a dos estímulos desagradables, uno que proviene de sí mismo y el otro de los demás, el que sea más importante para él inhibirá automáticamente al otro. Dada la importancia que los demás tienen para la supervivencia del niño, y dada la necesidad de aceptación, el niño tiende a prestar más atención al estímulo que emana de los demás y así, ignora su tendencia actualizante en términos de sus experiencias orgánicas.

Cuando la aceptación condicionada toma el lugar del proceso evaluativo del organismo, la persona pierde contacto con sus potencialidades y empieza un estado creciente de incongruencia que lleva a la autoalienación. Para mantener ese autoconcepto creado, toda experiencia que no sea congruente con esas condiciones de valor, internalizadas en el autoconcepto, son percibidas selectivamente y distorsionadas o negativas a la conciencia en su totalidad o en sus partes. La persona así, deja de funcionar como una unidad, como solía hacerlo de bebé; perdiendo contacto consigo misma. Rogers (1985, p.38) afirma que "Cuando las experiencias relativas al yo son adecuadamente simbolizadas e integradas al yo se produce, un estado de congruencia entre el yo y la experiencia; y, el funcionamiento del individuo es integral y óptimo".

Si la experiencia es altamente discrepante con el autoconcepto, y se hace consciente el balance del autoconcepto, da como resultado comportamientos ansiosos y desordenados. Estas personas a menudo desconfían o ignoran la experiencia propia para lograr ser aceptados, respetados y amados por otros. Sin embargo, posteriormente se encuentran con que, aunque acaten las normas de los demás, tampoco les es garantizada una total aceptación; es importante una aprobación unánime y general.

La incongruencia existe entonces, entre la experiencia social y el auto concepto, así como también entre los autoconceptos basados en los valores de determinado grupo y los valores de

otros grupos. El enfoque centrado en la persona sostiene que las diferencias de comportamiento difieren no en clase, sino sólo en grado, esto es, en el grado de incongruencia entre el autoconcepto y las experiencias orgánicas propias.

La incongruencia entre el "self" y la experiencia existe cuando la percepción que tiene el individuo de su propia experiencia es negada o distorsionada, cuando se falla al integrar dichas experiencias dentro del autoconcepto. Las experiencias que no coinciden con el concepto que una persona tiene de sí misma es vista como una amenaza, que puede perturbar el equilibrio de ese autoconcepto al ser contraria a las condiciones de valor que el individuo ha incorporado. Así, estas experiencias crean ansiedad en la persona y surgen mecanismos de defensa que distorsionan o niegan dichas experiencias manteniendo consistente la percepción que el individuo sostiene de su self.

El continuo enajenamiento entre el autoconcepto y las experiencias llevan a percepciones y comportamientos cada vez más rígidos. Si las experiencias son extremadamente incongruentes con el autoconcepto, las defensas pueden llegar a ser incapaces de prevenir que la experiencia invada el autoconcepto. Cuando esto sucede, el autoconcepto se rompe y empiezan a haber comportamientos desorganizados. Los comportamientos defensivos incluyen racionalizaciones, fantasías, compensaciones, proyecciones e ideas paranoides. La incongruencia entre el "self" y la experiencia es manejada por medio de percepciones distorsionadas de la experiencia o del comportamiento. Después de un período de desorganización, tiene lugar un proceso de defensa para proteger el organismo de la dolorosa conciencia de lo incongruente, pero el autoconcepto incorpora la idea de estar enfermo y tiene menos confianza que antes en cuanto a su propio valor.

La incongruencia entre el autoconcepto de ser valioso y el de no serlo, es manejada definiendo el "self" en términos de algún rol definido y aceptado. El lugar de "yo soy" la persona, es ocupado por algo o alguien, por ejemplo: "yo soy una maestra", "yo soy una mujer", "yo soy un padre", etc. Esto al menos permite el contacto con otros aunque las verdaderas relaciones significativas con los demás deben basarse en lo que la persona tiene en común con los demás, es decir, ese "yo soy" de todos. Sin embargo, es difícil en esta sociedad ser una persona sin estar identificado con un rol específico.

C) VIRGINIA SATIR

Virginia Satir (1989), expone que el sentido del propio valor es algo que se aprende en el seno familiar. El niño llega al mundo sin pasado y sin experiencia de comportamiento, y por lo tanto, carece de una escala de comparación para valorarse a sí mismo, así, depende de las experiencias que adquiere con las personas que lo rodean y de los mensajes que le comunican respecto de su valor como persona.

Durante los primeros 5 o 6 años, la autoestima del niño se forma casi exclusivamente en la familia. Cuando el niño empieza a ir a la escuela, intervienen otras influencias, pero la familia seguirá siendo importante. Las influencias externas tienden a reforzar los sentimientos de valor o bien la falta de ellos que se hayan aprendido en el hogar. El niño con una autoestima alta puede sobrevivir a muchos fracasos; el niño con una autoestima baja puede tener muchos éxitos y seguirá sintiendo una duda constante respecto a su propio valor.

Cada palabra, expresión facial, gesto o acción de parte de los padres, transmite algún mensaje al niño respecto a su valor. Los sentimientos positivos sólo pueden florecer en un ambiente en donde se toman en cuenta las diferencias individuales, se toleran los errores, la comunicación es abierta y las reglas son flexibles, todo dentro de una familia nutridora.

Según Satir (1989); a pesar de que, los niños vengán al mundo con diferencias constitucionales bien definidas, que empiezan con el sexo hasta en la capacidad corporal de reaccionar ante cada situación; es innegable que lleguen inermes, es decir, se les tiene que dar o enseñar todo lo que requieren para sobrevivir. Ningún niño llega al mundo con un plan detallado de lo que hará o de lo que no será. Esto proviene de las personas con quienes vive, por lo que se les llama figuras de supervivencia.

Desde que nace, el niño necesita la comodidad física, requiere que lo alimenten y lo mantengan tibio, de tal manera, que la transición de la matriz al mundo sea lo más suave posible. El niño también necesita continuidad en la relación, es decir, que una misma persona le proporcione el alimento, el calor, necesita escuchar la misma voz y sentir el mismo toque humano que lo

introducirán a la existencia y presencia del otro. Así mismo, aprende a necesitar la presencia física de la madre. Con el tiempo, el niño tiene que ir aprendiendo cómo influir en las respuestas de otros y cómo predecir dichas respuestas. Conforme aprende a identificar a su madre, desarrolla respuestas que influyen en ella; y cuando aprende a incluir al padre como otra figura de supervivencia, también desarrolla respuestas especiales que influyen en él.

Con la ayuda del lenguaje, el niño aprende a diferenciar y clasificar los elementos más allá del universo del yo propio, de un padre y de la madre. De ellos, aprende a clasificar a los gatos, perros, hombres, mujeres, familia, etc. No sólo aprende a clasificar sino también a evaluar, predecir. Aprende a diferenciar entre sentimientos buenos y malos y entre conductas buenas y malas, etc.

Un niño necesita tener un buen concepto de sí mismo en dos áreas: como persona hábil y como persona sexual. El niño desarrollará respeto hacia sí mismo como persona hábil (capaz de valerse por sí misma) si por lo menos uno de los padres confiere validez a los pasos que el hijo dé en su desarrollo. Se considera que se valida este crecimiento cuando el progenitor nota la existencia del crecimiento y comunica de manera verbal o no verbal que lo nota y da más oportunidades de manifestar y ejercer las nuevas capacidades que emergen de dicho crecimiento. Conforme un niño aprende y crece, se vuelve cada vez más capaz de hacer cosas por sí mismo y de cuidar de su persona (alimentarse, bañarse, anticipar el peligro, etc.). Las capacidades se vuelven cada vez mayores y llegan a incluir la capacidad de razonar, crear, tomar decisiones, formar y mantener relaciones, regular el momento de satisfacer necesidades de acuerdo con la realidad, planear, tolerar el fracaso y la desilusión, etc.

Para validar las habilidades de un niño, los padres deben ser capaces de reconocer cuando el chico ha alcanzado una etapa de desarrollo y en que momento conoce dicha validez. Es decir, para que la validación sea verdadera debe de concordar con las necesidades, capacidades y grados de desarrollo del niño. Es muy importante que, los padres expresen esta validación de forma clara, directa y específica.

La validación parental no implica una aprobación sin crítica a todo lo que el niño desee hacer. El papel de los padres es el de socializar; es decir, deben enseñar al niño que él no es el centro del

mundo. El chico tiene que aprender a adaptarse a los requerimientos de la vida familiar, a equilibrar sus propias necesidades con las de los demás y adaptarse a las exigencias de la cultura. Necesita desarrollar habilidades que le permitan equilibrar y enfrentarse a los requerimientos propios, a los requerimientos de los demás y a los requerimientos del contexto; es decir, restricciones y validación no son conceptos opuestos.

Si un progenitor no valida la capacidad de su hijo, el niño tendrá dificultad para integrar el concepto de su propia habilidad. Esto contribuirá a que dicha capacidad se convierta en un aspecto fragmentado del "yo minimizado", del "yo inadecuado" o del "yo secreto". Por otro lado, aunque los padres no validen las capacidades de su hijo, el niño seguirá creciendo, a pesar de todo; sin embargo, es probable que el chico no manifieste su capacidad de crecimiento o que, la manifieste en forma secreta, o de manera distorsionada o disfrazada. En cualquiera de estos casos, el crecimiento no contribuirá a la autoestima del niño.

Para que un niño desarrolle estimación hacia sí mismo como persona sexual, se requiere de que ambos padres validen la sexualidad del chico. El niño tiene que identificarse con su propio sexo. Sin embargo, esa identificación debe incluir una aceptación del sexo opuesto. La identificación sexual es el resultado de un sistema en el que intervienen inicialmente tres personas; la madre, el padre y el hijo (a). Los padres validan la sexualidad del hijo cuando sirven como modelos de una relación funcional y satisfactoria entre un hombre y una mujer.

Un niño necesita modelos de ambos sexos, por lo que, si alguno de los padres falta, el niño buscará modelos en alguna otra persona. Sin embargo, es importante que, reciba del padre o de la madre, el mensaje de que ambos sexos son valiosos. Si recibe el mensaje de que alguno de los sexos carece de valor, utilizará los modelos disponibles de forma encubierta y distorsionada.

La estima de un muchacho como varón, sufrirá más si su padre parece ser el más herido, menospreciado o devaluado en la relación conyugal. Así también, la estima de una muchacha se verá menoscabada si se observa que su madre es la más herida. Si los padres muestran de manera constante que consideran a su hijo una persona dueña de sí misma y de su rol sexual, y se exhibe

ante él una relación hombre- mujer satisfactoria y funcional, el hijo se vuelve cada vez más independiente de ellos (Satir, 1990).

Cuando llegue el momento de salir del hogar para ir a la escuela, el niño lo hará con confianza y los padres lo animarán para hacerlo. Esto le permitirá sacar provecho de las figuras que sustituyen a los padres, o sea, los maestros, durante gran parte del resto de su educación. Conforme progrese su madurez sexual, será más fácil frecuentar otros círculos que no sean de la familia y buscar un compañero sexual y establecer su propia vida de manera independiente. En todos los aspectos, la autoestima, la independencia y la originalidad individual van juntos.

La estrecha relación que existe entre validación parental, autoestima, independencia y originalidad se ve claramente al observar cómo una persona disfuncional se aferra a sus padres, o busca figuras parentales sustitutas, o se relaciona con un compañero sexual que asuma el papel de progenitor.

El efecto crucial de lo que acontece tanto dentro de las personas como entre ellas, es el concepto de valor individual que cada cual tiene a sí mismo. Satir (1990), describe la autoestima como una "olla" que puede estar vacía o llena. Donde las personas vitales y con una autoestima adecuada tendrán una olla llena casi todo el tiempo, ya que aprecian su propio valor y se considerara a sí mismos su mejor recurso.

Integridad, honestidad, responsabilidad, compasión, amor, etc., todo fluye fácilmente de la persona de olla llena. Es decir, la persona con una autoestima alta, se siente que tiene importancia, que el mundo es un lugar mejor porque ella está ahí. Tiene fe en su propia competencia. Solicita ayuda de los demás porque tiene fe en sus propias decisiones y en que ella misma significa su mejor recurso. Al apreciar debidamente su propio valor, está dispuesta a aquilatar y respetar el valor de los demás. Irradia confianza y esperanza. No tiene reglas para ninguno de sus sentimientos y se acepta totalmente a sí misma como ser humano.

Las personas con una baja autoestima, pasan la mayor parte de su vida pensando que valen poco. Esperan ser engañados, pisoteados y menospreciados por los demás. Como se anticipan a lo

peor, lo que sucede generalmente, es que sus peores temores se confirman. Como defensa, se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en un terrible estado de soledad y aislamiento. Al aislarse de los demás, se vuelven apáticos, indiferentes hacia sí mismos y hacia las personas, les resulta difícil ver, oír y pensar con claridad y, por consiguiente, tienen mayor propensión a pisotear y despreciar a otros.

Como consecuencia de esta desconfianza surge el temor que limita y ciega. Este evita que, la persona se arriesgue para buscar nuevas soluciones a sus problemas, dando lugar a un comportamiento aún más destructivo. Cuando la persona de autoestima baja sufre derrotas, se siente desesperada. Es posible aumentar la autoestima de cualquier persona sin importar la edad, puesto que si el sentido del valor se aprende, entonces puede también modificarse. En cualquier momento de la vida, la persona puede mejorar su concepto de sí mismo.

La autoestima es el centro de todo ser y es esencial para vivir la vida en libertad. Es importante acrecentar la autoestima para lograr relaciones humanas satisfactorias. Todo lo que daña la autoestima reduce la posibilidad de establecer un buen contacto y lograr desarrollo adecuado de la autoestima y, a la larga fortalecer la relación de la persona consigo misma y con los demás teniendo como resultado una autoestima sana.

La escalera de la autoestima creada por Virginia Satir, permite la explicación de como se va formando la autoestima. El primer escalón, lo representara el autoconocimiento, y así sucesivamente, cada uno de los niveles hasta llegar al Nivel VI que lo da la autoestima, cuando su formación esté completada. También podremos identificar en qué parte del proceso se encuentra la persona, para así continuar su desarrollo o en su caso iniciarlo. A continuación, explicaremos brevemente cada una de las etapas que Virginia Satir plantea.

Virginia Satir aporta esta escalera, en la cual se explica de manera clara como se va construyendo la autoestima en las personas, por cuales pasos tenemos que pasar para que se de la construcción de la autoestima como tal, en el cuadro 1.

Cuadro 1 ESCALERA DE AUTOESTIMA

| | |
|---|-----|
| AUTOESTIMA | VI |
| SÓLO PODEMOS AMAR CUANDO NOS HEMOS AMADO A NOSOTROS MISMOS* | |
| AUTORRESPECTO | V |
| "LA AUTOESTIMA ES UN SILENCIOSO RESPETO POR UNO MISMO" (D. P. ELKINS) | |
| AUTOACEPTACIÓN | IV |
| "LA ACTITUD DEL INDIVIDUO HACIA SI MISMO Y EL APRECIO POR SU PROPIO VALER JUEGA UN PAPEL DE PRIMER ORDEN EN EL PROCESO CREADOR" (M RODRIGUEZ) | |
| AUTOEVALUACIÓN | III |
| "EL SENTIRSE DEVALUADO E INDESEABLE EN LA MAYORÍA DE LOS CASOS ES LA BASE DE LOS PROBLEMAS HUMANOS" (C. ROGERS) | |
| AUTOCONCEPTO | II |
| "DALE A UN HOMBRE UNA AUTOIMAGEN POBRE Y ACABARÁ SIENDO SIERVO" (R SCHULLER) | |
| AUTOCONOCIMIENTO | I |
| "CUANDO APRENDEMOS A CONOCERNOS, EN VERDAD VIVIMOS" (R SCHULLER) | |

Fuente: citado por Gatell, (1997).

A continuación se explicara, cada uno de los escalones que conforman la formación de la autoestima según Virginia Satir.

- **AUTOCONOCIMIENTO (nivel I)**

Cuando las personas aprenden a conocerse, en verdad, viven. El verdadero autoconocimiento es conocer las partes que componen el yo: sus manifestaciones, necesidades y habilidades, conocer por qué y cómo actúa y siente. Al conocer todos estos elementos que, desde luego, no funcionan por separado sino que, se enlazan para apoyarse uno al otro, el individuo logra tener una personalidad fuerte y unificada. Si no logra este conocimiento, su personalidad será débil, con sentimientos de ineficiencia y devaluación.

El autoconocimiento, no es otra cosa que el conocerse a sí mismo, es decir, conocer cada parte que conforma el ser ya sea físico, psicológico y espiritual y, saber cuáles son las necesidades de cada una de ellas, cuales son sus potencialidades, como se manifiestan éstas y como se integran y apoyan entre ellas. En la medida en que, estas partes se encuentren unificadas, la persona deja de ser débil y fragmentada (incongruente) porque ya no se entrega a sentimientos y emociones de ineficiencia y auto devaluación.

Satir (op. cit.), señala que como ser humano se tiene un yo corporal o físico, el cual es la parte material y funciona gracia a los órganos y sistemas que lo componen. Estos necesitan de una alimentación sana y equilibrada. Mediante los sentidos, el cuerpo se conecta con el afuera y de esta manera, se relaciona, se adapta y se protege. El yo espiritual es la parte más profunda, es la esencia, es donde radica el verdadero ser y el verdadero sentido de identidad, el genuino sentido de la vida, de aquí que sea la verdadera parte que desea realizarse y alimentarse, desarrollándose todo su potencial, que está lleno de bondad, verdad, justicia, belleza y amor.

- AUTOCONCEPTO (Nivel II)

El autoconcepto es una serie de creencias o ideas que tiene una persona acerca de sí mismo, que se manifiestan en la conducta. Es la entidad que, consciente e inconscientemente, creemos que somos, incluye rasgos corporales, psicológicos, defectos y virtudes. En la autoestima, el autoconcepto es el elemento valorativo del sí mismo (self).

La idea que se tiene acerca de sí mismo, influye sobre todas las decisiones y elecciones significativas y, por lo tanto, da conformación al tipo de vida que se crea. No se tiene un solo autoconcepto, se tienen varios y su combinación crea otros. Tal pareciera que ante cada circunstancia emergiera otro que refuerza a los otros o que los rompe. En todos ellos va apareja una imagen que cree que así ve el otro y una imagen idealizada de lo que creen que deberían ser, de esta forma, la **Autoimagen** es el conjunto de imágenes que se tienen asociadas o que corresponden a los conceptos o creencias que tiene una persona acerca de sí misma. De tal forma que, si un individuo tiene un concepto negativo de sí mismo, lo más seguro es que, también tenga una auto imagen deteriorada.

- AUTOEVALUACIÓN (Nivel III)

La autoevaluación refleja la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas si lo son para el individuo, le satisfacen, le son interesantes, le son enriquecedoras, le hacen sentir bien y le permiten crecer y aprender, y considerarlas como malas si lo son para la persona, si no le satisfacen, si son carentes de interés o le hacen daño y no le permiten crecer. Por lo tanto, se le define como la capacidad interna para evaluar las cosas. Darse cuenta de uno mismo, es la llave para cambiar y crecer; lo cual quiere decir que, la autoevaluación requiere de estar consciente de sí mismo lo más posible ya que, así se puede comprender más la propia vivencia. Con la autoevaluación se da la posibilidad de aprender a confiar en sí mismo, es un proceso de toda la vida puesto que es un ser dinámico.

- AUTOACEPTACION (Nivel IV)

Es el admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como la forma de ser, sentir y pensar ya que, sólo mediante la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ser transformado. Popularmente se cree que aceptarnos a nosotros mismos es como resignarse a no cambiar o crecer; pero en realidad, es que la auto aceptación es la condición más previa al cambio.

- AUTORRESPECTO (Nivel V)

La autoestima es un silencioso respeto por sí mismo; el autorrespeto es entender y satisfacer las necesidades propias y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacer daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que lo hagan a uno sentirse orgulloso de sí mismo.

Cuando el ser humano logra subir cada uno de estos peldaños que forman la escalera de la autoestima y, si esta misión es llevada de manera exitosa, se podrá decir que esta persona tiene una autoestima alta, pero en cambio si esta tarea no es completada o se interrumpe, el sujeto tendrá una autoestima baja. Una persona con una autoestima plena es capaz de asumir con amplia responsabilidad sus actos y la realización de sus deseos. No esperan a que vengan otros y cubran sus necesidades o realicen sus deseos. Hacen frente a la responsabilidad de su propia existencia y esto les genera más confianza en sí mismas y se sienten más aptas para la vida y merecedoras de felicidad.

2.2. AUTOESTIMA ALTA Y BAJA

Una persona con autoestima alta, vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor; siente que es importante, tiene confianza en su propia competencia para toma decisiones, tiene fe en sus propias decisiones y en ella misma porque significa su mejor recurso. Así mismo respeta el valor de los demás, irradia confianza y orgullo de las habilidades y capacidades propias pero, también, significa reconocer nuestras debilidades y limitaciones.

Los momentos de crisis que todo ser humano vive son tomados como un reto que pronto se supera, cuando la autoestima es alta. Para Rosenberg (1973, p.31), "la autoestima alta expresa el sentimiento de ser una persona valiosa que se respeta a sí misma por lo que es". Según Brownfain (1952), autoestima es el grado en que el individuo se acepta y se valora a sí mismo".

Comúnmente, se relaciona la autoestima alta con el comportamiento "sano". Esta posición implica que, entre más alta sea la autoestima, la persona va a ser más funcional, psicológica y socialmente hablando. En general, la autoestima alta está asociada con un buen ajuste personal y social. De acuerdo con esta descripción, Fitts (1965), afirma que el nivel de salud mental dependerá del grado de la aceptación de la imagen de sí mismo. Considera que el comportamiento está en relación o muy influenciado por la auto imagen que el individuo posea.

Existe una confusión respecto a la alta autoestima; esto ocurre ya que la alta autoestima puede ser el resultado de una evaluación positiva de la persona, basada en un desempeño efectivo, o bien puede ser una alta autoestima defensiva, basada en inseguridad y necesidad de aceptación social (Hales, 1981).

Cohen (1959), sugiere que las personas tienen diferentes niveles de autoestima porque utilizan diferentes clases de defensas. Describe que las personas que manifiestan una autoestima alta, se caracterizan por tener una preferencia por defensas egocéntricas, lo cual les ayuda a reprimir, negar o ignorar conflictos de impulsos o de retos. Por otro lado, las personas con una autoestima alta tienden a buscar, a reflexionar más y a incorporar esa información negativa. Para Cohen (op. cit.),

las personas con autoestima alta tienden a ser tan o más autoritarios como los de baja autoestima. Quizá la diferencia radica en que la utilización de defensas egocéntricas es mucho más aceptable socialmente que la utilización de defensas proyectivas.

Desgraciadamente, muchas personas tienen una autoestima baja y piensan que no valen nada o muy poco. Estas personas esperan ser menospreciadas por los demás y se anticipan a lo peor, lo atraen y, por lo general, les llega. Como consecuencia, se vuelven desconfiadas, se aíslan, se vuelven apáticas hacia sí mismas y hacia los demás. Estas personas sienten temor que, los limita y ciega en la búsqueda de soluciones, dando lugar a un comportamiento destructivo. Por eso, no es de sorprenderse que tenga conductas autodestructivas y agresivas a sí mismo y conductas de dependencias ya que, existe mucho dolor en ellos.

También estas personas están limitadas en sus aspiraciones y logros ya que, no cuentan con la confianza necesaria para tomar decisiones sanas y adecuadas para sí y para quienes lo rodean. La persona con una autoestima baja tenderá a no tener confianza en sí misma, a ser dependiente, a ser tímida, a ser muy defensiva, a no tomar riesgos, a ser conformista, a evadir el análisis personal, a ser menos creativa y menos flexible. Rosenberg (1973), dice que la autoestima baja, refleja autodesprecio e insatisfacción. Por otro lado, las personas con una baja autoestima, tienden a usar defensas proyectivas, a ser menos abiertas al cambio porque son más rígidas en el aspecto cognoscitivo y tienden a evadir o ignorar información de tipo negativo. En el cuadro dos se presentan algunas de las características distintivas de la autoestima alta y baja

Cuadro No. 2 CARACTERÍSTICAS DISTINTIVAS DE LA AUTOESTIMA ALTA Y BAJA

| Autoestima alta | Autoestima baja |
|---|---|
| Usa su intuición y percepción | Usa sus prejuicios |
| Es libre, nadie lo amenaza, ni amenaza a los demás | Se siente acorralado, amenazado, se defiende constantemente y amenaza a los demás |
| Dirige su vida hacia donde cree conveniente, desarrollando habilidades que hagan posible esto | Dirige su vida hacia donde otros quieren que Vaya, sintiéndose frustrado, enojado y agresivo. |
| Es consciente de su constante cambio, adapta y acepta nuevos valores y rectifica caminos | Inconsciente del cambio, es rígido en sus valores y se empeña en permanecer estático. |
| Aprende y se actualiza para satisfacer las necesidades del presente | Se estanca, no acepta la evolución, no ve necesidades, no aprende. |
| Acepta su sexo y todo lo relacionado con él | No acepta su sexo, ni lo relacionado con él. |
| Se relaciona con el sexo opuesto en forma sincera y duradera. | Tiene problemas para relacionarse con el sexo opuesto. Si lo hace es en forma posesiva, destructiva, superficial y efímera. |
| Ejecuta su trabajo con satisfacción, lo hace bien y aprende a mejorar. | Ejecuta su trabajo con insatisfacción, no lo hace bien ni aprende a mejorar. |
| Se gusta a sí mismo y gusta de los demás | Se disgusta a sí mismo y le desagradan los demás. |
| Se aprecia y se respeta y a sí a los demás | Se desprecia y humilla a los demás |
| Tiene confianza en sí mismo y en los demás | Desconfía de sí mismo y de los demás |
| Se percibe como único y percibe a los demás como únicos y diferentes. | Se percibe como copia de los demás y no acepta que los otros sean diferentes |
| Conoce, respeta y expresa sus sentimientos y permite que lo hagan los demás | Nos conoce sus sentimientos, los reprime o deforma; no acepta la expresión de sentimientos de los demás |
| Toma sus propias decisiones y goza con el éxito. | No toma decisiones, acepta las de los demás, culpándolos si algo sale mal. |
| Acepta que comete errores y aprende de ellos. | No acepta que comete errores, o se culpa y no aprende de ellos. |
| Asume sus responsabilidades y ellos le hacen crecer y sentirse pleno | Diluye sus responsabilidades, no enfrenta a sus crecimientos y vive una vida mediocre |
| Tiene la capacidad de autoevaluarse y no tiende a emitir juicios de otros | No se autoevalúa, necesita de la aprobación o desaprobación de otros; se la pasa emitiendo juicios de otros. |
| Controla y maneja sus instintos, tiene fe en que los otros lo hagan | Se deja llevar por sus instintos, su control está en manos de los demás. |
| Maneja su agresividad sin hostilidad y sin lastimar a los demás | Maneja su agresividad destructivamente, lastimándose y lastimando a los demás. |

Fuente: citado por Gatell (1997).

Evidentemente, existen puntos de vista más moderados que proclaman que una autoestima "razonable" es óptima para el desarrollo de una personalidad sana. Esta posición moderada sugiere que la relación entre autoestima y ajuste, más que ser positiva o negativa, es curvilínea. Es decir, las respuestas extremas no son buenas para el ajuste personal, y el término medio representa una medida razonable y realista de autoaprecio y autoaceptación.

Según Worchel y McCormick (1963), las personas con una autoestima media, son las que mejor manejan situaciones problemáticas porque sus reacciones a la disonancia están más influenciadas por la realidad. La autoestima alta se equipara con un narcisismo o fachadas defensivas y la autoestima baja se equipara con autodesprecio. Una persona sana estará consciente de sus fallas, las aceptará y, así mismo, estará dispuesta a cambiar y mejorar aquellos aspectos.

El interés por conocer la influencia que ejerce la autoestima de una persona en un amplio rango de fenómenos psicológicos y conductuales han conducido a la realización de un gran número de investigaciones. Así, por ejemplo Wells y Marwell (1976) y Rosenberg (1971) han encontrado que la autoestima afecta en la conformidad o perseverancia, en la atracción interpersonal, en la conducta moral, en las orientaciones educativas y en varios aspectos de la personalidad y salud mental. En la mayoría de las áreas investigadas, la baja autoestima está asociada con consecuencias indeseables como bajo rendimiento académico, una mayor propensión a conductas delictivas, etc.

La autoestima ejerce una poderosa influencia en la manera de comportarse de las personas. Es la motivación que acompaña muchos actos, y que determina el éxito o fracaso de los individuos. En suma la autoestima es una necesidad muy importante para el ser humano. Es básica y efectúa una contribución esencial al proceso de la vida y, además, es indispensable para el desarrollo normal y sano ya que, el no tener autoestima positiva impide nuestro crecimiento psicológico. Para Branden (1997), la autoestima es la predisposición a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida y como merecedor de la felicidad, es decir, implica confiar en nuestra capacidad de pensar, de confrontar los desafíos básicos, de tener derecho a ser felices, de sentirnos dignos de merecer, y de gozar los frutos de nuestros esfuerzos.

De igual manera, Branden (1981), afirma que, para el hombre no hay juicio de valor más importante, ni factor más decisivo en su desarrollo psicológico y motivacional que la estima que tenga de sí mismo. Esta estima es comúnmente experimentada por la persona, no de una manera verbalizada y consciente, sino en la forma de un sentimiento que puede ser difícil de asilar y de identificar debido a su experiencia permanente. Así, la visión que tiene la persona de sí misma, está implícita necesariamente en todas las respuestas que le son valiosas. La autoevaluación es un factor importante en la psicología del hombre.

CAPÍTULO III. DISCURSO AUTOBIOGRÁFICO

3.1. ANTECEDENTES

El antecedente de las historias de vida como instrumento de análisis y construcción teórica se remonta al registro oral empleado por Herodoto para narrar los hechos históricos de su época. Sin embargo, Tucídides, su sucesor, es considerado como el primer historiador que recurre a la narración oral de manera sistemática ya que, en su obra señalaba: “en cuanto a las acciones efectuadas en el curso de esta guerra (del Peloponeso), he evitado tomar mis informaciones del primero que llegara o fiarme de mis impresiones. Tanto respeto a los hechos en los que yo mismo he sido testigo, como en los que han sido dados por otros, que he procedido en cada caso a verificaciones escrupulosas. No ha sido trabajo fácil en cada caso ya que, los testigos de un mismo acontecimiento daban testimonios discrepantes, variando según sus simpatías o su memoria”.

También los cronistas medievales usaron el testimonio oral, incluso en el siglo XVIII, Voltaire se sirve del relato de los sobrevivientes para redactar el siglo de Luis XIV. Para 1934-1935, se empleó la historia oral para registrar los recuerdos de los antiguos esclavos negros vivos de Kentucky, Indiana y otros estados vecinos. Sin embargo, Joe Gould fue el primero que, a este recurso de recuperar la memoria de los testigos de los hechos, le llamó historia oral en un artículo que publicó en el New Yorker del 12 de diciembre de 1942. Para 1948, en el Centro de Historia Oral de la Universidad de Columbia en Nueva York, se usaban magnetófonos y, posteriormente, encuestas orales sobre un determinado tema para garantizar la transcripción sistemática de la banda magnética a la página (Saltalamacchia, 1992).

En este contexto, la historia de vida fue utilizada para el estudio de las masas populares y, generalmente, de los “grupos silenciosos, olvidados por la historia”, es decir, de las minorías étnicas, del mundo campesino o de las mujeres. Más recientemente, las historias de vida se han convertido en instrumentos de análisis y construcción teórica utilizadas en áreas como la antropología, la sociología y la psicología, entre otras.

En la antropología, las historias de vida privilegian la búsqueda de aspectos cualitativos, rescatando una materia prima que podría desaparecer, por lo que, hay gran interés por recopilar todo lo que sea posible de esa fuente antropológica, sin detenerse en cuestiones teóricas. En la historia, las historias de vida han estado asociadas al registro de narraciones de carácter biográfico sobre personajes importantes. En psicología, el uso de las historias de vida despertó más interés, particularmente, porque el psicoanálisis las retomó para obtener información sobre la estructura, funcionamiento y dinámica de la vida del individuo. Freud (1910), con su trabajo sobre Leonardo Da Vinci, hizo el primero de un considerable número de estudios de carácter biográfico. En los años 20's continuó la producción de biografías psicoanalíticas en torno a personajes célebres y, a finales de los 30's, el número de personajes famosos estudiados desde la óptica psicoanalítica era abundante; sin embargo, en los años 40's, el género entró en decadencia.

Actualmente, el término historia de vida engloba tanto las autobiografías (definidas como vidas narradas por quienes las han vivido) como las biografías (entendidas como narraciones en las que el sujeto de la narración es el autor final de la misma (Piña, 1989).

Denzin (1970), considera que la historia de vida se caracteriza por investigar con profundidad y extensión el recorrido biográfico de uno o varios sujetos, para lo cual utiliza una gran cantidad y diversidad de materiales (archivos, relatos indirectos, cartas, reconstrucción histórica, etc.). Para Blumer (1989, pág. 47), la historia de vida es "un relato de la experiencia individual que revela las acciones de un individuo como actor humano y participante en la vida social". Los materiales de los que se podría valer el investigador, según Blumer (op. cit.) son las autobiografías, cartas y diarios, es decir, documentos escritos por los propios actores; los informes y los testimonios orales que ofrecen al investigador la manera de ver y de pensar los acontecimientos que tiene el entrevistado como individuo y como miembro de una determinada circunstancia social y temporal, la encuesta o cuestionario biográfico, en la que el investigador propone ciertas preguntas (abiertas y cerradas) para poder averiguar la vida y las reacciones del individuo encuestado.

Más tarde, el concepto historia de vida se fue delimitando para circunscribirse al informe o testimonio oral que un determinado sujeto ofrece sobre la descripción de su vida o sobre una parte de los acontecimientos, sin incluir otras fuentes de datos biográficos.

Bertaux (1980), considera que, en los campos más especializados de las ciencias sociales, el renacimiento del enfoque biográfico es fundamental. Una de las razones es que en él se da cuenta de la subjetividad de los protagonistas de la historia, es decir, de los sujetos anónimos que son despreciados por los enfoques exclusivamente macrosociales.

El considerar que una vida puede ser planteada en términos de una historia implica concebirla como un todo, como una unidad coherente y orientada, como la materialización de un proyecto con sentido ya que, por lo general, presentan una serie de hechos organizados cronológica y lógicamente que dan forma a una temporalidad lineal, internamente unida por una relación de continuidad entre una serie de sucesos, de causas y efectos y que, intersecta estructura e individualidad, cultura y personalidad (Piña, 1986).

El sujeto protagonista puede regresar en sus recuerdos, retomar hechos ya relatados, corregirlos, ilustrarlos, saltar de una etapa a otra de su vida, detenerse en algunos aspectos y apresurarse en otros, para, finalmente, construir una reflexión acerca de su vida.

En los años 50's, Erick Erickson (1956), retoma los estudios de carácter autobiográfico y biográfico buscando un mayor rigor metodológico. En los últimos años, ha aumentado el interés por este tipo de estudios tanto en la perspectiva psicoanalítica como desde enfoques apoyados en teorías de la personalidad.

Denzin (1970) señala que, Murray desarrolló lo que él denomina "estudio de vida" para comprender y analizar problemas concretos a partir del estudio de pocos sujetos, cuyas historias se indagaban a través de entrevistas, tests o cuestionarios. De esta forma, el uso de la historia de vida era una respuesta cuando se intentaba captar distintos aspectos de la vida del sujeto y las reacciones de éste ante determinados acontecimientos, para llegar a conocer el modo de ver que el sujeto habría tenido sobre esos acontecimientos.

**ESTA TESIS NO DEBE
ESCALAR VISTA
SALIR DE LA BIBLIOTECA**

3.2. LA AUTOBIOGRAFIA COMO HISTORIA DE VIDA

Actualmente, la autobiografía como historia de vida, es una técnica proyectiva que pone de manifiesto las estructuras o rasgos esenciales de la personalidad. Así, mediante la autobiografía se puede comprender las zonas más conflictivas de la persona. De esta forma, se convierte en un instrumento de análisis, de reflexión y de identificación de la problemática que viven los sujetos. La autobiografía se ha definido como vida narrada por quienes la han vivido.

El sujeto al elaborar su autobiografía envía fuera la imagen de lo que existe en él, es decir, proyecta. La planche (1994), señala que la proyección, desde el punto de vista psicoanalítico es una operación por medio de la cual el sujeto expulsa de sí y localiza en el otro (persona o cosa) cualidades, deseos, sentimientos e incluso objetos que no reconoce o rechaza en sí mismo. Vista de esta forma, la proyección es concebida como una forma de autoconocimiento o de autodescubrimiento.

La proyección tiene su principal fundamento en la concepción freudiana de la pulsión, de tal forma que, la proyección aparece, entonces, como medio de defensa ante las excitaciones internas, proyectándolas al exterior. De esta manera, se pueden distinguir dos acepciones del término proyección. La primera, en un sentido comparable al cinematógrafo; es decir, el sujeto envía fuera la imagen de lo que existe en él, de forma inconsciente. Aquí, la proyección se define como una forma de desconocimiento que tiene como contrapartida el reconocimiento en otra persona o cosa de lo que precisamente se desconoce del sujeto. La segunda, es un proceso de expulsión casi real, en el que el sujeto arroja fuera de sí aquello que rechaza, volviéndolo a encontrar inmediatamente en el mundo exterior (Laplanche, op. cit.).

Según Portuondo (1979), esta técnica proyectiva puede ser utilizada con buen éxito en la evaluación de los principales rasgos de la personalidad, así como en la comprensión de las zonas más conflictivas. Se trata de una modalidad de investigación y, a la vez, un producto para un análisis. La naturaleza y especificidad del relato autobiográfico es la de un discurso particular, de carácter interpretativo, también es desde una situación biográfica determinada que el hablante relata su vida construyendo en tal discurso una imagen de sí mismo. De igual manera, el relato

autobiográfico puede aportar valiosos antecedentes que ayuden a determinadas reconstrucciones históricas.

En definitiva, el relato de una vida es un proceso narrativo, en el que el hablante se debate con su memoria, recuerdos, intereses y temores, con lo cual aparece el “sí mismo”. El peligro no radica en sobrestimar la fuente oral, sino en no ver los límites y, sobre todo, en la falta de espíritu crítico y de método. Hay que suponer que la memoria no es infalible y que ella misma es histórica, que el presente matiza el pasado, que la selección de los recuerdos existe y que ocultamos más o menos inconscientemente lo que altera la imagen que nos hacemos de nosotros mismos y de nuestro grupo social. Entonces, el texto oral requiere pues los mismos métodos críticos que cualquier documento. En particular, de ser confrontado con diferentes fuentes, archivos escritos y otros testimonios. El archivo nace aquí por la intervención del historiador. La subjetividad de éste se encuentra en la constitución misma del documento (Pifia, 1989).

Un aspecto sumamente importante es la función emocional, la participación del narrador de la historia, los modos en que la historia afecta al narrador. Frecuentemente esto implica actitudes que el hablante no sería capaz de expresar de otro modo, o cuando los elementos que no están completamente dentro de su control. Al abolir estos rasgos, reducimos el contenido emocional de la supuesta ecuanimidad y objetividad del documento escrito.

El relato autobiográfico puede adoptar valiosos antecedentes que ayuden a determinadas reconstrucciones históricas. Por muy restringida que sea la definición que se adopte sobre lo que es “una vida”, ella siempre obliga a situarnos al interior de una ambigüedad que fluctúa entre la representación de una individualidad consistente y, simultáneamente, el reconocimiento de un fenómeno supraindividual, es decir, va de lo conocido a lo desconocido.

La operación fundamental sobre la que se sustenta el relato autobiográfico es el ejercicio de la memoria, mecanismo esencialmente subjetivo que trabaja desde un presente determinado, el cual constituye el punto de vista de cada hablante.

Se trata de un material relativamente autónomo, que posee un cuerpo propio y que se constituye en algo nuevo, en el sentido de que no es consecuencia directa verbal y discursiva del acontecer histórico de un sujeto, la pretensión de conocer la vida de un sujeto a través de su relato autobiográfico choca con que no existe una versión verdadera, original o pura de la propia vida, frente a otras falsas o contaminadas por las distorsiones del olvido, o la intimidación del entrevistador. Toda narración autobiográfica está muy distante de parecer un monólogo desinteresado que realiza una persona frente a sí. Cualquier relato cuya motivación inicial sea constituirse en un reflejo de la propia vida, es en realidad un determinado tipo de construcción discursiva de carácter interpretativo, confeccionada para un público particular (Saltalamacchia, 1992).

Bordieu (op. cit., pág. 69) señala que "El sujeto y el objeto de la biografía, tiene de alguna manera el mismo interés en aceptar el postulado del sentido de la existencia contada e implícitamente, de toda existencia... la narración autobiográfica se inspira siempre, al menos en parte, en el deseo de dar sentido, de hacer inteligible, de expresar una lógica a la vez retrospectiva y prospectiva".

En consecuencia, la preocupación metodológica debe centrarse en generar un modelo de análisis del relato autobiográfico que desglose, describa y explique los procedimientos de generación y articulación de la propia identidad plasmada en la categoría nuclear que compone ese tipo de narración: el sí mismo.

Al afirmar que el relato biográfico posee una estructura, al igual que posee la suya el discurso político, la confesión terapéutica o la declaración amorosa, implica reconocer que se trata de un proceso de semantificación del pasado o mejor dicho, de los recuerdos del pasado que afloran en una situación específica y en un tiempo específico. El producto final indudablemente posee un sello personal, pero cada sujeto lo elabora basándose en atribuciones de significado en su entorno cultural.

Al hablar de discurso interpretativo no se hace referencia a un cuerpo lingüístico de tipo calificativo o valorativo que, por definición, se opone a lo descriptivo. El discurso autobiográfico usa las construcciones de primer nivel que son elaboraciones propias del sentido común y están

plagadas de elementos subjetivos que reflejan el punto de vista del actor. Cuando alguien cuenta su vida, cree describir una realidad ya externa a él, pero, para ello, la alternativa que se le impone con naturalidad es servirse del lenguaje. El lenguaje que incorpora en sí mismo una estructura que significa y clasifica el entorno natural y social, tornándolo inteligible para quienes comparten dicha estructura.

El sujeto construye una imagen del sí mismo, esto es, una representación realizada ante sí y ante otros, de su propia identidad. Este sí mismo es una representación realizada, ante sí y ante otros, de su propia identidad como persona proyectado en el relato que se constituye como protagonista de él, es otro "sí mismo" que aquel de cuya vida supuestamente se habla esos sí mismos que ya no existen.

Por otra parte, quien habla se torna narrador, cede a la tentación de ser portavoz de la historia que relata y, mediante su relato, cree revivir, reproducir, recrear, reflejar y aspirar a la veracidad, siendo su principal aval el recurso de la memoria. Pero, mientras narra, se difumina a cada instante y cuando termina una frase para tomar aliento, ya no existe, forma parte del pasado y es irrecuperable.

Todo hablante construye su versión del "sí mismo" a partir de determinada posición en la que se encuentre su existencia. En definitiva, la situación biográfica está constituida por la suma y combinación de todo aquello que en un lapso en el tiempo posee sólo ese individuo, lo que lo hace inasible a otro cualquiera. La perspectiva desde la individualidad es algo que ningún recurso de comunicación ni la representación colectiva puede suplantar (Piña, 1986).

Schultz (op. cit. pág. 93), señala que, la "situación biográfica es un concepto que ubica a cada individuo y, a la vez, hace referencia al proceso acumulativo que le precede. Es decir, la identidad del "sí mismo" está vinculada a una situación biográfica dada y no queda fijada de una vez y para siempre.

A medida que suceden los diversos episodios que componen la vida de alguien, el sujeto va modificando permanentemente la identidad del sí mismo respecto a su posición, con relación al

futuro y también al pasado. Ello nos habla de un proceso o de un continuo mediante el cual cada persona reinterpreta la totalidad de su existencia, es decir, reconstruye su "sí mismo" a partir de su actualidad.

Ramoneda (1987) señala que, es desde la actualidad cuando se mira hacia atrás y hacia adelante; cada uno de nosotros se autovisualiza a medio camino, entre aquello que ya se fue y lo que aún no ha venido; es preferible definirse más por el pasado o por las generosas potencialidades del futuro, tendiendo a evitar el presente. Pero, a pesar de no reconocerlo fácilmente, es el presente, es decir, la actualidad, el lugar desde donde se explican los fracasos y fundamentan los proyectos, la posición desde donde se construye el punto de vista que modela el "sí mismo", el relato nace en el presente, lo afirma y lo justifica.

Por otra parte, Gadamer (1977) señala que, el retener, el olvidar y el recordar pertenecen a la constitución histórica del hombre, ya que están formando parte de su historia y de su formación. La memoria tiende a ser construida, ya que se tiene memoria para unas cosas, pero no para otras y, aún más, se quiere guardar en la memoria una cosa, mientras a veces, se prefiere excluir otras. Al recordar, el hablante selecciona recuerdos que, desde el presente, adquieren un sentido y una función al interior de la situación generadora de la narración y del relato mismo. Lo que se recuerda es recordado desde el presente y está compuesto por aquello que para el hablante, o para su interrogador, no merece ser perecedero.

Entonces, la subjetividad es el privilegio de todo narrador, más aún, cuando el objeto de la narración "soy yo mismo", es decir, cuando el discurso es un discurso autobiográfico. La situación biográfica resume y torna operativa la subjetividad del presente. Esta subjetividad no debe entenderse como el pleno dominio de la fantasía individual: el relato autobiográfico no es la imaginación desbocada que inventa quimeras gratuitas para deleite propio o ajeno; no es un género literario más, es un método de investigación, donde el objeto de estudio es el sí mismo.

Hasta en la confesión más íntima, "espontánea" o "sin testigos", la narración de una vida será estructurada en términos de una imagen, para ser consumida por otros y por sí mismo. Tal vez, el sacramento de la confesión y algún tipo de sesiones terapéuticas sean las conversaciones

biográficas más ritualizadas, en las que el peso de la determinación externa del relato se hace más evidente.

Por último, cabe recordar que, según algunos autores, el relato autobiográfico escrito supera con creces al oral, ya que en el primero se desarrollaría con más fuerza la "conciencia reflexiva" del narrador. La entrevista oral, en cambio, a pesar de ser más fácil de conseguir, por su rapidez y sociabilidad no permitiría que el sujeto tome distancia con los hechos narrados, limitándose a exponerlos sin poder reflexionar acabadamente sobre ellos. Se trata de estructuras narrativas diferentes, formas de articulación de lenguaje muy distintas, condiciones de generación del relato casi antagónicas.

Pero, en definitiva, ambos procedimientos generan discursos que giran alrededor del mismo eje, sin embargo, las diferencias reseñadas entre el relato oral y el escrito son relevante. Desde el punto de vista de la "función social", el producto final, se trata evidentemente de dos cuerpos narrativos con muy variadas posibilidades de irradiación. Por otra parte, el texto escrito adquiere una suerte de autonomía e inmortalidad que, para efectos del análisis, incide en que aparece como desligado de sus condiciones de generación e incluso de su autor.

Según Gadamer (1977) "en la escritura se engendra la liberación del lenguaje, respecto a su realización y la ventaja metodológica del texto escrito es que en él, el problema hermenéutico aparece en forma pura y libre de todo lo psicológico, de manera específica que caracteriza mucho más a lo escrito que al lenguaje mismo".

Ionesco (1973) señala que, en definitiva, sea a través de rasgos fonéticos o gráficos, el relato de una vida es un proceso narrativo, en el cual, el hablante se debate con su memoria, con sus recuerdos, con sus intereses y temores, no pudiendo escapar del ámbito de las palabras y de las narraciones, las que provienen de sistemas culturalmente compartidos de representación y comunicación del "sí mismo", es decir, cada vida ya no existe, ha devenido en lenguaje.

Cada historia de una acción o de una vida es tanto un acto que sintetiza totalizadamente las experiencias vividas, como de la interacción social. Un relato biográfico no es un reporte de noticias,

sino que, es una acción social por medio de la cual, un individuo retotaliza sintéticamente su vida (biografía) y la interacción social en progreso (la entrevista) en medio de una interacción-narración. Por lo tanto, el relato biográfico es la narración de una vida.

Muchos de los estudios biográficos han buscado más bien lo individual, olvidando con frecuencia que una vida se construye entre otras personas y se sostiene en una estructura social. Esta técnica presenta ventajas como que tiene un gran poder de focalización, mediante el cual se incrementa la riqueza de los detalles, además de su capacidad de captar más plenamente la dimensión temporal.

Se ha mostrado siempre favorable la utilización de las historias de vida tomadas ahí donde se desarrollan, como una forma idónea de considerar en todas sus dimensiones la relación de lo social y lo psicológico.

3.3. LO PSICOLOGICO Y SOCIOLOGICO EN LA AUTOBIOGRAFIA

A pesar de la aceptación que ha tenido el uso de la biografía en las ciencias sociales, no ha agotado todas sus posibilidades y, efectivamente, ha retardado el avance de la percepción conceptual y práctica de la historia de vida como un método que, necesariamente implica una ruptura con los métodos actuales y que, además, esta ruptura se apoya y se manifiesta en una incertidumbre sistemática en su uso actual. Las numerosas investigaciones que utilizan los relatos de vida manifiestan una variedad de orientaciones teóricas.

Una orientación de los estudios sociológicos se enfoca al estudio de la imagen de sí, de los valores, de los conflictos de roles y de la historia psicológica de las trayectorias de vida, de los estilos de vida y de las estructuras de producción de campesinos, trabajadores, artesanos, industriales, etc. En estos estudios, la reflexión teórica privilegia al objeto sociológico sobre el psicológico.

En oposición aparente a la orientación anterior, se sitúa la que concentra su atención en los fenómenos simbólicos, tendiendo a despejar las formas y las estructuras particulares del nivel

sociosimbólico. Mediante los relatos de vida y las autobiografías, a través de sus formas y contenidos, los investigadores simpatizantes de esta orientación se proponen estudiar las representaciones y valores que, existen primeramente a nivel colectivo para después adentrarse más o menos en las subjetividades.

La condición básica para que se dé una renovación del método biográfico consiste en invertir esta tendencia. Se debe abandonar la postura que asigna a los materiales biográficos un lugar secundario, para restituirlos como material primario y ubicar a su subjetividad en el centro mismo del método biográfico. De esta forma, se debe despertar interés tanto en la riqueza objetiva del material biográfico como en la plenitud de significado dentro del contexto de la compleja comunicación interpersonal que es recíproca entre narrador y observador.

Denzin (1970), sugiere que para avanzar en el campo de la biografía, se requiere un “enfoque biográfico” que permita conciliar, de una vez por todas, la observación y la reflexión permitiendo restablecer el estrecho lazo entre el uso de los relatos de vida y la orientación hacia el aspecto psicológico de los fenómenos sociales.

Este enfoque exige reconstruir la representación del objeto sociológico, es decir, se requiere de un eslabón o puente que lleve hacia el pasado, permitiendo rescatar el tiempo ido y ayudándolo a despejar las dudas sobre las verdades que el paso del tiempo ha carcomido. La biografía se concibe, entonces, como un instrumento pródigo que, respondiendo a la mejor tradición objetiva, separa fondo de forma y de contenido. Desde un punto de vista metodológico tal, el método es la herramienta que nos permitiría observar los hechos sociales que están ahí, en esa realidad que existe independientemente del observador.

La biografía sociológica no es sólo un relato de experiencias vividas, sino además una microrrelación. El monólogo autobiográfico más solitario representa nada menos que un intento de comunicación y, de igual modo, implica el fantasma de un interlocutor. Cada biografía es una interacción social compleja de un sistema de roles, de un sistema de expectativas y órdenes, normas y valores implícitos. La forma y el contenido de un relato biográfico cambian según el entrevistador, es decir, depende de la interacción que presenta el terreno social de la comunicación y están

situadas dentro de esta interacción. El entrevistador nunca está ausente, inclusive si finge estarlo, siempre practica la reciprocidad aunque aparentemente rechace toda reciprocidad ya que, el sujeto no recita su vida, sino que reflexiona sobre ella cuando la cuenta.

El análisis sociológico de una biografía conlleva a la hermenéutica de una interacción. Nos encontramos aquí, por lo tanto, en el polo clínico que parece caracterizar el conocimiento del individuo en las ciencias sociales

Los límites que se le atribuían a la historia de vida están determinados por la supuesta subjetividad de los datos obtenidos (lo que conllevaba baja confiabilidad de sus resultados) y por la imposibilidad de encontrar argumentos válidos para hacer que sus conclusiones fueran representativas. Con el paso del tiempo se hizo posible que algunos de estos límites fueran superados. A pesar de esta desconfianza, la historia de vida se siguió usando para obtener información, que era imposible conseguir por otros medios. Con el paso del tiempo se hizo posible que, algunos de estos límites fueran estudiados y superados.

La necesidad de satisfacer el requisito de confiabilidad impulsó a la creación de controles, los cuales han modificado el uso de la historia de vida. Estos incluyeron dos etapas, en la primera se decidía cual de los relatos debía ser sometido a un control más riguroso y cuales en cambio podían ser aceptados como válidos sin ningún análisis posterior. Para juzgar el grado de vigilancia a que debían someterse una entrevista, en esa primera selección, se recomendaba tener en cuenta las siguientes consideraciones (Saltalamacchia, 1992):

- Si la verdad de una declaración se vinculaba o no con un hecho "afectivamente indiferente" para el testigo.
- Si el objeto de la investigación podía llegar a ser comprometedora para el informante o para sus intereses.
- Si los hechos tratados eran o no cuestiones del conocimiento público.

- Si la parte de la declaración que más interesaba al investigador era a la vez incidental a la narración e intrínsecamente probable.
- Si el informante hacía o no declaraciones contrarias a sus expectativas y anticipaciones.

Si se consideraba necesario, entonces se recomendaba una segunda serie de controles que permitieran determinar con una mayor exactitud el alcance de esa confiabilidad. Entre ellos merece destacarse principalmente dos (Saltalamacchia, op. cit):

1. La crítica interna del informante que, corresponde a un juicio sobre su coherencia y consistencia.
2. La crítica externa que, se refería a la corroboración de sus datos mediante tres tipos de mecanismos:

- La confrontación del informe con los datos provistos por otras fuentes o con aquellos que el investigador acumuló por su propia experiencia.
- El careo del informante con otros testigos del mismo evento.
- El uso de entrevistas repetidas en diferentes momentos y en las que se volvía sobre el mismo tema con el objetivo de corroborar la perseverancia del informante.

Esto contribuye a mejorar la credibilidad de los informantes de historia de vida. Por otra parte, muchos menos exitosa fue la defensa respecto a la acusación de que la historia de vida es incapaz de garantizar algún grado de representatividad; nadie confiaba en la posibilidad de generalizar ese material, al que por definición se consideraba absolutamente singular.

Saltalamacchia (1992), señala que en el relato, la fuente es una fuente activa, es decir, que habla y que vierte sobre el investigador la realidad que esta fuente contempla. Este testimonio no era visto como algo indispensable en todos los procesos de investigación. Pero, como se sabe, el dato nunca es y nunca podrá ser lo real mismo. En tanto, que es un material simbólico, el dato es siempre una determinada estructuración de la realidad y una transposición de lo real a lo simbólico, siempre representa un proceso de reducción, de síntesis y una atribución de sentido, en tanto dato, lo real es

siempre un real construido. Por todo esto, la crítica teórica del dato ni es ni puede ser la crítica de su objetividad sino, se convierte en la crítica de su proceso de construcción. Esta crítica tiene como propósito el encuadrar al dato en el proceso de construcción que será aceptado como válido mientras sea operativo.

Esta técnica sólo se usó de maneras subordinadas a las técnicas cuantitativas y con objetivos limitados. Aquí se encontraron dos méritos principalmente, uno de ellos era su poder de focalización mediante el cual se incrementaba la riqueza de detalles captados; y en el otro, existía la capacidad de captar más plenamente, mediante su uso, la dimensión temporal de los acontecimientos investigados.

3.4. ENFOQUES METODOLOGICOS

Puede llegar a sorprender, el carácter sintético de la narración autobiográfica como una práctica de vida, pero la biografía es individual después de todo, con una narración de un destino único e irreducible, por lo que se cae en una problemática de "dialéctica de lo social". Debido a esta problemática es necesario tener cuidado de conectar los elementos de la biografía individual con lo vivido y la situación histórica (Piña, 1989).

Entre las nuevas formas de investigación sociológica que se desarrollan en todo el mundo, la que nos interesa aquí es la que recurre a los relatos de vida. Primero hay que precisar el vocabulario. La lengua inglesa dispone de dos palabras, relato (story) e historia (history), después de un período de indecisión al respecto de los términos. El sociólogo norteamericano Norman K. Denzin (1970), propuso designar la historia de una vida contada tal y como el individuo la ha vivido y el término de historia de vida, sugiere reservarlo para los estudios de una persona determinada incluyendo, no sólo su relato de vida sino otras clases de documentos, como por ejemplo, la historia clínica, el expediente judicial, los tests psicológicos, los testimonios, etc. Por otro lado, Lewis Lagness (1965), autor de un estudio muy completo sobre la utilización de las historias de vida en antropología, confirma el hecho de que los primeros antropólogos en utilizar el término historia de vida lo hacían para designar todo lo que habían aprendido acerca de una persona, por ella misma o interrogando a otros miembros de la comunidad.

Además, la distinción entre relato de vida e historia de vida, implica mucho más que una simple distinción de términos. Denzin (1970), consideraba que el estudio del caso era muy superior al simple relato de vida. La expresión enfoque biográfico constituye una apuesta sobre el futuro ya que expresa una hipótesis del investigador, y en esta empieza a recolectar los relatos de vida creyendo utilizar una nueva técnica de observación en los marcos conceptuales y epistemologías invariables, cuestionará estos marcos unos tras otros. Lo que estaría en juego, no sólo sería la adopción de una nueva técnica, sino también un proceso sociológico con un nuevo enfoque, el cual permitiría conciliar, de una vez por todas, la observación y la reflexión. De ahí el término enfoque biográfico (Piña, 1989).

El hecho de utilizar este término en singular es cuestionable, porque mientras existía un lazo muy estrecho entre el uso de los relatos de vida y una orientación hacia el aspecto psicológico de los fenómenos sociales, hoy ese lazo se ha roto y las numerosas investigaciones que utilizan ahora los relatos de vida manifiestan una gran variedad de orientaciones teóricas.

Cuando los estudios sociológicos basándose en relatos de vida comienzan a reaparecer, después de treinta años de olvido, discontinuidad con la tradición de lo simbólico. Los medios sociales estudiados, son múltiples y hay entre ellos campesinos, trabajadores, artesanos, industriales y elite, etc. En fin los objetos teóricos estudiados, son diversos ya que van desde lo vivido, la imagen de sí, los valores, los conflictos de roles y la historia psicológica a las trayectorias de vida, los estilos de vida y las estructuras de producción. Es siempre la misma cuestión es el objeto sociológico y el objeto psicológico que lo orienta a la reflexión (Saltalamacchia, 1992).

En oposición aparente a esta orientación se sitúa la que concentra su atención en los fenómenos simbólicos, tendiendo a despejar las formas y las estructuras particulares del nivel sociosimbólico. A través de los relatos de vida y las autobiografías, a través de sus formas y contenidos los investigadores se proponen aquí estudiar determinados valores y representaciones que existen, primero a nivel colectivo, antes de adueñarse más o menos de las subjetividades. Existen dos niveles el socioestructural y el sociosimbólico, estas dos dimensiones que parecen estructurar el espacio de las nuevas investigaciones, (el tipo de objeto sociológico, el número de relatos recogidos) son relativamente independientes pero se tiende a asociar el objeto de tipo simbólico y un pequeño

número de relatos profundos, y al contrario entre objetos de tipo socioestructural y un número elevado relatos muy someros.

Por el momento son las preguntas metodológicas las que preocupan a los investigadores deseosos de experimentar el enfoque biográfico. Siete preguntas que se repiten en las discusiones, son (Joutard P., Portelli A., Niethammer L., Acuña V., Bertaux D., Ferrarotti F., 1988):

- ☞ ¿A quién interrogar?
- ☞ ¿A cuántos? (El tamaño de la muestra)
- ☞ ¿Se debe ser directivo o no directivo?
- ☞ ¿Se debe recoger relatos completos o incompletos?
- ☞ ¿Cómo transcribirlos?
- ☞ ¿Cómo analizarlos?

Con o sin razón, cualquiera que oiga hablar de una encuesta conducida por medio de relatos de vida no tarda en preguntarse sobre el número. La clave de este problema del número parece residir, por lo menos en parte, en el concepto de saturación. El investigador no puede estar seguro de haber alcanzado la saturación sino en la medida que haya buscado conscientemente diversificar al máximo sus informantes.

La saturación es un proceso que opera no en el plano de la observación sino en el de la representación que el equipo de investigación construye poco a poco su objeto de estudio, la cultura de un grupo las relaciones socioculturales, las relaciones sociosimbólicas, etc.

Ahora bien, no nos podemos contentar con la elaboración de esta representación, ya que ella se basa en las representaciones parciales de la primera serie de sujetos encontrados, por eso es susceptible de ser destruida por otros sujetos situados en el mismo subconjunto de relaciones socioestructurales que subyacen a la existencia y al funcionamiento cotidiano.

Las fuentes orales son fuentes narrativas y provienen de las clases no gobernantes, las que están vinculadas a la tradición de la narrativa popular. La percepción de lo narrado como verdadero

es relevante tanto para la leyenda como para la experiencia personal y la memoria histórica; y como no existen formas orales específicamente destinadas para transmitir información histórica, la narrativa histórica, poética y legendaria frecuentemente se encuentran entrelazadas. El resultado es narrativas donde el límite entre lo que tiene lugar fuera del narrador y lo que le sucede al interior, entre lo que le concierne a él y lo que le concierne al grupo. Además, la verdad personal puede coincidir con la imaginación colectiva. Puede ser un testigo de la presencia del punto de vista colectivo al interior de la narración del narrador individual.

Además, la subjetividad forma parte de la historia tal como los hechos más visibles forman parte de ella. Lo que él informante cree ciertamente es un hecho histórico, el hecho de que él o ella crean en él, tanto como lo que verdaderamente sucedió.

Por lo que, la credibilidad de las fuentes orales es diferente. El testimonio oral pierde consistencia, no en su adherencia a los hechos, sino por el contrario en su divergencia de ellos, en donde ingresa la imaginación, el simbolismo y el deseo. Por lo tanto, no existen fuentes orales falsas. Una vez que hemos constatado su credibilidad actual con todos los criterios establecidos por la crítica filológica histórica que se aplica a cada documento, la diversidad de la historia oral consiste en el hecho de que las afirmaciones verdaderas todavía son verdaderas psicológicamente, y que estos errores previos algunas veces revelan más de las descripciones (Piña, 1989).

Por definición, el único acto contemporáneo al acto de escribir es el escribir mismo. Al escribir historia, como literatura, nos da forma como sociedad y se inicia la cultura.

La saturación, es más difícil de alcanzar de lo que parece a simple vista, pero a la inversa, cuando es alcanzada, confiere una base muy sólida a la generalización. En este sentido cumple en el enfoque autobiográfico exactamente la misma función que cumple la representatividad de la muestra en la encuesta por cuestionarios.

Es sin duda la autobiografía escrita la que constituye la forma óptima del relato de vida ya que la escritura lleva a la constitución de una consciencia reflexiva en el narrador. Los relatos orales de vida no eran más que una aproximación, no obstante en la práctica esto se da más fácilmente.

Como los relatos orales de vida se recogen en entrevistas podemos vernos tentados a acudir a la literatura concerniente a la conducta de la entrevista. Sin embargo, hay que ser consciente de la psicología social, y la orientación preconocida aquí, que se parece mucho más al procedimiento etnográfico. Los psicólogos se interesan en las actitudes, en las ideologías encarnadas y han concebido la entrevista de este modo. Por el contrario, se considera a su interlocutor como informante, si lo que interesa es lo que sabe y no lo que él cree (por haberlo vivido directamente) la perspectiva cambia. Así pues, una de las condiciones para que un relato de vida se desarrolle plenamente, es que el interlocutor desee contar su vida y que se adueñe de la conducción de la conversación.

¿Hay que ser entonces, no directivo? si nos interesa un objeto del tipo relaciones sociosimbólicas es tal vez la actitud más recomendable. En realidad, el significado mismo de la actitud no directiva cambia en el curso de una encuesta, e igualmente, con la actitud directiva. Al principio de la investigación, la prioridad reside en la adjunción de conocimientos en torno a los marcos sociales. El investigador se verá obligado a bombardear con preguntas a sus informantes. Y es preciso que las preguntas no se anulen entre sí ni que se rompan prematuramente, con una nueva pregunta, así como con el esfuerzo del individuo por responder la pregunta anterior.

La actitud directiva corresponde aquí, a la búsqueda de información general. Esta última daña el desenvolvimiento de las narraciones pero es una práctica inevitable.

En este caso, una escucha atenta es indispensable, pero no pasiva, ya que la exploración de las lógicas contradictorias que han pesado en toda una vida se hará mejor entre dos personas, el papel del informante del sujeto se modifica. Se agrega a éste una función de expresión de una ideología particular, además de una función de investigación, pues el sujeto no recita su vida, sino que reflexiona sobre ella cuando la cuenta.

El investigador se ve obligado a ser a veces directivo, y a veces no directivo, en la medida en que haya una conciencia clara de lo que se sabe y de lo que se busca aún, y se pueden hacer buenas preguntas, replantearlas o callarse en el momento propicio.

3.5. EL ANÁLISIS EN EL DISCURSO AUTOBIOGRÁFICO

El análisis continua a lo largo de la investigación y consiste en construir, de manera progresiva una representación del objeto sociológico. Se invierte en esto un proceso de reflexión sociológica y procedimientos técnicos, organizando los elementos de información en una presentación coherente, que se pone en juego la calidad del análisis. Cuando la representación se establece se concluye el análisis. Se ve como un eslabón o puente que nos llevaría hacia el pasado, permitiéndonos rescatar el tiempo que se ha ido y ayudándonos a despejar las dudas sobre las verdades verdaderas que el paso del tiempo ha carcomido. Se privilegia así la técnica; se concibe como un instrumento pródigo que, respondiendo a la mejor tradición objetiva, separa fondo de forma y de contenido. Desde un punto de vista metodológico tal, el método es la herramienta que nos permitiría observar los hechos sociales que están ahí, en esa realidad que existe independientemente del observador (Piña, 1986)

El relato autobiográfico puede aportar valiosos antecedentes que ayuden a determinadas reconstrucciones históricas. Por muy restringida que sea la definición que adoptemos sobre lo que es "una vida", ella siempre nos obliga a situarnos al interior de una ambigüedad que fluctúa entre la representación de una individualidad consistente y, simultáneamente, el reconocimiento de un fenómeno supraindividual, es decir va de lo conocido a lo desconocido.

Según Piña (1989), la operación fundamental sobre la que se sustenta el relato autobiográfico es el ejercicio de la memoria, mecanismo esencialmente subjetivo que trabaja desde un presente determinado, el cual constituye el punto de vista de cada hablante.

Se trata de un material relativamente autónomo, que posee un cuerpo propio y que se constituye en algo nuevo, en el sentido de que no es consecuencia directa verbal y discursiva del acontecer histórico de un sujeto, la pretensión de conocer la vida de un sujeto a través de su relato autobiográfico choca con que no existe una versión verdadera, original o pura de la propia vida, frente a otras falsas o contaminadas por las distorsiones del olvido, o la intimidación del entrevistador. Toda narración autobiográfica está muy distante de parecer un monólogo desinteresado que realiza una persona frente a sí. Cualquier relato cuya motivación inicial sea

constituirse en un reflejo de la propia vida, es en realidad un determinado tipo de construcción discursiva de carácter interpretativo, confeccionada para un público particular.

Bordieu (op. cit, pág. 69) señala que, "El sujeto y el objeto de la biografía, tienen de alguna manera el mismo interés en aceptar el postulado del sentido de la existencia contada e implícitamente, de toda existencia...la narración autobiográfica se inspira siempre, al menos en parte, en el deseo de dar sentido, de hacer inteligible, de expresar una lógica a la vez retrospectiva y prospectiva".

En consecuencia, la preocupación metodológica debe centrarse en generar un modelo de análisis del relato autobiográfico que desglose, describa y explique los procedimientos de generación y articulación de la propia identidad plasmada en la categoría nuclear que compone ese tipo de narración: el sí mismo.

3.6. BIOGRAFIA Y SOCIEDAD

El sociólogo que estimula y recoge la narración oral, es el interlocutor real que personifica a un fantasma neutral y ausente. Desconfiando de esta magia le restauramos a la entrevista biográfica toda su consistencia como interacción social. Cada entrevista biográfica es una interacción social completa un sistema de roles, un sistema de expectativas y órdenes, normas y valores implícitos. La forma y el contenido de un relato biográfico cambian según el entrevistador, es decir depende de la interacción que presenta el terreno social de la comunicación y están situadas dentro de esta interacción (Piña, 1986).

El entrevistador nunca está ausente, inclusive si él finge estarlo. Él siempre practica la reciprocidad aunque aparentemente rechaza toda reciprocidad. La ilusión de la objetividad le niega su calidad internacional al relato biográfico: si a veces le da crédito lo hace con el fin de exorcizar su rol operativo para relegarlo a la marginalidad, junto con los residuos subjetivos, ante los cuales la objetividad de las ciencias humanas siempre se ve mancillada. De esto se trata, entonces, la restauración del relato biográfico a la plenitud de su naturaleza y su intención comunicativa. Ahora

definiremos otra de sus características básicas, posiblemente la menos reconocida, la cual es, que cada acto individual es la totalización de un sistema social (Saltalamacchia, 1992).

El análisis sociológico de una biografía nos lleva a la hermenéutica de una interacción nos encontramos aquí, por lo tanto, en el polo clínico, que parece caracterizar el conocimiento del individuo en las ciencias sociales. "Es la transposición de la saturación clínica a las diferentes disciplinas que estudian a la persona, lo que causa explícitamente que reaparezca el problema del conocimiento de los contenidos individuales" (Saltalamacchia, 1992).

La situación clínica coloca al paciente y al terapeuta en una relación inmediata, el observador y el observado. Por "relación inmediata" debemos entender, como una relación no totalmente conceptualizada, que se desarrolla al principio de modo confuso en las relaciones entre uno y otro, de modo que la situación que se estabiliza no se puede describir correctamente como un encuentro totalmente asimétrico entre un sujeto activo y un objeto pasivo, sino más bien como una pareja cuyos interlocutores juegan papeles que se alternan de manera espontánea, la situación clínica de experimenta por medio de los medios míticos y mágicos de la comunicación. El problema epistemológico central consiste en explicar el desarrollo de esta situación dentro de los límites del conocimiento, sin caer en una técnica, donde se usa de manera irracional la objetivación mecánica.

Estas son articulaciones entre el observador y el observado en una interacción recíproca ya que el conocimiento científico requiere una hermenéutica de esta interacción. El relato biográfico se percibe como acción social y la entrevista biográfica es un ejemplo perfecto del aspecto clínico de las ciencias humanas (Piña, 1986)

Cada relato biográfico nos remite a la desestructuración y reestructuración de un acto o de una historia individual. Y, esto nos da una imagen que intenta englobar un sistema social, a partir del espacio social, desde el que se esboza la sociedad y en el que se analiza la acción social (historia de una vida, descripción de una acción) y un relato biográfico, como la síntesis de la imagen y la interacción, presente donde esta ubicada. En la biografía, la sociedad, al nacer perpetuamente, coexiste con la sociedad estructurada. El relato biográfico le debe su inmensa e inexplorada

importancia teórica a esta ambigüedad sociológica básica así como a su ampliamente ignorada o traicionada fertilidad heurística, es decir de conocimientos.

Entonces sabemos que, el género autobiográfico se trata de una modalidad de investigación (y a la vez de un producto). Hay "enfoques interpretativos" en las ciencias sociales. La primera es la naturaleza y especificidad del relato autobiográfico, que es la de un discurso particular, de carácter interpretativo, y no la reconstrucción verbal de ciertos acontecimientos pasados. La segunda, es desde una "situación biográfica" determinada que el hablante relata su vida, construyendo en tal discurso una imagen del "sí mismo" (Piña, 1986).

3.7. PERSONAJE PSICOLOGICO O EL INDIVIDUO Y SU TRAMA

Como se vio anteriormente, la historia de vida aún no ha sido acabada, en cuanto a su elaboración como instrumento para la investigación sociológica y psicológica, por ello la pregunta principal, que guió la construcción del instrumento heurístico, giró en torno a la relación que pudiera establecerse entre los testimonios personales y el movimiento social que se pretendía reconstruir. De esa forma la indagación se instaló desde el comienzo en el campo de la antigua discusión sobre la relación entre individuo y sociedad.

El individuo está lejos de ser esa esencia fundante capaz de explicar las formas de la sociedad sin ser explicado por ella. Por el contrario, el individuo es el producto de una determinada forma de existencia de la sociedad. Esta forma es sumamente reciente; ya que es parte de las transformaciones sociales, que aproximadamente desde el siglo XV en adelante, condujeron a la constitución del capitalismo moderno. Marx (1977) se refería a ese origen social y al individual cuando dijo que el hombre sólo se individualiza en sociedad (Saltalamacchia, 1992).

Es cierto que la investigación histórica puede servir como fundamento a la idea de que el ser humano varían en su constitución y al ir variando el tipo de relaciones sociales en las que se involucran esa es la vía analítica de Marx. Pero la estrategia no provee las razones teóricas que permitan explicar satisfactoriamente la mecánica de estas transformaciones.

Para completar la explicación sociológica usaremos la teoría psicoanalítica especialmente la del psicoanálisis lacaniano. Saltalamacchia (1992), comenta que Talcott Parson, hizo uso de la teoría en su interpretación social donde, la influencia de lo social en lo individual puede ser representada como una especie de "colonialismo", en el que el super yo aparece como una incrustación autoritaria en la espontánea libertad del ello. En el sistema de Parson, la presencia superyoica asegura la preeminencia del mandato de lo social sobre los egoísmos personales, así pensadas las cosas lo social y lo psicológico fueron imaginados, como dos mundos diferentes puestos en relación; modelo en el cual, el individuo y la sociedad aparecían como esencias irreductibles.

Ese privilegio que le atribuían al concepto del super yo deriva de una concepción en la que lo social aparece como una entidad principalmente normativa, que se impone a los individuos fijándoles ámbitos dentro de los cuales su actividad pasa a ser funcional para la vida social (Saal, 1982).

La palabra se ubica en los propios orígenes de la humanidad; confirmando la creencia de que el ser humano constituye en y por la palabra haciéndolo del significante algo coextensivo con el ser humano. La legalidad de la lengua interviene, junto con otras leyes y lenguajes del mundo material, en la propia edificación de lo humano siendo a la vez estructurante de la acción y estructurada por ella, es necesario reconocer, que está en el interior del mundo simbólico (Braunstein, 1982).

La teoría lacaniana propone una explicación donde lo social ocupa una posición mucho más profunda en la constitución del individuo. El privilegio del Otro cultural en la estructuración del sujeto humano (como sujeto del inconsciente) cumple, desde esta perspectiva, una posición clave. Estar en el interior del mundo simbólico, es desde la participación en el orden que regulan las construcciones lingüísticas. Dicho orden estructura las conductas por lo menos en dos vías; una es fijar los límites de lo real perceptible y la otra, determinar las leyes que son necesarias acatar para que formen parte de esa realidad (Saal, 1982).

La lengua puede ser vista desde una doble perspectiva. Por una lado, ese lugar en el que se van acumulando las riquezas de toda una experiencia social (Sapir, 1912). Por otro lado, es el límite que todos tenemos para una más o menos directa comprensión de lo real. Esta convicción, que en su

forma moderna tiene estirpe Kantiana está en la base de razonamiento como los de Weber en sociología y los de Lacan en psicoanálisis.

La cultura constituye a los humanos a condición de asegurar, en los límites que le dan forma, su eterna y necesaria castración, es decir su potencialidad limitada. Ese orden de lo simbólico a la vez que crea al sujeto humano, es decir, lo limita.

El conocimiento es una representación. En esas representaciones cognitivas, el sujeto está presente, pero es sometido a una serie de selecciones, torciones, forclusiones y agregados. Este carácter transformador de la producción de representaciones. La producción activa de representaciones cognitivas ocurre tanto a nivel individual como en lo social, ya que es individual el propio acto de conocer, pero no tiene el mismo carácter los instrumentos técnicos y conceptuales que cada individuo pone en acto en el proceso del conocimiento.

Tanto las representaciones previamente existentes (que se manifiestan en los conceptos y actitudes de cada persona), como las técnicas que hacen posible ese conocimiento, son producto de una larga experiencia y acumulación social hecha por grupos de diferente extensión e intercomunicación, estas últimas son posibles si se construye el campo de un universo simbólico común (Braunstein, 1982).

Por otra parte, hay que tener presente la segmentación constitutiva de los individuos y de la sociedad que obliga a evitar la trampa que ofrece la ficción de unidad y desarrollo lineal con que casi siempre organizamos nuestras narraciones históricas; incluyendo la biografía. En todos los casos, la "vigilancia epistemológica", según Bourdieu (1979), debía llevar a reconocer cuales habían sido los principios que organizaron las conductas del entrevistado; siendo para ello inevitable estar alerta para identificar los principios que organizaron el testimonio mediante el que llegaría al conocimiento de su historia. Escuchando esos discursos debía intentar el conocimiento de las disposiciones a la acción que organizaron, en diferentes momentos de su historia, la conducta de los testimoniales. A su vez los rastros de aquellas disposiciones permitirían reconstruir los proyectos, en los que los entrevistados fueran incluidos en cada etapa de su historia.

Los humanos se constituyen en el interior del lenguaje y se integran en una lógica universal, la estructura de las lenguas. Buena parte de la naturaleza humana universal es efecto de la común inserción en el orden de lo simbólico y los referentes morfológicos comunes a la propia especie en los que puede encontrarse las raíces de muchas de las semejanzas entre dichos universos simbólicos. Es, con relación a esto que los integrantes de las más lejanas culturas pueden parecerse entre sí ya que todos estamos definidos de la misma manera, es decir como humanos (Saltalamacchia, 1992).

Pero la especificación era el único medio adecuado para emprender un análisis de cada una de las historias de vida. Quedando dos tareas, primero reconocer los principales momentos en que llegaban a concretarse, mediante una serie de diferencias, la constitución social de lo individual y la producción de sus prácticas sociales; y en segundo hay que determinar, en cada uno de los testimonios, cuales fueron las búsquedas de identidad y los intentos hegemónicos, esto es, los proyectos de unificación y organización personal y social que circularon durante el periodo definido para la investigación.

Además la palabra da forma a la realidad humana a ese desprendimiento que se produce en el momento de nacer tu madre es ella; tú eres tú. Imposible retorno a las cavernas del no ser. Más tarde el padre confirma la palabra, cortando todo intento de reintegración. Con su nombre genérico el padre organiza el campo de la palabra. Pero cada palabra es algo más: por su portador. Mediante la intervención paterna la castración corona el proceso de diferenciación generando un sujeto del Inconsciente en el sentido pleno. Desde entonces, algo hablará en el sujeto mediante distintos códigos, sin que casi nunca él lo sepa o lo pueda entender (Braunstein, 1982).

Krots (1988), señala que la consecuente entrada en la cultura nos obliga a una lucha constante por reconocer y negociar las diferencias. Reconstruir la comunidad sin desconocer que el otro es otro ser, que lo constituye y le pone límites, en un infinito juego de desconocimientos y reconocimientos que, más allá de las palabras, no puede fácilmente soportar. Pero el Ello insiste insertándose, en ese campo ajeno que es el de la cultura. Más allá de las palabras, es en ese rincón del inconsciente donde nacen utopías, en las que de una u otra manera, procura la anulación de las diferencias y de la identidad absoluta plena y única.

El ello seguirá insistiendo y si la palabra puede ocupar su lugar es para enlazarnos simbólicamente al Otro, renegociando los posibles sentidos de la existencia. Triunfo único de la palabra que, en tanto distinción entre el ser y el no ser, debería pronunciarse al infinito; en una infinita y reconstrucción cultural. Así que en las historias de vida no podrán mostrar el material que encontraría el analista, ellas pueden descubrir rastros que en otras fuentes no veríamos.

Durante la primera etapa de su vida, en la experiencia del neonato no hay totalidades, en un exterior que se ignora, ni un espacio propio, desde el cual él mire o demande. Más allá de que otro exista o lo asista en el imaginario infantil las imágenes externas se confunden en un poco estructurado universo donde coexisten las formas y los olores exteriores con las propias sensaciones internas. Sólo existe el instantáneo goce-de-ser, cuya añoranza jamás perderá. Un goce específico en el que no hay distancia ni tiempo (pues no hay sujeto que lo signifique) pero es una realidad dura (materia culturalmente organizada) desde la cual el sujeto podrá más tarde, emerger traduciendo en lenguaje (el del inconsciente) lo que por entonces es una forma más de lo real. No hay pues nunca un momento en el que el individuo (esencia fundante) no se encuentre con la sociedad y se relaciones con seres que en ella habitan (Saal, 1982).

Por lo contrario, lo que esta en su origen es una (con) fusión; en la que si no existiesen elementos socioculturales desaparecería su propio ser. Comprender lo antes dicho permite concretar firmemente la idea de que nunca existe un momento en el que el individuo y la cultura se enfrentan como cosas separadas y en interacción (a manera en que conciben las cosas en el pensamiento individualista) sino que, sus formas y conductas más específicamente corporales, el sujeto es materia culturalmente organizada.

También es un acto exclusivamente social el que permite la entrada del niño en el universo simbólico. Esa entrada ocurre en un proceso de "fase del espejo", que comenzando, aproximadamente desde los seis meses, dura cerca de un año y medio. Situado delante de una espejo, al principio el niño reacciona frente a su imagen como si ella fuese un aspecto más de esa realidad indiferenciada en la que ES luego el mismo, en esa imagen llega a reconocer a SU cuerpo,

y en su movimiento, a reconocer sus propias formas y Su unidad. Esto le permite ir desarrollando una imagen de sí mismo como algo diferenciado del entorno (Braunstein, 1982).

Desde entonces ese reconocer, tanto en el espejo como en la mirada de los que lo rodean, será el paradigma de todos los reconocimientos mediante los que el sujeto jugará su ser en sociedad. Esa diversidad que es una, pues la sentimos instalada en un mismo cuerpo, del cual por suerte, no acostumbramos a poner en cuestión su solidez.

Esa aparición de la imagen, en la que el niño ve proyectada su propia unidad, no es sin embargo todavía una verdadera distinción. Sobre todo cuando el padre brilla por su ausencia, el niño aún sucumbe a la sensación de pensarse y valorarse como complemento de la madre en el goce; esto es, fantasea que ocupa el lugar de "la falta" en el regazo: origen de su deseo. Mientras esa esperanza no se frustra el niño puede, reconstruirse imaginariamente como pleno, irrumpiendo que nazca su deseo y la necesidad de simbolizar; ya que la palabra ocupe la única función de él lugar de lo que no está. Producir la ruptura de ese lazo es lo que en nuestra cultura recae sobre los hombros paternos. Ese tradicional representante de la ley, encarnada al principio en el padre, el individuo es lanzado hacia la cultura y el intercambio en sociedad. Desde ese momento además de participar en el orden del discurso, el individuo (mediante un acontecimiento que lo conforma en su unidad a condición de cruzarlo desde el exterior) también comienza a participar de las leyes y ordenamientos de la sociedad. Será recién con este peso que es realmente posible su integración como miembro activo de la sociedad (Saal, 1982).

Como antes se menciona, en las indispensables miradas de los otros se articula y encarna, para el individuo, tanto la propia identidad como el indispensable vínculo social. Pero los otros son muchos y diversos, de allí que la llamada identidad se aparte tanto de cualquier símil con la identidad matemática (salvo en la estructura de ciertas formaciones inconscientes como la del automatismo de la repetición).

Es tarea yoica la de confirmar psíquicamente la unidad psíquica, la unicidad de cada cual; imagen unitaria. Tarea unificadora para la cual se encuentra ayuda en los datos de los sentidos, ya que es cierto que, si aceptamos sus adiestradas informaciones, cada uno de nosotros es

corporalmente una unidad. Es en esa heterogeneidad lo que también la contemplo la sociología funcionalista al crear el concepto de "haz de roles" para referirse a una determinada confirmación personal.

Al principio, el neonato se estructura como sujeto en la familia, con el crecimiento serán otras las principales instituciones de referencia, y en cada una de ellas incidiera su proceso de identificación (Braunstein, 1982).

Es en este contexto que se abordará, el discurso autobiográfico, con sus distintas aristas y con sus aportes, para traducir un discurso individual y subjetivo, para así generalizarlo en el propio sujeto y la sociedad misma, desde ahí, donde el habla de su sí mismo, es decir de la concepción que posee de sí y aún más de cómo lo traduce mediante la palabra escrita. Se hará una traducción de su autoconcepto, de su autoimagen y finalmente de su autoestima, es decir del sujeto mismo

Al hablar de sí mismo también nos está hablando del grupo social en el que cada uno se desenvuelve y desarrolla, así como sus diferentes áreas de interacción, al hacer esto nos está hablando de la sociedad, desde ella para ella.

En la autobiografía se logra una reflexión y un análisis, para así poder estructurarse y estructurar cambios, desde el presente, la pasado y al futuro, de ahí cobra la importancia este tipo de discursos de una manera personal, ya que sin este instrumento no sería posible, esta reconstrucción de hechos desde una nueva perspectiva, y de alguna manera ser nuevamente vividos, recordados, reconstruidos.

PROCEDIMIENTO

Al Centro de Orientación para Adolescentes (CORA), llegan jóvenes solicitando algún tipo de tratamiento psicológico; algunos de ellos vienen remitidos por instituciones escolares porque presentan problemas en su conducta y en su rendimiento académico. Otros jóvenes son traídos por sus padres, quienes están preocupados, porque consideran que requieren este apoyo para mejorar su rendimiento escolar o porque presentan conductas antisociales en casa (por ejemplo, estados de depresión, aislamiento, tristeza, malas relaciones, no hay un control de impulsos y eso se manifiesta en conductas agresivas, etc.). Otros vienen por iniciativa propia, porque se sienten tristes o están preocupados por sus relaciones familiares, y personales; ya que consideran que tienen dificultad para establecer relaciones de amistad o noviazgo.

Independientemente de la forma de su acercamiento al centro, para iniciar cualquier posible tratamiento, es indispensable que el joven reconozca la necesidad de ayuda profesional y muestre interés por asumir un compromiso terapéutico.

La primera acción que realizo es una entrevista exploradora para sondear el motivo explícito de consulta y, a partir de esto, conocer sus necesidades y expectativas para dicho tratamiento. De igual manera, les explico o preciso en que consiste el trabajo terapéutico, cual es el compromiso que deben asumir y cual es el mio como terapeuta, por ejemplo respetar los objetivos que el paciente plantee y la confidencialidad del tratamiento, a pesar de que haya sido traído por sus padres, no por este motivo, sus padres se van enterar de lo que hablemos, a menos que él, si así lo desea, ya que el trabajo va a ser entre él y yo.

Los chicos que son traídos por sus padres, de manera frecuente, vienen con enojo ya que son traídos con engaños o la fuerza. Con ellos mi primer acercamiento es a través de su enojo, les digo que es comprensible que estén enojados por la forma como los trajeron, pero también los invito a hablar de este sentimiento de enojo y trato de establecer un clima de confianza, para que hablen de lo que sienten, diciéndoles que si están ahí es por alguna razón, ya que algo no está bien en casa o con él mismo, que sería enriquecedor para él, explorar lo que está pasando.

Les pregunto porque creen que sus papas los trajeron y porque ellos permitieron que los trajeran, esto lo hago con el objetivo de que aparezca tanto el motivo manifiesto que generalmente es el que los padres expresan y el verdadero motivo de consulta que es el motivo latente, es decir el que los chicos traen. Dado que, muchas veces los motivos de los padres son diferentes a los motivos de los hijos, se les explica que la terapia es de él y se plantearan los objetivos que él decida, muchas veces la preocupación de los padres es la escuela, pero se les explica al chico las bajas calificaciones son un reflejo, es decir un espejo donde podemos ver que algo no está bien en casa o en alguna otra área de su persona.

También se les explica como se va a trabajar con sus padres se les menciona que las primeras sesiones serán para recabar su historia, historia que a veces él no me podría aportar, como embarazo, desarrollo de su infancia; posteriormente, las sesiones se establecerán según lo vaya requiriendo el tratamiento. En estas sesiones de seguimiento, no revelaré nada del tratamiento, ya qué lo que él me diga es absolutamente confidencial.

Después se empieza a desmitificar las creencias falsas y mitos con relación a los psicólogos y a la locura. La idea generalizada de estos pacientes es que los psicólogos trabajan con locos y dicen: "yo no estoy loco, no tendría que estar aquí ". Les explico que en CORA no trabajamos con "locos", sino con el dolor. Generalmente con esta respuesta, el paciente se abre, porque él sufre, él está ahí porque sufre. Con este punto tocamos una llaga y es en este momento que podemos decir que se inicia la liga terapéutica.

Logrado lo anterior, se plantea el número de sesiones, la realización de algunas pruebas psicológicas para conocer más acerca de su persona y se definirán los objetivos del trabajo terapéutico. Si el paciente se rehusa a acudir, se le invita a que no rechace algo que no conoce, que se dé la oportunidad de asistir algunas sesiones a manera de prueba y con base en ello tomar una decisión.

La batería de pruebas psicológicas (HTP, Machover, Bender, etc.), se aplica para obtener información, es decir, para tener un acercamiento más específico sobre sus necesidades psicológicas, para así poder dar inicio al tratamiento más adecuado para cada uno de los jóvenes. Si

bien estos instrumentos psicológicos han sido de gran utilidad para acercarnos a la problemática general del paciente, no obteníamos información acerca de la apreciación del joven sobre su problemática, es decir, no había un espacio para que escucháramos la propia voz del joven. Razón por la cual propuse emplear la autobiografía como un instrumento alternativo y complementarios que nos permitiera acercarnos al mundo interior del adolescente, ya que si bien, el gran problema de los chicos era su autopercepción y, específicamente su autoestima, ninguno de los instrumentos lograba cuantificarla o identificarla de manera específica.

El empleo inicial de la autobiografía se limitó sólo a una manera de escuchar al paciente y se construyó como un instrumento de acercamiento con los jóvenes antes de iniciar su psicoterapia; sin embargo, al paso del tiempo, la autobiografía se ha convertido en un valioso y fundamental elemento para escuchar al paciente (su historia, la reconstrucción de ésta y su voz al reconstruirse así mismo), ha ofrecido aportes valiosos ya que además de acercarnos al joven y a su vida, también permite una identificación de su personalidad, y esto se logra a través del proceso de reconstrucción de su historia al conocer y re-valorar momentos de un proceso de crecimiento, desarrollo y maduración del paciente.

Para precisar lo que es una autobiografía, les pongo ejemplos de biografías de personajes de la historia y, cuando expresan haber tenido contacto con este tipo de textos o conocer algunas, les explico que, ahora ellos van a elaborar su propia biografía, es decir, su autobiografía. En este momento, procuro generar una buena disposición y entusiasmo para su realización, ya que en ella van a narrar todo lo que ha constituido su vida, incluyendo su pasado y su presente, se les recomienda que esta tarea la realicen en su casa, de preferencia a solas y que tendrán una semana para realizarla. La consigna, por lo tanto, es escribir todo lo que recuerden de su propia existencia con honestidad, franqueza y sinceridad.

Cuando el paciente regresa al consultorio con su autobiografía realizada, trabajo con los sentimientos que emergieron al estar desarrollando el "balance de su corta vida", las inquietudes por circunstancias familiares y personales que hasta ese momento desconocían o que no habían enfrentado, etc.

A veces, ellos proponen leer su relato de manera espontánea en el consultorio; otras, yo induzco a que lo hagan; algunos me piden que sea yo quien haga la lectura; otros, prefieren platicarla. Cualquiera de estas modalidades tiene la misma intención: generar interés por su propia vida (su historia) y propiciar un acercamiento con los padres, con quienes, por lo general, la comunicación estaba rota. Los chicos al término de esta tarea sientan que el consultorio es un espacio en el que su palabra es respetada, valorada y tomada en cuenta.

Después de esta reflexión con el adolescente, yo realizo, de manera personal, el análisis de contenido desde mi discurso terapéutico con el fin de identificar las áreas de conflicto o preocupación de los jóvenes.

Particularmente en este reporte laboral se analizarán el contenido de las autobiografías específicamente sobre la autoestima del adolescente. En este análisis se tendrán dos líneas de reflexión. La primera, está relacionada con la forma en como se expresan de sí mismos, de su vida en las áreas familiar, escolar, sexual y de relaciones interpersonales. La segunda, es un análisis cualitativo para valorar el desarrollo de la autoestima de acuerdo con la escalera de Virginia Satir, este análisis se efectúa de la manera como se explica en los ejes de análisis.

Posteriormente y en ausencia del paciente del paciente se realiza un análisis de cada una de las autobiografías con el fin de identificar las áreas de conflicto o preocupación de los jóvenes, las áreas principales a analizar son el área familiar, la escolar y la afectiva, este análisis se efectúa de la manera como se explica en los ejes de análisis, así mismo con el objetivo de analizar la autoestima de estos jóvenes se usará la escalera de la formación de la autoestima hecha por Virginia Satir para acercarnos con más precisión a la autoestima de estos adolescentes esto a través de su autobiografía.

En el presente reporte se mostrará cómo este instrumento se enfoca a la detección de una problemática recurrente de los jóvenes que asisten a CORA, su autoestima baja y a través de su autobiografía nos acercamos a su autoestima, y podemos conocer como es ésta, baja o alta, además, su autoconocimiento, su autorrespeto, su autoimagen, su autocuidado, es decir a cada uno de los elementos que la componen y también permite conocer con más precisión el proceso de

formación de la autoestima de estos jóvenes, para lograr acceder a este conocimiento nos apegamos a la escalera de Virginia Satir, y seguimos el procedimiento que explicare más adelante

Se analizaron 30 autobiografías, obtenidas a través de los pacientes que atendí en el periodo 95-97. A cada paciente de manera individual, se le invitaba a escribir su autobiografía. Se les precisaba que está era una historia de su propia vida con absolutamente todos sus recuerdos donde lo que importaba era expresar sus sentimientos y sus pensamientos, sin importar la extensión, el lenguaje, la ortografía ni la letra que se emplean en el relato.

RESULTADOS

I DESCRIPCIÓN DE LA MUESTRA

Dado que la muestra estudiada no fue seleccionada previamente bajo ningún criterio, los datos que a continuación se presentan describen las características generales de dicha muestra, es decir de la población a la que se le solicitó que elaborara su autobiografía. Estos datos fueron obtenidos de su ficha de identificación aplicada durante la primera entrevista clínica.

En la gráfica No. 1 podemos observar que, las edades de los 30 sujetos que integran nuestra población fluctúan de los 13 a los 21 años. El 30% de estos jóvenes tienen 18 años, el 23.33% reporta tener 20 años, el 16.66% tiene 19 años, el 13.33% cuenta con 15 años y el 6.66% tiene 21 años. En las edades de 13, 14 y 17 años se ubicó un 3.33%, respectivamente.

formación de la autoestima de estos jóvenes, para lograr acceder a este conocimiento nos apegamos a la escalera de Virginia Satir, y seguimos el procedimiento que explicare más adelante

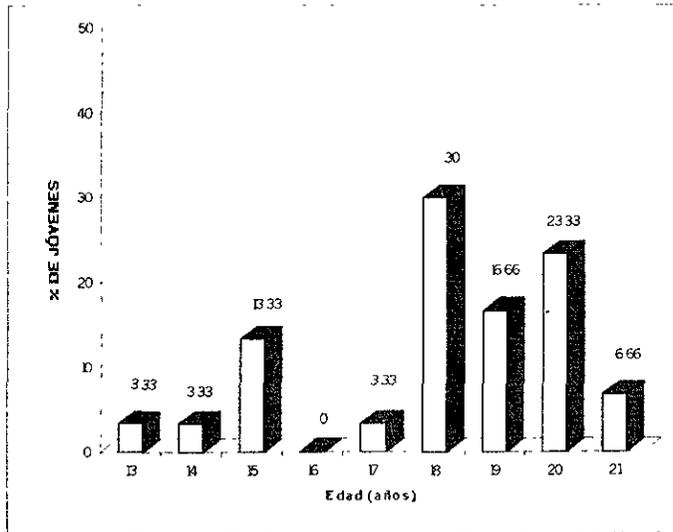
Se analizaron 30 autobiografías, obtenidas a través de los pacientes que atendí en el periodo 95-97. A cada paciente de manera individual, se le invitaba a escribir su autobiografía. Se les precisaba que está era una historia de su propia vida con absolutamente todos sus recuerdos donde lo que importaba era expresar sus sentimientos y sus pensamientos, *sin importar la extensión, el lenguaje, la ortografía ni la letra que se emplean en el relato.*

RESULTADOS

I. DESCRIPCION DE LA MUESTRA

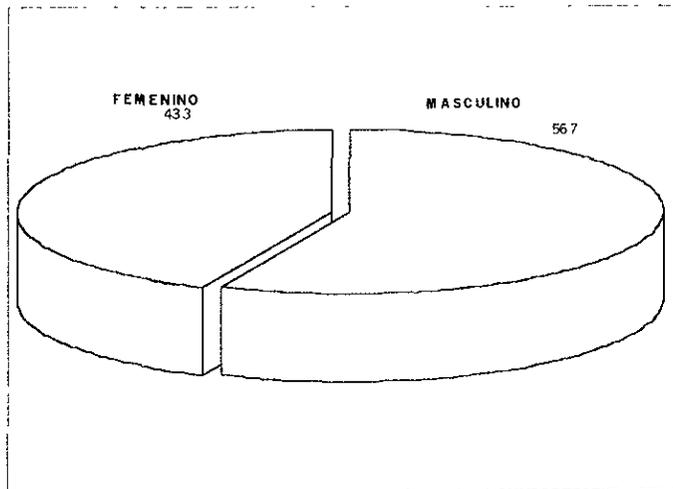
Dado que la muestra estudiada no fue seleccionada previamente bajo ningún criterio, los datos que a continuación se presentan describen las características generales de dicha muestra, es decir de la población a la que se le solicitó que elaborara su autobiografía. Estos datos fueron obtenidos de su ficha de identificación aplicada durante la primera entrevista clínica.

En la gráfica No. 1 podemos observar que, las edades de los 30 sujetos que integran nuestra población fluctúan de los 13 a los 21 años. El 30% de estos jóvenes tienen 18 años, el 23.33% reporta tener 20 años, el 16.66% tiene 19 años, el 13.33% cuenta con 15 años y el 6.66% tiene 21 años. En las edades de 13, 14 y 17 años se ubicó un 3.33%, respectivamente

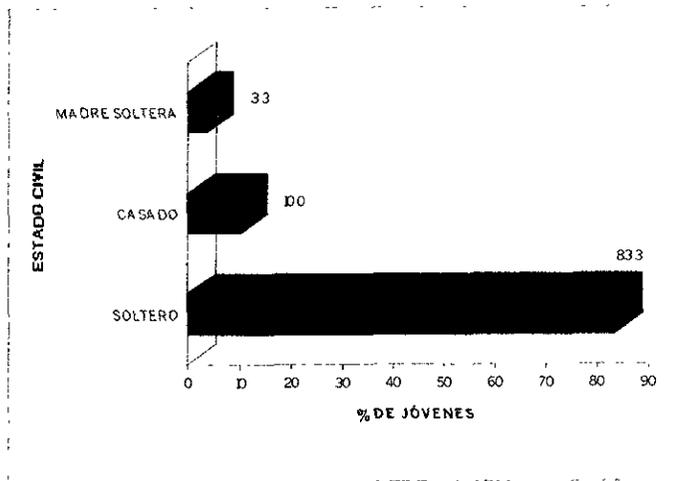


GRÁFICA 1 EDADES DE LOS JÓVENES ATENDIDOS

En la gráfica 2, se puede observar como se encuentra dividida nuestra población de acuerdo al género de los jóvenes atendidos. El 56.7% son hombres y el 43.3%, mujeres. En cuanto al estado civil de los jóvenes atendidos, se encontró que un 83.3% está soltero, un 10% está casado y un 3.3% reporta que es madre soltera (véase gráfica 3)

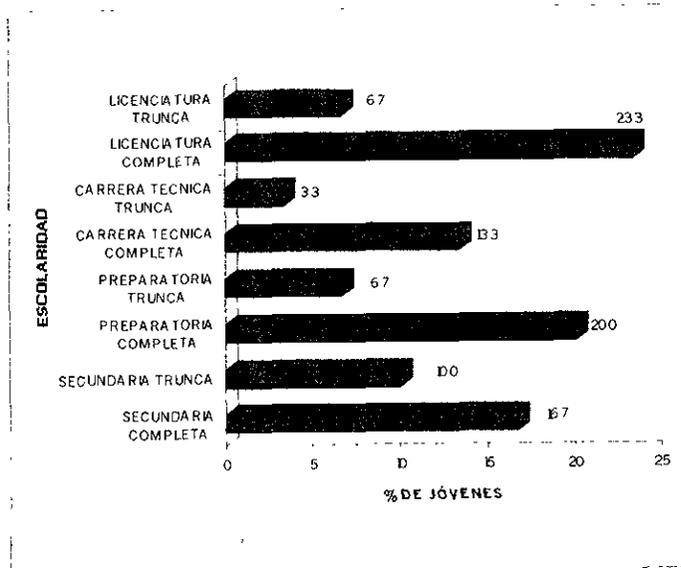


GRÁFICA 2 DISTRIBUCIÓN POR GÉNERO DE LOS JÓVENES ATENDIDOS

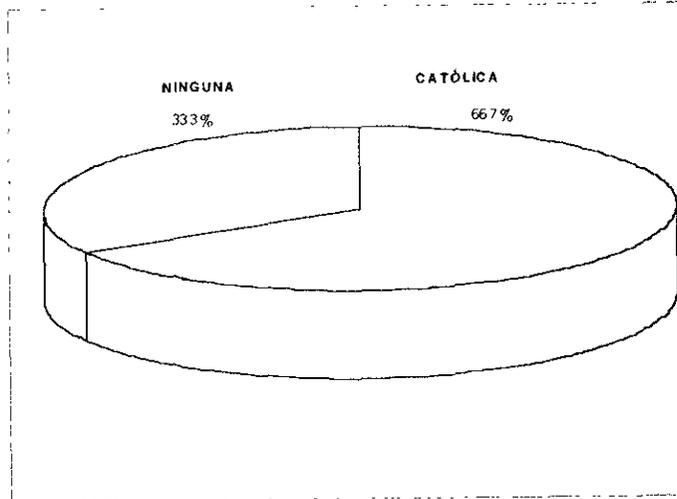


GRAFICA 3 ESTADO CIVIL DE LOS JOVENES ATENDIDOS

Con respecto a la escolaridad, en la gráfica 4, se presentan los distintos niveles reportados por los sujetos. Un 16.7% ha terminado la secundaria y un 10% no la terminó; un 20% concluyó la preparatoria completamente y un 6.7% no, un 13.3% cuenta con una carrera técnica completa y un 3.3 con una carrera técnica inconclusa. A nivel licenciatura, el 23.3% la completó y un 6.7% tiene estudios incompletos. Como se puede observar, la población atendida se caracteriza por ser jóvenes con un nivel educativo medio superior y superior. Otro aspecto valorado fue la religión que profesan. El 66.7% se manifiesta como ser católicos mientras que el 33.7 % restante dicen no profesar ninguna religión (véase gráfica 5).

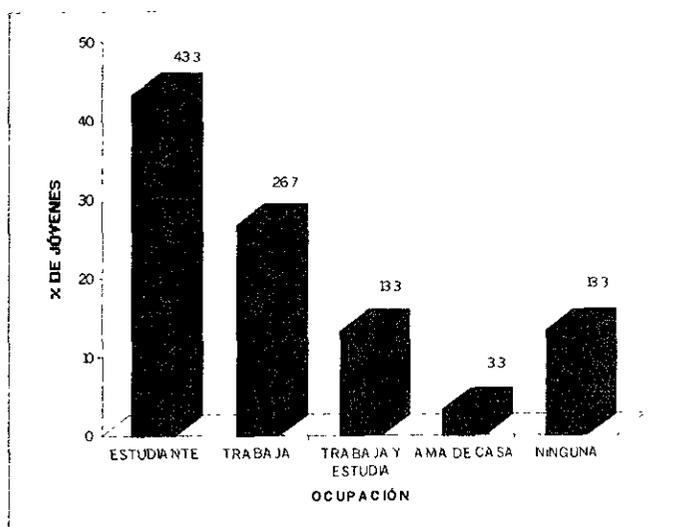


GRAFICA 4 ESCOLARIDAD DE LOS JOVENES ATENDIDOS



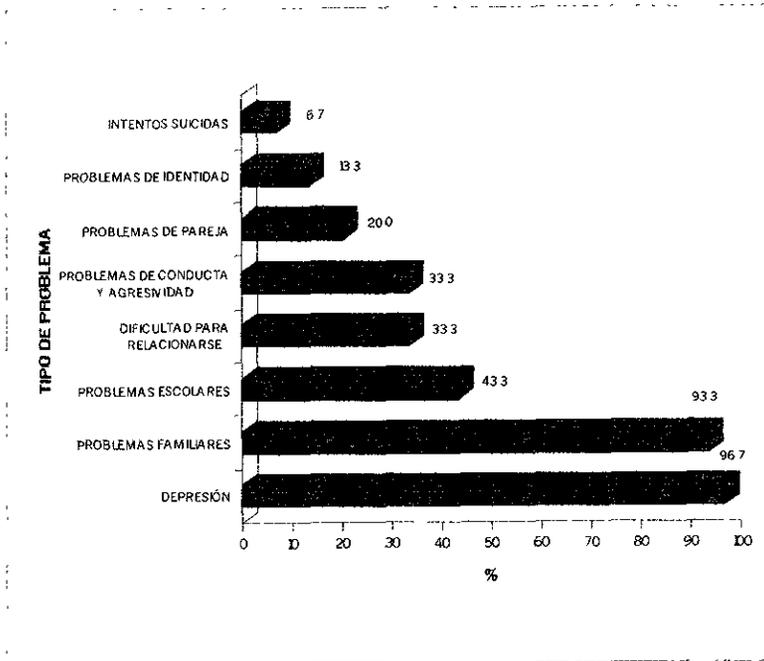
GRAFICA 5 RELIGION QUE PROFESAN LOS JOVENES ATENDIDOS

De los 30 jóvenes que se reportan, 43.3% estudian, el 26.7% trabaja, el 13.3% trabajan y estudian al mismo tiempo, el 13.3% los que no tienen ninguna ocupación y el 3.3% se dedican a ser amas de casa. Estos datos se presentan visualmente en la gráfica 6.



GRAFICA 6 OCUPACIÓN REPORTADA POR LOS JÓVENES ATENDIDOS

Finalmente, se identificaron ocho principales problemas por los que los jóvenes reportan asistir a consulta. Un 6.7% mencionó que su principal problema era los intentos suicidas, para un 13.3% lo son los problemas de identidad, para un 20% los problemas de pareja. Para otros (33.3%, respectivamente), los problemas considerados como necesarios atender, son la dificultad para relacionarse con los demás y los problemas de conducta y agresividad. Un 43.3% acudió para atender sus problemas escolares. La mayor proporción de jóvenes acude a CORA para resolver problemas familiares (93.3%) y depresivos (96.7%).



GRAFICA 7 PRINCIPALES PROBLEMAS REPORTADOS POR LOS JÓVENES ATENDIDOS

II. ANALISIS DE CONTENIDO DE LAS AUTOBIOGRAFÍAS

Para realizar el análisis de contenido de las autobiografías elaboradas por los jóvenes, establecí cuatro áreas de reflexión: área familiar, escolar, sexual y de relaciones interpersonales. Para presentar los resultados obtenidos, se seguirá la secuencia presentada a continuación. aspectos del área, valoración general de la misma con base en los aspectos especificados y fragmentos textuales seleccionados con el fin de ejemplificar lo afirmado en la valoración general.

1. Area familiar

Los aspectos que se valoraran en esta área son:

- Estructura familiar. en este punto analizaremos la conformación de la familia, es decir, si se trata de una familia nuclear o extensa o si ha habido divorcios o separaciones y, por medio, de la propia voz (palabra escrita) conoceremos los sentimientos y las opiniones de los adolescentes a este respecto.
- Cómo lo perciben sus padres: Aquí analizaremos, el concepto que tienen sus propios padres acerca de él, ya que éste es el inicio para que el adolescente forme su autoconcepto. Además, conoceremos el rol que el adolescente juega en la familia, su imagen ante las personas más cercanas para él, la estima que estas tienen hacia él y el trato que le dan
- Cómo percibe el adolescente a sus padres: Esto nos aportará conocimientos acerca de cómo es la relación con sus padres, si los percibe cercanos o lejanos, agresivos o pasivos, si los siente (percibe) exitosos o truncados en sus metas y anhelos, es decir, este punto nos dará un primer acercamiento a la autoestima de los padres, punto de vital importancia ya que, como hemos visto en los capítulos anteriores, en la mayoría de los casos la autoestima de los adolescentes es un reflejo de la autoestima de los padres, también podremos conocer como los padres establecen sus relaciones sociales, además, proporcionará datos acerca de la relación de

pareja, si los percibe enojados cuando están juntos o felices y fuertes o si por el contrario, se siente excluido de ellos, por sus actitudes.

En términos generales, en esta área se encontró, que la mayoría de los adolescentes reportan que sus familias están desintegradas, es decir, que sufrieron separaciones, divorcios o pérdida de alguna de las figuras paternas. El patrón característico es de una familia disfuncional. La mayoría de los jóvenes reportan una relación con alguno de los padres ausente, autoritario, desvinculado y, por lo tanto, la comunicación familiar se encuentra deteriorada y en la mayoría de los casos no existe.

En estos chicos, el sentimiento que prevalece es el de soledad, se aíslan continuamente, la convivencia se torna difícil y la confianza en las relaciones padres e hijos no se logra crear y las relaciones fraternas son de competencia y rivalidad

Desgraciadamente, estas relaciones se caracterizan por una marcada agresión desde los padres que no saben manejar su agresión y, por ende, el adolescente copia este modelo cayendo en patrones de conducta agresivas y, en ocasiones, antisociales

Ejemplos:

RAUL

A la edad de cinco años como todo niño mi vida transcurrió entre juegos, fantasías y deseos; en el poblado donde nací mi mamá me dejaba con mi abuelito o mis hermanas para que cuidaran de mí, mientras ella cuidaba los animales o trabajaba en el campo.

GERARDO

me empecé a juntar con chavos que robaban en tiendas y yo hiva con ellos y haci me empezó a gustar pero no lo hacía como ellos yo debes en cuando y ya le empezaba a gritar a mi mamá a responder y fue donde un día yo hicimos enojar a mi jefe y se fue y me sentí culpable mi papa nos apoyo con comida porque mi mamá estaba con unos tíos para darnos una lección y fue donde se me metió esa idea de robar porque quería saber que se sentí y yo le dije a mi hermano que si quería robar y el no quiso así que como a los 3 o 4 días me salí de mi casa y estube todo el día fuera pensando muchas cosas en mi mamá en mi jefe en la escuela y decidí robar a un taxista con un puñal o un cuchillo y lo

hize pero a la mera hora me acobarde y me agarraron y me llevaron al centro de rehabilitacion para menores y estube 3 meses adento y no me gustaba como era hay y a veces me ponía a llorar en la noche pidiendo a dios que me ayudara y porque no sufriera mi mama y mi hermano y sali gracias a todo los que me apoyaron y quise irme con mi papa un tiempo y estube estudiando y conviviendo con la familia de papa y no me centia bien porque yo pense que todo era mas chido con el que era alibianado y entonces quise volver a regresarme y me dijo que no así que un dia me escape y mi jefa me dijo que volviera para acabar la secu y me regrese y estube hillendo otra ves me regrese y un dia que no entre a la escuela cuando llegue me pego y otraves falte y me volvio a golpear y eso no me gusto a si que un dia me vine y ya no quise irme y entonces dijo que si no volvia no nos hiva a dar dinero y no me importo y me meti en una escuela abierta y haorita estoy hillendo y creo que recapacito y nos esta volviendo a dar para gastos un poco menos pero con eso estamos trabajando con unos pollos que vendemos al carbon es poco pero de poco en poco se va avanzando.

ALBERTO

Antes casi no me castigaba pero si un dia me acuerdo que me queria pegar con el cinturon y yo corri hacia el baño y me enserre y no quise salir y ya despues se calma y sali y me castigo y me castigaba no viendo la tele no jugando afuera ponerme a estudiar mas pero casi nunca me pegaba y haora cuando estube en la secundaria un dia fue cuando regresaba de ella y me y me encontro fumando y con un hijo en la oreja y se puso muy agresivo y me quito el hilo y me sangro y despues me pego con el cinturon y creo que desde hay cuando hago algo malo se enoja y me quiere pegar pero ya no entiendo porque si el no vive con nosotros.

GEORGINA

Después en junio un domingo, tenía yo 10 años vinieron la maestra Chela, estaba yo viendo la tele, en su casa me dijo que mi mamá ya no estaba con nosotros, que se habia ido al cielo yo llore mucho tiempo y llego Azucena, mi amiga y lloramos mucho. De ahí su papá y mamá le compraron una corona y la llevabamos al velatorio y bajo Elda, otra amiga de mi mamá y maestra también y me dijo que bajara a verla por última vez y yo le dije que no (en ese momento senti miedo y yo no podía ver a la cara a mi papá). Y me dijeron que si no quería, no. Nos fuimos andar en avalancha

SARA

Viví con mis papás creo que hasta los 2 años Luego mi mamá y yo fuimos a vivir con mi abuela y mis tíos (Enrique, Gustavo, Alicia, Marta y Rosa) Creo que mi padre se fue con su familia Despues empezaron los problemas en la casa de mi Abuela, casi siempre habian problemas, se peleaban por todo yo me sentía muy mal por todo eso Paso el tiempo y cuando iba en quinto de primaria mi abuela, Gustavo, Enrique nos corrieron de la casa la razón ...Amí nunca me la dijeron. Después me entere que fue porque según le habían levantado un falso a mi abuela Eran las 2:00 de la mañana cuando nos corrieron a. Alicia, mi madre y yo, fuimos a la tienda de mi abuela. Pero para esto Martha ya se había salido de la casa.

ILIANA

Me regresaron al D.F. por falta de recursos economicos, un año antes me entere de que mi abuelita noera mi abuelita si no mi bisabuelita, de la existencia de la mamá biológica de mi mamá y de que mi abuelito no era esposo de mi bisabuelita si no de su hijo, al regreso de Magdalena (mi abuela) mi abuelo se metio mas y mas en el licor. Yo conocí lo que es odiar a alguien que derrumba tu pequeño castillo de cristal Mi soledad, o al menos mi sentimiento de soledad, comenzo cuando nacio mi hermana Veronica Como ella era la bebé la cuidaban mas y a mi me hacian a un lado por ser mayor que ella (incluso hay una gravación en donde mi mamá le preguntaba cosas a Veronica y yo las respondía y mi mamá me regañaba por responder, como si una niña de 2 años supiera de modales). Cuando comenzaba a acoplarme a la idea de una hermanita Nacio Paulina (2 años despues) y entonces la economia familiar se fue para abajo, mis papas tuvieron que rentar un restaurant, mi mamá todo el dia estaba alli Cuando ya me estaba acostumbrando a la soledad, quiebra la compañía (2 o 3 años despues de que mis papás entraron allí) donde trabajaban mis papás y entonces mi papá se salia todo el dia a buscar trabajo y mi mamá se quedaba en casa todo el día, pero yo no entendia para que se quedaba en la casa, si para cuidarnos o para regañarnos y decir nos de groserias. Se que se sentia presionada por la falta de dinero pero al menos yo la preferia trabajando

XENIA

La interferencia en mi vida de mis padres de una forma sin limites. Yo no digo que no se metan pero si necesito en ocasiones saber manejarme yo sola sin que me esten reprochando en todo momento que estoy mal en lo que estoy haciendo. Me disgusta de mi la inseguridad que no me permite hacer mis actividades libremente

LUIS RAUL

A los 6 años mi padre no llegaba a casa por varios días, mi mamá lavaba ropa, cuando el llegaba a casa peleaba con mi madre y llegué a escuchar en 1 ocasión como la golpeaba y ella suplicaba que no le pegara mas, me puse a llorar teniendo un miedo muy grande a veces pienso sino era por mi culpa. En ocasiones mi tío Oscar me amarro las manos, las enbarro con excremento y me las metio en la boca y posteriormente me colgo de una viga quedando parado de puntas, según el lo hizo para que no me comiera las uñas, pero lo que mas me doyo y me duele aun es que mis padres no hicieron ni dijeron nada creo que lo aceptaban a el según sus metodos utilizados. mi madre me golpeaba mucho en varias ocasiones sangraba mucho y salía corriendo a la calle escapando de esa horrible tortura, mi padre jamas nos defendía aun cuando se daba cuenta de todo, esto cuando era un niño Varias veces me comparaban con mi hermana Leticia menor que yo, los comentarios no eran muy buenos ya que me hacían ver como una mujer y a ella como hombre

JENNIFER

En este año fue cuando mis papás se separaron y yo casi me vuelvo loca, pero creo que lo superé

2. Area escolar

Los aspectos que serán tomados en cuenta en esta área son:

- Satisfacción o satisfacciones: es decir, si valora el ámbito escolar como una satisfacción o la viven como una serie de constantes frustraciones, sintiéndose incapaz de tener éxito en este ámbito. También se analizaran las presiones que puede el chico vivir en casa en todo lo que se refiere a la escuela, de igual manera, conoceremos que tan competitivo puede ser en casa y en la escuela.
- Exitos o fracasos: aquí podremos percatarnos de la medida en la que el adolescente se involucra y compromete con su trabajo y trayectoria escolar. Si participa o no en las actividades escolares como concursos o en las actividades deportivas organizadas por la escuela y si se ha sentido motivado o no tanto en casa como en la escuela o, por el contrario, se siente frustrado

También conoceremos las dificultades a las que se han enfrentado, y a que causas se atribuyen. En este aspecto se espera obtener una especie de balance en cuanto a éxitos y fracasos y cual de estos es más frecuente.

- **Metas:** se valorará lo motivado que está el adolescente en esta área, si el ambiente es favorable y estimulante para establecer metas y objetivos. También descubriremos si estas metas son propias o son impuestas por sus padres, que tanto participa él en la toma de decisiones con respecto al ámbito escolar, lo involucrado que está en este aspecto de su vida, y si realmente logra visualizar la importancia y las repercusiones a futuro de sus metas a corto plazo.
- **Temores:** en este apartado podremos conocer de manera más cercana los sentimientos del joven alrededor de la escuela, a que miedos se enfrenta en el ámbito escolar, tanto desde un punto de vista académico como de relaciones con profesores y compañeros, así mismo las presiones que hay en casa sobre el éxito o fracaso en la escuela

En esta área encontramos que la mayoría de los padres no saben como enfrentar ni su propio fracaso ni el de sus hijos. En los adolescentes, este patrón de comportamiento también se reproduce porque cuando empiezan a tener fracasos escolares no saben como enfrentarlos ni como comunicarlo a sus padres para recibir ayuda. Al no encontrar soluciones óptimas, los fracasos continúan y en consecuencia se tienen deserciones académicas y aspiraciones truncadas.

En general, la escuela es percibida como una obligación no como una oportunidad y generalmente se le vive como un problema. La mayoría de los padres castigan el fracaso escolar mediante agresiones físicas y regaños. Esta situación genera mucha rebeldía en los chicos, deteriora su autoconfianza y merma su autoestima.

Ejemplos:

RAUL

A la edad de siete años con el proposito de estudiar me trajeron mis hermanas a la ciudad de Mexico Ingrese en una escuela de la colonia atemorizado porque yo sentía que todo era diferente, mis compañeros me veían extraño, se burlaban por la forma que yo les

hablaba Por las mañanas me encargaba de realizar quehaceres en casa así como las tareas de la escuela. Mi primer año lo reprobe y mi hermana mayor me castigo golpeandome con el cinturón por lo que pasaron más de 4 días para que yo pudiera sentarme sin sentir nada. Jakeline la 5ta hermana me hizo ingresar nuevamente a la escuela, ella solventaba los gastos de útiles, uniformes y pasaje; así como también de ropa y alguna otra necesidad que yo tuviera. Empecé a jugar fut-bol a los 15 años con equipos de la colonia. Lo cual me gusto mucho a tal grado de que yo empecé a tener la ilusión de ser futbolista profesional.

FRANCISCO JAVIER

Pasaba luego problemas con algunas materias pero al final las superaba en tercer año de prepa pase a algunos problemas ya que al principio no sabía que carrera estudiar tenía novia y me sentía muy presionado por todo, pero al final me decidí por contaduría y no me he arrepentido a la fecha, ingresé a la universidad y a que estoy esforzandome por ser alguien de prestigio, de dinero, quiero una familia, ser feliz, realizarme profesionalmente y casarme con una mujer que me ame y que yo me, una familia no muy numerosa y futura estabilidad emocional, monetaria, familiar, etc

OSCAR

Yo iba en la escuela con excelentes calificaciones 9, 10 y pocos 8 me asustaba por mis papas cuando sacaba un 7 sentias que me iban a golpear, porque me daban con cucharas, bandas, cinturón a lo que encontraban cuando no hacia o cumplia con mi quehacer, porque casi siempre o siempre era por eso o porque desobedecia.

ALBERTO

El tercer año lo pase de pansaso. En cuarto año mis calificaciones ya andaban por los suelos la maestra yo creo que me tomo mala fe desde que le grite una grosería y desde ese día por cualquier cosita que yo asía me ponía un aviso. Ese año llege a juntar como 40 avisos y no se porque me daban la corona de dientes o a dever sido por la conducta porque eso si era muy tranquilo en el salón aunque no estudiaba. Cuando entre a quinto el maestro Rene fue uno de los pocos maestros que me ayudaron a regularisarme en la escuela aunque los avisos aumentaban cada día. Ese año fue al año que empecé a practicar los deportes de futbol americano y soccer. En la secundaria me descompué totalmente porque no estudiaba nada desde el principio la calificaciones eran muy malas, no pasaban de 5 o 6. Mi papa fue con el maestro o director y el le dijo que era mejor que me sacara de la escuela para que gastara más dinero porque la escuela era de paga. Despues que me sacaron de la escuela mi jefe me metio a un taller mecanico.

GERARDO

Cuando reprobe el 2do año de secundaria 13 o 14 años recuerdo que en la mesa de la cocina empezamos a discutir si repetía el año o presentaba mis materias, yo decía que si pasaba las materias mi papá decía que no, discutimos muy fuerte me dio una cachetada, me jalo de los cabellos, me tiro al suelo y subí a mi recamara estaba yo llorando, me pidió perdón, le deje de hablar como 8 meses

ILIANA

baje de calificaciones, tuve mis primeros fracasos y me sentía como basura

3 Area sexual

En esta área se contemplaran los siguientes aspectos:

- Satisfacción: aquí analizaremos como percibe y vive su sexualidad y que siente al respecto de su género, de su rol y como se identifica, además, si es capaz de disfrutar de ésta o se encuentra inhibido para hacerlo.
- Temores: conoceremos de manera cercana los mitos y tabúes con los que el adolescente vive, así como, la seguridad o falta de ésta, con la vivencia de sus cambios corporales, de su cuerpo y de su sexualidad en general. Así mismo, sus dudas y específicamente si resuelve o no sus temores y como los vive cotidianamente También conoceremos si la información sobre sexualidad fue adecuada o distorsionada, si la dieron sus padres o maestros o si fue adquirida de manera fortuita por medio de sus amigos.
- Percepción de su cuerpo: Como hemos visto a lo largo de los capítulos anteriores, la adolescencia está caracterizada por constantes y bruscos cambios corporales a los que el adolescente se va a ir acoplando poco a poco, pero es de vital importancia conocer sus percepciones y sentimientos al respecto, si se siente conforme y seguro con su imagen corporal o si no es así, si tiene problemas de acné o de peso

- Percepción de su cuerpo por parte de los demás. La adolescencia es una etapa susceptible de ser altamente influida por la opinión de los demás, y por lo que en este punto, la apariencia, la forma en que es percibido por los demás, determinan la autoimagen que el chico construye para sí mismo. Es a partir de este reflejo en la mirada de los demás que se constituye como sujetos y empiezan a formar su autoimagen y, por ende, su autoestima.

En esta área podemos observar que, en general, los jóvenes manifiestan que la sexualidad es vivida de una manera agresiva, pasando por experiencias dolorosas que los marcan y dificultan sus relaciones de pareja que establecen en estos momentos y, probablemente, las que establecerán en el futuro

En la mayoría de los chicos, la información sobre sexualidad la reciben de la escuela, en casa esta comunicación nunca se establece, no hay confianza para que se de la información básica de autocuidado y protección para los chicos. Esta una de las causas por las que a veces sufren experiencias sexuales negativas y esto ocurre a temprana edad por lo que, la información sobre sexualidad se tendría que dar desde edades tempranas

La confianza a la hora de establecer relaciones de pareja, no se da de una manera total, sino que en la mayoría de los chicos existe dificultad para relacionarse y cuando lo hacen, persisten algunas de las desconfianzas e inseguridades que siempre han tenido, de manera recurrente no se sienten satisfechos con su aspecto físico y tampoco se sienten dignos de amor. Estas carencias hablan de una autoestima pobre en la mayoría de estos chicos.

Ejemplos:

RAUL

Me enamore de una chica que para mí era todo, vivimos una relación muy bonita, solo que con el tiempo pense que yo no podría nunca hacerla feliz porque pensaba que ella necesitaba algo más que yo, me sentía inferior a ella a su familia y eso fue alejándola de mí, lo que a mí me llevo mucho tiempo en recuperarme a decir verdad hasta hoy en día siento algo muy especial por ella. Transcurrió el tiempo y se volvió a presentar el mismo sintoma que en la relación anterior, pensaba que estaba conmigo Hilda tal vez por mí

dinero por que yo le habia propuesto matrimonio o tal vez por que se habia entregado a mi era una forma de seguir conmigo.

IRENE

yo me sentia muy mal por todo lo que me hacian, por lo que decian y ademas porque mi tío a veces me quería besar, y me tocaba mi pubis

ILIANA

Conocí a Karla Paola, me gustaba, pero por miedo o por verguena no le dije de esto a nadie. Nunca la toque, pero el deseo era enorme. Yo hacia lo posible por aguantar, pero era casi imposible, solo que yo fui mas fuerte que el deseo y gane (jamas la bese, ni toque, nada) Conocí a Olga, desde que la vi me pareció bonita, pero estaba confundida, solo habia sentido esa atracción por una niña un par de veces y no sabia como manejarlo o controlarlo, sin embargo ella no sentia lo mismo por mí, a ella le gustaba el maestro de Ingles y yo me ahogaba con mi rabia cada vez que veia que ella le daba algo a el maestrucho ese, cuando Olga lloraba por el me daban ganas de 2 cosas 1.abrazar y consolar a Olga, besarla y decirle que no se preocupara que todo pasaria y 2. De destrozar a ese viejo negro con mis propias manos y obligarlo a que le hiciera caso para que ella no sufriera, ya que cuando uno realmente ama a una persona prefiere su bienestar al propio Olga y yo comenzamos a jugar mas, las dos nos enfadamos con Fabiola y nos unimos mas, nuestros juegos comenzaron mas como cariños, al principio eran mordidas de orejas y dedos, pero un día para mi buena suerte se convirtieron en besos y el 16 de diciembre iba a; bueno, sucedió un supuesto accidente, ella y yo nos estabamos despidiendo en las escaleras de mi edificio y por un centimetro casi nos besamos en la boca Esa tarde lo comentamos y ella me dijo que que hubiera sucedido si nos lo ubieramos dado y yo le dije que tendríamos que intentarlo y al día siguiente nos besamos en la boca y ella me dijo que me amaba, que en el tiempo que habiamos convivido juntas se habia enamorado de mí y que le gustaba mucho y que desde antes sentía algo por mí pero que no comprendía que era hasta ese momento.

XENIA

Todo esto lo siento a mi falta de inteligencia o en todo caso a la falta de capacidad de realizar las cosas. Fisicamente me disgusta mi cabellera pues aunque tengo mucho esta muy seca y es lo que en ocasiones se me a criticado y como lo he leído me hace sentir mal pues me llaman "pelos de elote" Se que soy guapa pero sin pintura siento que no lo soy y

me siento fea si salgo sin maquillaje a la calle. A veces me disgusta mi cutis que sea grasoso o con puntos negros.

LUIS RAUL

De 7 a 8 años fui violado por 2 personas (no recuerdo la edad) por Raul y Ricardo siento que mi vida cambio a partir de entonces, porque mi familia aunque no se entero me decían o hacían burla de mí, como físicamente, emocionalmente y porque no decirlo ahora moralmente a esta edad me era difícil afrontarlo y nunca decía nada ni siquiera me defendía de ellos. yo me encontraba en 5 o 6 año de primaria Aquí mismo en la primaria había un compañero del cual no recuerdo su nombre tuve relaciones sexuales y esto sucedió cuando nos dejaron hacer el aseo al salón, pero no recuerdo como empecé todo pero puedo decir que me gusto mucho. Cuando me encontraba en 6 grado de primaria mi primo Adrian y yo nos tocábamos en la cama, nos besábamos en la boca, en una ocasión creo que mi mamá se dio cuenta pero solo dijo que hacíamos y no pasó a mayor Yo continuaba con mis juegos sexuales con recortes de revistas o juguetes. Siempre viví apenado, con miedo a los demás en ocasiones existían personas que me ayudaban mas bien me defendían de los demás, me daba penar caminar por la calle y en ocasiones salir a jugar. Recuerdo tuve relaciones con un hermano de mi mamá llamado Domingo yo lo acariciaba y por varias ocasiones me besaba y dejaba que lo tocara para mí no era molesto, esto mismo sucedió con Rodrigo hermano de mi madre e igualmente con Mario hermano de mi papá.

FRANCISCO JAVIER

recuerdo esos problemas con el Acne también recuerdo que en ese entonces era muy tímido con las niñas, a tal grado que empecé a tener novia cuando entré a Preparatoria

4. Area de Relaciones Interpersonales:

En esta área se revisaran los siguientes aspectos:

- Relaciones con los demás: conoceremos más de cerca la manera como el adolescente establece sus relaciones, partiendo de cómo se relaciona en la casa, en la escuela y en los diferentes medios donde se desarrolla, como lo hace, como establece el primer contacto y si

estas relaciones son duraderas o no, profundas o superficiales, logra tener y dar confianza a los demás, etc.

- **Dificultades para las relaciones:** en este apartado conoceremos las dificultades a las que se enfrenta el joven, es decir, los temores que siente ante el hecho de la convivencia y los límites que se autoimpone al momento de relacionarse, los sentimientos de temor y angustia que se pudieran presentar, al igual que conoceremos lo que hace con estos sentimientos y lo que hace para superar este temor.
- **Comodidad en casa:** Como he mencionado en reiteradas ocasiones, la casa es el primer lugar donde se establece por vez primera un vínculo de relación otra persona, es a partir de aquí donde aprendemos a relacionarnos, para más tarde, establecer nuestras propias relaciones en los diferentes ámbitos donde nos desenvolvamos, aquí es donde se toman los primeros modelos de relación, pero también hemos visto a lo largo del presente trabajo que en la adolescencia se busca la propia identidad y muchas veces se siguen patrones contrarios a los establecidos por los padres, y también sabemos que para poder romper ese primer vínculo y acceder a otros se tiene que empezar a desligar con el vínculo familiar, de ahí en ocasiones se presenta la rebeldía como la búsqueda de su propia identidad y de su propio espacio, conoceremos de manera particular como vivieron esto los adolescentes que elaboraron su autobiografía.
- **Comodidad con las demás personas:** Cómo establece sus relaciones interpersonales, se le facilitan o se le dificulta relacionarse, pero también analizaremos algo más allá de eso, que es como se siente en compañía, es decir, si se siente cómodo con las personas o se siente inhibido, angustiado o inseguro, aquí estaríamos hablando de la autoconfianza y de la seguridad que cada adolescente posee.
- **Satisfacción con la vida social:** aquí analizaremos una evaluación general del adolescente hacia su vida social si se encuentra satisfecho en este aspecto de su vida o desea algún cambio, y cuales serían estos cambios y porque desea hacerlos.

En esta área encontramos que la mayoría de los chicos tienen problemas para relacionarse y establecer vínculos profundos, y cuando logran relacionarse lo hace de una manera superficial. En estas relaciones, la confianza no logra ocupar el lugar importante que debería tener, y esto lo podemos ver desde las relaciones que establecen en casa, las que en su mayoría están marcadas por agresión y los chicos copian este modelo y lo llevan a otras relaciones.

El sentimiento prevalente de estos chicos parece ser el de soledad y, por lo tanto, ellos se aíslan y esto los entristece y les dificulta relacionarse. Las relaciones que establecen no son muy constantes cambian de pareja sin antes conocerse.

Ejemplos.

RAUL

A los 8 años llego Bety a vivir con nosotros, ella es mi prima y es la persona en quien mas confio y me llevo mejor; ella es mayor que yo 2 años y menor 2 años que Miguel mi hermano con el que jugabamos en casa porque dificilmente nos permitian salir a la calle. Por lo tanto crecimos aislados del ambiente que se vivia en las calles de nuestra colonia. Por momentos me siento devaluado y en ocasiones pienso que valgo mucho que tengo una familia grandiosa y que yo soy una gran persona que esta pasando por una etapa mas de la vida

GERARDO

Otro dia en la noche papa me pego y me volvi a salir de su casa y me fui directamente a la casa de mi mama pero cuando llege papa ya estaba en la casa yo entree despues de una fuerte discusión papa me pego y me rompio el palo de escoba en la espalda despues me llevo a casa otra vez

XENIA

Mi volubilidad ya que en ocasiones siento el hablar y el convivir con la gente y en otras ocasiones indeterminadas no deseo hablar con nadie y solo quiero estar sola y hablar lo indispensable. Mi forma de no darme cuenta de las malas ocasiones que surgen los problemas y no poder enfrentarlos solo surgen situaciones que me hacen sentir mal triste e inutil, que solo tengo ganas de llorar, gritar, no hablar y sin remediar nada. En ocasiones me da miedo hablar y pedir las cosas a cualquier persona que sea, así sea una

insignificancia o un favor importante no puedo pedir ni hablar pues siento pena y miedo de equivocarme de lo que estoy pidiendo o diciendo Me da miedo al rechazo, el no saber decir o iniciar una platica, expresar lo que siento

III. FORMACION DE LA AUTOESTIMA DE ACUERDO A LA ESCALERA DE VIRGINIA SATIR

Virginia Satir, es parte fundamental de este estudio en cuanto a la escalera de formación de la autoestima ya que en ella nos brinda la oportunidad de conocer a detalle, cada uno de los pasos que se tienen que ir recorriendo para la construcción de esta autoestima, y esto nos brindara la oportunidad de conocer el proceso de formación de autoestima que están viviendo los chicos en el momento de elaborar su autobiografía.

Analizaremos de manera detenida cada una de las autobiografías siguiendo los criterios de la escalera de Virginia Satir, también seleccionare los fragmentos, los cuales fueron extraídos de manera literal de las autobiografías, estos son representativos de dicha formación.

AUTOCONOCIMIENTO (nivel I)

Se revisaran los siguientes puntos:

- Se conoce a sí mismo: Es capaz de decir conocerse así mismo, detectando cada uno de los aspectos que conforman su personalidad, conocer cada parte que conforma su ser y lo integra en su completud, este es el primer escalón que cada uno de los seres humanos irá recorriendo para a llegar a la autoestima.
- Identifica sus necesidades: Conoce cada uno de los aspectos de si mismo, tanto en los aspectos físico, como en los espirituales y psicológicos, conocer a profundidad cada uno de los aspectos que lo conforman así como lo que necesita tanto físicamente como espiritual y psicológicamente.
- Conoce sus potencialidades: Al conocerse a sí mismo de una manera completa también deberá de tener detectadas sus potencialidades es decir aquellas cualidades en las que podrá apoyarse para desarrollarse de una manera integral ya sana y así llegar a sentirse satisfecho y exitoso.
- Conoce sus deficiencias: Las deficiencias conforman la personalidad del joven, en este punto nos ocuparemos de conocer si el adolescente tiene detectadas estas deficiencias, de sus

sentimientos ante ellas, es decir, si se siente frustrado o no si las acepta o trata de superar en una palabra como las enfrenta.

- Integra sus deficiencias y sus potencialidades: Este será el último punto a evaluar y a lograr por parte de los jóvenes, nada fácil como lograr un equilibrio en el que se integren de una manera armoniosa sus deficiencias y potencialidades para así poder integrarse como ser humano.

En este escalón de la escalera de Virginia Satir, que es el primero y fundamental para la formación de la autoestima, en la mayoría de los chicos encontramos que el conocimiento de sí mismo es somero; es decir, no existe un conocimiento de sí mismo de una manera profunda, se encuentran más preocupados por su imagen ante los otros que por la imagen interna que se tiene de sí mismo. Estos chicos sólo se logran ver a través de los ojos de los demás y entran en conflicto cuando la imagen externa no concuerda con la imagen interna ni con sus sentimientos

En cuanto a sus necesidades físicas, psicológicas y espirituales, no conocen todas, ya que solo logra identificar algunas de estas, ya que el adolescente aún no logra consolidar todos los aspectos de su personalidad y además, no existe una reflexión acerca de lo que desean ni acerca de lo que necesitan, pocos son los adolescentes que tienen claro esto y que han llevado a cabo esta reflexión

Algunos adolescentes conocen sus potencialidades, pero sólo unos cuantos logran enfocarse en ellas y sacarles provecho, por el contrario ponen más atención en sus deficiencias, esto es porque los adultos que lo rodean lo hacen y ponen gran énfasis en sus fracasos, no sabiendo como enfrentarlos, ni mucho menos como integrarlos con sus potencialidad, predominando el sentimiento de frustración.

Ejemplos.

RAUL

se que soy de buenos sentimientos Pero para mi familia y amigos sigo siendo admirado, reconocido y el hombre maduro y centrado. He llegado a pensar que me ven así porque ven un disfraz y no al Raul autentico Empece a jugar fut-bol a los 15 años con equipos de

la colonia Lo cual me gusto mucho a tal grado de que yo empecé a tener la ilusión de ser futbolista profesional.

Faltando un semestre para terminar la carrera se presentó la oportunidad de que yo ingresara a las fuerzas básicas de un equipo de fútbol de la capital, lo cual acepté y dejé la escuela a pesar de que mi familia principalmente mi mamá no estaban de acuerdo. Transcurrió el tiempo y yo fui subiendo de nivel en el equipo, por lo tanto yo estaba contento e ilusionado en que yo iba a lograr mi sueño.

Cuando la directiva del equipo me dijo que mi rendimiento no era el esperado por ellos y que por lo tanto quedaba fuera del equipo, fue la experiencia más amarga de mi vida, pensé que no existía alguien quien creyera en mí, así como también sentí una desilusión grande para mí porque no sabía que decirle a mi familia, tenía vergüenza decirle que había fracasado en mi intento por ser futbolista

GERARDO

nos venimos para el tореo donde no me gustaba porque eran colonia de puro chavo bien bestido y educado y entonces salí de la primaria y entre a la secu y desde ahí me empecé a maliciar a no entrar a la escuela a no hacer tareas y después me empecé a juntar con chavos que robaban en tiendas y yo hiba con ellos y haci me empezó a gustar pero no lo hacía como ellos yo debes en cuando y ya le empezaba a gritar a mi mamá a responder y fue donde un día yo hicimos enojar a mi jefe y se fue y me sentí culpable mi papá nos apoyó con comida porque mi mamá estaba con unos tíos para darnos una lección y fue donde se me metió esa idea de robar porque quería saber que se sentía

FRANCISCO JAVIER

Pasaba luego problemas con algunas materias pero al final las superaba en tercer año de prepa pasé a algunos problemas ya que al principio no sabía que carrera estudiar tenía novia y me sentía muy presionado por todo, pero al final me decidí por contaduría y no me he arrepentido a la fecha, ingresé a la universidad

ALBERTO

Desde ese año mis calificaciones empezaron a bajar mucho, porque cuando me dejaban tarea no les entendía la mayoría de las veces y mi mamá no me podía ayudar porque no le entendía o no sabía. El tercer año lo pasé de pansaso. En la secundaria me descompuse totalmente porque no estudiaba nada desde el principio las calificaciones eran muy malas, no pasaban de 5 o 6. Estuve en el equipo de los cachorros y fue un buen equipo aunque

quedamos en tercer lugar y el futbol americano lo gugaba en el prque que esta al lado de la escuela

JENNIFER

yo me quisiera regresaria a mi antigua escuela, porque me insultaba, se burlaba de mi y sobre todo me perjudicaba en mi rendimiento escolar.

ILIANA

fui muy sociable y tenia muchos "amiguitos" Me acostumbre a no estar nunca con mi familia era mas independiente que ahora a pesar de mi corta edad

XENIA

si necesito en ocaciones saber manejarme yo sola sin que me esten reprochando en todo momento que estoy mal en lo que estoy haciendo Me disgusta de mi la inseguridad que no me permite hacer mis actividades libremente Mi volubilidad ya que en ocasiones siento el hablar y el convivir con la gente y en otras ocasiones indeterminadas no deseo hablar con nadie y solo quiero estar sola y hablar lo indispensable. Mi forma de no darme cuenta de las malas ocaciones que surgen los problemas y no poder enfrentarlos solo surgen situaciones que me hacen sentir mal triste e inutil, que solo tengo ganas de llorar, gritar, no hablar y sin remediar nada

LUIS RAUL

Yo a esta edad era muy tranquilo y miedoso a los demas niños, no me gustaba que me pegaran (jugando) o hacer juegos agresivos o donde tenia que ensuciarme. Era muy penoso en relación a que la gente me viera o me hablara en ocaciones miedo. Siempre fui un niño inseguro pero atormentado por los insultos por parte de mi familia

AUTOCONCEPTO (Nivel II)

En este escalón de la formación de la autoestima, se analizarán los siguientes aspectos:

- Creencias que tienen la persona acerca de sí mismo: Esto lo sabremos explorando la serie de ideas que el adolescente tenga acerca de sí mismo, esto incluye los rasgos físicos, corporales defectos y virtudes.
- Autoimagen que posee: Conoceremos la autoimagen que el chico posee, la imagen es el conjunto de imágenes que se tienen asociadas o que corresponden a los conceptos o creencias que tiene una persona acerca de sí misma
- Concepto negativo o positivo de sí mismo: en este punto conoceremos si el autoconcepto que el joven tiene formado de sí mismo es positivo o negativo, sus sentimientos al respecto, como lo enfrenta.

En la mayoría de los chicos encontramos que su autoconcepto se forma a partir del concepto que los demás tengan del él, es decir la autoimagen se forma a partir de las imágenes que los otros le devuelven de sí mismos, en ocasiones no se encuentran del todo satisfechos con su apariencia, generalmente esto les produce cierta frustración por no ser como quisieran ser o cubrir los estereotipos que la sociedad ha creado, tanto afecta esta autoimagen devaluada que interfiere en sus relaciones interpersonales haciéndolas difíciles y con inseguridades al respecto.

En la mayoría de los chicos, el autoconcepto no es positivo, es decir, este autoconcepto es negativo o no se encuentra acorde con la realidad, esto se debe a las exigencias familiares, ya que acentúan las desventajas que poseen estos jóvenes y estos defectos se magnifican ante la mirada de los demás; sin embargo, algunos adolescentes sí cuentan con un autoconcepto positivo y esto se nota cuando se sienten más confiados a la hora de tomar decisiones.

EJEMPLOS

XENIA

Fisicamente me disgusta mi cabellera pues aunque tengo mucho esta muy seca y es lo que en ocasiones se me a criticado y como lo he leido me hace sentir mal pues me llaman "pelos de elote". Se que soy guapa pero sin pintura siento que no lo soy y me siento fea si salgo sin maquillaje a la calle. A veces me disgusta mi cutis que sea grasoso o con puntos negros. Me gusta cuidarme pero aun así me siento insegura de mi belleza y aunque jamás me han dicho que soy fea al contrario en todos lados me aceptan por mi belleza, teniendo a mi alrededor muchos pretendientes tanto de buena clase o baja o como guapos o feos, casados divorciados jovenes o grandes pero aun todo esto me siento insegura de mi belleza. Quisiera tener un cabello sano y relusiente y un cutis terso y limpio. De ahí en fuera todo me agrada de mi pero esas 2 unicas cosas me hacen sentir insegura de la belleza que poseo.

RAUL

Me enamore de una chica que para mi era todo, vivimos una relación muy bonita, solo que con el tiempo pense que yo no podría nunca hacerla feliz porque pensaba que ella necesitaba algo mas que yo, me sentia inferior a ella a su familia y eso fue alejandola de mi

FRANCISCO JAVIER

Ingrese a la secundaria del Simón Bolívar también, hice más amigos, ya teníamos interés diferentes, intereses de adolescentes, recuerdo esos problemas con el Acne también recuerdo que en ese entonces era muy tímido con las niñas, a tal grado que empecé a tener novia cuando entré a Preparatoria

RAUL

Pero para mi familia y amigos sigo siendo admirado, reconocido y el hombre maduro y centrado. He llegado a pensar que me ven así porque ven un disfraz y no al Raul autentico

ILIANA

baje de calificaciones, tuve mis primeros fracasos y me sentia como basura

LUIS RAUL

Siempre he sido una persona muy sensible y en ocasiones tímido

AUTOEVALUACIÓN (Nivel III)

Se analizarán los siguientes aspectos que conforman este escalón:

- Es capaz de evaluar: Es decir, puede conocer e identificar las cosas buenas para él, las cosas que le hacen crecer y mejorar.
- Conoce las cosas que le satisfacen y las que no: Las cosas que le interesan, y que le son enriquecedoras, es decir las cosas que lo benefician y le hacen crecer. Conoce las cosas que no le hacen crecer y le producen daño. En este punto también analizaremos si el joven tiene identificadas o no las cosas que lo dañan y como actúa ante esto.
- Confía en sí mismo: Conoceremos si el joven ha logrado esa confianza primordial para enfrentar los problemas que vive y que vivirá en la edad adulta, es decir en el futuro, la confianza en sí mismo, o por el contrario no lo ha logrado.

La mayoría de los chicos, reportan en sus autobiografías algunas dificultades para evaluar las cosas buenas de las malas, primero parecen elegir cosas que no les enriquecen que por el contrario los dañan y perjudican en muchos aspectos de su vida, en segunda instancia y después de una reflexión, algunos de ellos se dan cuenta del daño que hicieron y el sentimiento que prevalece es el de culpa y arrepentimiento.

Algunos chicos si logran detectar aspectos que les satisfacen y que les interesan como, la música, el deporte, los amigos, etc. Y tratan de fomentar esto en su vida, y en ocasiones se convierte en un refugio cuando se sienten tristes o solos. Esto los hace sentirse más satisfechos de sí mismos cuando obtienen logros en estos campos.

La confianza en sí mismos no se ha obtenido en todos, sólo unos cuantos logran confiar en sí mismos y se sienten capaces de tener éxito. La mayoría de estos jóvenes no confían en sí mismos, y esto conlleva repercusiones en diferentes áreas de su vida, como son la escuela, las relaciones interpersonales, la familia. La confianza en sí mismo, parece ser uno de los aspectos que la familia y

en especial los padres se olvidan de fomentar, generalmente porque los padres no poseen esta autoconfianza y no les es posible transmitirla.

EJEMPLOS:

RAUL

En mi vida cotidiana emprendía actividades pero con cierto temor e inseguridad, la constancia desapareció de mí y todo lo que hacía sabía o más bien estaba programado para pensar que no terminaría bien.

JENNIFER

Me sentía segura de mí misma y así lo podía todo

XENIA

Soy muy buena para bailar aprendí yo sola lo cual se ha convertido en un apasionamiento ilimitado ya que me es totalmente relajante para mi mente cualquier tipo de música de la que se trate, sintiéndome en un mundo único y tranquilo es por eso que me encanta bailar, el sentir la música hasta lo que más de

GERARDO

me empecé a maliciar a no entrar a la escuela a no hacer tareas y después me empecé a juntar con chavos que robaban en tiendas y yo hiba con ellos y hací me empecé a gustar pero no lo hacía como ellos yo debía en cuando y ya le empezaba a gritar a mi mamá a responder

ALBERTO

En cuarto año mis calificaciones ya andaban por los suelos la maestra yo creo que me tomó mala fe desde que le grite una grosería y desde ese día por cualquier cosita que yo asía me ponía un aviso.

AUTOACEPTACION (Nivel IV)

En este escalón se revisarán los siguientes aspectos

- Se acepta a sí mismo: Ya que la persona ha logrado conocerse con los aspectos buenos y malos que conforman su personalidad y ha logrado confiar en sí mismo, el siguiente paso sería la aceptación de sí mismo, es decir la autoaceptación.
- Quiere o desea cambiar: La autoaceptación es el primer paso al cambio, en este punto analizaremos de manera detenida, la actitud del adolescente ante su propia personalidad y vida, como es que enfrenta y acepta estos aspectos, si desea cambiarlos o no, y que hace para lograrlo.

En este escalón solamente unos cuantos adolescentes desean un cambio en su personalidad, para así poder tener un cambio en sus vidas. Esto lo logran después de una reflexión de sí mismos y después de un reconocimiento de sus potencialidades y defectos, para que así sea claro lo que se desea cambiar, desafortunadamente en la mayoría de los casos esto no se ha conseguido y desean que el cambio se efectúe en los otros, es decir en su entorno, cuando en la mayoría de los casos estos cambios tendrían que efectuarlos los propios jóvenes en sí mismos.

Estos adolescentes no han logrado la autoaceptación, generalmente esperan que los demás los acepten primero, para así, ellos mismos aceptarse, y esto dificulta la formación de su autoestima.

EJEMPLOS:

XENIA

TENGO QUE APRENDER ACEPTAR AQUELLAS COSAS QUE NO PUEDO CAMBIAR.

Porque no puedo aceptarme a mi misma? Me convertire en una muy buena estudiante y cultivare muchas amistades al grado de que los problemas de antisociable en el trabajo me a servido para comprometerme que al comienzo de clases hablare y platicare con muchos compañeros tratando de cultivar las amistades mejores. Tratare de seguir leyendo y poder aprender de las magnificas culturas que he leído ya que así mi mente se torna tranquila y serena y a la vez aprendo de los maravillosos libros que se escriben pues

hasta el momento le he tomado amor a la lectura a tal grado que es uno de mis pasatiempos favoritos siendo el mejor

RAUL

pense que no existia alguien quien creyera en mi, asi como tambien senti una desilución grande para mi porque no sabia que decirle a mi familia, tenia verguenza decirle que habia fracasado en mi intento por ser futbolista.

ILIANA

Mi soledad, o al menos mi sentimiento de soledad, comenzo cuando nacio mi hermana Veronica Como ella era la bebé la cuidaban mas y a mi me hacian a un lado por ser mayor que ella (incluso hay una gravación en donde mi mamá le preguntaba cosas a Veronica y yo las respondía y mi mamá me regañaba por responder, como si una niña de 2 años supiera de modales). Cuando comenzaba a acoplarme a la idea de una hermanita Nacio Paulina (2 años despues)

XENIA

Sere la mujer más sociable para cuando comiencen las clases y ser la mejor en mi escuela, en mis materias y así seguire sacandolas tratando de ser la mejor

AUTORRESPETO (Nivel V)

Se analizarán los siguientes aspectos:

- Entiende sus propias necesidades y valores: al conocer su personalidad, analizaremos si entiende y logra identificar sus necesidades y valores y si actúa conforme a ellos, y si no lo hace y porque.
- Satisface sus necesidades: Es decir, al identificar sus necesidades, logra satisfacerlas o no, o si por lo menos lo intenta, esto cuando se logra esto, estaríamos hablando que la persona ha logrado tener un autocuidado, esto no logra ser fácil para los adolescentes.

- **Expresa y maneja sus sentimientos:** En este punto analizaremos si los adolescentes de nuestra población ha logrado expresar y manejar en forma conveniente sus sentimientos y emociones, es decir sin hacerse daño, ni culparse, al hacerlo y también sin herrar ni agredir a los demás.
- **Busca y valora todo aquello que lo hace sentirse orgulloso de sí mismo:** Analizaremos la actitud de los adolescentes ante aquellos aspectos de su vida que le hacen sentirse bien, si los busca y procura o si no es así y porque hace esto.

En este escalón pudimos constatar que solamente algunos de los adolescentes en verdad entienden sus propias necesidades y valores, en la mayoría de los casos desconocen todas sus necesidades, solamente identifican algunas de estas, y en cuanto a sus valores no se encuentran del todo claros, por lo que no están bien establecidos, en cuanto a sus necesidades esperan que otros las satisfagan, es decir no se hacen cargo de esto, por lo que no tienen un autocuidado, parte fundamental para una autoestima alta, y se ven inmiscuidos en situaciones riesgosas para su persona como pueden ser las drogas, el maltrato, el abuso sexual, la deserción académica, etc. Tal parece que a estos chicos no se les han dado las herramientas suficientes para tener un óptimo autocuidado.

Otra gran dificultad en estos chicos es su incapacidad para manejar y expresar sus emociones. Generalmente tienden a ser agresivos para con los demás y para consigo mismos, explotando y siendo impulsivos, parecen incapaces de construir un espacio para esto en su vida cotidiana, después de dicha explosión se sienten culpables lastimados y en especial frustrados, porque en lugar de resolver problemas parecen que solo se complican. Estos chicos si logran valorar y procurar las cosas que los hacen sentirse orgullosos de sí mismos, y los convierten en su refugio, para compensar su frustración.

EJEMPLOS

RAUL

Empece a jugar fut-bol a los 15 años con equipos de la colonia. Lo cual me gusto mucho a tal grado de que yo empece a tener la ilusión de ser futbolista profesional.

GERARDO

me empecé a maliciar a no entrar a la escuela a no hacer tareas y después me empecé a juntar con chavos que robaban en tiendas y yo hiva con ellos y haci me empezó a gustar pero no lo hacía como ellos yo debes en cuando y ya le empezaba a gritar a mi mamá a responder y fue donde un día yo hicimos enojar a mi jefe y se fue y me sentí culpable

FRANCISCO

Pasaba luego problemas con algunas materias pero al final las superaba en tercer año de prepa pase a algunos problemas ya que al principio no sabía que carrera estudiar tenía novia y me sentía muy presionado por todo, pero al final me decidí por contaduría y no me he arrepentido a la fecha

ALBERTO

En cuarto año mis calificaciones ya andaban por los suelos la maestra yo creo que me tomo mala fe desde que le grite una grosería y desde ese día por cualquier cosita que yo asía me ponía un aviso.

SARA

El me pidió mi tel al siguiente día salimos y me di cuenta que él era drogadicto Y seguí con él dure como 5 meses él me maltrataba y me decía siempre que yo era una niña inmadura siempre quiso propasarse pero nunca lo deje y se enfurecía me decía que tenía otras novias y que extrañaba mucho a América su ex

IRENE

yo me sentía muy mal por todo lo que me hacían, por lo que decían y además porque mi tío a veces me quería besar, y me tocaba mi pubis, a mí si me gustaba estar en casa de mi tía, pero nada más con ella porque ella me compraba muchas cosas, salía a muchos lados con ella, y porque me quiere mucho. Un día no iba a salir nadie y fui a buscar a Selene, ella tiene un primo, que en ese tiempo tenía como 14 años y cada vez que yo iba, quería que jugáramos a los novios, o sea como a tener relaciones se podría decir, entonces pues yo ya casi no quería entrar a la casa de la niña por lo mismo, además de que un día él estaba acostado encima de mí, y en eso abrieron la cortina y casi nos veían, desde ese día yo ya casi no entraba a la casa de Selene, y por lo mismo un día iba subiendo las escaleras y como ya no quería entrar a su casa desde las escaleras le grite y me dijo que según la esperara tantito, y cuando voltié, su primo me enseñó su pene, por lo mismo me asusté y me subí corriendo a mi casa, pero como mi mamá no sabía nada.

ILIANA

Entre a la secundaria, despues de dos suspenciones en la primaria pensaba que en la secundaria las cosas cambiarian pero no fue así, la situación empeoro, mi primer reporte fue en el primer mes, por que un amigo (Ivan) me pego en el ojo y me lo puso morado, y me pego porque yo lo molestaba; primero yo le di en el estomago un puñetazo y luego el se levanto y me golpeo en el ojo, el segundo por contestarle a un maestro, el tercero por ponerle purgante al dulce de un compañero (mi disque novio)

XENIA

Me da miedo al rechazo, el no saber decir o iniciar una platica, expresar lo que siento

LUIS RAUL

Todo esto que escribo es muy dificil pero lo que en verdad me duele, es el daño que me han echo todos aquellos que me rodearon durante mi infancia y que jamas entendieron lo que me estaban haciendo

AUTOESTIMA (Nivel VI)

Este escalón se analizaran los siguientes puntos:

- Hacen frente a las responsabilidades. Aquí analizaremos si el joven logra aceptar y enfrentar sus responsabilidades y obligaciones sin dejar que otros las asuman por él, además no culpando a otros por sus errores.
- Ellos mismos cubren sus necesidades y deseos: En este punto podremos ver si ellos son los que se hacen cargo de sus necesidades y deseos no esperando que otros la cubran por ellos, es decir no dejando a los demás en sus manos, sus propias necesidades.
- Se sienten aptas para la vida: Se siente listos y preparados para la vida con todas las herramientas y cualidades necesarias para lograr ser exitosos.
- Se sienten merecedoras de la felicidad. Aquí analizaremos, si los adolescentes se sienten merecedores de ser felices, y capaces de alcanzar dicha felicidad.

A la mayoría de estos chicos se les dificulta afrontar sus responsabilidades, en algunos casos, porque los padres culpan a otros de los errores de sus hijos, es decir en ocasiones se culpa a los amigos, a los maestros y en otros casos ocurre que los chicos no logran un análisis profundo de las consecuencias de sus actos, ya que no logran responsabilizarse de ellos y tampoco tratan de cubrir ellos mismos sus necesidades, deseos y en la mayoría de los casos esperan que esta tarea la hagan otros y parece ser, que no pueden llegar a la conclusión que ellos mismo deberían hacerse cargo de estos.

Encontramos que en general, estos chicos no se sienten aptos para la vida, se sienten incapaces de enfrentar problemas y dificultades, también se encuentran confundidos con respecto a muchas situaciones de su vida. No todos llegan a este escalón, en su mayoría no consiguen tener una autoestima alta, ésta es pobre, por lo que no sienten merecedores de felicidad ni dignos de ser amados, porque no se aman a sí mismos.

EJEMPLOS:

FRANCISCO JAVIER

ingresé a la universidad y a que estoy esforzandome por ser alguien de prestigio, de dinero, quiero una familia, ser feliz, realizarme profesionalmente y casarme con una mujer que me ame y que yo ame, una familia no muy numerosa y futura estabilidad emocional, monetaria, familiar, etc.

ILIANA

Las cosas ya iban mal en mi casa por que llevaba muchas materias reprobadas y pensaban que era por culpa de Fabiola porque con ella yo hacia mucho relajó y me la pasaba hablando todo el día por teléfono con ella En el verano de este año me fui a un extraordinario (civismo) y tuve que estudiar todas las vacaciones.

RAUL

Me imagine que trabajando y ganando dinero tendria la oportunidad de no estar solo, tal vez la oportunidad la tuve siempre solo que me ha costado mucho poder relacionarme y sentirme querido por las personas Mi familia me empezo ha ver como un ejemplo ha seguir porque segun dicen soy muy recto, responsable y centrado.

GERARDO

creo que desde hay cuando hago algo malo se enoja y me quiere pegar pero ya no entiendo porque si el no vive con nosotros.

FORMATO DE EVALUACION

A continuación se mostrará a manera de formato el procedimiento que seguimos para acercarnos a la autoestima de los adolescentes, el primer análisis del contenido de las autobiografías fue el que hicimos de las áreas, analizando cada uno de los siguientes puntos, como a continuación se muestra:

| | | | | |
|---------------|--------------------------|----------------------------------|---|--|
| Area Familiar | Estructura familiar | Cómo lo perciben sus padres | Como percibe a sus padres | |
| Area Escolar | Satisfacción | Exitos o fracasos | Metas | Temores |
| Area Sexual | Satisfacción | Temores | Percepción de su cuerpo | Percepción de su cuerpo por parte de los demás |
| Area Afectiva | Relaciones con los demás | Dificultades para las relaciones | Comodidad en casa. Comodidad con las demás personas | Satisfacción con la vida social |

FORMACION DE LA AUTOESTIMA SEGÚN LA ESCALERA DE VIRGINIA SATIR

A continuación veremos de una manera esquemática, la manera de analizar cada uno de los escalones de la escalera de Satir, para lo cual se tomaron los siguientes puntos para observar:

| | | | | |
|------------------|---|---|---|--|
| AUTOCONOCIMIENTO | Se conoce a si mismo. | Identifica sus necesidades | Conoce sus potencialidades y deficiencias | Integra sus potencialidades y deficiencia |
| AUTOCONCEPTO | Creencias que tiene la persona acerca de si mismo | Autoimagen que posee | Concepto Negativo o positivo de si mismo | |
| AUTOEVALUACION | Es capaz de evaluar | Conoce las cosas que le satisfacen y las cosas que le producen daño | Confía en si mismo | |
| AUTOACEPTACION | Se acepta a si mismo. | Quiere o desea cambiar | | |
| AUTORRESPECTO | Entiende sus propias necesidades y valores | Satisface sus necesidades | Expresa y maneja sus sentimientos | Busca y valora lo que le hace sentirse orgulloso de si mismo |
| AUTOESTIMA | Hace frente a sus responsabilidades | Ellos mismo cubren sus necesidades y deseos | Se siente aptas para la vida | Se sienten merecedoras de la felicidad |

EVALUACION

En la adolescencia una de los aspectos importantes a consolidar es la identidad, la imagen corporal e incorporarla en una imagen mental de sí mismo, así se constituye la autoimagen, y así el adolescente va constituyendo su autoconcepto y posteriormente su autoestima, de ahí que la formación de la autoestima sea una parte fundamental de este periodo de desarrollo de los seres humanos (Cok, 1990).

De ahí la importancia de analizar la formación de la autoestima en los adolescentes ya que está juega un papel significativo y además esto resulta en muchos aspectos determinante para la vida de las personas.

Al analizar las autobiografías elaboradas por nuestra población encontramos, algunas deficiencias en las áreas, por ejemplo en el área familiar se encontraron que la mayoría provenían de familias, desintegrada, con una serie de separaciones y fracasos en sus relaciones y sobre todo en su comunicación la cual o no existe o no logran establecerla, solo en pocos casos se pudo conocer que esta comunicación sí se lograba. En las relaciones fraternas, la competencia era evidente y en algunos casos esta era fomentada por los padres. Predominando la agresión en su convivencia (Satir, 1990).

Esto repercute de diferente manera en los adolescentes, en algunos de ellos podemos observar que los jóvenes siguen modelos de conducta, agresivos y antisociales, llegando a delinquir o consumir alguna sustancia prohibida, o problemas familiares por dichas conductas además no poseen el autocuidado suficiente para no producirse daño, es decir son agresivos hasta consigo mismos. Dicha agresión también se manifiesta en depresiones y apatía para enfrentar la vida y sus problemas, también se manifiesta en depresiones siendo autodestructivos.

El modelo paterno parece estar lejano o ausente de la dinámica familiar, sin embargo en otros casos, estos adolescentes poseen una figura paterna que es sumamente agresiva y autoritaria, Virginia Satir (1990), nos comenta que cuando el padre encuentra menospreciado y devaluado, la estima del hijo se verá afectada, por lo que es sumamente importante que tanto la figura materna

como la paterna, se proyecten lo mejor posible, es decir, que sean respetados y valoradas todas sus funciones, y los perciban con una autoestima alta

Hay una estrecha relación entre la autoestima de los padres y la autoestima de los hijos, se dice que, generalmente, la autoestima de los hijos es el reflejo de la autoestima de los padres, cuando un joven llega a tratamiento es importante trabajar con los padres, para empezar por fortalecer la autoestima de los padres (Satir, op. cit.)

En cuanto al área escolar, tal parece que los padres se sienten frustrados ante los fracasos académicos de sus hijos, esto genera aún más tensión en las relaciones padres e hijos, los chicos no saben como enfrentar ellos mismos estos fracasos y tampoco saben como comunicarlo a sus padres, y aún menos como pedir ayuda y encontrar soluciones a dicho problema. Los padres generalmente castigan a sus hijos con violencia física o verbal, agravando esto la situación, por el contrario en los casos donde los padres reaccionan de una manera diferente, brindando alternativas de solución para dicho problema, los jóvenes que se sienten motivados, generalmente, mejoran considerablemente en su rendimiento académico y la escuela la ven como un logro más en su vida, y las metas y objetivos al respecto están más claros y son más fácilmente alcanzados

Podemos observar que esta área es delicada en su manejo ya que si los chicos no se encuentran lo suficientemente motivados y con un ambiente estimulante para mejorar y ver a la escuela como una oportunidad y no como una serie de obligaciones, el resultado sería la deserción y estudios truncados, como podemos observar que sucede en algunas autobiografías Virginia Satir (1990), comenta que la persona con una autoestima alta siente que ellos mismos tienen importancia y que los demás tienen fe en él, en esta área, observamos como en un espejo problemas en otros aspectos de su vida, como son una mala relación familiar, poca confianza en sí mismo.

En cuanto al área sexual encontramos que, en la mayoría de los casos, viven su sexualidad de una manera agresiva, esto es, la mayoría de estos chicos pasaron por experiencias sexuales dolorosas, en algunos casos de abuso infantil, esto los deja con una marca para relaciones futuras, parece que no tuvieron las herramientas suficientes para un autocuidado ni la información necesaria y básica para esto, también podemos observar a través de las autobiografías que la comunicación

que estos adolescentes tienen con su familia sobre el tema de la sexualidad, y en su mayoría nunca comentan los abusos sufridos a sus padres, por lo que es de suma importancia, mejorar y fortalecer dicha comunicación.

En el área de relaciones interpersonales encontramos que la mayoría de los chicos tienen dificultades para relacionarse. Cuando logran relacionarse lo hacen de una manera superficial y esto resulta ser un reflejo de las relaciones en casa. Sin embargo, existen chicos que si se relacionan de una manera más o menos adecuada, y ven en estas relaciones un refugio donde olvidan problemas que puedan tener en otras áreas. Según Corkille, (1985) Cuanto menos aceptable es la conducta de alguien, mayor es su anhelo de aprobación y cuanto más retraído, más necesita de amor y aceptación esto disminuye la probabilidad de lograr lo que desee.

Según Corkille, (1985) la autoestima no es inamovible, pero no es fácil modificarla una vez que se ha formado, por esto es importante analizar la autoestima en la adolescencia, ya que es aquí cuando se esta formado, y partiremos por conocer, en que proceso de esta formación se encuentra el chico, y a partir de ahí empezar a ayudar al chico en este proceso.

En cuanto a la formación de la autoestima de los adolescentes a través de su autobiografía seguimos la escalera de Virginia Satir, encontramos que en el primer escalón de dicha escalera, que es el autoconocimiento este se encuentra influenciado por la opinión de los demás, pocos son los que realmente se conocen, es decir no existe un conocimiento de sí mismo de una manera profunda, se encuentran más preocupados por su imagen ante los otros que por la imagen interna que se tiene de sí mismo. Estos chicos sólo se logran ver a través de los ojos de los demás y entran en conflicto cuando la imagen externa no concuerda con la imagen interna ni con sus sentimientos.

Virginia Satir (op. cit.) señala que el autoconocimiento no es otra cosa sino conocerse a uno mismo, tanto en ser físico, como psicológico, como espiritual y en sus necesidades, en estos chicos no conocen todas sus necesidades, solamente una cuantas, y además no existe una reflexión acerca de lo que desean ni acerca de lo que necesitan, pocos son los adolescentes que tienen claro esto y que han llevado a cabo esta reflexión y algunos conocen sus potencialidades, pero sólo unos cuantos logran sacarles provecho, por el contrario ponen más atención en sus deficiencia, esto es

porque los adultos que lo rodean lo hacen y ponen gran énfasis en sus fracasos, no sabiendo como enfrentarlos, ni mucho menos como integrarlos con sus potencialidad, predominando el sentimiento de frustración.

Satir (op. cit.) señala que el segundo escalón que es el autoconcepto es una serie de ideas que la persona tiene acerca de sí mismo. La autoimagen en estos chicos se forma a partir de las imágenes que los otros le devuelven de sí mismos, en ocasiones no se encuentran del todo satisfechos con su apariencia, generalmente esto les produce cierta frustración por no ser como quisieran ser o cubrir los estereotipos que la sociedad ha creado, tanto afecta esta autoimagen devaluada que interfiere en sus relaciones interpersonales haciéndolas difíciles y con inseguridades al respecto.

El autoconcepto en la mayoría de los chicos, no es positivo, debido a las exigencias familiares que acentúan las desventajas que poseen estos jóvenes, sin embargo, algunos adolescente si cuentan con un autoconcepto positivo y se sienten más confiados a la hora de tomar decisiones.

El tercer nivel de la escalera es la autoevaluación, la mayoría de estos chicos no podía distinguir las cosas que le hacen bien de aquellas que le producen daño. Además, no logran obtener la confianza en sí mismos, y no se sienten capaces de tener éxito, y esto con lleva repercusiones en diferentes áreas de su vida, como son la escuela, las relaciones interpersonales, la familia. La confianza en sí mismo, parece ser uno de los aspectos que la familia y en especial los padres se olvidan de fomentar y esto es porque generalmente los padres no poseen esta autoconfianza y no les es posible transmitirla.

La autoaceptación es reconocer todas las partes de su ser, pero solamente unos cuantos adolescentes logran esta autoaceptación, y también son unos pocos los que desean un cambio en su vida esto después de una reflexión de lo que desean cambiar y la mayoría esperan que los demás los acepten primero, para así, ellos mismos aceptarse, y esto dificulta la formación de su autoestima.

La mayoría de estos chicos no han logrado consolidar su autoestima ya que se les dificulta afrontar sus responsabilidades, y tampoco tratan de cubrir ellos mismos sus necesidades y deseos, por lo que en la mayoría de los casos esperan que esta tarea la hagan otros y parece ser, que no pueden llegar a la conclusión que ellos mismo deberían hacerse cargo de estos.

Encontramos que en la general, la autoestima predominante es baja por lo que es de suma importancia, fomentarla a partir de sus deficiencias siguiendo la escalera de Virginia Satir, para que así se culmine la formación y la calidad de vida de estos adolescentes sea lo más óptima posible y se sientan capaces para enfrentar los problemas de la vida y merecedores de felicidad y dignos de ser amados y sobre todo amados por sí mismos.

Satir (1990), describe la autoestima como una olla que puede estar vacía o llena. Donde las personas con una autoestima adecuada tendrán una olla llena casi todo el tiempo, ya que aprecian su propio valor y se consideran a sí mismos su mejor recurso, esto es lo que estos adolescentes necesitan para enfrentar todos sus problemas.

CONTRIBUCIÓN

La autoestima ejerce una poderosa influencia en la manera de comportarse de las personas. Es la motivación que acompaña a muchos actos y que determina el éxito o fracaso de los individuos. Existen muchas definiciones de la autoestima, y en casi todas mencionan de manera general que el sentimiento de aprecio o disgusto que la persona siente por sí misma, se forma de acuerdo a la imagen que tiene de su persona. Las imágenes crean sentimientos de agrado o de desagrado y la persona actúa conforme a este sentimiento (Satir, 1990).

A pesar de esto, la información recopilada indica que existen determinadas situaciones que aumentan la probabilidad de que se produzca ya sea una alta o baja autoestima. La familia constituye uno de los factores principales en la formación de la autoestima. Los padres reflejan a sus hijos lo que sienten y piensan acerca de ellos, y esta actitud genera en los niños un sentimiento de agrado o desagrado por sí mismos, que va a ser una especie de guía para su comportamiento (Corkille, 1985). Los seres humanos van descubriendo a través de su vida sus potencialidades, de modo que quizá por eso la influencia parental es tan grande pues la primera con la que los niños se enfrentan y todavía no poseen las herramientas suficientes para ir descubriendo sus propias potencialidades. Para el niño, las impresiones que reciben acerca de sí mismo, reflejadas por los padres mucho antes de adquirir el lenguaje, se concretan posteriormente en forma de adjetivos que lo describen como persona (bueno, malo, valioso, insignificante, inferior, etc.) De aquí se podría derivar que la persona que haya crecido rodeada de una familia que le mandó mensajes de ser una persona valiosa y capaz, es más probable que tenga una autoestima alta, y quizá será más fácil para él, descubrir sus potencialidades como ser humano y actualizarlas. Las personas con baja autoestima parecen ser aquellas que recibieron desde temprana edad mensajes que los descalificaban como personas, de modo que quizá resulte mucho más difícil para ellos, descubrir sus potencialidades y creer en sí mismos.

La importancia no reside en el tener baja o alta autoestima en sí, sino en la influencia que tiene esta autoestima en la conducta de las personas. La autoestima funciona como un filtro a través del cual la persona ve la vida y reacciona ante ella. Las expectativas ante los demás, sus metas, su modo de vivir las experiencias, sus aprendizajes, todo está influido por la opinión que cada persona

tiene de sí misma. Así que, es de importancia crucial que se tenga conocimiento de este factor que motiva los actos de las personas, y los hace dirigirse hacia ciertas metas que varían dependiendo de las expectativas que la persona tiene acerca de sus cualidades, defectos, maneras de reaccionar, potencialidades, metas, etc.

Cuando el niño llega a la adolescencia, lleva ya consigo una autoestima más o menos estructurada, que le ha hecho comportarse de cierta forma. Al llegar a la adolescencia, sin embargo, la persona se ve expuesta a situaciones y experiencias totalmente nuevas. Es un momento en el que se suscita una serie de cambios biológicos, fisiológicos, sociales, familiares, culturales, etc. Al adolescente se le exige adaptarse a nuevos roles, y esta tarea la llevará a cabo de manera más exitosa si posee una autoestima saludable. Sin embargo, debido precisamente a todos estos cambios, y a toda la gama de experiencias nuevas que se le presentan, el joven puede reevaluarse a sí mismo. Es decir, la autoestima al igual que todas las características del ser humano no es algo fijo, sino que es un proceso que se va reelaborando toda la vida (Schneiders, 1965).

Una persona que entra en la etapa adolescente y se acepta a sí misma, gracias a sus experiencias infantiles de aceptación, podrá tener a su alcance mayores herramientas que le permitan enfrentar de una manera satisfactoria los cambios que se presenten. Posee la libertad interna que le permite la espontaneidad de aventurarse, arriesgarse y realizarse. Se permite sentir profundamente sus emociones y gozarlas (Satir, 1990).

Por otra parte, el adolescente que se rechaza a sí mismo, se caracteriza básicamente por no estar conforme con lo que es, o bien, con lo que cree que es. Mostrará poco respeto por su persona, tenderá a sentir culpa por sus sentimientos y acciones, y menospreciar sus logros sean cuales sean. Evitará la espontaneidad, por no sentirse valioso, recurriendo generalmente a fachadas o máscaras (Corkille, 1985). En la población estudiada encontramos que la mayoría de ellos no se sienten conformes con lo que son, ya que los demás no los aceptan como son y sus defectos se ven magnificados y cobran más importancia que sus cualidades, y en muchas ocasiones estas potencialidades se encuentran desaprovechadas.

En cuanto a relaciones interpersonales, todo adolescente se enfrenta a la posibilidad de ser aceptado o rechazado. Generalmente los jóvenes al igual que cualquier persona, tienen cierta libertad de elegir a donde y con quien ir para gratificar y satisfacer su necesidad de aprobación, y escapar al dolor del rechazo. Uno de los aspectos más significativos de la conducta social del adolescente, es la forma en la que busca "alimento para el orgullo" y evita la humillación. En esta lucha por ganar aprobación y aceptación de alguna forma, de alguien, en cualquier lugar, es que el joven se involucra en relaciones amistosas de gran dependencia (Rogers, 1972).

Al momento de establecer relaciones con otras personas, la autoestima juega un papel muy importante. Si el joven posee una autoestima alta tenderá a desenvolverse socialmente con una mayor seguridad en sí mismo, facilitándose así la espontaneidad y apertura que conlleva a relaciones significativas y satisfactorias. Por el contrario, el joven que posee una autoestima baja tendrá una mayor dificultad para relacionarse por su falta de seguridad personal. Lo domina el miedo a exponerse, al rechazo, a la crítica y esto coarta la posibilidad de establecer relaciones significativas (Satir, op cit.).

El joven tiene que encontrar significado a su vida y dentro de esta búsqueda de sentido se da la idea del propósito y la meta. Es decir, las metas de una persona pueden ser pequeñas, sencillas o complejas y como todo ser humano, el joven tiende a ir hacia algo. Eso a lo que aspire, estará guiado en gran parte por la autoestima. Aunada a la búsqueda de significado, se presenta la búsqueda de valores como un aspecto esencial de la existencia humana. El vivir como ser humano implica tomar partido, estar consciente de que hay circunstancias que ayudan o perjudican el acercarse a ciertas metas. El adolescente debe aprender que el asumir ciertos valores, implica el renunciar a otros, pero que en esta renuncia, paradójicamente su vida adquiere una mayor claridad y sentido. El yo de un adolescente es lo único que posee, es el centro de sus propósitos, deseos y luchas.

Entre más consciente esté el adolescente con respecto de su propia autoestima, estará en mayor probabilidad de poder aumentarla y vivir de una manera más plena y madura, haciendo uso de todas las herramientas que como ser único tiene en sus manos. Una de las formas en las que el adolescente puede mantener y desarrollar una autoestima adecuada, es por medio de la

autorrealización, es decir convertirse en lo que realmente es, esto implica el proceso a través de niveles secuenciales cada vez más altos de motivación, crecimiento y organización. Enfatiza el desarrollo constructivo del potencial. El lograr una identidad, es uno de los aspectos primordiales, la consolidación de su identidad es un aspecto muy positivo para el adolescente, implica que él está haciendo lo que realmente es y esto le da autonomía. Sin embargo, existe el riesgo de que ciertos adolescentes busquen de manera desesperada el estatus, más que la identidad (Rogers, 1972).

En la autobiografía podemos encontrar un instrumento, el cual permite una serie de posibilidades que hasta ahora no habíamos reunido en uno solo, nos permite acceder a la propia voz del joven por medio de su palabra escrita, esto por si solo genera confianza y posibilita la joven y al terapeuta a una serie de reflexiones, que generalmente nunca había llevado a cabo, su propia vida vista desde el presente al pasado y en ocasiones al futuro, esto les permite entender lo que ha vivido, porque y también les posibilita la pregunta de cómo quieren vivir y esto los lleva a resignificar su vida, entonces nos encontramos que la autobiografía es un proceso dinámico como la vida misma.

Para el terapeuta, este instrumento brinda una gama de posibilidades, primer demostrar al joven que en el consultorio hay un lugar para su voz y que esta será escuchada, también nos permite ganarnos la confianza del chico, para que se empiece a abrirse, reflexione y llegue a conclusiones y análisis de vida. También permite adentrarnos de una manera más particular a cada una de las áreas que conforman la vida del paciente, en el procedimiento se tomaron cuatro áreas, la primera fue el área familiar en ella encontramos que la mayoría de los adolescentes venían de familias disfuncionales y desestructuradas con padres ausentes o demasiados violentos y donde la comunicación se encuentra rota. También encontramos que esto afecta las otras áreas como la escolar donde podemos ver que se convierte en un reflejo donde podemos mirar deficiencias, en la autoconfianza, en la manera de enfrentar las responsabilidades y obligaciones, así como dificultad para la búsqueda de soluciones.

En el área sexual encontramos que es vivida como agresiva, la comunicación y la información se encuentran excluidas, casi en la mayoría de estos chicos, en cuanto al área de relaciones interpersonales en algunos casos se les dificultan y en otros casos estas se convierten en un refugio para los problemas de los jóvenes.

Otro rubro que analizamos y que puede ser un aporte para los clínicos es la autoestima como hemos venido hablando de la importancia que tiene en la vida de todos los seres humanos, retomamos para lograr este análisis, la escalera de Virginia Satir y analizamos cada uno de los escalones que la forman al hacer este análisis, tratamos de acercarnos más a la personalidad de los adolescentes, y tener un punto desde donde partir para la modalidad terapéutica ha seguir con cada uno de estos jóvenes.

Encontramos que la mayoría, reportan en su autobiografía no haber completado el proceso de formación de la autoestima, se encuentran atrapados en alguno de los escalones, arrastrando deficiencias que le imposibilitan seguir su desarrollo hasta el último escalón que es la autoestima, la mayor parte de los adolescentes tienen una autoestima baja o pobre, por lo que es sumamente importante, contribuir a que está se de, como una autoestima alta, para un desarrollo óptimo en su vida.

En México, la investigación sobre la autobiografía apenas empieza, el presente Reporte Laboral intenta ser, solo una pequeña contribución para encontrar en este instrumento más que una técnica sino una fuente de conocimiento para la Psicología, y sobre todo para la clínica, donde hasta ahora ha sido utilizada como una técnica, y puede llegar a ser más que un instrumento

Y convertirlo en una manera de escucha, de reflexión para los adolescentes así como de reflexión y análisis, para los terapeutas, por medio del cual podemos acercarnos a la autoestima de los pacientes, de una manera inmediata y estructurada, al utilizar las aportaciones de Virginia Satir y los formatos de análisis planteados en el presente trabajo.

A partir de estos nuevos conocimientos podemos iniciar un tratamiento psicológico logrando que este sea más eficiente, y corto ya que, por las características de esta población los resultados que buscan son cortos periodos de tiempo, la mayoría de los adolescentes, siempre viven el aquí y el ahora, y así al conocer en que proceso de la formación de la autoestima se encuentran podemos partir de ahí para iniciar su desarrollo y completar dicha formación, hasta lograr que los chicos obtengan una autoestima alta, y una mejor calidad de vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Abdel M. y Sanromam G., (1991), La importancia de la autoestima en la adolescencia, Tesis, Universidad Iberoamericana.

Aceves Lozano Jorge, (1990), Historia Oral e Historia de vida Teoría, Métodos y Técnicas, una bibliografía comentada. Colección Miguel Othón Mendizabal CIESAS.

Adler, G. (1956). The Study of Organ and its Psychological Compensation. En Asbacher, H.L. y Asbacher, R.R. (eds.) The Individual Psychology of Alfred Adler, Haper, New York.

Allport, G. (1955) Becoming: basic considerations for psychology of personality. New Haven. Yale University Press.

Allport, G. (1937) Personality. A Psychological Interpretation. New York Henry.

Becker, H.S. (1974) Historia de vida Sociología. En J. Balan (org.), Las Historias de Vida en ciencias sociales, teoría y técnica. Buenos Aires; Ediciones Nueva Visión.

Bertaux D. (1980) Biography and Society: The life history Approach in the Social Sciences. London, Bervely Hill: Sage Publications.

Blos, M. (1975) Psicoanálisis de la adolescencia. México, D.F. Ed. Joaquin Mortiz

Bourdieu, P. (1989) La ilusión biográfica. Historia oral y fuente oral. Barcelona: Nueva Colección Labor.

Brake, M. (1990) Comparative Youth Culture. The sociology of youth and youth subculture. En America, Britaning and Canada London, New York: Ed. Routledge.

Branden, N. (1997), El respeto hacia uno mismo como vencer el temor a la desaprobación de los demás, el sentimiento de culpa y la inseguridad. México: Ed. Paidós

Branden, N (1981), The Psychology of self Esteem. New York: Bantam.

Brandon, H. (1969) Así somos nosotros. México: Ed. Novaro.

Braunstein, N. (1982) A medio siglo de "el malestar en la cultura" de Sigmund Freud. México: Ed Siglo XXI,

Braunstein, N. (1982) Lingüística (Lacan: entre el lenguaje y la lingüística). En N.A. Braunstein (org.) El lenguaje y el inconsciente freudiano. México. Ed. Siglo XXI.

Brownfain, J. (1952). Stability of the self Concept as Dimension of Personality. Journal of Abnormal and Social Psychology 47:596-606.

- Byrd, M. (1973). The self Concept and the Cycle of Growth. Bulletin of the Orton Society, Baltimore
- Cohen, A (1959). Some Implications of Self Esteem for Social Influence. En C: Hovland and E. I. Jamis (eds.) Personality. New Haven: Yale Univ Press
- Cok F. (1990). Body Image Satisfaction in Turkish Adolescents. Adolescence, Vol XXV, 98.
- Cole, C., Oetting, E.R. and Hinkle, J. (1967). Non Linearity of Self Concept Discrepancy- the Value Dimension. Psychological Reports 21:58-60.
- Coleman, J. y Hendry, L. (1990) The nature of adolescence. New York: Routledge.
- Corkille, D. (1985). El niño feliz. México, Ed. Gedisa
- Cottle, T.J. (1965). Self Concept, ego ideal and the response to action Sociology and social research 50:78-88.
- Demo, D.H., Small, S.A, Savin-Williams, R.C. (1987), Family relations and the self esteem of adolescents and their parents. Journal of Marriage and the family, 49 P.P. 78.
- Denzin, Norman, K. (1970) The research Act. Chicago Aldine
- Diggory, J.C. (1966). Self evaluation: concepts and studies. New York. John Wiley
- Erickson, E. (1974) Infancia y Sociedad. Buenos Aires: Hormé.
- Erickson, E. (1956). The problem of ego identity. Journal of the American Psychoanalytic Association 4:56-121.
- Erickson, E. (1980). Identidad, juventud y crisis. Madrid, Ed. Taurus.
- Fernandez, M. (1993), Abordaje Teórico y Clínico del Adolescente. Buenos Aires: Ed. Nueva Visión.
- Fitts, W. (1965). Tennessee self concept scale manual Nashville, Tenn: Counselor recording and test.
- Fitts, W. (1971). The self concept and self actualization. Nashville, Tenn: Counselor recording and test.
- Frazier, A. and Lisobee, L.K. (1950) Adolescent concerns with psysique. Sh., Rev. 58.
- Freud, A. (1971) Psicoanálisis del desarrollo del niño y del adolescente. Barcelona: Ed. Paidós.
- Freud, S. (1910) Obras completas Vol. XI Un recuerdo infantil de Leonardo da Vinci. Buenos Aires: Ed. Amorrortu.
- Fromm, E. (1972). El arte de amar. Buenos Aires Ed Paidós.

Gatell, F. (1997) Taller de Autoestima y Asertividad: aprendiendo a ser yo mismo División de Educación Continua Coordinación de Actualización Profesional, México, D.F.

Gecas, V (1982). The self- concept. Ann Rev. Sociol. 8: 1-33.

Gergen, K. (1971). The self concept of self. New York: Holtz, Rinrhart and Wiston.

González, J.J., Romero, J. Y de Tavira, F. (1995), Teoría y Técnica de la Terapia Psicoanalítica de adolescentes. México: Ed. Trillas

Gordon, C. (1968). Self conceptions: configurations of content. En C. Gordon and K. Gergen (eds.) The self in social interaction, Vol. 1, New York: John Wiley.

Hales, S.(1981) The Inadvertent rediscovery of self in social psychology. Paper presented at the am. Psychol. Asoc. Meet. Los Angeles.

Havighurst, (1951) Society and education. Boston: Ally and Bacon

Hilgard, E.R., Atkinson, R.C., y Atkinson, R.L. (1975) Introduction to psychology Inc. New York: Harcourt Brace giovanovich

Horney, K. (1970). Neurosis and human growth. New York: W.W Norton.

Horrocks, J. E. (1984) Psicología de la adolescencia México: Trillas.

Hurlock, E.B.(1980). Psicología de la adolescencia. México. Paidós.

Ionesco, E. (1973). "Présent passé. Passé présent." En Farre y otros (comp.) L'Ecrivain et Son moi, Paris: Hachette. P p. 101-3

James, W. (1980). Principle of psychology. New York: Holt.

Jourard, S. (1957) Identification, parent cathexis and self esteem. Journal of consulting Psychology 21:375-380.

Joutard P., Portelli A., Niethammer L., Acuña V., Bertaux D. y Ferrarotti F., (1988). Historia Oral e Historia de vida. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (FLACSO) Imprenta y Litografía La Jornada, San José, Costa Rica.

Juárez, B. (1990) Autoimagen: diferencias entre adolescentes con y sin acné. Tesis, Universidad Iberoamericana.

Koger, J.E. (1980). Residential Mobility and Self concept in adolescence Adolescence. Vol. XV, 60:967-977.

Korman, A. (1968). Self esteem, social influence and Task Performance: some test of a theory Proceedings of the 76th American Psychological Association Convention 3:567-568.

- Krotz, E. (1988) Utopia. México: Universidad Autónoma Metropolitana-Iztapalapa
- Lagness, Lewis L. (1965). The life History in antheological science, New York. Holtz, Richart & Wiston, Bibliographic.
- Laplache J., J. Pontalis (1994) Diccionario de psicoanálisis. Ed. Labor, Barcelona
- Marcia, J.E., (1980) Identity in Adolescence. En J. Adelson (Ed.) Handbook of Adolescent Psychology. New York: Wiley.
- Marx, K. (1975). El capital libro I, cap. VI. México. Ed. Siglo XXI
- Maslow, A. (1954). Motivation and personality. New York: Haper.
- McCandlees, B. (1961). Children and adolescents: behavior and development, New York: Holt, Rinehart and Winston.
- McCreary, A. (1989). Significant others and self esteem: methods for determining who and why Adolescence, Vol. XXIV, 95:581-593.
- Mead, G.H. (1934). Mind, self and society. Chicago: University of Chicago Press.
- Mead, G.H. (1956). The social psychology of G.H.M. University of Chicago Press, Chicago: Strauss.
- Mussen, P.H., Conger, J.J. y Kagan J., (1987) Desarrollo de la personalidad en el niño. México: Trillas.
- Muuss, R.E. (1989). Teorías de la adolescencia. México: Ed. Paidós
- Newell, G.K., Hamming, C.L., Jurich, A.P. and Johnson, D.E., (1990) Self concept as a factor in the quality of diets of adolescent girl. Adolescence, Vol. XXV, 97:117-128
- Núñez, R. (1985), Integración del Estudio Psicológico. México. Ed. Manual Moderno.
- OMS, Organización Mundial de la Salud, (1998). La salud de los adolescentes y jóvenes en las Américas: escribiendo el futuro.
- Rajabally, S. y Beltzer. E. (1987), Instruction in developmental psychology and its influence on self-concept. Adolescence, Vol. XXII, 87:545-553.
- Ramoneda, J. (1987), Una teoría del presente Letra internacional, No 6 Madrid España. p.p. 15-20.
- Rice, F. (1975), The Adolescent Development, relations and culture Boston: Allyn and Bacon Inc.
- Richman, B. (1985) Leadership, goats and power. En Higher education Sn. Francisco: Jossey Bass.

- Rogers, C. (1972) El proceso de convertirse en persona: Mi técnica terapéutica. Buenos Aires: Paidós.
- Rogers, C. (1985) Terapia, Personalidad y relaciones interpersonales. México. Nueva Visión.
- Rogers, C. (1966) The Psychology of Adolescence. New York: Meredith Corporation, New York.
- Rokeach, M. (1973), The Nature of Human Values. New York. The free.
- Rosenberg, M. (1979) Conceiving the self. New York: Basic
- Rosenberg, M. (1973) La autoimagen del adolescente y la sociedad. Buenos Aires: Paidós.
- Rubins, J. (1968) The problem of acute identity in adolescence. American Journal of Psychoanalysis, 28:37-47.
- Piña, C. (1989), Aproximaciones Metodológicas al relato autobiográfico Revista Opciones No. 16 pág. 107-124
- Piña, C. (1986), Sobre las Historias de vidas y su campo de vida y su campo de validez en las ciencias sociales. Revista Paraguaya de Sociología, Año 23, N. 67 (Sep.-Dic)
- Piña, C. (1989), Sobre la naturaleza del discurso autobiográfico. Revista Argumentos No. 7, Agosto
- Plath, S. and Beltzer, E. (1985) Self-esteem: its implications for health, Health education, 23(4): 2-6
- Portuondo, J. (1994). Cuatro técnicas en el test de apercepción y la autobiografía como técnica proyectiva. Madrid. Biblioteca Nueva.
- Rodríguez, E. (1988) Autoestima: clave del éxito personal. México:Manual Moderno.
- Saal, F. (1982) El lenguaje en la obra de Freud: en N. Braunstein, El lenguaje y el inconsciente freudiano. México: Siglo XXI.
- Saltalamacchia, R., (1992). La historia de vida: reflexiones a partir de una experiencia de investigación. Puerto Rico: Colección Investigaciones.
- Satir V. (1994). Relaciones humanas en el núcleo familiar. México. Ed. Pax- México.
- Satir V. (1989). Psicoterapia familiar conjunta. México: Prensa Médica Mexicana.
- Satir V. (1990) En contacto íntimo. México: Concepto.
- Schilder, P.(1935) The image and appearance of human body Studies in the constructive energies for the Psyche.

- Schneiders, A A., (1965) Adolescent and the challenge of maturity. New York. The Bruce Publishing Co.
- Schonfeld, W.A. (1963). Body imagen in adolescents: a psychiatric concept for the Pediatrician. Pediatrics 31:845.
- Secord, P. y Backman, C. (1964) Social Psychology. New York: Ed. McGraw Hill.
- Seelman, K. (1977) Los jóvenes ante la vida. Madrid: Paulinas.
- Sherwood, J J. (1965) Self, identity and referent others. Sociometry 28: 66-81.
- Shutz, A. (1974) El problema de la realidad social. Buenos Aires: Amorrortu.
- Singh, S. (1990) Adolescentes de hoy, padres del mañana. New York.
- Spitzer, S. (1969). Test equivalence of unstructured self evaluation instruments. Sociological Quarterly 10 204-215.
- Stolz, H.R. and Stolz, L M , (1951) Somatic development of adolescent boys. New York: Macmillan Co.
- Sullivan, H S , (1953) The interpersonal theory of psychiatry. New York: W.W. Norton.
- Symonds, P.M , (1951). The ego and the self., New York: Apleton Centaury Crofts.
- Taylor, D (1955). Changes in the self Concept without psychoterapy. Journal of Consulting Psychology, 19. 205-209
- Thad y Mehaffy (1995). Historia oral una guía para profesores y otras personas. México: Fondo de Cultura Económica.
- Webb, W (1965). Self evaluations, group evaluations and objetive measures. Journal of Consulting Psychology, 19:210-212.
- Wells, L.E. and Marwell, G. (1976). Self esteem: its conceptualization and measurement. Beverly Hills: Sage.
- White, R (1959) Motivation Reconsidered: the concept and dissonance reduction. Psychological Review 66.297-353.
- Worchel, P B and McCormick, L., (1963). Self concept and dissonance reduction. Journal of Personality 31:588-594.
- Wylie, R., (1961). The self concept. University of Nebraska Press, Lincon.

Youngs, G.A., Rathge, R , Mullis, A. (1990), Adolescent stress and self esteem. Adolescence Vol. XXV, 98:33-341

Zachry, C.B., (1940) Emotion and conduct in adolescence. New York: Appleton Century Crofts.

ANEXO

RAUL

A la edad de cinco años como todo niño mi vida transcurrió entre juegos, fantasías y deseos; en el poblado donde nací mi mamá me dejaba con mi abuelito o mis hermanas para que cuidaran de mí, mientras ella cuidaba los animales o trabajaba en el campo Yo creaba juguetes de madera o piedra para jugar con primos y vecinos, en otras ocasiones íbamos a montar, a nadar y muy pocas veces íbamos al municipio

A la edad de siete años con el propósito de estudiar me trajeron mis hermanas a la ciudad de México. Ingrese en una escuela de la colonia atemorizado porque yo sentía que todo era diferente, mis compañeros me veían extraño, se burlaban por la forma que yo les hablaba. Por las mañanas me encargaba de realizar quehaceres en casa así como las tareas de la escuela.

A los 8 años llego Bety a vivir con nosotros, ella es mi prima y es la persona en quien más confío y me llevo mejor; ella es mayor que yo 2 años y menor 2 años que Miguel mi hermano con el que jugabamos en casa porque difícilmente nos permitían salir a la calle. Por lo tanto crecimos aislados del ambiente que se vivía en las calles de nuestra colonia.

A los 12 años termine la educación primaria, junto con Bety; Tuvimos el mejor promedio General en aprovechamiento. Lo cual mi hermana Rosa María nos festejo con una cena en la torre Latinoamericana. Cuando ingrese a la educación secundaria mi vida dio un giro total, ya que obtuve libertades. Lo anterior fue porque mis hermanas mayores se casaron y yo estaba solo la mayor parte del día en la casa; El resultado de esto fue que mi primer año lo reprobe y mi hermana mayor me castigo golpeandome con el cinturón por lo que pasaron más de 4 días para que yo pudiera sentarme sin sentir nada.

Jakeline la 5ta hermana me hizo ingresar nuevamente a la escuela, ella solventaba los gastos de útiles, uniformes y pasaje; así como también de ropa y alguna otra necesidad que yo tuviera. Empece a jugar fut-bol a los 15 años con equipos de la colonia. Lo cual me gusto mucho a tal grado de que yo empece a tener la ilusión de ser futbolista profesional.

En ese tiempo mi mamá llego del pueblo para hacerse cargo de nosotros Termine la secundaria e ingrese a un Tecnológico para estudiar la carrera de mecánico automotriz

pero como no alcance el promedio me quede en maquinas y herramientas la cual no me gustaba mucho al fin acepte quedarme.

Faltando un semestre para terminar la carrera se presento la oportunidad de que yo ingresara a las fuerzas basicas de un equipo de futbol de la capital, lo cual acepte y deje la escuela a pesar de que mi familia principalmente mi mama no estaban de acuerdo. Transcurrio el tiempo y yo fui subiendo de nivel en el equipo, por lo tanto yo estaba contento e ilusionado en que yo iba a lograr mi sueño

Todos mis amigos de la colonia sabian que yo jugaba en un equipo importante y que incluso podia sobresalir porque me habian visto jugar, pero yo negaba que estuviera jugando en tal equipo, recuerdo que pensaba que si les decia que si estaba jugando lo iban a tomar como si yo les quisiera presumir, o verlos inferiores a mi por lo tanto siempre negue que yo perteneciera al club.

Cuando la directiva del equipo me dijo que mi rendimiento no era el esperado por ellos y que por lo tanto quedaba fuera del equipo, fue la experiencia mas amarga de mi vida, pense que no existia alguien quien creyera en mi, asi como tambien senti una desilución grande para mi porque no sabia que decirle a mi familia, tenia verguenza decirle que habia fracasado en mi intento por ser futbolista. Un año y meses deje de jugar futbol, dejo de interesarme, por un momento crei que no volveria a jugar sin embargo con el tiempo lo vi diferente y volvio a nacer en mi el gusto por el deporte.

En mi vida cotidiana emprendia actividades pero con cierto temor e inseguridad, la constancia desaparecio de mi y todo lo que hacia sabia o más bien estaba programado para pensar que no terminaría bien. Pasados los veinte años comence a trabajar para la empresa para la cual todavia lo hago.

Me imagine que trabajando y ganando dinero tendria la oportunidad de no estar solo, tal vez la oportunidad la tuve siempre solo que me ha costado mucho poder relacionarme y sentirme querido por las personas. Mi familia me empezo ha ver como un ejemplo ha seguir porque segun dicen soy muy recto, responsable y centrado

Me enamore de una chica que para mi era todo, vivimos una relación muy bonita, solo que con el tiempo pense que yo no podría nunca hacerla feliz porque pensaba que ella necesitaba algo mas que yo, me sentia inferior a ella a su familia y eso fue alejandola de mi, lo que a mi me llevo mucho tiempo en recuperarme a decir verdad hasta hoy en dia siento algo muy especial por ella. Dos años mas pasaron y conoci a Hilda la ultima novia

que he tenido, tambien fue algo hermoso pero diferente, de Hilda me enamore no por su belleza fisica ni tampoco por su forma de ser ella misma, por la forma de pensar, por sus sentimientos y tal vez porque fue como la mujer que yo siempre he querido tener, porque con ella al principio no tuve miedos y me sentia a gusto, realizado, tranquilo por saber que yo la queria y ella me correspondia. Transcurrio el tiempo y se volvio a presentar el mismo sintoma que en la relacion anterior, pensaba que estaba conmigo Hilda tal vez por mi dineroo por que yo le habia prpuesto matrimonio o tal vez por que se habia entregado a mi era una forma de seguir conmigo

Yo sospechaba que ella me engañaba pero no me preocupaba, solo pensaba que no me convenia ella y que lo mejor era terminar lo cual ella nunca estuvo de acuerdo Nuestra relacion termino despues de dos años tres meses y fue porque ella acepto que salia con diferentes personas lo cual a mi me enfurecio y pense lo peor de ella aun cuando yo ya tenia sospechas. A partir de ese momento me senti burlado, engañado y pisoteado de lo cual hasta hoy en dia creo no recuperarme porque cuando pienso en ello me siento muy mal con ganas de llorara y con un coraje contra ella y contra mi mismo que no se como descargarlo.

Por momentos pienso buscarla e insultarla pero se que soy de buenos sentimientos y no podria lograr mucho. Pero para mi familia y amigos sigo siendo admirado, reconocido y el hombre maduro y centrado. He llegado a pensar que me ven asi porque ven un disfraz y no al Raul autentico.

Algo que también debo comentar es que a los 16 años me enamore por ve primera, en esa ocasión Angeles una de mis primas un año más que yo fue en quien puse mis ojos por que yo me sentía más que cariño de primos por ella, pero fue algo secreto para ambos porque nunca nos hablamos directamente, es decir ella sabia que yo la queria pero no me permiti decirse al igual que ella conmigo. Yo me daba cuenta por los comentarios que hacia ella y por las miradas que existian asi como todo tipo de reacciones. Cuando yo conoci su novio sufrí mucho aunque con ella me portaba normal al igual de cuando me platicaba de sus amigos.

Bueno actualmente me encuentro con un panorama no muy claro, estoy confundido quiero emprender y arreglar mi vida pero no tengo animo, me da miedo pensar en mi futuro, siento que no voy a tener la capacidad suficiente para salir adelante. Por momentos me siento devaluado y en ocasiones pienso que valgo mucho que tengo una familia grandiosa y que yo soy una gran persona que esta pasando por una etapa mas de la vida.

CESAR

Es extraño pero solo cuando ocurren sucesos de gran relevancia, permiten a la memoria desempolvarse un poco y no trae sucesos que parecen olvidados. El sábado 28 de febrero falleció la abuela paterna y tal vez gracias a ello estoy escribiendo esto.

De mi infancia recuerdo poco realmente pero de las cosas que siempre de alguna manera recuerdo es la visita que hicimos al pueblo de mi padre, cuando tal vez tenía 4 años. Fue impactante para mí por muchas razones tal vez era la primera vez que viajaba en carretera y es de la primera que realmente me acuerdo, otra de las cosas peculiares de ese viaje es que únicamente iba mi padre con nosotros (mi hermano y yo).

Recuerdo que para llegar a la casa caminamos mucho, tal vez diría que en exceso pero cuando llegamos al pueblo mi padre nos compro unos zapatos de fútbol, cuando llegamos a la casa la emoción creció era una casa antigua y enorme, tenía un aspecto entre misteriosa y elegante, mi hermano y yo nos perdíamos dentro de ella, tal vez el tamaño no lo recuerdo exactamente pero puedo decir que tenía árboles frutales, establos y muchas habitaciones.

Cuando llegamos a la casa nos recibieron mi Herlinda y mi abuela (ambas fallecidas) en la cocina. Nunca se me olvidara la estampa cuando exploto la olla express que mi abuela quería destapar antes de tiempo. Mi abuela se quedó con la tapa en la mano y escurriendo de frijoles, la cara de asombro de mi tía que estaba a un lado y del techo lloviendo caldo de frijoles, y decir ver es la primera ocasión que recuerdo haber estado con ella.

Posteriormente cuando mi madre salió del sanatorio después de haber tenido a mi hermana, ella (mi abuela) estuvo viviendo una temporada con nosotros aun que no recuerdo nada más que no nos gustaba el sabor de su comida y que muchas veces nos regañaba por hacer tiradero

Años más tarde cuando tenía como 8 años hicimos la 1era comunión mi hermano y yo y recuerdo que fuimos unos días antes por ella para que ayudara a mi madre a los quehaceres para la celebración y después de dicho acontecimiento se quedó viviendo algunos días con nosotros y también lo que tengo muy presente es que no nos gustaba como hacía la comida y que nos regañaba por hacer tiradero o por usar muchos trastes.

De ahí en fuera realmente fueron pocas veces las que convivimos con ella por que aun que aveces cada 8 dias iban mis padres a visitarla yo no trataba ni convivía con ella

Todo es extraño debido a que ni con mis primos nos llegamos a llevar bien realmente eramos los aislados y hasta la fecha que alguno de los primos por el lado de mi padre llegue y se siente a platicar con alguno de nosotros es difícil podría decir que somos total y absolutamente extraños Para ejemplificar esto, de mejor manera, podría decir que en veloiro se junto la mayoría de la familia y a muchos ni los conocía y a lo mejor ni los conocere.

La muerte se llevo tal vez el punto que nos llegaba a unir con esa familia que dicen que es mi familia.

GERARDO

Yo viví en la colonia granada hay estuve viviendo hasta los 6 años hay me gustaba vivir porque tenía muchos amigos y cada que regresaba de la escuela me salía a jugar era cuando vivía con mis padres y mi hermano y me gustaba mucho porque era una colonia y cuando nos cambiamos no recuerdo porque me puse triste por dejar a mis amigos despues nos cambiamos a plazas de Aragon en Neza hay tambien conoci amigos pero o como los de la granada alla hacíamos muchas fiestas y aquí no, entre ala primaria y despues de llegar salía con mi hermano a jugar y hacer mi tarea y haci casi eran todos los dias despues de un tiempo nos tubimos que cambiar de nuevo porque al lado de donde vivíamos había un terreno valdío y lo compraron e hicieron una construcción muy grande y eso perjudico nuestra casa pero antes de eso mis papas ya estaban pensando en separarse que porque no se podían ya entender y me centi muy mal y al ultimo el se fue pero si nos seguía apoyando economicamente y entonces mi mama y yo y mi hermano nos venimos para el toreo donde no me gustaba porque eran colonia de puro chavo bien bestido y educado y entonces sali dela primaria y entre a la secu y desde ai me empece a maliciar a no entrar a la escuela a no hacer tareas y despues me empece a juntar con chavos que robaban en tiendas y yo hiva con ellos y haci me empezo a gustar pero no lo hacia como ellos yo debes en cuando y ya le empezaba a gritar a mi mama a responder y fue donde un dia yo hicimos enojar a mi jefe y se fue y me centi culpable mi papa nos apoyo con comida porque mi mama estaba con unos tios para darnos una leccion y fue donde se me metio esa idea de robar porque queria saber que se centi y yo le dije a mi hermano que si queria robar y el no quiso asi que como a los 3 o 4 dias me sali de mi casa

y estube todo el dia fuera pensando muchas cosas en mi mama en mi jefe en la escuela y decidi robar a un taxista con un puñal o un cuchillo y lo hize pero a la mera hora me acobarde y me agarraron y me llevaron al centro de rehabilitacion para menores y estube 3 meses adentro y no me gustaba como era hay y a veces me ponía a llorar en la noche pidiendo a dios que me ayudara y porque no sufriera mi mama y mi hermano y sali gracias a todo los que me apoyaron y quise irme con mi papa un tiempo y estube estudiando y conviviendo con la familia de papa y no me centia bien porque yo pense que todo era mas chido con el que era alibianado y entonces quise volver a regresarme y me dijo que no asi que un dia me escape y mi jefa me dijo que volviera para acabar la secu y me regrese y estube hillendo otra ves me regrese y un dia que no entre a la escuela cuando llegue me pego y otraves falte y me volvio a golpear y eso no me gusto a si que un dia me vine y ya no quise irme y entonces dijo que si no volvia no nos hiva a dar dinero y no me importo y me meti en una escuela abierta y haorita estoy hillendo y creo que recapacito y nos esta volviendo a dar para gastos un poco menos pero con eso estamos trabajando con unos pollos que vendemos al carbon es poco pero de poco en poco se va avanzando y estoy viniendo al psicologo.

Antes casi no me castigaba pero si un dia me acuerdo que me queria pegar con el cinturon y yo corri hacia el baño y me enserre y no quise salir y ya despues se calma y sali y me castigo y me castigaba no viendo la tele no jugando afuera ponerme a estudiar mas pero casi nunca me pegaba y haora cuando estube en la secundaria un dia fue cuando regresaba de ella y me y me encontro fumando y con un hijo en la oreja y se puso muy agresivo y me quito el hilo y me sangro y despues me pego con el cinturon y creo que desde hay cuando hago algo malo se enoja y me quiere pegar pero ya no entiendo porque si el no vive con nosotros.

FRANCISCO JAVIER

Me llamo Francisco Javier no recuerdo mucho, más bien casi nada de las primeras etapas de mi vida, pero por lo que me platican era muy llorón. Llevaba una buena alimentación pero dicha alimentación. Siempre me fue impuesta fui creciendo e Ingrese a la Escuela (Kinder) no Recuerdo su nombre pero se que al principio me sentía muy Inseguro de ir, lloraba mucho, con el tiempo me fue gustando, o al menos soportando, pase a preprimaria y me sentí como un pequeño estudiante, pero lo que si Recuerdo es que me sentía solo, pensaba que se iba a hacer imposible Terminar Toda la carga de Trabajo que me Dejaban, pues en mi casa poco me ayudaban y porque mi "Nana" me traía marcando

el paso, fue una etapa dura que superar, pasé a la Primaria del Colegio Simón Bolívar, recuerdo que yo todo lo relacionaba con la escuela, siempre busque sacar buenas calificaciones por tomar a que me regañaran en casa, realmente empecé a tener amigos cuando entré a tercer año de Primaria, empecé a jugar futbol, a pesar de ser mas chico que todos mis compañeros (ya que ingrese a la primaria a los 5 años) me sentía ya parte de ellos

Sacaba muy buenas calificaciones, jugaba, los fines de semana podía ir con mis amigos de la colonia, etc. Todo fue mejorando hasta cierto punto. Ingrese a la secundaria del Simón Bolívar también, hice más amigos, ya teníamos interés diferentes, intereses de adolescentes, recuerdo esos problemas con el Acne también recuerdo que en ese entonces era muy tímido con las niñas, a tal grado que empecé a tener novio cuando entré a Preparatoria (Universidad Panamericana) fue un paso difícil ya que me tuve que separar escolarmente de mis amigos, aunque a algunos los seguía viendo fuera de ella, pero creo que valió la pena ya que es una excelente escuela, buen ambiente, buen prestigio, etc. Pasaba luego problemas con algunas materias pero al final las superaba en tercer año de prepa pase a algunos problemas ya que al principio no sabia que carrera estudiar tenía novia y m sentía muy presionado por todo, pero al final me decidí por contaduría y no me he arrepentido a la fecha, ingresé a la universidad y a que estoy esforzandome por ser alguien de prestigio, de dinero, quiero una familia, ser feliz, realizarme profesionalmente y casarme con una mujer que me ame y que yo ame, una familia no muy numerosa y futura estabilidad emocional, monetaria, familiar, etc.

OSCAR ROBERTO

-Vivi como hasta los 6 años en un Departamento con mi familia.

-Tengo un hermano mayor que me lleva 1 año 2 meses que se llama Mauricio.

-Despues me cambie a la casa en la que ahora vivo, pero en ese tiempo solo era de 1 piso y dormíamos todos juntos en el que ahora es el comedor.

Ahora la casa es de 3 pisos, mi papa y mama duermen juntos y mi hermano y yo dormimos cada quien en su propio cuarto. Ahora estoy cursando la preparatoria y voy en el segundo año tercer semestre.

Fui al Kinder en el centro por lo que me tenia que levantar muy temprano y desayunaba huevos tibios que no me gustaban me daban asco. Luego curse el 2º y 3er año de kinder

en la Escuela "Elena Silva al Faro" donde tambien hice la primaria los 6 años ininterrumpidamente

Los primeros años de la primaria me enseñaban 2 maestras que nos daban clases diferentes durante todo el día. Tenía un receso de 40 min. Y salía a las 2:00. Me cambiaron de salón cada año según calificaciones y la nueva gente que entraba el sexto año lo hice en el grupo C

La primaria era mixta y me llevaba más con los niños. Con los que más me llevaba eran 3: Alejandro, Antonio y Marcelino; de estos tres con el que más me llevaba era con el último porque era buena onda. El último año Marcelino salió de la Escuela y me seguía llevando con Alejandro y Antonio iba a sus casas, a la de Antonio íbamos a jugar Nintendo, a veces iba mi hermano para el hermano de Antonio era su amigo porque habían ido al mismo grupo

Con Alejandro iba a jugar basket, fútbol americano y andar por allí, a jugar máquinas; una de las últimas veces que fui fue a su cumpleaños donde jugamos box y estaba toda su familia. Nos llevábamos bien y yo le hablaba a varios en el grupo niñas y niños. Iba bien en la Escuela salieron promedio de 9.6 y en 4º me acuerdo que fue donde más ganas le eche y la maestra me felicitó mucho, me sentía bien.

Terminaban las clases y nosotros esperábamos a que nuestros papas pasaran por nosotros. En la escuela, como se quedaban varios chicos se daba de comer, era un servicio, en lo que los padres llegaban por nosotros. Casi siempre heramos de los intermedios, es decir no de los que recogían primero sino de los que se tardaban un poco más. A veces comía albondigas y me gustaba pero había veces en las que hacían sopa de verduras o cremas o sopa de coliflor y a varios nos desagradaba.

Comía ahí porque mis padres trabajaban y nos recogían cuando salían del trabajo, a veces se tardaban más y nos aburríamos. Yo iba en la escuela con excelentes calificaciones 9, 10 y pocos 8 me asustaba por mis papas cuando sacaba un 7 sentía que me iban a golpear, porque me daban con cucharas, bandas, cinturón a lo que encontraban cuando no hacía o cumplía con mi quehacer, porque casi siempre o siempre era por eso o porque desobedecía.

Cuando nos quedábamos jugábamos americano o fut, y también luego en los recesos, yo con mi hermano y nuestros amigos. En la escuela había un pequeño chapoteadero al que

luego nos metíamos por grupos y nos quedábamos haciendo actividades ahí esos días me gustaban porque se hacía un buen de relaxo. Cuando esto iba a ser la escuela abisaba a los papas haber si daban o no autorización.

Había veces en que salíamos a excursiones a museos y nos llevaba el camión de transporte de la escuela, esas excursiones eran de temprano como a las ocho y llegábamos masomenos a la 1 pm por eso nos llevábamos nuestro lunch. Cuando llegábamos de ellas nuestros papas se tardaban a veces en recogerlos

En los primeros años nuestros papas nos llevaban y recogían pero ya al último solo nos llevaban y el transporte nos llevaba a la casa, eso era a veces divertido porque en lo que nos dejaba hacíamos relaxo, pero cuando no lo hacíamos era aburrido por el calor y el aburrimiento.

En el camión nos sentábamos hasta atrás casi siempre y nos llevábamos con todos de todos los grupos y niños y niñas. Mi papá nos exigía y veía por que estubieramos estudiando en la escuela y nos pegaba cuando no lo hacíamos o cuando no hacía mi queacer. Un día íbamos a la gimnasia y en ves de ir ahí como todos los días nos fuimos al mercado a jugar maquinas, nos pasamos del tiempo que duraba la clase y mis papas como no llegamos nos buscaron y cuando nos encontraron nos pegaron muy fuerte y nos castigaron.

Cuando salíamos a jugar en la calle mi papa nos prohibía que salieramos más allá de las esquinas de nuestra calle y luego salían a ver que hacíamos. Nos vestían compraban iguales a veces nos comparaban con ellos pero entre nosotros recuerdo que no.

ALBERTO

Nací en el D.F. en la colonia Granada en la casa No 93 Mis padres dicen que al año camine osea que no gatee y que al año y medio hable yo la verdad no me acuerdo, yo entre a la guarderia como al año me acuerdo que fue una guarderia de puras monjas.

A los 3 años ingrese a la preprimaria en la escuela Sara Alarcon ahí estube como 2 años o 3 años.

A los 6 años entre al colegio del Salesiano a la Primaria, en primer año conocí a muchos amigos como el Pablo, David, etc. Durante el primer año mis calificaciones eran altas, cuando salíamos al recreo jugaba fútbol con los cuates

Cuando pase a segundo me volvieron a cambiar a la Sara Alarcon, en esa escuela y en ese año es donde pienso que empeoraron mis problemas con la escuela, porque la maestra iba y todos nosotros o sea los alumnos nos salíamos del salón

Me acuerdo que la maestra era alta gorda y no aprendía nada y creo que se me estaba olvidando todo lo que había aprendido, de ese año casi no me acuerdo de casi nada de mis amigos. Cuando salí de segundo en ese año fue cuando me cambie de casa. Me cambie a Plasas de Aragón. Durante los años que estube viviendo en la Granada tube muchos amigos como el Juan, Roberto, El Pitufito, La Papa, El Chipotes, El Corro, Etc. Cuando eran días festivos el ambiente en esa colonia era de lo mejor siempre habían piñatas, nunca falta una feria, yo siempre iba con mis cuates

Me acuerdo que había una casa café ahí vivía una chava que le decíamos Claudia La Loca, siempre que pasaba una persona siempre le abientaba botellas de vino. Cuando fue el terremoto del 85 me acuerdo que estaba en preescolar el jueves en la mañana el día del primer temblor yo estaba en la cocina y el viernes el día del segundo temblor nos metimos debajo de la mesa de la cocina.

En la Granada yo vi varias cosas raras como por ejemplo en mi cuarto se escuchaban ruidos como si cerraran la puerta del baño, o la vez que estaba en la sala cuando volví al cuarto de mis papas vi una sombra que corría de la sala y desapareció en la pared de la ventana. El día que me cambie de casa sentí tristeza al dejar la colonia cuando llegué a Plasas la casa era más grande yo no conocía a nadie los primeros amigos que conocí fue a Omar y a otros cuates.

La colonia era más grande, en los días de lluvia se inundaba toda la colonia y el agua llegaba hasta adentro de la casa. Cuando entre a la escuela a 3 años de primaria en el Salesiano volví a ver a mis viejos amigos. Desde ese año me he estado levantando a las 5 de la mañana. Desde ese año mis calificaciones empeoraron a bajar mucho, porque cuando me dejaban tarea no les entendía la mayoría de las veces y mi mamá no me podía ayudar porque no le entendía o no sabía. El tercer año lo pase de pasas. En cuarto año mis calificaciones ya andaban por los suelos la maestra yo creo que me tomó mala fe desde

que le grite una groseria y desde ese dia por cualquier cosita que yo asia me ponía un aviso

Ese año llege a juntar como 40 avisos y no se porque me daban la corona de dieses o a dever sido por la conducta porque eso si era muy tranquilo en el salon aunque no estudiaba Cuando entre a quinto el maestro Rene fue unos de los pocos maestros que me ayudaron a regularisarme en la escuela aunque los avisos aumentavan cada dia. Ese año fue al año que empece a practicar los deportes de futbol americano y soccer

Estube en el equipo de los cachorros y fue un buen equipo aunque quedamos en tercer lugar y el futbol americano lo gugaba en el prque que esta al lado de la escuela En sexto mis calificaciones subieron un poco porque ya era mucha la precion de mi papa, decia que no hiba a pasar a secundaria y me puso a estudiar. Aunque no me acuerdo que se aiga sentodo con migo a estudiar como quien dice yo me sente a estudiar solo y gracias a Dios ya la paciencia, pase a la secundaria.

En la secundaria me descompuse totalmente porque no estudiaba nada desde el principio la calificaciones eran muy malas, no pasaban de 5 o 6. Mi papa fue con el maestro o director y el le dijo que era mejor que me sacara de la escuela para que gastara mas dinero porque la escuela era de paga. Despues que me sacaron de la escuela mi jefe me metio a un taller mecanico, en ese taller baje 5 kg. Despues me inscribieron en la Rafael donde en esa escuela pase los mejores dias de mivida.

En primero me pasaron varias cosas como por ejemplo conoci a mi primera chava, tambien me fui por primera vez de pinta y otras muchas cosas. A mitad de año me volvi a cambiar de casa esta vez me cambie a Lomas de Sotelo En el tiempo que estube en Plasas de Aragon muchas cosas cambiaron como por ejemplo mi papa cambio mucho con migo me pegaba mas duro se peleaba mas con mi mama y le empeso a pegar a mi hermao, aunque mi mamam nos pegaba tambien al paso del tiempo yo sentia que nos pegaban mas duro me acuerdo que mi papa nos pegaba con un palo de madera y mi mama nos pegaba con una mangera de plastico.

Tambien en Plasas mis papas decidieron separarse, me acuerdo que mi papa me llevo a conocer una casa en el cerro de la estrella alla por Iztapalapa Despues de un tiempo me llevo a conocer a su otra familia y cuando me cambie a Sotelo mi mamam me enbio a vivr con mi papa yno me gusto la idea al principio. Todo esto fue durante las vacaciones en la escuela.

Cuando regrese a la escuela yo ya estaba viviendo con mi papa, con el todo cambio me levantaba a las 5 de la mañana todos los dias. El me llevaba todos los dias a la escuela y toda la otra mitad del año no pude irme de pinta y yo creo que no estuvo mal porque si no hubiera echo eso yo no hubiera pasado de año.

En vacaciones mi papa y yo no nos llevabamos de lo mejor como quien dice nos peleabamos todo el tiempo me acuerdo que un dia me regañó por una cosa en la que yo estaba en lo correcto Ese dia me sali de la casa toda la noche, andube por san cosme de ahí me fui caminando hasta rio San Joaquin cuando empeso a amanecer me fui a la casa de mi mama y me dormi un rato, despues papa lleo y me pego con el palo de siempre despues me llevo a su casa.

Otro dia en la noche papa me pego y me volvi a salir de su casa y me fui directamente a la casa de mi mama pero cuando llege papa ya estaba en la casa yo entree despues de una fuerte discusión papa me pego ym me rompio el palo de escoba en la espalda despues me llevo a casa otra vez.

Cuando estuve con mi jefe nos cambiamos una vez, nos cambiamos a Aragon ahí papa puso un negocio de quesadillas ami me tocaba ir por la masa, un dia yo sali y me tarde algo y no sabia que necesitaban masa cuando llege fui por la masa y tambien me tarde porque habia cola en la tortilleria, cuando llege la señora me regañó por haberme tardado yo le grite y me sali yno volvi a la casa de papa Cuando me mude con mama papase enogo mucho.

Entre a segundo año y empese mal el año lo empese faltando y con bajas calificaciones me hiba de pinta o no entraba y me quedava en casa a mitad de año me dieron de baja. Durante un tiempo me quede en la casa de flojo despues papa me dijo que si queria ir a trabajar con el un tiempo a la planta de pemex

Me fui a trabajar o a ayudarle durante ese tiempo consí a una buena amiga y a una chava muy linda sali un tiempo con ella hasta que mi jefe se entero yo pienso que se lo dijo el divujante que queria tambien con la chava esta y me echo de cabeza y mi jefe me prohibio salir de nuevo con ella. Tambien durante ese tiempo estuve llendo a una secundaria abierta aunque sali antes de tiempo.

Despues deje de ir con mi jefe por un problema que tuve con uno de los trabajadores de la planta Estuve otro tiempo sin hacer nada hasta que mi mama me inscribio en mi jefe me

iba a inscribir en una escuela de sistema regular pero el primer dia no fui y mi jefe se enojo el segundo dia si fui y saliendo mi papa queria que me quedara en su casa pero me fui a casa de mi mama sera porque no me lleve y no me llevo bien con mi jefe.

Haora me paro alas 8 de la mañana y estoy en una escuela abieerta y me llevo igual o un poco mejor con mis jefes. Hoy tengo 16 años pero sigo siendo el mismo de siempre.

FIN

GEORGINA

A los 4 o 5 años me acuerdo que iba bajando de las escaleras de la guarderia con mi amigo Erick También cuando mis compañeros estaban en la clase de natación que yo no tomaba porque mi mamá decia que no me podia enfermar y me cuidaba. O aquella vez que entramos al salon y estabamos en una fiesta e ibamos a cantar, y comiamos pastel con helado. Y yo no comi helado. Y mi mamá fue por mí

Cuando llegue a la primaria a los 6 años estaba en el salón con la maestra Mary, recuerdo que platicaban mi mamá y ella y ella le decia que yo no iba a pasar de año porque no aprendia algo Alos 7 años estaba yo en el salon teniamos clase con la maestra Martha (comadre de mi mamá) y recuerdo que estabamos aprendiendo los pares y nones y yo conteste bien, me senti como pavo real. Pero en ese mismo año la maestra tuvo que salir y mi mamá nos fue a cuidar (mi mamá era maestra de la escuela donde yo estaba) y me regañó enfrente de mis compañeros para que me lavara la cara y las manos.

En cuarto año tendria yo 10 años estabamos en el salón (mi mamá ya estaba enferma) me dijo Herminio, un compañero que habia visto a mi mamá en el hospital y que estaba muy enferma Recuerdo que cuando mi mamá se fue al hospital (la última vez que la vi) salió agarrada del brazo de su hermano doblada del dolor y me dijo: portate bien, amiga hormiguita, despues regreso

Lo de amiga hormiguita me decia así porque yo la acompañaba a todas partes y le ayudaba en todo. Cuando llegabamos de la escuela haciamos el quehacer juntas, yo le ayudaba en lo que podia Recuerdo que yo estaba chica 8, 9 ó 10 años a mi mamá le gustaban muchos los tríos yo llegaba y le ponía su música, a ella le gustaba. Otro recuerdo disperso tendria yo 6 años y recuerdo que mi abuelita materna me llevaba al

Hospital de Jesús a que me ponían una inyecciones para una alergia que tenía de ahí íbamos a comer café chino con pan

Después en junio un domingo, tenía yo 10 años vinieron la maestra Chela, estaba yo viendo la tele, en su casa me dijo que mi mamá ya no estaba con nosotros, que se había ido al cielo yo llore mucho tiempo y luego Azucena, mi amiga y lloramos mucho. De ahí su papá y mamá le compraron una corona y la llevabamos al velatorio y bajo Elda, otra amiga de mi mamá y maestra también y me dijo que bajara a verla por última vez y yo le dije que no (en ese momento sentí miedo y yo no podía ver a la cara a mi papá). Y me dijeron que si no quería, no. Nos fuimos andar en avalancha

En casa de Azucena me quede una semana, recuerdo que vine a la casa estaban sentados en la mesa de la cocina mi papá (con una camisa negra, que no me gusta), mi tío Carlos, (hermano de mi papá), Marco, Gustavo y Flor subí por mi ropa y me fui a casa de Azucena. (Otro recuerdo disperso un día (un domingo) mi mamá me mando un recado (en un cartón de caja de Kleenex) decía que ya se iba a componer y que íbamos a estar juntas como siempre).

De ahí yo iba a pasar a 5to tendría 10 u 11 años, me cambiaron de escuela para que los niños no me preguntaran nada, a la escuela de Azucena pero yo un día le dije a Azucena que no me quería quedar en esa escuela que no me gustaba y que tendría que acabar en la escuela donde estaba mi mamá, esta que le platicaba todo a su mamá se lo conto y hablaron con mi papá y me regrese a mi primaria que tanto me gusto y tanto quise.

Termine ahí en una fiesta en el salon de usos multiples padrisima todos de blanco. Comida al por mayor. Con mis compañeros. En la secundaria no me acuerdo mucho estuve en 2 secundarias en la primera 150 me corrieron porque trone muchas materias y la mendiga directora no me dio prorrogas a pesar de que mi papá le rogo mucho, de ahí me fui a la 149 estuvo bien.

Cuando reprobe el 2do año de secundaria 13 o 14 años recuerdo que en la mesa de la cocina empezamos a discutir si repetía el año o presentaba mis materias, yo decía que si pasaba las materias mi papá decía que no, discutimos muy fuerte me dio una cachetada, me jaló de los cabellos, me tiro al suelo y subí a mi recámara estaba yo llorando, me pidió perdón, le deje de hablar como 8 meses

Cuando salí de la secundaria fue mi fiesta de graduación estuvo muy padre, tendría yo 15 años. Bailamos y convivimos muy padre. Cuando tendría yo 12 o 13 años me peleé con Azucena muy fuerte nos dejamos de hablar, en realidad era por una 3ª persona fue a Adriana yo me dejaba manipular mucho por ella. Y es una chava muy envidiosa y egoísta Nos dejamos de hablar un 1 año hasta que le pedí perdón a Azucena.

Esa etapa de cuando éramos niñas adolescentes 12 a 14 andábamos muy juntas Adriana, Azucena y yo pero la que traía la hormona ya activada era Adriana entonces le loqueaban a unos vecinos. Yo no porque a mí me daba miedo y no era mi onda. Y en esos entonces Flor me cuidaba exageradamente. Empezábamos con la onda de haber a quien besaban primero. Esa vez fue a Adriana, después a Azucena y al final a mí. A ellas fue el mismo muchacho porque tenían los mismos gustos.

JENNIFER

3º año de primaria

Recuerdo bien el primer día de clases, una niña gordita y risueña entraba al salón de 3º B con sus nuevos compañeros del Colegio Avante. Todos ellos se conocían desde el kinder yo era la única nueva entre 36 niños, si mal no recuerdo eran 18 hombres y 18 mujeres, todos se llevaban muy bien, yo me integré a un grupo de niñas y niños, sus nombres eran Natalie, Héctor, Marissa, Fernando, Luisa, Mauricio, Antonella, Gina y Monica. Mónica era la más sangrona y para colmo me tocó de compañera de banca, ella, a la semana hizo que yo me quisiera regresar a mi antigua escuela, porque me insultaba, se burlaba de mí y sobre todo me perjudicaba en mi rendimiento escolar. También recuerdo a mis maestras, Gloria de español y Paty de Inglés. La Miss Gloria era el prototipo de la maestra perfecta: amable, pero sin exceso y sobre todo comprensible. En cambio la maestra de inglés como la traía contra mí, me bajaba puntos, me ponía exámenes más difíciles y me marcaba faltas cuando se asitía a la escuela. Ella me odiaba y yo también a ella Total, ese año fue el peor de toda mi vida. Recuerdo la fiesta de Natalie fue en el restaurante de sus papás, nos divertimos, pero quisieron jugar botella y de ahí sentí el rechazo de todos hacia mí, nadie quería jugar conmigo, yo ya me moría por regresar a mi escuela.

4to de Primaria:

Por fin regresé a mi querida escuela Thomas Woodrow Wilson, es ahí donde me volví a reunir con mis amigos y me dieron el apoyo y sobre todo me hicieron sentir confianza en mí misma para seguir adelante. Aunque había una niña que se llama Marcia, que me caía

mal y yo a ella también, pero nada pasó, ella por su lado y por el mío así me evitaba problemas. Desde ahí fui la más inteligente con las mejores notas de toda la escuela. Me sentía segura de mí misma y así lo podía todo.

5to de primaria

En este año hubo muchas tragedias y alegrías, tanto en la escuela como en mi casa. Tuvimos la primera semana un profesor y luego se fue, luego llegó una llamada Minerva se veía buena onda hasta ya casi al final del año cuando se tenía que decir la escolta, había un niño un poco más flojo que yo y dijo que él me ganaría la bandera. Entonces la directora dijo que yo iba a ser la abanderada y la maestra se enojó muchísimo. Regresando al salón me humilló delante de todos diciendome que no merecía ese cargo y que yo era y siempre sería una fracasada. Yo me sentí súper mal y ya después que se calmaron las cosas ella habló conmigo y me pidió perdón. En este año fue cuando mis papás se separaron y yo casi me vuelvo loca, pero creo que lo superé.

6to de primaria

creo que este fue el mejor de todos los años, porque fui bien en la escuela, casi no tenía problemas en mi casa y mis amigos y nos unimos mucho. Este año tuvimos a la maestra que tuvimos en 4to y siempre nos hacía la vida imposible a todos, al final de este año empecé a fumar por querer sentirme grande y no por otra cosa.

1º de secundaria

Ese año me fue bien en la escuela, no puedo decir lo mismo en mi casa porque mentiría, casi todos los días me castigaban. Ese año Alberto fue mi novio 3 veces y Vicente una vez. El 16 de mayo para festejar mi cumpleaños hice una fiesta en mi casa 3 días antes. Ahí fue cuando Vicente me hizo caso solo esa noche y cambió mi vida, estuvo sin pelarme 2 meses hasta un día que fué a mi casa, platicamos y nada más, me hablaba por teléfono y esto fue cuando empezó a notar que me fascinaba el fútbol soccer e iba a los partidos escolares que se jugaban con otros de mi misma escuela y yo le echaba porras a su equipo.

P.D. en 1º donde dice que cambió mi vida quiere decir que solamente me enamoré. 2 días después de que empecé a ir a los partidos me llegó y como a mí me gusta le dije que sí, duramos un mes y cortamos, pero la pasé bien ese año.

2º sec.

Estoy empezando este año, me sigue gustando Vicente, después de que me dejó de hablar, por 1 mes y medio, me habla y dice que quedamos como los mejores amigos yo creo que es un muy buen primer paso. Alberto me volvió a llegar, le dije que sí pero solo para olvidarme de Vicente, lo cual no puedo y por eso le dije que fue un mal entendido y ya ni me habla. En la escuela el profesor Alejandro que me da historia dice que le caigo bien, que soy muy despierta, pero ni parece, porque se la pasa regañándome todo el día. Por lo pronto mi mamá me dejó castigada quien sabe cuanto tiempo por tomar en una fiesta y me dijo "hasta que recupere otra vez la confianza en ti volverás a salir".

Yo creo que va a pasar mucho tiempo antes de eso y ahora estoy viniendo al psicólogo porque dice que estoy muy mal y que necesito de alguien que me escuche y me de consejo Yo creo que de algo me va a servir.

SABA

Viví con mis papás creo que hasta los 2 años. Luego mi mamá y yo fuimos a vivir con mi abuela y mis tíos (Enrique, Gustavo, Alicia, Marta y Rosa). Creo que mi padre se fue a Irak con su familia. Después empezaron los problemas en la casa de mi Abuela, casi siempre habían problemas, se peleaban por todo yo me sentía muy mal por todo eso.

Una vez, Marta y mi mamá se pelearon y según se fue porque Martha le había faltado al respeto a mi abuela. Alicia siempre me consentía (según ella) pero había veces que me gritaba, Martha igual pero ella siempre me traía juguetes. Enrique era con quien mejor me llevaba de todos por que siempre jugaba con él, estudiaba y él era el único con el que me la pasaba todo el día. Con Gustavo casi no me llevaba.

Mi madre siempre estaba en la tienda de mi abuela Todo el día, desde que yo me acuerdo siempre estuvo ahí. Yo nunca la veía por que a la casa llegaba a las 8 o 8:30, o sea que solo la veía en la mañana cuando me llevaba a la escuela y en la noche, una vez fui a la tienda de mi abuela y la vi con muchos niños platicando eso me dio mucho coraje, ¿por qué con ellos si platicaba y conmigo no?

Paso el tiempo y cuando iba en quinto de primaria mi abuela, Gustavo, Enrique nos corrieron de la casa la razón Amí nunca me la dijeron. Después me entere que fue porque según le habían levantado un falso a mi abuela. Eran las 2.00 de la mañana

cuando nos corrieron a Alicia, mi madre y yo, fuimos a la tienda de mi abuela. Pero para esto Martha ya se había salido de la casa.

Estuvimos casi un mes viviendo en la tienda. Luego fue Roberto y nos dijo que mejor porque no nos íbamos a la casa de Obrero Mundial (Así se le conocía a esa casa, por que a la de la abuela le decían La casa de viaducto). Llegamos a esa casa y todo iba bien al principio, pero después empezaron los problemas y hasta hubo demandas. Entonces corrieron a Roberto junto con su familia. Se fue primero su familia y luego él.

*Mi abuela corrió a Gustavo de su casa y se vino a O.M. Luego yo a los 11 años. Fui a pasar la Navidad a la casa de la Abuela y así fue hasta que se volvieron a hablar mis tías y mi mamá con mi abuela

En 1990.

Después mi mamá empezó a ir a la tienda otra vez ahora todas las tardes. Por que ya trabajaba. Todo iba mas o menos después entre a la secundaria a 1ero y aparentemente todo iba bien, pero cuando pasé a 3ero y me cambié a una Escuela mixta empezaron los problemas, por que Gustavo empezó a molestarme por todo, por que llegaba tarde, o por que me hablaban mis amigos. Siempre iba por mi a la escuela y llegaba media hora antes de la hora de salida

Y cuando me llegaba a ver platicando con chavos me decía ah ya vamos y empezaba a molestar por todo. Después fue subiendo de tono. Cuando me hablaban les decía groserías y demás. Cuando entre a 3ero de Secundaria tuve mi primer novio *El tenía 17 años y yo 14, que se llamaba Ulises y duramos como una semana; un día quedamos de vernos en Plaza Coyoacan, pero yo no fui y desde ahí cada que llegaba a la escuela él se escondía ya no me esperaba a la hora de la salida. Un día yo le dije que mejor ahí la dejábamos y él me dijo como quieras y cortamos pero él me dijo que cortábamos por que él con su otra novia hacía de todo y yo me clave como 2 años.

Después conocí a un chavo que se llamaba Amhed *ellos no iban en la escuela. Y él quería andar conmigo pero nunca me llegó. Y me presentó a Carlos * (él fue mi mejor amigo) yo le hable por teléfono por que él quería que le hicieramos una broma a la novia de su primo (yo no conocía a su primo quien era Victor de León), su novia se enojo mucho, por que yo y otra amiga fuimos a saludarlo para darle selos a su novia.

Después Carlos me habló por teléfono y me dijo "Ay le gustaste mucho a mi primo, dice que estas muy buenona" ¿te lo hecho a andar? Y yo le dije que sí. Pero que él tenía novia y

le pedí el tel de victor y le hable y tambien a Carlos pasaron Isa vacaciones de semana santa y volvimos a clases. Y Carlos ya no volvio, le hable a su casa y su mama me dijo que ya estab trabajando.

Luego una amiga y yo hablamos de nuevo a su casa me contesto su hermana (Rocio) y nos dijo que el trabajaba en una fotocopiadora y nos dio la dirección, ella nos dijo que nos fuéramos a su casa y de ahí nos decía como irnos le dijimos que no y al día siguiente fuimos a buscar a Carlos; lo encontramos pero su "jefe" no lo dejo salir y se enoja. Despues le dimos un papel citandolo en los helados Sta. Clara y nos fuimos y regresamos entonces el iba de salida y le gritamos, nos saludo y dijo que le daba mucho gusto que lo hubieramos ido a visitar pero que salía hasta las 3:00 y nos presento a su amigo. Nos sentamos por ahí y nos pusimos a platicar despues llego victor con otros amigos y para esto carlos ya habia salido de trabajar y el amigo de carlos le dijo a victor que yo le habia dicho que el queria andar con migo.

Nos fuimos todos, despues nos dejaron en la parada del pecero (pero victor traía mala cara). Todo el salon me dejo de hablar, por que mi mjobr amiga que era Adriana habia tenido un accidente en sus piernas y yo nunca la fui a ver por que mi mama me decía que ya no queria que yo me juntara con ella por que era una marimacha y mejor que la dejara así.

Pase a prepa con muchos conflictos porque mi tío Gustavo a cada rato me decía que andaba de loca con mis amigos que cuando me hablaba carlos o victor les decía que me dejaran de molestar y les decía miles de groserias. Un dia me hablaron y le dijeron que por que me tenian secuestrada y que le iban a avisar a la policia. Me prohibio hablarles y ellos seguian hablándome hasta que un dia me pidio el tel de ellos y la dirección para irles a hablar y decirles smuchas cosas y ya no me hablaron (pero yo no le di esos datos)

Iba muy mal en la escuela cada 8 dias me armaba una broncota y me pegaba y me decía cosas horribles como que era una puta y borracha y despues me dijo que era una drogadicta. Reprobe el año. Le hable a victor de León y salimos 3 veces y despues se porto muy mal era siempre muy timido y cerrado

Una vez me fue a buscar y mi mamá le puso una carota y se porto muy despota con el siempre decía que el me aconsejaba y que era mas grande que yo. Me dejo de hablar y estuve enamorada de el como 3 años o mas desde que lo conocí nunca anduvo conmigo.

Y me meti a otra escuela y seguía con lo mismo. Luego otro chavo que también se llamaba Víctor pero no me gustaba al principio era buena onda y después se portó muy mal porque abrasaba a cuanta chava se le pasaba enfrente.

Una amiga me presentó a Gerardo él tenía 21 años y yo 16 y enfrente de Víctor nos fuimos Lorena, Gerardo y yo. Él me pidió mi tel al siguiente día salimos y me di cuenta que él era drogadicto. Y seguí con él duro como 5 meses él me maltrataba y me decía siempre que yo era una niña inmadura siempre quiso propasarse pero nunca lo deje y se enfurecía me decía que tenía otras novias y que extrañaba mucho a América su ex.

Los problemas seguían en la casa con Gustavo. Después de 1 año nos cambiamos de casa y siguen con problemas ahora con Alicia y Marta que siempre me están corriendo de la casa.

IRENE

Yo me acuerdo de mi vida desde 1985 cuando fue el temblor, que mi papá y mi hermano no estaban porque se fueron a ver a un tío, y yo me tenía que ir al kínder entonces me levante y mi mamá se iba a bañar y antes de que se metiera me pregunto que quería hacer si dormirme otro rato o que si me bajaba mi rueda de la fortuna para jugar, y pues yo quise jugar, ya me iba a subir a la cama y en ese momento empezó a temblar y mi mamá me grito Irene estas bien y yo le dije que sí pero que mi cama estaba dando vueltas entonces mi mamá se salió del baño y nos salimos para la calle a esperar a que se pasara el temblor y después de que se pasó el temblor nos metimos y toda la casa estaba toda tirada con un mueble caído, entonces mi tía vino rápido, y por lo mientras nos fuimos con mi tío a su lonchería que tenía. Me imagino que como sabían que mi mamá padecía de los nervios, la mayoría de los vecinos le dieron tes, pastillas y todo eso para que no se vaya a alterar. Cuando mi tía llegó nos fuimos para su casa y ahí nos estuvimos todo el día y nos quedamos a dormir, y después en la noche volvió a temblar, y como en la casa de mi tía son unos edificios, hay botes de basura y pues a veces mi tía recogía cosas que a veces si servían yo me acuerdo que me recogió un botecito como de jumex y me lo dio y creo que traía colores, y yo estaba iluminando cuando temblo y creo que también al otro día temblo y nos fuimos a una tienda que estaba a la vuelta de la casa de mi tía a esperar a que pasara el temblor. Y me imagino que por todos esos temblores mi mamá yo y mi hermana nos fuimos a vivir a Mérida durante todo un año escolar y durante que estuve ahí yo iba al kínder Benito Juárez y junto conmigo iban mis sobrinos Edgar y Gerardo porque como

somos casi de la misma edad nosotros nos juntabamos mucho y yo iba muy seguido a casa de ellos y hasta a veces me quedaba a dormir en su casa, y cuando nos ibamos al kinder, mi tía o bueno mi prima me vestía y me ponía mi uniforme al revés, y no me sabía peinar porque ella decía que como ella tenía puros varones no sabía arreglar niñas. Durante que estuve yendo al kinder, un día me disfrazaron de bailarina, jugaba con mis demas primas, primos, y un día mi mamá se enfermo de los nervios y la internaron, pero a mí nunca me decían nada, nada mas recuerdo que mis tíos iban a ver a mi mama, pero a mí me decían otra cosa, hasta que un día yo estaba jugando junto con mis primos en el patio y llego mi mama, yo corriendo la fui a abrazar y a la vez y a la vez no me quería separar de ella, pero a la vez sí porque yo veía que su cara estaba rara no como ella siempre estaba, por lo mismo que mi mamá estaba enferma ella hacía puro dormir y yo tenía una caja de juguetes debajo de la mesa del comedor, y ahí me metía a jugar con mis juguetes, mi mama me ha platicado que como no me gustaba hacer la tarea y siempre que me decía que la haga le decía "no quiero" pues me empeco a dejar una hora mas en el kinder para que allí hiciera i tarea, tambien durante ese tiempo yo jugaba bastante con mi primo Omar a que el era el Prof. Jirafales, y que yo era doña florinda, el arrancaba flores del jardin de mi abuelita pero ella nunca se daba cuenta y un día que se dio cuenta se río pero nos regañó porque arrancabamos sus flores, y creo que despues de eso dejamos de jugar. Otro día estaba cenando en la cocina, pero esa la leche no me gustaba porque yo decía que sabía a vaca y mi mamá me castigaba y me decía que hasta que no me acabara mi leche no me iba a para de la mesa y que además si no me apuraba iba a venir la cucaracha que volaba porque esas me daban o dan miedo, y un día efectivamente eso paso y me asuste y me metí corriendo a la sala llorando porque se había metido la cucaracha.

Cuando ya era diciembre, y ya iba a llegar la navidad, mi papá me mando una muñeca de Rembombrails Arcoiris y yo me acuerdo que me dio mucho gusto que mi papá me haya mandado mi muñeca, y durante esa navidad, yo tuve muchos regalos, juguetes y me gusto mucho esa navidad, tambien durante que estuve ahí se murio mi abuelito Susano porque se había caído del camión y le habían recetado reposo, pero como el no hizo caso un día se murio y por ese día iba a ser su cumpleaños de prima Amirita y ya no se pudo hacer por lo mismo, ya despues de todo mí mamá, yo y mi hermano nos regresamos a vivir al D.F. donde cuando llegamos le avisaron a mi mama, que teníamos que desocupar el dpto porque lo hiban a reconstruir porque en el temblor del 1985 se había afectado mucho, por lo que nos fuimos a vivir por la viga, y como por haya mi mama decía que no había primarias, yo estudiaba por casa de mí tia Candelaria y por lo mismo toda la semana estaba con ella y nada mas los fines de semana me hiba con mis papas, durante estaba

con mi tía, mis primas me molestaban mucho, me decían muchas, cosas feas, y me acuerdo que un día, mi prima Adriana tiro un liquido que servía para limpiar madera (muebles), yo acababa de regresar de la escuela e iba a acompañar a mi mamá al banco, entonces le dije a mi mamá que me esperaba tantito porque iba a acompañar a mi mamá que me esperaba tantito porque iba a entrar al baño, y cuando yo entre ya estaba tirado el liquido de los muebles, sali del baño y mi mamá y yo nos fuimos. Despues de un rato que regresamos, mí tia estaba enojada, y mi mama le pregunto que porque y ella le contesto que porque yo había roto el frasco del liquido, por lo que mi mamá le contesto que nó que la que lo había roto era Adriana y mi tia le contesto que nó que la que la había roto era Adriana y mi tia le contesto que Adriana le había dicho que yo había sido, entonces la llamo y Adriana le cambio a lo que había dicho, y dijo que no que ella había dicho que ella lo había roto y que despues yo había entrado al baño. Durante todo ese año escolar, yo me sentía muy mal por todo lo que me hacían, por lo que decían y ademas porque mi tio a veces me quería besar, y me tocaba mi pubis, a mí si me gustaba estar en casa de mi tía, pero nadamas con ella porque ella me compraba muchas cosas, salía a muchos lados con ella, y porque me quiere mucho.

Poco antes que nos regresáramos a vivir a los nuevos edificios, ya remodelado, mis papas estaban arreglando asuntos para ver si compraban el depto donde estábamos, un día vinieron unos tíos de Merida, y estábamos viendo como nos íbamos a acomodar para dormirnos, y mi papa creo tenía pensado que mi hermano, mi tío y el se iban a ir a dormir a la casa de la viga, entonces cuando llegó la hora de que se vayan para la otra casa, se fuerón y cuando llegarón, mi papa se dio cuenta que habían asaltado la casa, por lo que regresarón y todos nos tuvimos que dormir en la misma casa. Mis papas habían pensado meter todo nuevo a la casa pero con lo que había pasado ya no se pudo. A partir de ese tiempo empeze a vivir donde ahora vivo, durante ese tiempo me juntaba con una niña que es mi mejor amiga que se llama Ali, y con otras niñas que se llaman Viridiana, Isabel y selene. Un día no iba a salir nadie y fui a buscar a Selene, ella tiene un primo, que en ese tiempo tenía como 14 años y cada vez que yo iba, quería que jugáramos a los novios, o sea como a tener relaciones se podría decir, entonces pues yo ya casi no quería entrar a la casa de la niña por lo mismo, ademas de que un día el estaba acostado encima de mí, y en eso abrieron la cortina y casi nos veían, desde ese día yo ya casi no entraba a la casa de Selene, y por lo mismo un día iba subiendo las escaleras y como ya no quería entrar a su casa desde las escaleras le grite y me dijo que según la esperara tantito, y cuando voltíe, su primo me enseñó su pene, por lo mismo me asuste y me subí corriendo a mi casa, pero como mi mamá no sabía nada, en ese tiempo yo conocía una señorita que tenía 20 años y yo ya no me acuerdo como, pero le platique lo que estaba sucediendo, entonces ella me

dijo que yo le debería de decir a mi mamá por lo que un día nos pusimos de acuerdo que al otro día le íbamos a decir a mi mamá; pero cuando ese día llego la fui a buscar donde estaba y me dijeron que ya se había ido y que ya no iba a regresar, por lo que ya no le pude decir a mi mamá, durante esa edad, que eran como de unos 9 o 10 años, fue super bonita porque yo me acuerdo que me divertía muchísimo, mojandome, jugando con pistolas de agua super bonito.

Poco antes de esto, yo entre a los scouts, por mi hermano, ya que él ya llevaba bastante tiempo en el movimiento, a él le pidieron una botella de aceite pero creo que se le había olvidado, entonces mi mamá y yo, se la llevamos y cuando llegue al parque el jefe de grupo pregunto que quien era, que porque no entraba a jugar con las niñas, entonces desde ese sábado ya empeze a ir a los scouts Desde el 1er día que fui, vi a Feli pero nos caíamos mal, y durante bastante tiempo se decidieron las gacelas, las únicas que quedabamos eramos ella, yo y otra niña que se llama o llamaba Marcela, pero despues esa niña dejo de ir y las únicas que quedabamos eramos feli y yo entonces las dos nos íbamos a la feria que se pone en el parque, nos poníamos a hacer carteles para que vengan mas niñas, etc y ya cuando nos habíamos dado cuenta, la manada de gacelas ya había crecido y otra vez volvimos a estar con ellas. Un día que nos fuimos de campamento, subimos al cerro del tepozteco y Fely y yo nos perdimos de la demas manada.

Despues de esto, Fely yyo continuamos en las gacelas, hasta que yo ya no tenía la edad para estar con las gacelas, a mí me pasaron a la tropa y Feli se quedo en las gacelas. Me pasarón a la tropa en una posada en Tepoztlan, donde siempre se hacen las posadas, la manada brindo con jugo de uva porque nos íbamos Elizabeth, Diana y yo, nos dieron un recuerdo, y nos pusieron un camino de incienso que iba para donde estaban las jefas de tropa, y a partir de ese momento yo ya no era una gacela

ILIANA

1982.- Nací en el hospital de el Doctor Garcia Figueroa Me fui a vivir a Tula Hgo

1983.- Me bautizaron el día de mi cumpleaños, ya sabía hablar.

1985.- Cumplí 3 años, mi hermana Veronica nacio y yo ya sabía caminar, fue mi presentación.

1986.- Entre al kinder, fui muy sociables y tenía muchos "amiguitos". Nacio Ana Paulina mi hermana menor

1987.- *Aprendí a leer y escribir, conocí a Eva.*

1988 - *Ingrese a la Primaria y Eva iba conmigo, ya tenía un "novio" llamado Job 5 años mayor que yo, yo no lo quería ni el a mi, solo le gustaba besarme*

1989.- *Me regresaron al D.F. por falta de recursos economicos, un año antes me entere de que mi abuelita noera mi abuelita si no mi bisabuelita, de la existencia de la mamá biológica de mi mamá y de que mi abuelito no era esposo de mi bisabuelita si no de su hijo, al regreso de Magdalena (mi abuela) mi abuelo se metio mas y mas en el licor. Yo conocí lo que es odiar a alguien que derrumba tu pequeño castillo de cristal.*

1990 - *Mis papás trabajaban vendiendo directorio para fax, vendian el aparato y espacios de publicidad en el directorio.*

1991.- *Mis padres comensaron a tener deudas y mas deudas, el dinero cada vez comenso a alcanzars para menos, cancelaron tarjetas de credito y dejaron de comprar ropa, bueno, ya no compraban como antes.*

1992.- *La empresa en la que trabajaban mis papas comenzo a subir y ellos junto con la empresa yo en cambio, baje de calificaciones, tuve mis primeros fracasos y me sentia como basura.*

1993.- *Conocí a Karla Paola, me gustaba, pero por miedo o por verguensa no le dije de esto a nadie. Nunca la toque, pero el deseo era enorme. Yo hacia lo posible por aguantar, pero era casi imposible, solo que yo fui mas fuerte que el deseo y gane (jamás la bese, ni toque, nada).*

1994.- *Entre a la secundaria, despues de dos suspenciones en la primaria pensaba que en la secundaria las cosas cambiarian pero no fue así, la situación empeoro, mi primer reporte fue en el primer mes, por que un amigo (Ivan) me pego en el ojo y me lo puso morado, y me pego porque yo lo molestaba; primero yo le dí en el estomago un puñetazo y luego el se levanto y me golpeo en el ojo, el segundo por contestarle a un maestro, el tercero por ponerle purgante al dulce de un compañero (mi disque novio), otro por salirme del salón, otro por "volarme" clases y así hasta 10 reportes Conocí a Olga, desde que la ví me pareció bonita, pero estaba confundida, solo había sentido esa atracción por una niña un par de veces y no sabia como manejarlo o controlarlo, sin embargo ella no sentia lo mismo por mí, a ella le gustaba el maestro de Ingles y yo me ahogaba con mi rabia cada vez que veia que ella le daba algo a el maestrucho ese, cuando Olga lloraba por el me daban ganas de 2 cosas. 1.abrazar y consolar a Olga, besarla y decirle que no se preocupara que todo pasaria y 2 De destrozar a ese viejo negro con mis propias manos y obligarlo a que le hiciera caso para que ella no sufriera, ya que cuando uno realmente ama a una persona prefiere su bienestar al propio.*

1995 - *Yo deje de ser amiga de Ivhy para irme con Monica, una niña de otro grupo y estuve 4 meses con ella (aprox.) y luego comence a llevarme con Fabiola y ella me contacto*

con Olga solo que jamas pense en decirle a nadie lo que sentía por ella. Las cosas ya iban mal en mi casa por que llevaba muchas materias reprobadas y pensaban que era por culpa de Fabiola porque con ella yo haciamucho relajo y me la pasaba hablando todo el dia por telefono con ella. En el verano de este año me fui a un extraordinario (civismo) y tuve que estudiar todas las vacaciones mientras que Fabiola y olga se divertian, ellas se iban a Chapultepec, a patinar, a la Bionda y a mi ni siquiera me imbitaban. Yo presente mi examen en Agosto y entre con ellas a 2º, ellas decian que yo era su mejor amiga, que yo siempre las apoyaba en todo, pero ellas no lo pensaban así, ellas se contaban sus problemas a mis espaldas pero a mi no me importaba, solo me dolia que Olga no me los contara a mí que, según ella, era su hiper mejor amiga. En octubre comence a hacer a un lado a Fabola y a acercarme mas a Olga. A pesar de todos mis esfuerzos no conseguí casi nada pero ya en noviembre cambiaron las cosas. Olga y yo comenzamos a jugar mas, las dos nos enfadamos con Fabiola y nos unimos mas, nuestros juegos comenzaron mas como cariños, al principio eran mordidas de orejas y dedos, pero un día para mi buena suerte se convirtieron en besos y el 16 de diciembre iba a; bueno, sucedió un supuesto accidente, ella y yo nos estabamos despidiendo en las escaleras de mi edificio y por un centimetro casi nos besamos en la boca. Esa tarde lo comentamos y ella me dijo que que hubiera sucedido si nos lo ubieramos dado y yo le dije que tendríamos que intentarlo y al día siguiente nos besamos en la boca y ella me dijo que me amaba, que en el tiempo que habiamos convivido juntas se habia enamorado de mí y que le gustaba mucho y que desde antes sentia algo por mí pero que no comprendía que era hasta ese momento.

Mi soledad, o al menos mi sentimiento de soledad, comenzo cuando nacio mi hermana Veronica. Como ella era la bebé la cuidaban mas y a mi me hacian a un lado por ser mayor que ella (incluso hay una gravación en donde mi mamá le preguntaba cosas a Veronica y yo las respondía y mi mamá me regañaba por responder, como si una niña de 2 años supiera de modales). Cuando comenzaba a acoplarme a la idea de una hermanita Nacio Paulina (2 años despues) y entonces la economia familiar se fue para abajo, mis papas tuvieron que rentar un restaurant, mi mamá todo el dia estaba allí y yo en el kinder y mis hermanas en casa con mi abuela paterna urbana. Cuando yo tenia 6 años y entre a la Primaria, mi mamá ya habia dejado de trabajar en el restaurant y a veces iba por mí y a veces no; en ocasiones yo me iba sola, a mis escasos 6 años, a mi casa, comía, hacía la tarea y me iba a jugar a la calle todo el día, desde como las 2 hasta las 8 o 9 de la noche entonces me acostumbre a no estar nunca con mi familia era mas independiente que ahora a pesar de mi corta edad.

Al año siguiente nos venimos a vivir aquí y estaba todavía mas sola que en Tula; estaba mas sola porque mis papás se salían todo el día primero a buscar trabajo, y una vez que lo encontraron a trabajar. Como la colonia era tan grande no me dejaban salir a jugar, estaba yo enserrada todo el día en 4 paredes con 2 niñas. Aquí es donde yo me acostumbro mas a la soledad.

Cuando ya me estaba acostumbrando a la soledad, quiebra la compañía (2 o 3 años despues de que mis papás entraron allí) donde trabajaban mis papás y entonces mi papá se salía todo el día a buscar trabajo y mi mamá se quedaba en casa todo el día, pero yo no entendía para que se quedaba en la casa, si para cuidarnos o para regañarnos y decir nos de groserías. Se que se sentía presionada por la falta de dinero pero al menos yo la prefería trabajando

Cuando entre a 6to y cumplí años mi tía Patricia me dio de regalo 200 pesos y con eso me compre una gravadora chica y entonces me la pasaba todo el día oyendo musica enserrada en mi cuarto. Un mes antes de mi salida de 6to mis papás tuvieron que buscar otro trabajo por que tenían que pagar boletos de mi graduación y mi curso de regularización.

Despues cuando entre a la secundaria mi papá encontro el trabajo de los telefonos y mi mamá vendía productos naturistas para la salud física y el enbellecimiento personal (con los que me queme el cuello). A finales del 94 mi bisabuelita se enfermo, la internaron y mi mamá se iba al hospital y mi papá a trabajar y otra vez yo sola con mis hermanas o con alguna tía. Mi mamá dejo de trabajar por la misma enfermedad de mi abue y hasta la fecha ya no ha vuelto a trabajar y mi papá trabaja cada que le dan ganas o cuando nesecitamos dinero y ahora ya no puedo acoplarme a estar con ellos porque mucho tiempo estuve sin ellos y ahora me gusta mas la soledad y es por eso que quiciera salirme de mi casa y darle una vuelta a la unidad para relajarme y estar sola. Y cuando mato a un pes siento que su espíritu se libera de estar ecerrado en esa cajita de vidrio y ya no va a sufrir mas porque ya es totalmente libre.

XENIA

-La interferencia en mi vida de mis padres de una forma sin limites. Yo no digo que no se metan pero si necesito en ocasiones saber manejarme yo sola sin que me esten reprochando en todo momento que estoy mal en lo que estoy haciendo. Me disgusta de mi la inseguridad que no me permite hacer mis actividades libremente.

Mi volubilidad ya que en ocasiones siento el hablar y el convivir con la gente y en otras ocasiones indeterminadas no deseo hablar con nadie y solo quiero estar sola y hablar lo indispensable. Mi forma de no darme cuenta de las malas ocasiones que surgen los problemas y no poder enfrentarlos solo surgen situaciones que me hacen sentir mal triste e inutil, que solo tengo ganas de llorar, gritar, no hablar y sin remediar nada.

-El no poder entender que en ocasiones el quedarme callada, no responder es lo mejor, poder tomar de locos a los demás, a personas que lanzan reproches cada vez que conviven conmigo. El no saber poner limites en las decisiones que toman por mi y poder decir las cosas sin desesperarme pues asi surgen en ocasiones problemas tomandome como una grosera.

-Saber enfrentar y poder definir mis culpas pero solo mis culpas ya que aunque en muchas ocasiones no la tengo con reproches y regaños me siento culpable de situaciones que ya no origine y que hasta tengo que sentirme arrepentida y pedir disculpas de algo que no dije o no hice o en todo caso no origine.

-En ocasiones me da miedo hablar y pedir las cosas a cualquier persona que sea, así sea una insignificancia o un favor importante no puedo pedir ni hablar pues siento pena y miedo de equivocarme de lo que estoy pidiendo o diciendo. Me da miedo al rechazo, el no saber decir o iniciar una platica, expresar lo que siento.

Todo esto lo siento a mi falta de inteligencia o en todo caso a la falta de capacidad de realizar las cosas. Físicamente me disgusta mi cabellera pues aunque tengo mucho esta muy seca y es lo que en ocasiones se me a criticado y como lo he leido me hace sentir mal pues me llaman "pelos de elote". Se que soy guapa pero sin pintura siento que no lo soy y me siento fea si salgo sin maquillaje a la calle. A veces me disgusta mi cutis que sea grasoso o con puntos negros

-Me gusta cuidarme pero aun así me siento insegura de mi belleza y aunque jamás me han dicho que soy fea al contrario en todos lados me aceptan por mi belleza, teniendo a

mi alrededor muchos pretendientes tanto de buena clase o baja o como guapos o feos, casados divorciados jovenes o grandes pero aun todo esto me siento insegura de mi belleza.

Quisiera tener un cabello sano y relusiente y un cutis terso y limpio. De ahí en fuera todo me agrada de mi pero esas 2 unicas cosas me hacen sentir insegura de la belleza que poseo. TENGO QUE APRENDER ACEPTAR AQUELLAS COSAS QUE NO PUEDO CAMBIAR.

Porque no puedo aceptarme a mi misma? Me convertire en una muy buena estudiante y cultivare muchas amistades al grado de que los problemas de antisociable en el trabajo me a servido para comprometerme que al comienzo de clases hablare y platicare con muchos compañeros tratando de cultivar las amistades mejores.

Tratare de seguir leyendo y poder aprender de las magnificas culturas que he leído ya que así mi mente se torna tranquila y serena y a la vez aprendo de los maravillosos libros que se escriben pues hasta el momento le he tomado amor a la lectura a tal grado que es uno de mis pasatiempos favoritos siendo el mejor.

Hace 1 año o quiza 2 escribia la letra de las canciones que mas me gustaban, deje de hacerlo por tener muchisimas cosas que hacer lo que se convirtió a la vez en falta de ganas de seguir haciendo pues ya no le encuentre chiste o el porque seguirlo haciendo, pero de cierta forma era una distracción total pues me distraía totalmente mis pensamientos negativos formandome una tranquilidad y solo poder concentrarme en escribir.

Al igual momento escribia poemas leídos en libros y me concentraba en lo que se referia el poema de amor amistad belleza, naturaleza y demas. Soy muy buena para bailar aprendi yo sola lo cual se a convertido en un apasionamiento ilimitado ya que me es totalmente relajante para mi mente cualquier tipo de musica de la que se trate, sintiendome en un mundo unico y tranquilo es por eso que me encanta bailar, el sentir la música hasta lo que mas de.

Sere la mujer más sociable para cuando comiencen las clases y ser la mejor en mi escuela, en mis materias y así seguire sacandolas tratando de ser la mejor. LAS PERSONAS CON LAS QUE TRATAS A DIARIO TIENEN LOS MISMOS PROBLEMAS QUE TODOS LOS VALORES DIVINOS LA BELLEZA-INTELIGENCIA Y DINERO. NO HAGAS CASO A LA VOCECITA: NO SIRVES PARA NADA ERES UN FRACASADO; ALGO ANDA MAL EN TI ERES FEO, TU MENTE NO FUNCIONA BIEN, TODO TE SALE MAL.

Hay otros que sientes exactamente lo mismo que yo siento, cuando se burlan de ellos se les hace el nudo en la garganta. No se debe contribuir el hacerlos sentir peor de lo que ya se sienten.

LUIS RAUL

Nací en Villa Avila Camacho, Puebla. De mi niñez desde el momento de nacer hasta los 5 años solo puedo decir lo poco que mi familia que ha contado. Solían decir que era muy callado, no era inquieto, llegaban a pesar que si estab enfermo Fui cuidado por un grupo de amigos varones por parte de mi mamá y estos amigos que en pocas ocasiones llegue a ver me decían que no daba problemas ni siquiera con mi salud.

A los 6 años mi padre no llegaba a casa por varios días, mi mamá lavaba ropa, cuando él llegaba a casa peleaba con mí madre y llegue a escuchar en 1 ocasión como la golpeaba y ella suplicaba que no le pegara mas, me puse a llorar teniendo un miedo muy grande a veces pienso sino era por mi culpa. Yo a esta edad era muy tranquilo y miedoso a los demas niños, no me gustaba que me pegaran (jugando) o hacer juegos agresivos o donde tenía que ensuciarme. Era muy penoso en relación a que la gente me viera o me hablara en ocasiones miedo. Los juegos que hacía era recortar dibujos de papel que pegaba en trozos de madera y los hacía actuar o más bien los manejaba en juegos sexuales, no se si mis hermanos o mi mamá se daba cuenta porque me enojaba mucho que mis hermanos las tocaran o sino los enterraba.

De 7 a 8 años fui violado por 2 personas (no recuerdo la edad) por Raul y Ricardo siento que mi vida cambio a partir de entonces, porque mi familia aunque no se entero me decían o hacían burla de mí, como físicamente, emocionalmente y porque no decirlo ahora moralmente a esta edad me era difícil afrontarlo y nunca decía nada ni siquiera me defendía de ellos.

Siempre fui un niño inseguro pero atormentado por los insultos por parte de mi familia, mis padsr en ocasiones se molestaban cuando hacía comentarios de mis hermanos y más por la pequeña y esto fue cuando ella nacio yo me encontraba en 5 o 6 año de primaria. Aquí mismo en la primaria había un compañero del cual no recuerdo su nombre tuve relaciones sexuales y esto sucedió cuando nos dejaron hacer el aseo al salón, pero no recuerdo como empezó todo pero puedo decir que me gusto mucho.

Cuando me encontraba en 6 grado de primaria mi primo Adrian y yo nos tocábamos en la cama, nos besábamos en la boca, en una ocasión creo que mi mamá se dio cuenta pero solo dijo que hacíamos y no pasó a mayor. Yo continuaba con mis juegos sexuales con recortes de revistas o juguetes. Siempre viví apenado, con miedo a los demás en ocasiones existían personas que me ayudaban mas bien me defendían de los demás, me daba pena caminar por la calle y en ocasiones salir a jugar. Recuerdo tuve relaciones con un hermano de mi mamá llamado Domingo yo lo acariciaba y por varias ocasiones me besaba y dejaba que lo tocara para mí no era molesto, esto mismo sucedió con Rodrigo hermano de mi madre e igualmente con Mario hermano de mi papá.

En ocasiones mi tío Oscar me amarro las manos, las enbarro con excremento y me las metio en la boca y posteriormente me colgo de una viga quedando parado de puntas, según el lo hizo para que no me comiera las uñas, pero lo que mas me dolio y me duele aun es que mis padres no hicieron ni dijeron nada creo que lo aceptaban a el según sus metodos utilizados.

Siempre he sido una persona muy sensible y en ocasiones tímido, mi madre me golpeaba mucho en varias ocasiones sangraba mucho y salía corriendo a la calle escapando de esa horrible tortura, mi padre jamas nos defendía aun cuando se daba cuenta de todo, esto cuando era un niño. Varias veces me comparaban con mi hermana Leticia menor que yo, los comentarios no eran muy buenos ya que me hacían ver como una mujer y a ella como hombre.

En muchas ocasiones me daba vergüenza ir con mi familia a veces creo que los odiaba porque no dejaban que anduviera solo, siempre tenía que estar con mis hermanos. Mi hermana siempre peleaba como hombre y en muchas ocasiones me defendía, había un amigo que se llamaba o más bien se llama Guillermo con el cual me juntaba mucho pero jamas hubo sex,o, platicábamos mucho jamás lo he visto para volver hablarle. Que le habra sucedido, en fin.

Tambien me decía toda la familia que no era hijo de mi madre, sino de la hermana de ella Socorro por mi parecido semejante a ella, siempre estaba cerca de mí me llevaba de viaje cuando era niño, al circo, fue mi madrina en todo lo necesario en ocasiones me hacía decir mentiras el cual yo aceptaba. En una ocasiones llorando le dije a una maestra llamada Isabel que me adoptara porque yo no era hijo de mis padres cuando ellos se enteraron me pego mi mamá, tanto que jamás volví a decir nada.Siempre fui manipulado por mi familia y cuando yo quería hacerlo con mis hermanos me pegaban y muy fuerte recuerdo yo.

Todo esto que escribo es muy difícil pero lo que en en verdad me duele, es el daño que me han echo todos aquellos que me rodearon durante mi infancia y que jamas entendieron lo que me estaban haciendo.