



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

ESCUELA NACIONAL DE ESTUDIOS PROFESIONALES

IZTACALA

PSICOLOGIA

"TALLER DE AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES"

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIATURA EN PSICOLOGIA

P R E S E N T A N :

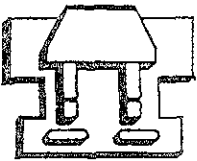
ORTIZ SANTOYO SANDRA
VILLARREAL ESPINOSA GEORGINA

ASESORES:

PROFRA. AURORA ALEJO HERRERA

PROFRA. ARACELI SILVERIO CORTES

PROFRA. MA. JESUS RODRIGUEZ ZAFRA



IZTACALA

OCTUBRE, 2000



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

Agradecimientos

Sandra

A mis padres: Celia y Baltazar, por haberme dado su confianza, corazón y hacer que llegue hasta la cima de la montaña; especialmente a ti Mamá por heredarme tu fuerza y perseverancia en el estudio, te quiero

A mis hermanos: Lorena, por permitirme compartirme parte de tu vida, incluyendo el infinito amor de tus hijos Mirel, Cristina y Alejandro, por enseñarme a ser responsable en mi vida laboral; Vianey y Karla, por compartir el camino de los sueños y la alegría de nuestras vidas, Rodrigo, que esto te sirva como ejemplo para alcanzar tus metas y sueños, Saúl por estar con nosotros.

A mi familia: Abuelos Artemino (q. e. p. d.) y Adilida, que me enseñaron a soñar y a entender el brillo de las estrellas, tíos por verme crecer y aguantarme, tía Eloisa, por alentarme día a día en seguir adelante, tía Angélica, por abrirme tu corazón y brindarme tu cariño de manera incondicional, primos: Angélica, Ana Luisa, Luis, Vladimir, Aldo y María Fernanda, por compartir los momentos inolvidables de nuestra niñez y por seguir juntos.

A mi esposo: Ricardo Maluárez, por su apoyo sin medida por cantar me la canción de una sola nota que hace vibrar nuestras vidas y por mostrarme que la vida tiene diversos matices, te amo.

A mis amigos de siempre por compartir momentos gratos de entera felicidad y vivir en el mismo tiempo.

A mis compañeros y amigos de la carrera: Laura, Miriam, Gerardo, Verónica, César, Edgar, Shadai y Rosa Por estar juntos y emprender juntos el camino hacia el éxito

A mi compañera de tesis: Georgina Villarreal por comprendernos y seguir adelante pasara lo que pasara.

gracias

Agradecimientos

Gina

*Abuelita Victoria: Tu me enseñaste a ser fuerte, me brindaste la oportunidad de realizarme como persona me
brindaste tu corazón y amor*

*A mis padres: Miguel y Apolonia, por haberme brindado su apoyo, comprensión y cariño; especialmente a ti
Mamá por ser tan buena y con base a sacrificios me diste la oportunidad de realizar una meta*

*A mis hermanos: Hugo: por ser un ejemplo, aunque siempre has estado lejos he heredado tu fuerza y
perseverancia; Victor: por tu nobleza; Arturo: (q. e. p. d.) te agradezco infinitamente tu apoyo y cariño que me
brindaste durante toda la vida, y sé que ahora compartes conmigo la satisfacción de ver tu esfuerzo transformado
en un logro*

Leticia: Por estar juntas desde pequeñas y compartir momentos de felicidad.

Alfonso: Por compartir momentos en nuestra niñez, por brindarme tu apoyo de manera incondicional

Dedico este trabajo a mis sobrinos, especialmente a Sarahí, Arturo y Fridita.

A mis compañeros, Verónica, Shadai, Rosita, Laura, y especialmente a mi gran compañero y amigo: Gerardo

Agradecimientos de Sandy y Gina.

*A la Universidad Nacional Autónoma de México, por darnos la oportunidad de crecer y desarrollarnos
profesionalmente.*

A todos nuestros profesores durante nuestra carrera por transmitirnos la fortaleza y sabiduría

A nuestros asesores: Aurora por tu gran apoyo y guía Araceli: por la dedicación e interés a nuestro trabajo.

María de Jesús, por su orientación y comprensión. Gracias a todos por su inmensa sabiduría

INDICE

RESUMEN	5
INTRODUCCIÓN	6
CAPITULO. I: CARACTERÍSTICAS DE LOS ADOLESCENTES	8
1 Adolescencia	8
1.2 Aspectos biológicos	8
1.3 Aspectos psicológicos	11
1.4 Aspectos sociales.. ..	14
CAPITULO. II: DIFERENTES ENFOQUES.....	20
2. Diferentes enfoques	20
2.1. Enfoque psicoanalítico	20
2.2 Enfoque del aprendizaje social.	21
2.3. Enfoque humanista.....	24
CAPITULO III. LA AUTOESTIMA	30
3 La autoestima	30
3.1 La autoestima en el Adolescente	31
3.2 La autoestima en la Sexualidad.	34
3.3 La autoestima en la Familia.....	35
3.4 La autoestima en la Escuela.. ..	37
3.5 La influencia del maestro en la autoestima	38
3.6. La lectura	39
3.7. La autoestima en la comunicación.....	42
CAPITULO. IV: EL TALLER.....	47
4. Los aspectos del taller.....	47
CAPITULO V: METODOLOGIA.....	50
RESULTADOS.	73
ANALISIS DE RESULTADOS.....	80
CONCLUSIONES.. ..	84
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	90
ANEXOS.....	92

RESUMEN

Según el ciclo de vida; un individuo nace, se desarrolla, se reproduce y muere. De esta manera atraviesa por diferentes etapas: infancia, pubertad, adolescencia, adulto, madurez, vejez y senectud

En la presente investigación es de interés la etapa que se ha considerado más compleja: La adolescencia. Esta es una fase donde se sufren cambios (biológicos, físicos, psicológicos y emocionales), por lo tanto, es importante proporcionar información para coadyubar en la autoestima, la cual se refiere al concepto que cada quién tiene de sí mismo.

Y se parte de la hipótesis: Si se proporciona información de autoestima a los adolescentes entonces se concientizarán de la importancia de su persona para su óptimo desarrollo individual. Para corroborar ésta, se realizó un Taller de Autoestima en Adolescentes con participantes de ambos sexos, entre los 14 y 17 años de edad, quienes cursaban el 3er. grado de secundaria. Los resultados obtenidos manifestaron que los adolescentes presentaron un cambio en el ámbito cognoscitivo.

Se concluyó que es muy importante la satisfacción de las necesidades primarias secundarias y terciarias, para lograr y mantener una autoestima alta; además de considerar la influencia de los elementos sociales, dando mayor relevancia a la familia como unidad primaria, siendo el núcleo principal donde se desarrolla el individuo

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es un lapso con grandes cambios tanto biológicos, psicológicos y sociales

Dentro de los cambios biológicos se encuentra el desarrollo fisiológico, donde maduran los órganos sexuales siendo un cambio de condiciones internas y externas, así como una expresión psicosocial, ya que están dentro de una sociedad y cultura determinada

Respecto a los cambios psicológicos, se manifiesta una búsqueda de identidad, ésta se refiere a pertenecer a un grupo determinado así como el rol o papel de su comportamiento que manifiesta el grado de aceptación de la persona en su entorno social

Uno de los aspectos psicológicos más importantes del adolescente es encontrarse a sí mismo.

En el aspecto social se dan las relaciones de grupos donde satisface sus necesidades sociales, y donde se encuentran normas que rigen su comportamiento ejerciendo control. Algunos de los grupos son: La familia, el grupo de amigos y la escuela.

Cabe señalar que los tres aspectos del desarrollo del adolescente se encuentran interrelacionados. Lo cual es primordial para el desarrollo de su personalidad.

Por otra parte, diferentes corrientes psicológicas exponen su punto de vista para definir autoestima entre los enfoques se encuentran: psicoanalítico, aprendizaje social y humanista

Consideramos que el enfoque humanista contempla de forma integral al individuo, ya que esta postura define a la autoestima como parte de las necesidades humanas, y el individuo es conceptualizado como una persona que es capaz de

dirigir su vida y fomentar su propio desarrollo, sabe lo que tiene que hacer para manejarse así como tomar sus propias decisiones

La autoestima, es uno de los elementos que constituyen al individuo, ya que se considera como el concepto que cada uno de nosotros tiene de sí mismo, la autoestima es el componente evaluativo, lo cual significa, reconocernos a nosotros mismos, para llegar a ella es a través de cinco pasos: Autoconocimiento Autoimagen, Autoevaluación, Autoaceptación y Autorespeto

Si un individuo se conoce, sabe que cambios tiene, crea sus valores y desarrolla sus capacidades, entonces tendrá una buena autoestima.

Dado que la adolescencia es un periodo de transición y por lo tanto crítico, la autoestima es un elemento importante para un óptimo desarrollo del adolescente

La autoestima está determinada por múltiples factores, entre los cuales están: sexualidad, familia, escuela (maestro y lectura) y comunicación

Consideramos que una de las alternativas para que el adolescente adquiriera dicha información es a través de un taller vivencial, donde podrán crear habilidades. adquirir conocimientos, tener cambios de actitud.

De tal manera, que el objetivo de la presente investigación fué proporcionar información de autoestima a los adolescentes con el fin de concientizarlos de la importancia de su persona para un óptimo desarrollo individual, lo cual se verá reflejado en el manejo adecuado de dicha información.

CAPITULO I

CARACTERÍSTICAS DE LOS ADOLESCENTES

1. LA ADOLESCENCIA

La adolescencia, es el período de tiempo que transcurre entre la niñez y en la edad adulta, tiene su derivación de la voz latina: adolescere, que significa "crecer o desarrollarse hacia la madurez" (Muuss 1989).

Es una etapa que comprende aproximadamente entre los diez o trece años hasta los diecisiete o dieciocho años, con grandes variaciones tanto individuales como culturales.

Este lapso puede ser una época de alegría irreprimible, así como de tristezas, de una inclinación por los grupos o sociedad; de altruismo y de egoísmo; de curiosidad incansable y aburrimiento; de confianza y duda en una mismo. Pero sobre todo la adolescencia es un periodo de cambios físicos, sexuales e intelectuales, como ambiental de las exigencias externas que la sociedad impone a sus miembros en desarrollo (Conger, 1980), es decir se trata de una época de cambios. de contrastes, donde el adolescente puede no saber incluso si optar por lo enteramente convencional o vulgar.

1.2. ASPECTOS BIOLÓGICOS

El inicio de la adolescencia es precedido por la "pubescencia" (se deriva del latín. pubescere; "cubrirse de pelo"), es el lapso del desarrollo fisiológico durante el cual maduran las funciones reproductoras y los órganos sexuales primarios y secundarios (tanto órganos internos como externos), ésta etapa tiene aproximadamente una duración de dos años y termina con la "pubertad" (que proviene del latín: pubertad; "Edad" de la hombría o viril"), momento en el cual el

individuo está sexualmente maduro y en condiciones de reproducirse, es evidente la aparición del vello púbico y axilar, así como también en los varones se lleva a cabo el crecimiento de los testículos y en la mujer el crecimiento del busto como los ovarios (inicia la menstruación). El primer signo de pubescencia en las mujeres es el florecimiento de los senos: los pezones se agrandan y brotan, las aureolas, áreas pigmentadas que rodean los pezones, también aumentan de tamaño y los senos toman primero una forma cónica y después redondeada. Generalmente los senos se han desarrollado completamente antes de comenzar la menstruación. La menarquía o derramamiento mensual del tejido que reviste la matriz, en promedio una mujer tiene su primera menstruación a los 12 1/2 años o más, en los primeros sangrados normalmente no hay ovulación.

Así ambos términos se refieren a los cambios biológicos y fisiológicos que se asocian con la maduración sexual, además son suma total de todos los intentos para ajustarse a la etapa de la adolescencia y al nuevo grupo de condiciones externas e internas que confrontan el individuo.

Así Kuhlen (en Muuss, 1989) menciona que la adolescencia es el periodo durante el cual tiene lugar la adaptación sexual, ideológica, social, vocacional y la pugna por independizarse de los padres, así el criterio para fijar el fin de la adolescencia no corresponde tanto a una edad cronológica determinada sino al grado que en esa "adaptación" se haya alcanzado.

Para comprender al ser humano en todas sus manifestaciones, debemos partir del principio general que establece que, la naturaleza humana en el resultado de la integración de los aspectos biológicos, psicológicos y sociales, cuya complejidad se manifiesta en la manera de pensar, sentir y actuar. Primero conceptualizaremos a la sexualidad y el sexo, para así comprenderlo mejor, la CONAPO (1985) menciona que la sexualidad, es la expresión psicosocial de los individuos como seres que se comportan dentro de una sociedad y cultura determinada.

Y en lo que respecta al sexo, es el conjunto de características anatómicas y fisiológicas que en la especie humana diferencian al varón y a la mujer, que al complementarse tiene en sí la potencialidad de la reproducción

Así tenemos que dentro del aspecto biológico sexual del adolescente, se encuentra una confusa secuencia de acontecimientos que producen tanto el crecimiento físico como la madurez sexual, controlada por las hormonas (secreción de las glándulas endocrinas), las cuales a su vez comienzan a funcionar debido a las señales emitidas por el hipotálamo (importante centro de coordinación ubicado en el cerebro), la señal estimula a la glándula pituitaria ubicada justo abajo de la base del cerebro, para liberar hormonas que tienen diversos efectos estimulantes sobre otras glándulas endocrinas del cuerpo. De ellas provienen las hormonas que deberán alterar el crecimiento físico y el desarrollo sexual, las hormonas sexuales que incluyen a los andrógenos (hormonas masculinas: testosterona), estrógenos (hormonas femeninas) y progestinas o gestágenos (hormonas de embarazo). A través de estos complejos mecanismos de "retroalimentación", estas hormonas estimulan y aceleran el desarrollo físico y fisiológico que se lleva a cabo durante la pubertad y la adolescencia (Mc Kary, 1983).

Aunque puede haber algunas variaciones individuales y perfectamente normales en la secuencia de los acontecimientos que llevan a la madurez sexual a los adolescentes, así en la mayoría de los hombres los testículos y el escroto empiezan a aumentar de tamaño, el pene comienza a agrandarse; la voz se hace más grave a medida que la laringe crece comienza a aparecer vello en las axilas y en el labio superior; aumenta la producción de esperma y puede presentarse emisiones nocturnas, la capacidad de erección del pene y de recibir estímulos genitales placenteros existe desde la infancia, pero los estímulos sexuales se vuelven fuertes e insistentes sólo cuando la pubertad inicia, presentándose un aumento relacionado con los niveles de testosterona, así la producción o emisión del fluido seminal en el joven: la primera eyaculación del adolescente puede ocurrir dentro del primer año del inicio del crecimiento repentino, como resultado

de la masturbación (alcanzar un orgasmo excitando los órganos genitales con la mano) o emisión nocturna (la eyaculación de fluido seminal durante el sueño, el llamado sueño "húmedo"), el cual es una experiencia común en casi todos los hombres, además ocurre con mayor frecuencia entre los jóvenes que carecen de otros escapes sexuales, como la masturbación, las caricias que provocan el orgasmo o la propia unión sexual y puede o no estar acompañada de sueños "eróticos".

La maduración sexual en la mujer sigue un patrón característico. crecimiento primario del busto (floreamiento) y redondeamiento de las caderas; aparece incipientemente el vello púbico; aumento en el tamaño del útero y de vagina, de la vulva y del clítoris, mayor desarrollo de los senos; menarca o iniciación de la menstruación, así el periodo de "esterilidad de la adolescente" termina, ya que es capaz de concebir (por lo general cerca de un año después de la menstruación), aunque psicológicamente no está preparada para la concepción

1.3 ASPECTOS PSICOLÓGICOS

Tanto hombres como mujeres adolescentes albergan una serie de inquietudes relativas a su cuerpo durante este periodo de rápidos cambios físicos, también puede desarrollar una "sexualidad reactiva", la cual consiste en buscar una experiencia sexual no tanto por sí mismos, sino para afirmar su normalidad sexual, es decir que "busca su identidad sexual (aspecto psicológico de la sexualidad)", que consiste en la identificación psicológica que va desarrollado el niño(a) con uno u otro sexo, el sentirse hombre o mujer (Mc Kary, 1983).

La identidad sexual comprende tres aspectos: la identidad de género, el rol de género y la orientación sexual.

En lo que respecta a la identidad de género, se refiere a la conciencia de pertenecer a un sexo determinado, es decir sentir y pensar como hombre o mujer ésta se forma a partir de los mensajes explícitos o implícitos, verbales o no verbal que reciben del medio, además el contenido de esta identidad de género es

producto y resultado de la interacción social. De tal manera que, el rol o papel sexual, es el comportamiento, palabras y acciones que manifiestan el grado de conformidad de la persona en su expresión social, con lo que puede la cultura propia considerar adecuado al sexo de asignación, según el grado de conformidad con las pautas culturales respectivas será considerado masculino, femenino o ambivalente, de donde tenemos que el sexo de asignación juega un papel importante en la determinación de los roles sexuales, si el papel sexual es el grado de conformidad con las pautas de conducta, tenemos que éste puede presentarse bajo las siguientes formas:

⇒ Masculino: es actuar como varón

⇒ Femenino. es actuar como mujer.

⇒ Afeminado actuar como mujer, siendo morfológicamente varón

⇒ Marimacho: actuar como varón, siendo morfológicamente mujer.

Es reconocido que la sociedad por medio de la ideología enseña los papeles sexuales que deben ejercer sus miembros con ciertos grados de exigencia, según la etapa del ciclo vital, son papeles trascendentales en la conducta y aprendizaje en la sociedad.

Así la orientación sexual, podemos decir que se refiere a la atracción, el gusto o preferencia del sujeto para elegir compañero en la relación afectiva, en las fantasías sexuales, o incluso en el coito. El ser humano tiene la potencialidad de orientarse a lo:

◇ Heterosexual: el individuo se identifica con su sexo morfológico y su papel sexual, cuya capacidad se inclina exclusivamente a actividades sexo-genitales o afectivas con individuos que pertenecen al otro sexo.

◇ Homosexual: el papel sexual del individuo se inclina a actividades sexo-genitales o afectivas con individuos que pertenecen a su mismo sexo.

◇ Bisexual: el individuo se inclina a actividades afectivas o sexo-genitales, tanto con individuos del otro sexo como con los del mismo sexo.

Las causas que determinan la elección de la orientación sexual son quizá el aspecto más controvertido de la identidad sexual, pero conozcamos el factor que se encuentra íntimamente ligado a la orientación sexual que es el erotismo sensual (deseo carnal), donde este elemento dirige su acción hacia la consecución del placer sexual, se obtiene a través del proceso del desarrollo, en el que la persona hace suyos los elementos socioculturales que le permiten elaborar un conjunto de estímulos sexuales efectivos para obtener placer sexual. El ambiente en el que vive el adolescente nos marca que hombre y mujeres son diferentes o deben serlo, este proceso involucra la creación de una idea sobre el "yo" sexual, así la sociedad no estimula la conducta sexual entre los adolescentes pero subraya las diferencias en el papel e identidad sexual, que es el momento crítico o crucial en el cual tienen que desarrollar el sentido de su propia identidad, debe tener cierta idea de quién es, a donde va, y cuáles son las posibilidades de llegar a su destino o su futuro. Conger (1980), señala que el proceso de formación de identidad puede ser relativamente sencillo o complejo, breve o prolongado, satisfactoriamente o doloroso, puede constituir un éxito o un fracaso, dependiendo de algunos factores (biológicos, psicológicos y sociales), así la tarea central del adolescente consiste en encontrarse a sí mismo.

Erikson (1989), menciona que la identidad, es una estabilidad del propio sí mismo percibida por el individuo a través del tiempo, es decir la necesidad que una persona tiene de percibir que es similar y que además se mantiene abiertamente ligada con la persona que fue el día de ayer y la que será el día de mañana, posteriormente tiene que lograr una integración total de sus aspiraciones, ambiciosas, junto con todas sus cualidades donde todo esto se permitirá la intimidad con lo afectivo, sexual y otras situaciones que requieran de entrega sin temor de perder la identidad del yo en la etapa siguiente que es la madurez (íntegro e independiente)

1.4. ASPECTOS SOCIALES

Los seres humanos se conciben agrupados, asociados entre sí y con múltiples relaciones formando los divertidos grupos para evaluar por sesión el progreso del alumno en su autoestima en cada aspecto del adolescente, y en este sentido la sociedad presiona para que los individuos se comporten de una determinada manera.

En diversas culturas la conducta sexual (conocimientos, actitudes, normas, valores, creencias, mitos y tabúes), varía en mayor o menor medida de una cultura a otra, así dentro de una misma sociedad, los roles sexuales presentan características específicas para cada etapa del desarrollo del individuo, éste entra dentro del proceso de socialización que emplea la sociedad para transmitir la cultura a los individuos (aprendizaje de los roles sociales), además la socialización permite al ser humano estructurar su identidad, es decir encontrar durante el proceso de desarrollo una forma individualizada de ser, de sentir y pensar que lo hace único y original dentro del grupo.

Ahora bien, el proceso de enseñanza aprendizaje de estos papeles da en el interior de la familia, el núcleo familiar se presenta entonces como intermediario entre el individuo y la sociedad, esta última genera frente a la familia y ejerce un control para institucionalizar su marco ideológico, de tal forma que la familia es una institución con funciones específicas que expresan las características de la organización social a la que pertenece, es importante destacar que la familia no sólo es un agente transmisor pasivo, sino que la capacidad crítica de sus miembros posibilitan el cambio social, ya que es transmisora de los valores y normas aceptadas socialmente para regular la conducta de los individuos, en ella empezamos a comprender y a valorar las formas de convivencia social, así también la familia tiene sus propias normas donde sus integrantes se expresan de manera adecuada según éstas.

Relaciones con padres y grupos de iguales

Según Papalia (1997) la edad se vuelve un agente de alianza en la adolescencia. Los jóvenes emplean mucho de su tiempo libre con personas de su misma edad, con los que se sienten a gusto y se pueden identificar. Pasan sus mejores momentos con sus amigos, se sienten libres, abiertos, parte del grupo, emocionados y motivados cuando están con ellos.

La gente joven tiende a creer que muchos adolescentes comparten sus valores personales, mientras que mucha gente vieja no lo hace. No obstante, el rechazo a los valores de los padres es casi siempre parcial, temporal o superficial.

Por otra parte, el adolescente debe renunciar a la identificación de la niñez y establecer una identidad independiente, mientras que, al mismo tiempo, retiene los nexos con sus padres y familia. (Siegel, 1982; en Papalia, 1996)

Así, los sentimientos ambivalentes de los adolescentes se parecen a la propia ambivalencia de los padres. Indecisos en esperar a que sus hijos sean independientes y esperar mantenerlos dependientes, los padres siempre encuentran difícil dejarlos ir. Los padres pueden dar a sus hijos en adolescencia "mensajes dobles" de decir una cosa, pero comunican justo lo apuesto con sus acciones. Aunado a esto, Papalia considera que los conflictos se presentan principalmente con la madre que se encuentre con una pérdida de autoridad y poder, debido a los patrones conductuales de cada rol social.

Investigaciones sobre conflictos entre padres y adolescentes señala que los disgustos menores son más frecuentes que las batallas mayores, (Steinberg, 1981; En Papalia 1997) señala que el conflicto entre los padres y los adolescentes es normal y saludable. Así mismo, la mayoría de las controversias entre padres y adolescentes son de temas sin importancia, como el trabajo escolar, los amigos, los hermanos, las labores domésticas, el ruido, hora de llegada y aseo. Estos disgustos pueden reflejar búsqueda de independencia o ser sólo una especulación del refuerzo de los padres por enseñar a los hijos a seguir las normas sociales.

El conflicto parece crecer al comienzo de la adolescencia, se estabiliza en la mitad y desciende después de los 18 años. La declinación puede reflejar la entrada a la edad adulta o la tendencia de los adolescentes de los 18 años a abandonar el hogar.

El conflicto es una parte de todas las relaciones y especialmente en el periodo de transición como la adolescencia, cuando la relación padre-hijo debe de reconstruirse, es decir, que el padre reconozca que su hijo ha madurado y llegará a ser adulto. Sin embargo muchas familias manejan el conflicto de la adolescencia sin mayor problema, manejan adecuadamente el proceso de maduración.

Grupo de Iguales

Los adolescentes están en unas de las complejas transiciones de la vida, y la manejan en diversos grados de facilidad, una fuente importante para respaldar a los adolescentes (así como de presión por el comportamiento que los padres puedan desaprobado) es su creciente implicación con sus parejas (Papalia 1997)

Al tiempo en que los adolescentes experimentan rápidos cambios físicos, se sienten cómodos el estar con otras personas que pasan por cambios similares. En un momento en que la búsqueda de la madurez social y emocional exige que el adolescente cuestione el valor de la norma de los adultos y la necesidad de una guía paterna, es consolador poder buscar consejos en los amigos que pueden entenderlos y están en armonía con ellos debido a que se hayan en la misma situación. Así, cuando los jóvenes están aprendiendo los nuevos valores, pueden aprobar sus ideas con sus grupos de amigos con menos temor de ser ridiculizados o rechazados, del que tendrán con sus padres u otros adultos.

El grupo de iguales es una fuente de afecto, simpatía y entendimiento; un lugar para experimentar y un medio de respaldo para el logro de autonomía e independencia de los padres (Coleman, 1980; en Papalia 1997).

De este modo los adolescentes, en general pasan más tiempo con su grupo de iguales.

Amistades: Las más afectuosas y fuertes relaciones son aquellas con los amigos cercanos. Las amistades son probablemente más cercanas y más intensas en la adolescencia que en cualquier otro momento de la vida (Berndt, 1982, en Papalia, 1997).

La habilidad de los amigos cercanos de compartir sus pensamientos descansa en el desarrollo cognoscitivo. Los adolescentes son más hábiles para expresar lo que piensan y sienten, y pueden ser más susceptibles a los sentimientos y pensamientos que sus amigos comparten con ellos.

Aunque la intimidad y la confianza de la "mejor amistad" pueden llenar el vacío creado por la separación de los padres, los jóvenes que buscan intimidad en una relación para compensar la ausencia de ésta en su casa tienen menos posibilidad de encontrarla.

Los adolescentes tienden a escoger a sus amigos muy parecidos a ellos, estos se influyen los unos a los otros para tener mayor parecido. Esta necesidad es también evidente en la tendencia de los adolescentes a imitar el comportamiento el uno del otro y la influencia de la presión del grupo de iguales. En este sentido, los adolescentes se encuentran a sí mismos en una batalla entre sus padres y su grupo de iguales. Los adolescentes pretenden vivir como adultos sin responsabilidades, lo cual los lleva a confrontar problemas que no van de acuerdo a su edad, como el embarazo y la delincuencia.

Las consecuencias de un embarazo en los adolescentes son enormes para los jóvenes involucrados, para sus bebés y para la sociedad.

Los jóvenes están más susceptibles a complicaciones severas del embarazo, incluyendo anemia, trabajo de parto prolongado y toxemia. Las madres jóvenes están más cerca de dar a luz a niños prematuros, bajos de peso y son más propensas a tener bebés que mueren durante el primer año y están más cerca de tener hijos con problemas neurológicos. (Makenry, 1979; en Papalia, 1997)

Un embarazo no deseado trae graves consecuencias que también afecta a los padres. Por un lado, no terminan siempre su formación escolar, tienen menos

oportunidad de un empleo, dependen de los padres, frustran sus diversiones, no educan adecuadamente a su descendiente, son propensos a tener más conflictos emocionales, a diferencia de un adolescente de su edad.

Las principales causas que propician un embarazo no deseado en los adolescentes son la falta de la educación sexual, carencia de información acerca de los métodos anticonceptivos, no los usan o los usan inadecuadamente.

Por otra parte, los jóvenes están menos preparados para asumir la responsabilidad de prevenir el embarazo, de protegerse a sí mismos

¿Cómo prevenir el embarazo en los adolescentes?

Los adolescentes que han discutido el sexo, el embarazo y los anticonceptivos con sus padres tienden más a usar el control natal. Los adolescentes que han recibido cursos de educación sexual completos en la escuela, probablemente usarán anticonceptivos más que los adolescentes que no han recibido una educación sexual.

Una educación efectiva, para la prevención del embarazo juvenil es el diálogo entre padres e hijos, así como la representación (ejemplos) de los problemas sexuales y la propaganda de anticonceptivos por radio y televisión.

Por otra parte, la delincuencia juvenil es otro grave problema. ¿Qué hace que un niño se meta en problemas cuando otro que vive en la misma calle o esta en la misma familia. permanece dentro de la ley?

No es sorprendente que los niños que tienen problemas a temprana edad, en la vida estén más próximos a involucrarse en problemas más profundos: la mentira, la vagancia, la adquisición de poca educación y el robo; son predictores importantes de la delincuencia.

La delincuencia no es un fenómeno de clase sino un resultado de turbulencia emocional que afecta a la gente joven de todos los niveles de la sociedad. Los delincuentes de familias adineradas van al psiquiatra mientras las familias pobres terminan en la policía.

Existen cuatro clases de delincuentes: **los impulsivos**, que actúan sin pensar y no tienen control; **los narcisistas**, que sólo piensan en ellos mismos, se sienten ultrajados y buscan vengarse de las personas que los han lastimado y ven éste como el único camino para mantener su autoestima; **los emocionalmente vacíos**, que son pasivos, carentes de afecto y, **los depresivos**, que actúan para superar el dolor de sus conflictos internos

Por su parte, Papalia (1997) identifica a dos tipos de delincuentes

a) Ofensor de condición.- Es un joven que se ha escapado de su casa, es sexualmente activo, no ha obedecido las reglas de los padres o ha hecho algo más que es ordinariamente considerado como criminal

b) Criminal.- Es aquel que ha hecho algo que es considerado un crimen sin importar quien lo cometa (robar, violar o matar).

Los hombres están más propensos que las mujeres a meterse en problemas con la ley. Los jóvenes (varones) son culpables virtualmente de ofensas delictivas, especialmente violentas. El incremento entre las mujeres de comportamiento tales como el uso de las drogas y abandono del hogar aparentemente liberan actividades que las respaldan, como robo de tiendas, asalto, hurto y prostitución

Como se comentó, las características del adolescente se encuentran interrelacionadas con los aspectos biológico, psicológico y social; y el equilibrio entre éstos conlleva al desarrollo de autoestima en el adolescente

A continuación mencionamos las tres posturas más importantes que explican el proceso de autoestima en el individuo.

CAPITULO II

DIFERENTES ENFOQUES

2. DIFERENTES ENFOQUES

Es necesario estudiar diferentes enfoques para saber la directriz de la investigación, así como contar con las bases para fundamentar la importancia de la autoestima en los adolescentes durante el desarrollo de su persona. Es relevante conocer la teoría para reafirmar o contrastar lo observado durante la presente investigación.

Muchos teóricos desde diferentes perspectivas han intentado definir la autoestima y ésta tiene que ver con nuestra forma de comportarnos y guiamos a través de la vida.

2.1. ENFOQUE PSICOANALÍTICO

Desde la perspectiva psicoanalítica, la autoestima está relacionada con la libido narcisista. Freud (en Gómez y Palacios, 1995) hace referencia en que la autoestima es una expresión de la magnitud del yo. Los logros, posesiones y la confirmación de los residuos, del sentimiento de primitiva omnipotencia, aumentan la autoestima. También señala que la impotencia, o la incapacidad de amar debido a problemas físicos o anímicos disminuye la autoestima.

De esta manera Freud considera que “Una parte de la autoestima es primaria: el residuo del narcisismo infantil, otra procede de la omnipotencia confirmada por la experiencia (del cumplimiento ideal); y una tercera, de la satisfacción de la libido objeto” (Gómez y Palacios, 1995).

En la propuesta psicoanalítica se observa que la autoestima se desarrolla a la par con el desarrollo psicosexual, es decir, durante la conformación de la personalidad.

CAPITULO II

DIFERENTES ENFOQUES

2. DIFERENTES ENFOQUES

Es necesario estudiar diferentes enfoques para saber la directriz de la investigación, así como contar con las bases para fundamentar la importancia de la autoestima en los adolescentes durante el desarrollo de su persona. Es relevante conocer la teoría para reafirmar o contrastar lo observado durante la presente investigación.

Muchos teóricos desde diferentes perspectivas han intentado definir la autoestima y ésta tiene que ver con nuestra forma de comportarnos y guiarnos a través de la vida.

2.1. ENFOQUE PSICOANALITICO

Desde la perspectiva psicoanalítica, la autoestima está relacionada con la libido narcisista. Freud (en Gómez y Palacios, 1995) hace referencia en que la autoestima es una expresión de la magnitud del yo. Los logros posesiones y la confirmación de los residuos, del sentimiento de primitiva omnipotencia, aumentan la autoestima. También señala que la impotencia, o la incapacidad de amar debido a problemas físicos o anímicos disminuye la autoestima.

De esta manera Freud considera que "Una parte de la autoestima es primaria: el residuo del narcisismo infantil, otra procede de la omnipotencia confirmada por la experiencia (del cumplimiento ideal); y una tercera, de la satisfacción de la libido objeta]" (Gómez y Palacios, 1995)

En la propuesta psicoanalítica se observa que la autoestima se desarrolla a la par con el desarrollo psicosexual, es decir, durante la conformación de la personalidad.

En relación con este concepto Frida Saal y Néstor Broiunstein, explican la constitución del sujeto en el psicoanálisis, que a continuación se describe “El yo se constituye a través del otro, sino existe ese otro, no hay yo. El yo tiene que llegar a ser, conformarse y, en este sentido la imagen (del otro) tiene un papel estructurante en la organización del cuerpo. De esta manera que el narcisismo infantil deriva del narcisismo de los padres. De igual forma, el deseo infantil se apuntala un deseo de ese otro, la madre, el padre o sustitutos y no en las funciones corporales

Gómez y Palacios (ibid) consideran a la autoestima como una necesidad básica y prioritaria para todo ser humano, es la percepción tanto interior como exterior de sí mismo. La percepción interior que se origina con la interacción e interiorización del otro, es un ideal que regula la conducta y valorización de la persona. De acuerdo con esto, la autoestima es un proceso donde interviene el alejamiento, la aproximación, el equilibrio y la superación de ese ideal del yo, que cada individuo tiene como meta

Para Judith Bardwich (en Gómez y Palacios, 1995) la autoestima es el valor concebido al yo mediante el aprendizaje social, los mecanismos de identificación, la construcción de ideales del cuerpo, la identificación sexual, las técnicas básicas del fortalecimiento y de defensa del yo; y los sentimientos volitivos y de responsabilidad.

2.2 ENFOQUE DEL APRENDIZAJE SOCIAL

Desde el punto de vista de la psicología social, Lindgren (en Gómez y Palacios, 1995) afirma que la autoestima se aprende de los demás y llega a ser una reflexión de lo que las personas piensan, de lo que son o de lo que valen así como la interacción de dicha reflexión con la imagen que poseen de sí mismos. La autoestima es el valor que las personas tienen de sí mismos

Esta postura afirma que la autoestima se aprende en relación con los otros, es decir, que el individuo se valora en torno a la valoración y reflexión de los otros

Así la autoestima se entiende como un proceso psicológico cuyo contenido se encuentra socialmente determinado. El proceso psicológico, es decir la autoestima está determinada socialmente.

Newcomb (en Gómez y Palacios, 1995) entiende por autoestima, la conducta de una persona en cualquier situación y la forma en que la percibe una persona, así como las actitudes hacia sí mismo en un marco de referencia determinado socialmente

La autoestima está sintetizada en el comportamiento socialmente aprendido en el individuo.

Así mismo, la autoestima se ha definido como un juicio de valor, un sentimiento, una actitud, o una cualidad positiva o negativa de aprobación o desaprobación con respecto a sí mismo.

Se enfatiza que esta autoestima obedece a un condicionamiento social; es decir un aprendizaje, un rol asumido, una percepción valorativa del individuo, con respecto a los demás pero en esas definiciones no se incluyen todos los factores (sociales, culturales y psicológicos) principalmente el psicológico en la explicación de la autoestima. (Gómez y Palacios, 1995)

Llegados a este punto nos corresponde cerrar el análisis del enfoque socializador con la Teoría del Aprendizaje Social de BANDURA y WALTERS, autores que ponen de manifiesto que para que se concrete el aprendizaje de actitudes y valores el refuerzo, por sí, no es suficiente, debiendo sumarse a estos refuerzos el aprendizaje por observación de modelos.

Ambos autores consideran que.

- La conducta está influenciada por los estímulos provenientes y es también controlada por los factores cognitivos.
- Los factores cognitivos no pueden omitirse o desconocerse porque el estímulo o refuerzo sólo logra el efecto esperado, si previamente ha sido representado mentalmente.

Bandura (1991) afirma

Desde la perspectiva del aprendizaje social, el funcionamiento psicológico es una interacción recíproca continua entre determinantes personales, conductuales y ambientales

Es, por lo tanto, sumamente importante contar con un aprendizaje observacional y de imitación de modelos si se quiere lograr una progresiva adquisición de comportamientos y valores sociales.

¿Por qué decimos esto?

Porque de acuerdo a los principios de refuerzo e imitación, los niños, mediante la observación de las actitudes de los miembros de su entorno inmediato y mediato, el cual les muestra como refuerza con su aprobación aquellas conductas o actitudes que se estiman socialmente deseables, entonces, irán adquiriendo sus propias actitudes.

En el proceso de incorporación que el niño efectúa, participan los mecanismos de

Identificación: Mecanismo por el cual se produce la incorporación de las cualidades de un objeto externo, por lo general de otra persona, a la propia estructura psíquica.

Condicionamiento: La aprobación que la concreción de una conducta recibe, facilita notablemente su repetición y/o persistencia.

Cuando mediante la identificación y el condicionamiento se adoptan como propias conductas, normas y valores que la sociedad reconoce como valiosas y que se han observado e imitado de los adultos significativos, se está ante el aprendizaje sociomoral.

En síntesis; la adquisición de actitudes, normas y valores en la propuesta de aprendizaje social se opera por: Condicionamiento mediante gratificación-castigo frente a las conductas, según sean deseables o no.

Durante los primeros años de vida, las características más importantes son identificación, observación, imitación y modelado; e incorporación de modelos adultos. Y en años posteriores, es primordial la Franja de Reflexión

Según la teoría del aprendizaje social, las personas enseñan, modelan y refuerzan diversos aspectos de los niños, según la edad de éstos al principio, el control es necesariamente externo cuando los niños no han aprendido todavía a hablar, los padres tienen que servirse de la intervención física para tratar de impedir sus conductas peligrosas, a medida que los niños maduran, las sanciones sociales van reemplazando a las físicas. Para que la socialización sea satisfactoria, es necesario que las sanciones y demandas externas vayan reemplazándose, gradualmente, por controles simbólicos e internos. Una vez establecidos los criterios morales de conducta, por medio de la instrucción y el modelado, la propia evaluación que el sujeto hace de las consecuencias de su conducta le disuade de llevar a cabo actos que supongan una transgresión de las normas.

2.3. ENFOQUE HUMANISTA

Desde un enfoque existencial humanista se enfatiza que los intereses y preocupaciones del ser humano, en lugar de convertirse en un sistema de técnicas utilizadas para influenciar a los individuos, es básicamente una actitud que acentúa la comprensión de la persona

El objeto de este enfoque es que la persona es responsable de su propia existencia, que reconozca que a pesar de las condiciones impuestas, existe un grado de libertad de elección y que sepa que tiene la capacidad de tomar decisiones sobre sí misma.

La característica esencial de este enfoque, es la comprensión de la naturaleza del ser humano, insistiendo en la responsabilidad del individuo, para lograr un sentido de autodirección, autorrealización y participación personal.

La psicoterapia centrada en el cliente plantea dos aspectos fundamentales. Una filosofía del ser humano y una teoría de la conducta. Su filosofía acentúa el valor del individuo y su capacidad para desarrollarse como persona. Su teoría de la conducta humana dentro del como de la fenomenología, se deriva de un desarrollo sistémico de principios y prácticas dentro del ámbito psicoterapéutico.

La psicoterapia centrada en el cliente es una de las pocas terapias que han nacido y se han desarrollado en el campo clínico de la psicología, este novedoso enfoque gira alrededor de la idea de que el cliente tiene dentro de sí el potencial básico para crecer y desarrollarse.

La función principal del facilitador consiste en ser un miembro del grupo con la característica específica de estar atento para evaluar el significado de las palabras o ser empático a cualquier manifestación de necesidad por parte de los miembros del grupo para permitir su expresión y su continuidad.

El terapeuta centrado en la persona no solo respeta y valora al paciente como ser humano sino que además tiene una confianza básica en la tendencia actualizante del cliente, el terapeuta resulta entonces, un promotor de las potencialidades del individuo.

Otra característica de la atmósfera terapéutica es el calor, entendido como una cualidad de bondad, responsabilidad y de interés profundo.

Esta actitud afectiva debe lograr un cierto equilibrio para que tenga efectos positivos, ni demasiada intensidad, ni algo forzado o desinteresado, ya que puede ocasionar efectos desfavorables al ser percibidos por el cliente.

La congruencia es un ingrediente importante en todos los tipos de terapia psicológica, pero dentro de la psicoterapia centrada en el cliente, ha sido considerada por Rogers (en Sastre, 1994) como la cualidad fundamental del terapeuta, la facilidad, el encuentro y hace posible la existencia de las demás cualidades.

La teoría de la personalidad de Rogers, emplea el término congruencia al referirse al acuerdo interno entre el concepto de sí mismo (concepto del yo) y la

experiencia del organismo. Cuando las experiencias del yo son simbolizadas adecuadamente entonces se alcanza un estado de congruencia.

Entonces esto implica que el terapeuta debe ser libre y profundamente él mismo en su experiencia y encuentro personal con sus pacientes, ya que la relación terapéutica se estructura sobre una base de persona a persona.

Cabe destacar que el terapeuta es congruente, cuando se presenta tal como es sin caretas ni disfraces, es honesta, posee un amplio conocimiento y aceptación de sus propios sentimientos y actitudes; y es capaz de entablar una relación interpersonal igualitaria con su paciente.

Otra actitud esencial en la psicoterapia centrada en el cliente es la empatía y es definida como la capacidad de una persona de comprender los sentimientos de otro y sentir su mundo privado como si fuera el propio, pero sin perder la condición de que se trata de otra persona.

Para tener éxito, al reflejar tales sentimientos y comunicar esta actividad al paciente, es necesario que el terapeuta se deshaga de todo tipo de enjuiciamientos y experiencia conjuntamente con el cliente. todos los sentimientos de este, por más contradictorios que sean. El terapeuta debe saber abstraerse de sus propios valores, sentimientos y necesidades y no aplicar criterios realistas, objetivos y racionales que le guían fuera de sus interacciones con sus clientes.

La empatía proporciona al cliente, la suficiente libertad como para poder reorientar su existencia, permitiéndole experimentar sus sentimientos más íntimos y ponerlos en contacto con la realidad de sus experiencias. El sentir esta actitud del terapeuta, incrementa la inclinación que el cliente tiene por él y ayuda a percibirlo como un ser comprensivo facilitando como consecuencia la manifestación de sentimientos y cogniciones del cliente. (Sastre, 1994)

Desde la Perspectiva humanista, se considera fundamental poseer una adecuada autoestima, ya que es una de las necesidades primordiales para el ser humano. Abraham Maslow, en su escala de necesidades ubica a la autoestima como la necesidad de saberse digno de algo y reconocido por los demás. Según este

autor el ser humano al percibirse capaz, eficiente, independiente y libre, tendrá buena autoestima.

Maslow continúa explicando que para fundamentar una autoestima es necesario el reconocimiento 'del otro', es decir, el ser humano necesita ser amado y amar, aceptar y ser aceptado por otras personas. Al mismo tiempo necesita cubrir la necesidad de Amor en la que está basada la necesidad de pertenencia que se refiere a que el individuo necesita además para realizarse, ser alguien en un grupo, principalmente en el primario (familia). También esta necesidad de pertenencia se sustenta de la necesidad de seguridad que responde al sí mismo por autoconservarse, es decir, evitar peligros, miedos e inseguridades que pongan en riesgo la existencia (yo).

La autoestima se localiza en el quinto escalón de necesidades y es básica para lograr y cubrir las necesidades superiores como sería la autorrealización.

Se aprecia que desde esta postura la autoestima es parte de las necesidades humanas, no es básica como las necesidades fisiológicas pero se encuentra escalonada en las necesidades superiores. Sin ella no se llega a la autorrealización. Una de las características de esta conceptualización sobre la autoestima es que no toma en cuenta los aspectos inconscientes ni el desarrollo anterior con respecto a la autoestima, debido a que esta postura maneja vivir en el "aquí y ahora", y sólo rescatar del pasado lo positivo y se pueda aprovechar, de lo contrario, no permite el desarrollo de la autoestima.

Pero, ¿Hasta qué punto es posible conocer al hombre desde afuera? ¿Hasta qué punto puede permanecer el psicólogo fuera de la relación con el paciente. Estas dos preguntas llevaron a Maslow hablar de la teoría humanista; sugiere, tanto en el estudio del hombre como de animales, considerar que el cariño y el amor no son obstáculos para el conocimiento, sino por el contrario lo profundizan. El individuo que se siente respetado y querido, actúa con más naturalidad y totalidad que el individuo que se siente observado fríamente y manipulado.

También Rogers comenta que las condiciones necesarias y suficientes para establecer una relación de ayuda, es estudiar a la humanidad a través de la

humanidad. El hombre que busca realizarse, necesariamente tiene que cubrir las necesidades biológicas, y cubrir después las necesidades espirituales y culturales. La psicología humanista busca que el hombre desarrolle experiencias cumbre, es decir, las experiencias en las que el hombre entra en contacto con una dimensión (personal) que lo hace crecer individualmente.

Helmunt, Q. (1989) menciona los cinco principios del enfoque humanista

1. En la condición de ser humano es saberse constituido por conocimiento y ser persona.
2. La existencia del ser humano se efectúa en el seno de las relaciones humanas.
3. El hombre vive de manera consciente y es la base para la comprensión de la experiencia humana.
4. El ser humano está en situación de elegir y decidir.
5. El ser humano vive orientado hacia una meta o valores que forman la base de su identidad.

La postura teórico-científica de la psicología humanista consiste, en que el ser humano está en el centro de ésta, es decir, la psicología humanística va en contra de lo objetivo, e insiste en que el ser humano que investiga tiene que ser siempre parte de la investigación sobre el ser humano. También otorga mayor importancia a las relaciones de la existencia humana.

Para la validación de afirmaciones, la psicología humanística se basa en criterios humanos, no va en contra del empleo de métodos estadísticos y test, sino que exige que éstos estén subordinados a criterios de la experiencia humana.

La psicología humana proclama relativa importancia de todo conocimiento para aprovechar las posibilidades de la representación mental y creativa para ampliar los conocimientos.

Por consiguiente consideramos que este enfoque nos da otra visión sobre el adolescente en cuanto a la autoestima, ya que comienza a dirigir su vida y fomentar su desarrollo, independientemente de los factores externos que le rodean: familiar, escuela, grupo de amigos, entre otros.

Ya que el adolescente responde siempre a una necesidad de seguridad, evitando ciertos peligros y miedos que pongan en riesgo su existencia, sabe lo que debe de hacer y es capaz de tomar sus propias decisiones así como manejar sus intereses, para su bienestar individual. Sin embargo el individuo es un ser social por naturaleza, con lo cual no puede decir que tales factores no son necesarios para su desarrollo ya que necesita reconocimiento de otros, aceptar y ser aceptado

A partir de la postura humanista se reafirma la importancia de la satisfacción de las necesidades de la pirámide de Maslow, ya que representa un equilibrio emocional para desarrollar y mantener una autoestima positiva en el individuo, donde la autoestima es el eje central para el crecimiento personal, por lo tanto, la abarcamos con mayor profundidad en el siguiente capítulo.

CAPITULO III

LA AUTOESTIMA

3. AUTOESTIMA

El modo en como nos sentimos con respecto a nosotros mismos afecta en particular todos los aspectos de nuestra experiencia, desde la manera en que funcionamos en el trabajo, el amor, el sexo y las posibilidades que tenemos de progresar en la vida. Nuestra respuesta ante diversos acontecimientos depende de quienes y que pensamos que somos

El concepto que cada uno de nosotros tiene de sí mismo, es el sujeto y la entidad que consiente e inconscientemente pensamos que somos: nuestros rasgos físicos y psicológicos, nuestras cualidades y nuestros defectos y sobre todo nuestra autoestima. La autoestima es el componente evaluativo del concepto de sí mismo. La visión más profunda que tenemos de nosotros mismos influye sobre todas nuestras elecciones y dedicaciones significativas y por ende modela el tipo de vida que llevamos, es decir, si nosotros nos conocemos, sabemos qué queremos, hacia dónde queremos ir y quiénes somos, entonces definimos nuestro propio estilo de vida

Rodríguez y Cols 1968 (en Huitron, 1996) considera que la autoestima surge a través del autoconocimiento, autoimagen, autoevaluación, autoaceptación y autorespeto

Ahora bien, los elementos básicos de la autoestima se definen a continuación:

1. Autoconocimiento es conocer las partes que componen el Yo, cuales son sus manifestaciones, necesidades y habilidades; los papeles que cada quien vive y a través de los cuales es conocer Por qué y cómo actúan y se sienten

2. Autoimagen (autoconcepto) es una serie de creencias de sí mismo que se manifiestan en la conducta. Cada persona se toma a lo largo de su vida una serie de ideas o imágenes que la llevan a creer de sí
3. Autoevaluación refleja la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas si lo son para la persona, la satisfacción es interesante, enriquecedora, le hacen sentir bien, y le permiten creer y aprender; y considerarlas como malas si lo son para la persona, no le satisfacen, carecen de interés, le hacen daño y no le permiten crecer.
4. Autoaceptación es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, como la forma de ser y sentir, ya que sólo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello
5. Autorespeto es aprender y satisfacer las propias necesidades y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que lo haga sentirse orgulloso de sí mismo.

Si una persona se conoce y está consciente de sus cambios, crea su propia escala de valores y desarrolla sus capacidades; si no se conoce tiene un concepto pobre de sí mismo, no se acepta, ni se respeta, entonces tendrá autoestima baja. Es una experiencia personal la cual reside en el núcleo de nuestro ser. Tiene dos componentes, un sentimiento de capacidad personal y un sentimiento de valor personal. De esta manera es la suma de confianza y respeto por sí mismo. Y refleja el juicio que cada uno hace acerca de sus habilidades para enfrentar los desafíos de su vida y acerca de su derecho a ser feliz.

3.1 LA AUTOESTIMA EN EL ADOLESCENTE

La autoestima se entiende como un proceso psicológico, donde los conceptos y juicios de sí mismo, se encuentran socialmente determinados.

En los jóvenes es importante fomentar el conocimiento de sí mismo dando un buen nivel de autoestima, ya que estos aspectos influyen en su elección y tipo de vida que decidan tener en el presente y en el futuro.

Identificar la autoestima en los adolescentes nos permite analizar el papel que en la vida del adolescente desempeña un adecuado concepto de sí mismo ya que en esta etapa se presenta una gran diversidad de cambios en nivel biológico, emocional y de personalidad, además de originarse intereses personales para su vida futura. De no atenderse esta problemática los jóvenes estarán propensos a ser personas inestables emocionalmente.

Los cambios cognoscitivos que se presentan en la adolescencia hacen que estos expresen con mayor facilidad sus pensamientos y sentimientos, estos pueden considerarse desde el punto de vista de los demás y por lo tanto, comprender los pensamientos y los sentimientos de los amigos

La capacidad de las personas para establecer amistades y conservarlas llega a su mayor índice en la adolescencia, la mayoría de los adolescentes que tienen autoestima alta tienden a tener más amigos, se consideran competentes y rinden en la escuela; en cambio los que son conflictivos en sus relaciones obtienen bajo rendimiento en todos los aspectos y tendrán baja autoestima.

Ahora bien aunque sabemos que cada individuo es responsable último de su autoestima, tenemos la opción de apoyar o atacar la autoconfianza y autorespeto de cualquier persona que tratemos, así como los demás tienen la misma opción en sus interrelaciones con nosotros

Los principales propósitos de la etapa de la adolescencia son

- a) La aceptación, reconocimiento individual y social.
 - b) Encontrar su identidad personal (buscar y definirla)
 - c) Definir su misión personal ¿Para qué debo, puedo y quiero vivir?
- (Huitron, 1996)

Identidad en el adolescente significa encontrar personas o circunstancias afines a él mismo, en ésta comienza a definir su forma de vida y descubre sus límites,

empieza a encontrar respuestas, a despojarse de su forma de pensar y a medir sus habilidades y valores en la imagen del grupo de amigos.

La búsqueda de la identidad se intensifica en la adolescencia y se plantea en el campo físico, cognoscitivo y en el desarrollo social y emocional.

El joven adolescente puede desarrollar dos tipos de autoestima. Alta y Baja. Cuando una persona tiene una autoestima alta vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad comprensión y amor, siente que es importante, tiene confianza de su propia competencia, tiene fe en sus propias decisiones. Tiene actitudes favorables hacia sí mismo, las cuales los lleva a aceptar sus propias opiniones y a creer en sus propias reacciones.

La autoestima es la base de nuestra capacidad para responder de manera activa y positiva a las oportunidades que se nos presentan.

No significa un estado de éxito total y constante, es conocer las propias limitaciones y debilidades y sentirse orgulloso por las habilidades y capacidades, tener confianza en la naturaleza interna (Papalia, 1997).

La autoestima alta es sentirse confiadamente apto para la vida, es decir ser capaz y valioso.

Por el contrario hay personas con autoestima baja que padecen sentimientos de ineptitud, inseguridad, dudas sobre sí mismo, culpas y miedo a participar plenamente en la vida.

La inseguridad e inferioridad de las personas con autoestima baja, las lleva a sentir envidia y celos de que otros poseen más; desconfianza de sí mismo y se cuidan de no expresar sus ideas poco comunes.

Así durante la adolescencia los jóvenes empiezan a desarrollar un acentuado sentido crítico hacia su propia capacidad para desempeñar correctamente sus tareas dentro y fuera de su escuela, lo cual indica que ya posee un grado de responsabilidad mayor y una comprensión más exacta y realista del efecto de sus actos y consecuencias. Van tras la búsqueda de un resultado que los satisfaga, que los haga sentirse contentos consigo mismo y alejarse del temido sentimiento de fracaso y frustración.

3.2. LA AUTOESTIMA EN LA SEXUALIDAD

Como seres en desarrollo, y muy en especial cuando se llega a la etapa adolescente en donde se crean nuevas características propias de la edad, siendo una de ellas la sexualidad (conducta sexual), en la cual el joven busca una forma de expresar o satisfacer estas necesidades sexuales. como la masturbación, tener relaciones premaritales, mantener la castidad o conservar la virginidad. (Brostein y Pérez, 1992; en Escobedo, 1996)

Cuando el adolescente decide iniciar su vida sexual, se pone de manifiesto que no se decide en primer lugar al mantenimiento de la misma, con la finalidad de procreación y vida marital.

Aunado a esto, se dice que las experiencias sexuales del adolescente se inscriben en un complejo social de búsqueda de independencia y de diferencia con relación al medio.

Por su parte Kanin (en Escobedo, 1996) menciona que los varones suelen creer que la muchacha que se comporta provocativamente o sale con gente de dinero, viola las normas de comportamiento femenino. La muchacha que se comporta "decente", será tratada como tal.

Fuller (en Escobedo 1996) realizó una encuesta con jóvenes de 16 a 19 años, donde cada sujeto debía indicar a qué edad había tenido sus primeras relaciones sexuales. En sus resultados se encontró que los sujetos (hombres) de más edad tienden a situar más precozmente sus primeras experiencias sexuales.

Con relación a lo anterior se dice que el 16% de los adolescentes entre los 12 y 19 años han tenido relaciones sexuales al rededor de los 15 años, se destaca que la mayoría de los adolescentes empiezan a tener relaciones después de los 17 años. Por lo cual tuvieron la primera relación sexual "por amor", seguida porque "ambos querían", "porque estaban muy excitados" y no pudieron aguantarse y porque "esto esperaba ella".

Dentro de causas más significativas en torno a la actividad sexual se destaca que buscan un medio de apoyo y correspondencia emocional (Zetina, 1991 en Escobedo, 1996) además experimentan soledad, aislamiento, pobre autoestima, carecen de confianza en sí mismos y de mayores aspiraciones.

Dentro de los problemas asociados a la sexualidad del adolescente encontramos que la vida sexual premarital, es la conducta que más conflicto crea, pues es el centro de los ataques sociales y es la causa de muchos problemas asociados con la sexualidad como los hijos legítimos, los abortos ilegales y la alta frecuencia por enfermedades venéreas. El punto central del conflicto está determinado por la actitud que una sociedad dada llene ante el posible resultado de una relación sexual premarital (el embarazo).

Dickens y Alison (1986, en Escobedo 1996) hacen mención de que a consecuencia de una mala información pueden surgir problemas o mal entendidos, tabúes, actitudes de retraimiento a la vida sexual hasta el desarrollo de conductas socialmente inaceptables, por lo tanto la mera información no se ve reflejada en alguna respuesta a sus inquietudes, éstas han sido analizadas por Mc Creary, 1986 (en Escobedo, 1996) las cuales van desde la decisión de lo correcto o incorrecto de tener relaciones sexuales, el uso o no de métodos de control natal, el temer a un embarazo no deseado, el aborto, adopción, etc.

3.3 LA AUTOESTIMA EN LA FAMILIA

La familia no se manifiesta con similares caracteres en una u otra cultura, y por lo tanto sus funciones también difieren, sin embargo la familia debe de cumplir las siguientes funciones: afectivas, desarrollo de personalidad, regulación sexual, reproducción, educación, socialización y economía.

Así también la familia tiene elementos característicos: relación sexual socialmente aprobada, tenencia de uno o más hijos propios o adoptados, compartir un lugar de

residencia común entre los miembros para satisfacer necesidades, no sólo económicas sino afectivas y otras.

Esto conlleva a decir que la influencia más importante, para ayudar u obstaculizar al adolescente a enfrentarse a las exigencias del desarrollo de la adolescencia es la familia, donde el adolescente "necesita" que los padres sean capaces de reconocer y estimularlo para mayor independencia, es decir no seguir considerándolo como "nuestro lindo nene" o "nuestro muchachito" ya que esto constituye una anticipación al desarrollo final, puede tomar la forma de una revolución explosiva de independencia continua y cada vez más inadecuada, claro esta que esta independencia no se da tan fácilmente, pero el adolescente necesita una base de seguridad y estabilidad en el hogar con la familia, también para alcanzar la madurez emocional, social y sexual, debe comenzar a desplegar hacia sus compañeros, para que los vínculos con sus padres se vuelvan cada vez más elásticos, a medida que se adquiere una mayor independencia. Así cada vez es más difícil compartir con los padres muchos aspectos internos de la vida y de su comportamiento externo; aquí recae la importancia que el grupo de amigos adquiere durante la adolescencia, hace que el se ajuste a sus normas comportamientos, manías y modas que sirven para establecer al menos superficialmente una clara demarcación entre ellos y los adultos, y así mediante estas actitudes superficiales mostrarán una menor tendencia a expresar su necesidad en cuestiones más fundamentales y muchos más importantes, como las creencias y los valores morales, además este grupo constituye el depósito para las actividades sociales mayores y organizadas donde puede ser más íntima y cohesiva, que genere una fuente de seguridad y compañía, también aquí se intercambia información, se desarrollan planes para las actividades y comparten algunos sueños, esperanzas y preocupaciones, poco a poco las relaciones son más íntimas, honestas y abiertas e implican sentimientos más intensos, así los amigos pueden ayudar a que el individuo aprenda a manejar sus propios sentimientos complejos a través de la libre expresión.

La oportunidad de compartir sentimientos y pensamientos con los amigos facilita la transición gradual hacia las relaciones heterosexuales y hacia el desarrollo de la identidad, del papel sexual propio. Dentro de estas tendencias generales también pueden existir diferencias sexuales en las amistades de los adolescentes, estos cuando comienzan a restringirse al entablar amistad con un solo miembro del sexo opuesto a una edad demasiado temprana, puede perderse de muchas experiencias importantes del desarrollo.

3.4 LA AUTOESTIMA EN LA ESCUELA

Así la escuela surge a medida que una sociedad se torna más compleja. se hace necesario una capacitación más diversificada y específica para el trabajo, lo que supera la capacidad educativa de la familia, a esto se le añade la necesidad de entender fenómenos de la naturaleza y el mundo que nos rodea, de una manera objetiva y sistematizada, función que se asigna también a la escuela como educadora formal (de ahí que la familia piensa que transfiere a la escuela su responsabilidad de educadora de los hijos).

Por su parte el Estado utiliza a la escuela para afirmar, perpetuar y/o transformar valores y normas sociales, así la acción educativa puede ser orientada hacia la renovación de algunos valores de la sociedad, hacia la represión de otros o hacia la conservación

La escuela al igual que la familia y los amigos, tiene un papel preponderante como canal de socialización, porque la acción educativa es intencionada, pensada y programada de acuerdo a una jerarquización de prioridades, dosificación y secuencia de contenidos y métodos que generalmente reflejan el modelo vigente de la sociedad.

3.5 LA INFLUENCIA DEL MAESTRO EN LA AUTOESTIMA

Hablar de un proceso de enseñanza implica hacer referencia a una relación entre el maestro y el alumno mediada por el contenido.

Esta relación maestro-contenido-alumno está centrada en enseñar y aprender, se despliegan determinadas actividades en torno al contenido, en términos de apropiación conceptual.

Los agentes principales de la socialización dentro del ámbito escolar son "los maestros", por su función de enseñar y porque pasan varias horas diarias con los alumnos, así el maestro es otro modelo que el adolescente. conoce y compara con sus padres, percibe de qué manera tratan a los de su mismo sexo y a los de otro; en el ambiente escolar amplían, fomentan o rechazan la igualdad fundamental del hombre o la mujer, la vida en pareja (noviazgo), la procreación, etc.; es decir que la escuela limita, delimita, contrapone, valora y devalúa

El maestro es el encargado de propiciar un ambiente adecuado para lograr que el adolescente se sienta bien o por el contrario incómodo dentro de la escuela dando como resultado su inadaptación, se pueden encontrar diversas cualidades en los maestros como las siguientes:

-Cualidades humanas, son bondadosos, alegres, originales, de humor uniforme Estas cualidades ante los alumnos les proporcionará confianza, les transmitirá el deseo de aprender más y generará un ambiente de alegría con una convivencia agradable.

-Cualidades disciplinarias, es justo, consciente, imparcial y respetuoso Es evidente que el maestro es quien tiene el mando, establece leyes y normas que tanto el alumno como él tienen que cumplir, si el profesor aplica estas normas justamente hará sentir a sus alumnos respetados para que reciba el mismo trato y a la vez respete a los demás.

-Apariencia física agradable, es estar bien arreglado, proyectar buena imagen, atractivo en general esto hace que los alumnos se sientan orgullosos de su maestro y se identifiquen con él tratando de seguir su ejemplo

-Cualidades del buen maestro, son auxiliaadoras, toma en cuenta las opiniones de los alumnos, es interesante y entusiasta, le gusta participar en todas las actividades, estas cualidades propicia que los alumnos tengan confianza para expresarse seguros de que tratará a todos por igual no habrá preferencia alguna se sentirán libres y le ayudarán a desarrollar mejor las actividades

Hay cualidades en los maestros que elevan la autoestima de los alumnos ya que es un modelo a seguir y los conduce a ser responsables y marcarse metas, respetarse, ser solidarios, querer lo mejor para sí mismos y los demás.

3.6 LA LECTURA

Fomentar la afición de leer diarios, revistas y, sobre todo libros. Es sumamente difícil en donde mucha gente trabaja y no puede llevarse a cabo en poco tiempo

La mayor parte de las personas ha aprendido a leer y escribir, sin embargo los lectores habituales son pocos y lectores de libros son todavía mucho menos

Abundan los que leen diarios, revistas, fotonovelas, historietas .

¿Es malo leer fotonovelas o historietas? No. Lo malo es no ser capaz de leer nada que vaya más allá de las fotonovelas y las historietas.

Que no tenga la costumbre de leer paginas completas en lugar de frases elementales, donde no hay espacio para profundizar en ideas e información, ni la naturaleza del personaje

Las personas que no pueden leer textos más extensos en realidad nunca ha aprendido a leer realmente.

Siempre es posible ser mejor lector, cada persona hace por así decirlo su carrera de lector: comienza con textos sencillos y poco a poco. a medida que va haciendo más lecturas, tendrá el deseo, necesidad de ir leyendo textos más complicados, donde deberá poner más esfuerzo, más atención.

¿Qué es realmente? ¿Quién es un lector auténtico? Es alguien que lee por voluntad propia, porque sabe que leyendo puede encontrar respuestas a sus necesidades de información, capacitación, formación y también por puro gusto por el puro placer de leer. Por lo tanto Pennac Daniel (1993) nos menciona los derechos de un auténtico lector: el derecho a no leer, a leer en cualquier parte, a picotear, a leer voz alta y a callarnos.

La lectura es una parte importante de la vida; es una fuente de experiencias, emociones y afectos, que pueden consolarnos, darnos energías, inspiraciones. Que alguien lea por puro gusto, por el placer de leer, es la prueba definitiva de que realmente es un buen lector, de que tiene afición de leer.

En realidad la mayoría de los estudiantes no lo son, casi siempre lo que leen es por obligación y por lo mismo leen mal, no se cumple la función importante que es abrir nuevos horizontes. Finalmente no se convierten en lectores auténticos.

En consecuencia pocos estudiantes llegan a leer bien y a aprovechar lo que estudian. Pueden repetir o memorizar, pero no pueden comprender ni sentir lo que leen. No han aprendido a relacionar la lectura con sus experiencias y emociones.

Leen solamente de fuera hacia dentro; no han invertido el proceso, no se vinculan intelectual y emotivamente en el texto.

¿Cómo se puede aprender a leer de esta manera?

Se aprende a leer leyendo, las habilidades se forman con la propia lectura, es la capacidad de entender y sentir el texto, así como la afición a la buena lectura.

La lectura no es solamente una manera de adquirir conocimientos e información, la lectura es un ejercicio de muchas facultades: concentración, deducción, análisis, abstracción, imaginación y sentimiento. Quien no lee, deja de ejercitar estas facultades y no solo las va perdiendo sino que también dejará de tener muchos buenos ratos.

La lectura voluntaria, por gusto, por placer, no se enseña, sino que se transmite, se contagia con el ejemplo; leyendo en voz alta. Hay que leer en familia, en la

escuela, biblioteca, en los lugares de trabajo, reunión. Hay que leer con gente que uno quiere y aprecia, en voz alta, por puro placer de hacerlo.

Si los maestros leyeran a sus alumnos quince minutos cada día no para estudiar, sino por gusto, por divertirse- aumentaríamos el número de lectores.

Chapela, L. (1993) dice que fomentar la lectura implica trabajar con los adolescentes no formándolos como seres humanos –pues humanos son desde que nacen- sino salvaguardando su humanidad, nutriéndola, dándole espacios para que se expresen, evitando mutilarla con imposiciones, hay que darles opciones de lectura

Lo ideal de una lectura, como las comidas, debe ser todos los días. Hay que establecer un momento fijo para la lectura en voz alta, al comenzar o terminar la jornada, tanto en la escuela como en el hogar, y el tiempo de lectura se irá convirtiendo en un momento especial, previsible y esperado. Leer juntos, comentar lo que se lee, ayudará a todos a comprender las lecturas y a expresarse. González, B (1999) hace hincapié que la presencia y contacto directo con libros sea habitual, que no se conviertan en objetos de culto ni de desprecio sino de placer y compañía. Sería interesante que el libro sea para cada joven una forma de diálogo personal (más allá de los objetivos escolares) y deseable que cada cual tenga acceso a libros cuyos temas atañan a su mundo cotidiano.

Para interesar a los lectores en información, hay que buscar libros que correspondan a nivel en que se encuentren, que les interese, que traten de sus preocupaciones y problemas, que les permita identificarse con los personajes, proyectar sus propios deseos y esperanzas; que provoque emociones, ofrezcan experiencias y ejercite el intelecto

Muchas personas no leen porque los primeros libros que trataron de leer fueron demasiado difíciles para ellos. No entienden lo que leen y por lo tanto no leen bien.

Existen lecturas al alcance de toda edad e interés, si se lee en voz alta con los alumnos, hay que utilizar libros que ya haya leído y disfrutado cuando niño, que

estimulen su autoestima, que refieran a sus temores y conflictos, como necesidad de ternura, miedo a la obscuridad y a la soledad (Garrido, 1996)

El conjunto de novelas intentan dar respuestas a las inquietudes que surgen en la transición de la niñez a la adolescencia. Apoyan el crecimiento personal del niño y por tanto el encuentro de su propia identidad que provoque una separación saludable de sus padres. Las narraciones llevan a sus protagonistas al desarrollo de su autoestima, por lo que el lector se identifica y pueden dirigir sus pasos por ese mismo camino.

Hay libros que orientan y estimulan a la exploración de su mundo interior y ofrecen reflexiones que pueden llevar a las personas más lejos de sus límites de su propio ámbito familiar y social.

También cuestionan el sentido que damos a nuestra vida con relación al tiempo que le dedicamos a comunicarnos con los demás, si realmente escuchamos a otras personas y qué tanta imaginación y creatividad ponemos a esa conversación

Un valor interesante es fomentar el respeto a las diferencias. Es usual que la sociedad o familia condenen aquellas diferencias que se alejan de la norma, por lo tanto, casi siempre las prejuzgan. Sin embargo, los seres distintos a nosotros pueden ser muy positivos en nuestras vidas, pueden convertirse en nuestros amigos y proporcionarnos elementos sumamente enriquecedores. (Sasson, 1997)

3.7. LA AUTOESTIMA EN LA COMUNICACIÓN

Uno de los elementos fundamentales dentro de las relaciones interpersonales es la comunicación, la cual desempeña un papel importante para el desarrollo de las mismas.

González (en Sastre, 1994) define a la comunicación como una serie de procesos físicos y fisiológicos mediante los cuales se efectúan la operación de relación con unos o varias personas a fin de alcanzar determinados objetivos.

Una definición sencilla de comunicación en el sentido que se está dando y recibiendo entre 2 o más personas

Satír (en Sastre, 1994) señala que para estar en contacto con alguien, es necesario hacer contacto, con nosotros mismos y luego con cada una de las personas que se encuentran alrededor, existen dos caminos para comunicarnos

a) Hacer responsable a la otra persona de nuestra comunicación, es decir, poner el poder en el otro.

b) Responsabilizamos a nosotros mismos de lo que sale de nosotros, de tal manera que al entrar en una relación signifique un compromiso adquirido con uno mismo y con el otro

En el proceso de comunicación, el individuo comienza a ser persona cuando es capaz de relacionarse con los demás y salir de su egocentrismo, estableciendo relaciones interpersonales con sus semejantes.

La comunicación se da entre niveles, que dependen de la profundidad del riesgo que se corre y del compromiso que se entabla con los demás

- Nivel neutro o superficial - supone una relación entre personajes, más que entre personas (dispersonificación).

- Nivel exterior - es la comunicación acerca del entorno, no implica ningún riesgo.

- Nivel interior.- afectan directamente la personalidad y supone alguna manifestación de intimidad

También existen diferentes de formas de manifestar la comunicación, tales como:

a) Periferia de intimidad.- experiencias de acción o trabajo, intereses profesionales o personales, gustos, pasatiempos, amistades.

b) Centro de intimidad - es el mundo interior de la persona, su campo de vivencias en el cual resulte más difícil de comunicar, incluye:

- Sentimientos y emociones, (hacia los demás, hacia nosotros mismos y hacia los acontecimientos)

- Valores, como valoramos el mundo y las personas, jerarquías de valores.

- Experiencias vitales, éxitos, fracasos, deseos, esperanzas, proyecto de vida.

- Actitudes ante la vida, posiciones y actitudes que definen nuestra personalidad y reacciones.

González (en Sastre, 1994) afirma que solamente pueden comunicarse adecuadamente personas que se sienten definidas y libres; que buscan en el otro un nivel personal de donación y enriquecimiento.

Pero siempre, estas categorías obstruyen la comunicación o dejan la relación, o a la otra persona

Para Rogers (en Sastre, 1994) la principal barrera que se opone a la comunicación interpersonal es la tendencia espontánea a juzgar, evaluar, regresar o aprobar las afirmaciones de otra persona o grupo.

La tendencia a evaluar se ve fortalecida por situaciones que entrañan un compromiso emocional, de tal modo que mientras más intensos sean los sentimientos, más se reducen las posibilidades de comunicación mutua; porque cada uno de los participantes emite un juicio de evaluación desde su propio marco de referencia, razón por la cual la comunicación no se da en un sentido genuino.

El resultado de una comunicación defectuosa, es que se desarrollan relaciones, decepciones, poco afectivas, donde se mezclan juegos de poder que incluso pueden llegar a ser destructivas

Así algunos de los obstáculos que impiden lograr una comunicación en un nivel personal, (profundo y real) son: el miedo a ser rechazado, el temor al riesgo y compromiso, el tipo de educación recibida que nos impiden profundizar en nuestra comunicación y la tendencia a representar papeles que son esperados por los demás, y también evitar comunicar nuestros sentimientos más importantes y profundos por temor a no ser aceptados.

Gordon (en Sastre, 1994) identifica algunas categorías que obstaculizan la comunicación entre padres e hijos, ante una forma de actuar, un problema o un conflicto del niño

- Orden, dirección y mando
- Advertencia y amenaza.

- Exhortación y sermón.
- "Dar una lección"
- Juzgar, culpar o criticar.
- Poner apodos, ridiculizar.
- Interrumpir
- Distraer

Estos obstáculos pueden tener efectos destructivos sobre

- a) Autoestima del niño, ya que hacen que se sientan resentidos o enojados culpables o malos, no aceptados como son, incomprensibles o frustrados
- b) La comunicación del niño, ya que en ocasiones dejan de hablar, se ponen a la defensiva, discuten o contradicen.
- c) La relación padre-hijo.

Pero ¿Cómo poder comunicarnos mejor, cómo superar los obstáculos de la comunicación en vías de lograr que ésta sea más efectiva y tenga un valor más profundo?. Aquí se destacan algunos elementos claves para lograr establecer una comunicación interpersonal satisfactoria y en consecuencia mayor relación social (Sastre. 1994):

1) Escuchar: Significa oír a otra persona profundamente utilizando todos nuestros sentidos para entrar en contacto con ella; sin criticarla, juzgarla, aconsejarla, ni consolarla, es decir, evitando la evaluación, que representa un obstáculo para la comunicación.

Además una de las habilidades para escuchar es guardar silencio (forma pasiva de escuchar), el cual debe reflejar un mensaje no verbal que transmite gusto para escuchar y aceptación de los sentimientos. Esta habilidad alienta a las personas a compartir sus sentimientos y llegar a problemas más profundos y básicos.

2) Retroalimentación: Escuchar con atención y comunicar lo captado puede llegar a que otro (persona o grupo) tenga una clarificación de sus ideas y sentimientos, y con esto un posible cambio en su personalidad.

La retroalimentación abarca dos aspectos.

- Escuchar activamente a la otra persona o grupo, entendiendo sus sentimientos, emociones y experiencias
- Ver como nos afecta su comunicación (palabras y sentimientos), como nos sentimos respecto al otro y poder comunicarlo

Para Gordon (en Sastre, 1994) la retroalimentación o forma activa de escuchar es la habilidad más efectiva de comunicación.

3) Autenticidad y congruencia Ser auténtico implica escucharse así mismo. saber realmente lo que se experimenta y aceptar lo que se es y lo que no se vive. La otra autenticidad es la coherencia entre lo que se experimenta y lo que es y se vive en el mundo interior y lo que se comunica y expresa al exterior. El poder de la congruencia viene de la unión de las palabras que relacionan los sentimientos, los pensamientos, el cuerpo y las expresiones faciales.

La comunicación auténtica (genuina) se puede lograr:

- a) aceptando nuestros sentimientos, expresándolos con la mayor sinceridad posible y aprendiendo a vivir con ellos.
- b) reconociendo los sentimientos como propios y no como algo que se refiere a otra persona, no se trata de acusar al otro, sino de reconocer un sentimiento que existe en uno mismo. No como crítica, sino como una impresión o sentimiento que tenemos sobre el otro

De esta manera se constata que, la autoestima está dada por el aprendizaje social, donde la influencia de la familia como unidad primaria regula el comportamiento, el aspecto personal y emocional del adolescente. Así mismo, el grupo de amigos, la escuela, el maestro y la comunicación, principalmente, desempeñan un rol fundamental para el desarrollo y manejo de la autoestima. Por lo tanto, es primordial proporcionar información para sensibilizar al individuo, ésta se puede dar a través de una educación informal, como lo es un taller.

d) Se adapta a las necesidades de los participantes, lo que le da la flexibilidad

Cabe mencionar que Ciranni y Bernal (1994) mencionan que bajo la experiencia adquirida en talleres de lectura, el secreto de un buen funcionamiento de las actividades en un taller consiste en destinar a cada actividad tanto tiempo como dure el interés del grupo. Cuando los jóvenes pierden interés hay que suspender el ejercicio. Para decirlo de manera adecuada, una actividad en el salón de clases debe acabar de manera natural, continuando así con la actividad siguiente.

Tomando en cuenta que el taller es una forma de educación no formal, ya que se realiza fuera del sistema formal educativo, sin embargo el concepto de evaluación que se da tiene bases pedagógicas. El proceso de enseñanza aprendizaje se auxilia de tres momentos:

- 1) La elaboración de objetivos, donde se puede aplicar una evaluación diagnóstica
- 2) Las actividades que se proponen para cumplirlas dentro de ella, se pueden aplicar una evaluación intermedia.
- 3) La evaluación final que deja ver si se lograron los objetivos

Es decir, evaluar es verificar el aprendizaje que se ha tenido antes, durante y después de una fase de enseñanza

Estas formas de evaluación se contemplan en el taller, en el cual se propone la aplicación de un Pretest - Posttest y la evaluación en cada sesión

La evaluación es importante pero también es necesaria la medición, para lo cual debe crearse instrumentos que permitan recabar datos objetivos

Nosotros consideramos que algunos conflictos que presentan los adolescentes se deben a la carencia de información y falta de orientación adecuada, ya que el adolescente es capaz de manejar su propia vida, pero si no cuenta con esa

CAPITULO IV

METODOLOGIA

Pregunta de investigación

¿De qué manera influye la información de autoestima para el desarrollo y manejo adecuado de la misma?.

Hipótesis

Hi Si se proporciona información de autoestima a los adolescentes entonces se concientizarán de la importancia de su persona para su óptimo desarrollo individual.

Ho Si no se proporciona información de autoestima a los adolescentes entonces no se concientizarán de la importancia de su persona para su óptimo desarrollo individual.

Objetivo de investigación

Proporcionar información de autoestima a los adolescentes con el fin de concientizarlos de la importancia, de su persona para un óptimo desarrollo individual, lo cual se verá reflejado en el manejo adecuado de dicha información

Objetivo de taller

Propiciar un cambio de actitud con los elementos básicos de la autoestima en los adolescentes para su crecimiento personal.

Objetivos particulares

Que los participantes.

- Conozcan el concepto de autoestima y sus elementos básicos para su propio desarrollo personal.
- Identifiquen los aspectos biológico, social y psicológico que compone su desarrollo general.
- Identifiquen sus habilidades y necesidades para construir su autoconocimiento
- Determinen su autoimagen a través de la reflexión sobre sí mismo.
- Concienticen su presente para una autoevaluación
- Identifiquen sus valores para que los acepte y manejen positivamente
- Manejen sus sentimientos y emociones de manera que los expresen adecuadamente.

Sujetos. 61 Adolescentes entre los 14 y 17 años de edad de ambos sexos, 3° Secundaria.

Muestra: El taller fue realizado en la secundaria:
- Diurna No 5 "Lauro Aguirre", ubicada en Av. Canal del Norte s/n, Col. Canal del Norte.

Escenario: Un salón con una dimensión de 6 x 4 mts . Suficiente iluminación, pupitres, un escritorio y un pizarrón.

Materiales: Hojas de rotafolio, hojas blancas, tarjetas, lápices, plumas, plumones, marcadores, colores, gises, resistol, diurex, globos, plastilina, palitos de madera, lijas, papel lustre de colores, muñecos, pelota, ropa, juguetes, publicidad de centros comerciales, revistas, libros y cuentos

Instrumentos:

-Escala del Tennessee, la cual consiste en un cuestionario con 100 afirmaciones autodescriptivas que el sujeto usa para describir la imagen que tiene de sí mismo. Esta escala consta de cinco subescalas que miden la autoestima y el concepto global que la persona tiene de sí misma respecto a su identidad, autosatisfacción y conducta; el yo físico (actitud que la persona asume sobre su apariencia física y su salud); el yo ético (que contempla aspectos relacionados con sentimientos que la persona experimenta en relación a su conducta moral y religiosa); el yo personal (refleja el sentido de valor personal que el individuo tiene de sí mismo); el yo familiar (incluye aspectos propios de la afectividad en las relaciones familiares); y el yo social (que es la parte de la persona que se vincula como sentimientos que experimenta respecto a su forma de relacionarse con las personas en general).

La escala también proporciona información sobre el nivel de autocritica, es decir, la capacidad de la persona para percibir críticamente su comportamiento del nivel de defensa positiva que presenta, es decir, del grado en que distorsiona la realidad y del nivel de integración de su persona. (Olivares, R. y Rodriguez, Y 1992)(anexo 1)

-Cuestionarios.

Tipo de diseño:

Para la evaluación inicial y final se utilizará un Pretest-Postest a través de la aplicación de la Escala del Tennessee (García, 1989) Este tipo de diseño implica conocer la información que poseen los participantes antes y después de la aplicación del taller; y permite comparar los resultados para determinar el efecto que tuvo la intervención.

Procedimiento.

Se llevó a cabo en tres fases de intervención:

Fase I - Se aplicó el Pre-test (Escala de Tennessee) al inicio del taller el cual consiste en un cuestionario con 100 afirmaciones autodescriptivas que nos servirá como evaluación.

Fase II - Se aplicaron cuestionarios, inventarios y dinámicas en el taller para evaluar por sesión el progreso del alumno en su autoestima en cada aspecto del adolescente

Fase III - Se aplicó el Pos-test (Escala del Tennessee) para ver el efecto que tuvo el contenido del taller

El taller se presentó en cartas descriptivas que tienen el título, objetivo y contenido de cada una de las sesiones, así como las actividades de los coordinadores y los participantes; el material, los tiempos a utilizar y la forma de evaluar cada sesión

Este consta de 19 sesiones, las cuales se presentan a continuación.

TEMA		DURACION	SESION
Presentación del Taller		3 hrs	1
OBJETIVOS: Que los participantes conozcan el concepto de autoestima para su desarrollo personal			
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS Y MATERIAL
Bienvenida	<ul style="list-style-type: none"> - Despues del saludo los coordinadores se presentaran para conocer a los integrantes del grupo - Se presentará el logotipo del taller con una breve explicación de su significado - Se proporcionará un gafete de identificación y se acordará, hora, duración del taller y sesiones - Proporcionar un panorama general del contenido temático del taller 	8 min	DIDACTICO - Logotipo - Gafete - Plumones
Vamonos conociendo	<ul style="list-style-type: none"> - El coordinador posibilitará un espacio de confianza que permita a los coordinadores y participantes conocerse y relacionarse como grupo para contribuir a un buen desarrollo del mismo 	30 mi	- Periodico
Sabes que es Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> - Se les dará un cuestionario para contestar en forma individual - Se les pedirá que contesten con sinceridad y manifiesten sus dudas - Se les aclara que este no es un examen 	20 mi	- Evaluacion - Cuestionario - Plumones
Conozcamos que es Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> - El coordinador expondrá diferentes conceptos de Autoestima y la importancia que tiene en la vida de las personas 	30 mi	- Conferencia - Hojas de rotatorio con informacion
Sugerencias y comentarios	<ul style="list-style-type: none"> - El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón 	15 mi	- Buzon - Hojas - Lapices - Cara (Buzon)
Relajemonos	<ul style="list-style-type: none"> - Se organizarán un juego que poco tenga que ver con la temática, donde se diviertan y por lo tanto se relajen, para posteriormente dar por terminada la sesion 	10 mi	- Adorno en forma de calzon

TEMA		DURACION	SESION
Dé cómo los jóvenes llegaron a ser jóvenes		3 hrs	2
OBJETIVO:			
Que los participantes identifiquen los aspectos biológico, social y psicológico para que conozcan su desarrollo general			
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS TECNICAS MATERIALES DIDACTICO
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trato en día anterior	15 mi	- Lluvia de ideas
Nuestro desarrollo	- Exposición del desarrollo biológico, psicológico y social	30 mi	- Hojas de rotafolio
¿Cómo soy?	- Se invitara a los participantes a un ejercicio de relajación y fantasía reflexionando sobre la imagen de sí mismo	45 mi	- Música de fondo
Conjuntemos	- Se animará a los participantes a jugar Fuego, incendio y quemazon	15 mi	- Dinamica
¿Quién soy?	- Se proporcionará un cuestionario a cada uno de los participantes	25 mi	- Hoja de respuestas
¿Qué aprendimos?	- Los participantes resolverá un ejercicio relacionado a los aspectos del desarrollo	35 mi	- Crucigrama
Sugerencias y comentarios	- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón	10 mi	- Buzon - Hojas - Lapices - Caja (Buzon)

TEMA		DURACION	SESION
Consejos para almacenar		3 hrs	3
OBJETIVOS: Que los participantes identifiquen sus habilidades y necesidades para construir su autoconocimiento			
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS Y MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	<ul style="list-style-type: none"> - El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trató en día anterior 	15 mi	<ul style="list-style-type: none"> - Lluvia de ideas
Mis características	<ul style="list-style-type: none"> - Se realizará un ejercicio relacionado con las cualidades positivas y negativas 	45 mi	<ul style="list-style-type: none"> - Antena de recados - Tarjetas y Lapices
Fortalezas y Logros	<ul style="list-style-type: none"> - Se invita a los participantes que colaboren con la dinámica "Tu árbol" Para que conozcan sus cualidades 	60 mi	<ul style="list-style-type: none"> - Tu árbol - Hojas de rotafolio - Frutas de papel (resistol) y guineá
Conocerme Yo	<ul style="list-style-type: none"> - Se proporcionará información de uno de los pasos de la autoestima Autoconocimiento 	20 mi	<ul style="list-style-type: none"> - Conferencia - Hojas de rotafolio
Los caminantes	<ul style="list-style-type: none"> - Se invitará a los participantes a realizar un juego con el fin de observar las habilidades de ellos 	25 mi	<ul style="list-style-type: none"> - Los caminantes
Sugerencias y comentarios	<ul style="list-style-type: none"> - El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón 	10 mi	<ul style="list-style-type: none"> - Hojas - Lapices - Caja (Buzón)

TEMA		DURACION	SESION
Me quiero mucho, me quiero poco		3 hrs	4
OBJETIVOS: Que los participantes determinen su Autoimagen a través de la reflexion sobre si mismo			
COORDINADOR		Georgina y Sandra	
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS TECNICAS Y MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, re- mando opiniones de lo que se trato en dia anterior	15 mi	- Lluvia de ideas
Quererse Mucho, quererse poco	- Se dará información de los conceptos de Autoestima alta y Autoestima Baja	40 mi	- Conferencia
Lo bueno y lo malo nuestra Autoestima ?	- El coordinador invitará a los jóvenes a participar en una vivencia agradable y desagradable para reforzar sus sentimientos positivos	35 mi	- Lo bueno y lo malo
Relajmones	- Se invitará a relatar una historia todos juntos	35 mi	- Narrando una historia
Pescando	- Se realizará un ejercicio el cual permitirá reafirmar los conceptos manejados en la conferencia	40 mi	- Rto revuelto
Sugerencias y comen tarios	- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarian su hoja en el buzón	15 mi	- Buzon - Hojas - Lapices - Caja (Buzon)

TEMA		DURACION	SESION
El Aquí y el Ahora		3 hrs	5
COORDINADOR			
Georgina y Sandra			
OBJETIVOS: Que los participantes concienticen su presente en la importancia del Aquí y Ahora con respecto a la Autoevaluación			
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS TECNICAS Y/O MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trató en día anterior	15 mi	- Lluvia de ideas
Autoevaluación Aquí y Ahora	- Se proporcionará un cuestionario de doble opción al participante para saber lo que hace y piensa en el Aquí y Ahora	15 mi	- Cuestionario autoevaluación
Es mejor hoy que después	- Se da información de la importancia que tiene vivir y estar en el Aquí y Ahora para invitar al participante a la reflexión	30 mi	- Conferencia
Identifiquemonos con los recortes	- Se invita a los participantes a colaborar en la dinámica "Los recortes" para ubicar el pasado, el futuro y resaltar el presente	45 mi	- Los recortes
Improvisemos	- El coordinador invita a los participantes a realizar en equipo la representación de alguna situación en la escuela, casa, con amigos y padres con los aspectos que se le indiquen	35 mi	- De comentario
Activemos la atención	- El coordinador invitara a los participantes a jugar "Tolo tolo" para distraer y relajar al grupo	15 mi	- Tolo tolo
Sugerencias y comentarios	- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón	10 mi	- Hojas - Lápices - Caja (Buzón)

TEMA		DURACION	SESION
Mis Valores		3 hrs	6
COORDINADOR			
Georgina y Sandra			
OBJETIVOS:			
Que los participantes observen la importancia de los valores, que los acepten y manejen positivamente			
SUBTEMA		DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T
		RECURSOS DIDACTICOS	Y/O MATERIAL
		TECNICAS	DIDACTICO
		DINAMICAS	
Dudas y comentarios:	- El coordinador aclarara a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trato en día anterior	15 min	- Luvia de ideas
Con que me quedo	- Se les pide a los participantes que piensen en veinte valores y los escriban para dar inicio a la identificación de valores	30 min	- 20 cosas importantes - Lápicos
Mis valores	- El coordinador proporcionará información acerca de los valores propios del ser humano para motivar al participante a la reflexión	10min	- Conferencia - Hojas de rotafolio con informador
Que tanto estoy dispuesto a . .	- El coordinador animará a los jóvenes a participar en una actividad en la que tendrán que defender sus valores	30min	- Hojas - Lápicos
Mis valores en diferentes fasetas	- Se propiciará la reflexión de la importancia de los valores en diferentes áreas con el fin de detectar las más importantes	30min	- Valores en áreas
Sugerencias y comentarios	- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón	15min	- Buzón - Hojas - Lápicos - Caja (Buzón)
Lagrimas y risas	- Se organizará entre los participantes diferentes dramatizaciones para lograr relajación y distraer su atención	15 min	- Cuando el drama da risa

TEMA		DURACION	SESION
Somos Diferentes		3 hrs	7
OBJETIVOS: Que los participantes manejen sus sentimientos de manera que las expresen adecuadamente			
DESCRIPCION DE ACTIVIDAD			
SUBTEMA	T	RECURSOS DIDACTICOS	Y/O MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	15 min	TECNICAS DINAMICAS	- Lluvia de ideas
La mejor manera	30 min	- La mejor manera	- Hojas - Lapices
Con todo lo positivo	25min	- Conferencia	- Hojas de rotafolio con informacion
Querer es poder	30 min	No puesto, no quiero	- Hojas - Lapices
(Claro, que puedo ser positivo	35min	- Se positivo	
Sugerencias y comentarios	10 min	- Buzon	- Hojas - Lapices - Caja (Buzo y)
Lagrimas y risas	10 min	Cuando el drama da r. 6.3	

TEMA		DURACION	SESION
Soy o me Parezco		3 hrs	8
OBJETIVOS: Que los participantes manejen sus sentimientos y emociones de manera que las expresen adecuadamente			
SUBTEMA		RECURSOS DIDACTICOS Y/O MATERIAL DIDACTICO	
Dudas y comentarios	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD - El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trató en día anterior	T 15 mi	Hoja de respuestas - Lluvia de ideas
¿Hago lo que me gusta?	- Se entregará un cuestionario a cada uno de los participantes para que lo critesten con honestidad	25 mi	- Confía en ti
El reportaje	- Se pedirá a los participantes que inventen un reportaje en cierta situación que no pudieron manejar adecuadamente	40 mi	- Noticiero escolar
Mis derechos	- Se llevará a cabo una conferencia sobre los derechos personales del individuo	40 mi	- Conferencia
Mi individualidad	- Se les pedirá a los participantes que escriban una tarjeta con sus derechos	30 mi	- Lluvia de ideas Tarjetas
Movimientos	- Se animará a los participantes a un juego de distracción	15 mi	Canasta revuelta
Sugerencias y comentarios	- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no pondrán su nombre en la hoja - Depositaran su hoja en el buzón	10 mi	- Hojas - Lapices - Caja (Buzón)

TEMA		DURACION	SESION
Hijo de tigre punto		3 hrs.	9
OBJETIVOS:			
Que los participantes identifique la diferencia entre sexualidad y sexo			
COORDINADOR			
Georgina y Sandra			
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS Y/O MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarara a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trato en dia anterior	15 mi	- Lluvia de ideas
Erase una vez	- Se dará la explicación acerca de lo que sexualidad y qué diferencia tiene con el sexo	35 mi	- Conferencia
Antena de recados	- Se realizará un ejercicio para que los participantes identifique algunas maneras en que han aprendido la sexualidad	40 mi	- Mece a tu bebe - Ropa y juguetes
Quien ha visto las tijeras	- Se dará información sobre los aspectos físicos de la sexualidad	20 mi	- Conferencia
El gran lente	- Se llevará a cabo una actividad para que los participantes identifiquen los elementos que intervienen en la sexualidad	30mi	- La observacion
Participemos en el desarrollo	- El coordinador pedirá a cada participante que conteste un cuestionario	30 mi	- Sexualidad Humana - Cuestionario
			- Hojas de rotafolio
			- Muñecos
			- Ropa y juguetes
			- Hojas de rotafolio

TEMA		DURACION	SESION
Cómo debo ser mi pareja		3 hrs	10
OBJETIVOS: Que los participantes identifiquen la diferencia entre sexo y sexualidad			
SUBTEMA	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS TECNICAS Y/O MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trato en día anterior	15 min	- Lluvia de ideas
La diferencia	- Se llevará a cabo un ejercicio "Dime un cambio" con el fin de que identifiquen los cambios en su cuerpo y manera de pensar de la niñez a la adolescencia	40 min	- Pelota
Las vendas	- Se expondrán los puntos que intervienen en la relación de pareja	20 min	- Hojas rotafolio
Lancemos la red	- Se realizará la actividad "Busquemos la pareja" para que identifiquen las características de la pareja que desean encontrar	20 min	- Hojas de rotafolio con información
Razonemos un poco	- Los participantes realizarán la actividad "Responsabilidad Sexual" para ver la importancia	40 min	- Publicidad de Sexual
Atrapados	- Se invitará a realizar un juego de relajación	15 min	- El asesino
Dudas y comentarios	- Se organiza una lluvia de ideas y dudas para ser aclaradas y resueltas	10 min	- Lluvia de ideas

Georgina
y
Sandra

TEMA		DURACION	SESION
Noticias de fin de siglo		3 hrs	11
OBJETIVOS:		COORDINADOR Georgina y Sandra	
Que los participantes identifiquen la diferencia entre sexo y sexualidad			
SUBTEMA	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS TECNICAS Y MATERIAL
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trato en día anterior	15 mi	DIDACTICO - Logotipo - Cafete - Plumones
Hay que prevenimos	- Se llevará a cabo una exposición sobre educación sexual	40 mi	Exposición - Hojas de Rotafolio
La calle es libre	- Se invitará a los participantes a realizar un sociodrama, representando algunos aspectos de la Educación Sexual	60 mi	Sociodrama - Hojas - Plummas
Las manos hablan	- Se realizará una actividad de comunicación de sentimientos para expresar los tipos de emociones y sentimientos	25 mi	- Comunicación sentimental
El cultivo de calabazas	- Se expondrán y analizarán las diferencias sexuales	30 mi	- Conferencia - Hojas de rotafolio
Sugerencias y comentarios	- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón	20 mi	- Buzón - Hojas - Lapices - Caja (Buzón)

TEMA		DURACION	SESION
¿Qué hacemos mientras llegan mis papás?		3 hrs	12
OBJETIVOS: Que los participantes conozcan la importancia que tiene la familia en el desarrollo de su Autoestima, para que se concienticen de la relevancia en su persona			
DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDAD			
SUBTEMA	T	RECURSOS DIDACTICOS	YO/MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	15 mi	TECNICAS - Lluvia de ideas	
Mi autoestima y mi Familia	30 mi	- Conferencia	Hojas de rotafolio
Completando frases	25 mi	- Mi familia y Yo	- Hojas y lapices
Carta a mis padres	25 mi	- Carta a mis padres	- Hojas y carta - Plumazas
Recordando a mi Familia	30 mi	Cosas mías y mienos	
Dirigido a mis Padres	30 mi	- Reflexionando	- Hojas - Lapices
Sugerencias y comentarios	10 mi	- Buzón	- Hojas - Lapices - Caja de buzón

TEMA		DURACION	SESION
Tus raíces		3 hrs	13
OBJETIVOS: Que los participantes conozcan la importancia de la familia en la Autoestima			
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS Y/O MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trato en día anterior	15 mi	- Llavira de ideas
¿Te adaptas?	- Se invitará a los participantes a colaborar en una actividad sobre la familia	30 mi	- Familia Perez
Cómo veo a mi Familia	- Se pide a los participantes que hagan un dibujo de su familia	30 mi	- Mi familia - Hojas y lapices
Tus raíces	- Se confirmarán los conocimientos adquiridos sobre la familia	30 mi	Evaluacion Hoja de respuestas
Obstáculos	- Se invitará a los participantes a realizar una actividad sobre los obstáculos de la vida cotidiana	30 mi	- El muro
Relajémonos	- Se invitara a los participantes a que se relajen y distraigan	30 mi	Teléfono descompuesto
Sugerencias y comentarios	- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón	10 mi	- Hojas - Lapices - Caja (Buzon)

TEMA		DURACION	SESION
Un maestro inolvidable		3 hrs	14
COORDINADOR			
Georgina y Sandra			
OBJETIVOS: Que los participantes tengan conocimiento de la influencia de un maestro en su Autoestima			
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS Y MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trato en día anterior	15 mi	- Lluvia de ideas
Mis maestros	- El coordinador pedirá que en el inicio hagan una descripción de sus maestros en forma divertida y posteriormente en sus cualidades	15 mi	- Un maestro divertido - Hojas blancas
Influencia del maestro en la Autoestima	- Se da información de la influencia del maestro en la Autoestima del estudiante	20 mi	- Conferencia
Mejoramiento de mi espacio	- El coordinador hará notar las características del aula de clases y fomentará el cambio con los mínimos recursos	20 mi	- Para mí el mejor espacio
Imaginando objetos	- El coordinador explicará apoyándose en la orientación a la acción en que consisten el imaginar el objeto trazando las manos, movimientos y gestos	15 mi	- Un objeto invisible
Por un día mejor	- El coordinador anima al participante a establecer un compromiso de tres acciones positivas dirigidas a sus maestros, familia y su persona por un día, para analizar sus experiencias	20 mi	MI contrato de hoy
Sugerencias y comentarios	- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón	10 mi	- Hojas blancas - Lapices - Buzón

TEMA		DURACION	SESION
Memoria de un Obsequio		3 hrs	15
COORDINADOR			
Georgina y Sandra			
OBJETIVOS:			
Que el participante se conciente de lo que lee y cómo influye la lectura en su autoestima			
SUBTEMA		DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	
T		RECURSOS DIDACTICOS	MATERIAL
DINAMICAS		DIDACTICO	
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarara a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trato en día anterior	15 mi	- Llavina de ideas
Una carta	- Se leerá en voz alta un cuento que se llama "Frida" y se comentara	15 mi	- Frida
Si les ¿verdad?	- Se proporcionará información sobre la importancia de la lectura	30 mi	- Conferencia
Estas Aquí o estás Allá	- Se realizara un juego de distracción	20 mi	- El pendulo
Una oportunidad	- Se iniciara la actividad "El Diario" para saber que es un diario y de que sirve	25 mi	- El Diario
Mis secretos	- Se proporcionara un libro llamado "Los Secretos de Margarita" para leer en voz alta y se interesen en él	45 mi	- Los Secretos de Margarita
Sugerencias y comentarios	- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que airoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón	10 mi	- Hojas - Lapiceras - Caudín (buzón)

TEMA		DURACION	SESION	
Deja Huella		3 HRS	16	
COORDINADOR				
Georgina y Sandra				
OBJETIVOS: Que el participante sea consciente de lo que lee y como influye la lectura en su autoestima				
SUBTEMA		DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS TECNICAS Y MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios		- El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trato en día anterior	15 mi	- Llavira de ideas
Un carrilto		- Se realizará una lectura en voz alta "Negrita"	40 mi	- "Negrita" - Libro
A ver qué hacemos		- Se realizará una dramatización sobre el texto del libro	40 mi	- Hojas - Lapices - Dramatización
Cosas Currosas		- Se llevara acabo una actividad "Los Trabajos", para comentar los trabajos que realizan las personas y la familia del participante	30 mi	- Hojas - Lapices - Los trabajos
La opinión		- Se pedira que comenten y discutan sobre el libro, donde le coordinador moderara las participaciones de los alumnos	20 mi	- La opinion
Mis Libros		- Se pedirá a los participantes que comenten sobre algun libro que hayan leído en casa y nos comenten su experiencia con el	15 mi	- Retroalimentacion
La opinion		- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón	10 mi	- Hojas - Lapices - Buzon - Caja (Buzón)

TEMA		DURACION	SESION
Transmite tus ideas y escucha		3 hrs	17
OBJETIVOS:		COORDINADOR	
Que el participante conozca los elementos de la comunicación con el fin de que establezca relaciones satisfactorias		Georgina y Sandra	
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS TECNICAS Y MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trato en día anterior	15 mi	- Lluvia de ideas
A mis padres	- Se invitará a los participantes a que escriban una carta a sus padres con el fin de observar que tipo de comunicación tienen	30 mi	- Carta a mis padres - Lapices
Mejorando tu Comunicación	- Se dara una conferencia para ver la importancia de la comunicación en nuestras vidas y conozcan sus elementos	30 mi	- Conferencia - Hojas de rotabollo con informacion
Comunicando lo que siento	- Se aplicara una dinamica sobre lo aprendido anteriormente y ver su importancia	30 mi	- Transmitiendo
¿Soy justo?	- Se pedirá a los participantes que colaboren con el ejercicio "Justicia por el Proximo"	30 mi	- Justicia por el Proximo
Relajemonos	- Se llevara a cabo una actividad de distraccion	15 mi	- Relajemonos
Sugerencias y comentarios	- El coordinador les da a los integrantes del grupo una hoja - Se les pide que anoten sus comentarios, sugerencias y dudas - Se les aclara que no podrán su nombre en la hoja - Depositarán su hoja en el buzón	10 mi	- Hojas - Lapices - Caja (Buzon)

TEMA		DURACION	SESION
Final del Taller		3 hrs	18
COORDINADOR			
Georgina y Sandria			
OBJETIVOS: Analizar los factores positivos y negativos como experiencias y/o vivencias que se adquirieron durante el taller			
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS TECNICAS Y/O MATERIAL DIDACTICO
Dudas y comentarios	- El coordinador aclarará a los participantes las dudas que surgieron en la sesión anterior, retomando opiniones de lo que se trató en día anterior	15 mi	- Lluvia de ideas
Por Parejas	- Se llevará a cabo la actividad "Cuerpos Expresivos" para formar equipos	20 mi	- Hojas - Lapices
Diferenciamos	- Se realizará la actividad "Campos de Fuerza" para evaluar los aspectos positivos y negativos del taller	40min	- Campos de fuerza - Hojas y lapices
Que tanto conocemos	- Se aplicará la escala del Tennessee para la evaluación	50 mi	- Escala Tennessee - Lapices y hojas
Nos hundimos	- Se invitará a los participantes a realizar un ejercicio de animación	20min	- Las lanchas
Ya nos vamos	- Se invita a los participantes a expresar sus experiencias sobre el taller	35 mi	- Mesa redonda
Lagrimas y risas	- Se organizará entre los participantes diferentes dramatizaciones para lograr relajación y distraer su atención (ANEXO 37)	10 mi	Cuando el drama da risa

TEMA		DURACION	SESION
Solo para maestros		3 hrs	19
COORDINADOR			
Georgina y Sandra			
OBJETIVOS: Informar el contenido, desarrollo y resultados del Taller de "Autoestima en la Adolescencia"			
SUBTEMA	DESCRIPCION DE ACTIVIDAD	T	RECURSOS DIDACTICOS Y/O MATERIAL
Conozcanmonos	- Se realizará una actividad para que se relajen los participantes	30 mi	DINAMICAS - El lluvia de ideas
Conocer el Taller	- Se proporcionará un panorama general del contenido temático del taller así como un resumen de lo vivido	40 mi	- Conferencia
Identifiquémonos con los recortes	- Se invitará a los maestros a colaborar en la dinámica, para ubicar su adolescencia	40 mi	Los recortes
Con ojos de niño	- Se realizará una actividad para ubicar al maestro en lo que siente ser tratado como niño	30 mi	Con ojos de niño
Discusión y Comentarios	- Se retroalimentará a los padres sobre el contenido del taller. Así mismo, se pedirán sus observaciones y sugerencias	50 mi	Recortes de diversas revistas

RESULTADOS

Los resultados se manejaron de acuerdo a la escala del tennessee, que consta de seis subescalas:

- 1) Yo Físico.
- 2) Yo Ético.
- 3) Yo Personal
- 4) Yo Social.
- 5) Yo Familiar
- 6) Autocrítica

Y las subescalas, a su vez se subdividen en:

- a) Identidad.
- b) Satisfacción y Aceptación.
- c) Conducta.

Dichos datos se presentan en tablas y porcentajes; para poder cuantificar nuestros Resultados, utilizamos las gráficas de barras (ver gráficas).

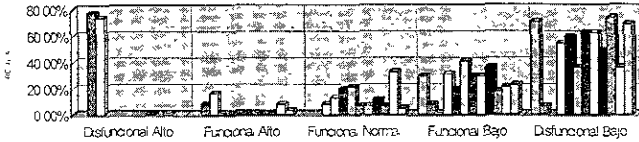
Pre-Evaluación

	Critica a si mismo	Conflicto		Total			Rubros			Columnas				
	Neto	Total		1	2	3	A	B	C	D	E			
Disfuncional Alto	77.06%	73.77%						1.63%			1.63%			
Funcional Alto	8.20%	16.40%	1.63%	1.63%	1.63%	1.63%	1.63%	1.63%	1.63%	8.20%	3.29%			
Funcional Normal		8.20%	13.12%	19.68%	21.31%	6.57%	6.57%	11.48%	6.57%	32.80%	4.91%			
Funcional Bajo	29.50%	8.20%	1.63%	31.15%	19.68%	41%	29.50%	29.50%	36.06%	18.03%	21.31%	22.95%		
Disfuncional Bajo	70.50%	6.55%		54.10%	59.01%	36.06%	62.30%	62.30%	49.20%	73.77%	36.06%	68.85%		

Tabla 1 Representa los datos obtenidos en el Pre-test, respecto a los niveles de autoestima en cada uno de los rubros de la Escala del Tennessee

Graficas Representan los datos obtenidos en pre-evaluación y post-evaluación respectivamente

PRE-TEST



Legend: Self Criticism Conflicto Net Conflicto Total Total Row 1 Row 2 Row 3 Colum A Colum B Colum C Colum D Colum E

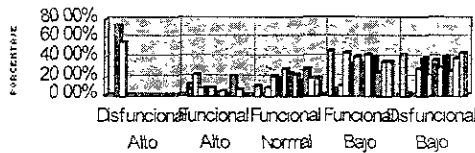
Post-Evaluación

Cruza sus mismo?	Conflicto		Total		Rubros			Columnas				
	Neto	Total	1	2	3	A	B	C	D	E		

Disfuncional Alto		73.77%	55.75%										
Funcional Alto		13.14%	22.95%	8.19%	9.85%	8.83%	3.27%	4.91%	1.61%	21.33%	8.55%	1.91%	
Funcional Normal	11.47%	1.62%	9.83%	19.59%	18.03%	27.86%	24.59%	22.95%	16.39%	27.86%	18.05%	18.05%	
Funcional Bajo	45.91%	8.19%	13.47%	44.28%	32.78%	41%	34.42%	42.64%	41%	24.59%	36.66%	36.66%	
Disfuncional Bajo	42.62%	3.27%		27.86%	39.34%	21.31%	37.72%	29.50%	41%	28.22%	39.34%	44.28%	

Tabla II Representa los datos obtenidos en el Pos-test, respecto a los niveles de autoestima en cada uno de los rubros de la Escala del Tennessee

POS-TEST



Legend: Self Criticism Conflicto Net Conflicto Total Total Row 1 Row 2 Row 3 Colum A Colum B Colum C Colum D Colum E

En los resultados obtenidos en el Pre-test, se puede observar que el 29.05% de los adolescentes se critican a sí mismos en un nivel funcional bajo, y el 70.50% lo hace en un nivel disfuncional bajo. Cabe mencionar que el mayor porcentaje corresponde al nivel disfuncional bajo, en este sentido se considera que los adolescentes no están conscientes de sus defectos y virtudes, no se conocen ni se aceptan así mismos; por lo tanto no tienen una autocrítica y no aceptan crítica de los demás.

En la Preevaluación se observa que el 6.55% de los adolescentes presentan conflicto Neto, esto nos indica que sus propias opiniones y/o situaciones son confusas o es probable que sean contradictorias afectando todas las demás áreas como son: social, familia, moral, identidad, satisfacción, comportamiento y personalidad.

A diferencia del Pre-test, en el Pos-test el conflicto Neto lo presenta el 3.27% de los adolescentes, esto se refleja en la incongruencia de sus respuestas de sus respuestas implicando conflicto en su persona y repercutiendo en todas las áreas. Se considera que este porcentaje es mayor debido a que el efecto del taller no es a corto plazo, lo cual implica que el adolescente procese la información aplicándola a su vida cotidiana de forma cognitiva. Para lo cual ejerce reflexión, cambios de actitud, procesos cognitivos, adquisición de habilidades.

En total de conflicto Total en el Pre-test está representada con 1.63% en funcional bajo, con 8.20 en funcional normal, 16.40 en funcional alto, y 73.77% disfuncional alto. En el Pos-test, el 11.47% en el funcional bajo, 9.83% está en el nivel funcional normal, el 22.95% en el funcional alto y el 55.75% en el disfuncional alto. En comparación se puede ver que después de la aplicación del taller, los adolescentes que presentarán conflicto en el nivel disfuncional, baja notablemente como se indica en las tablas.

Por otra parte, se observa que la identidad es uno de los principales aspectos en el adolescente, ya que está en función de las características y circunstancias que distingue a una persona de las demás. En este sentido, en el Pre-test el 59.01% de los participantes presentan una identidad a nivel disfuncional bajo, el 19.68% nivel funcional bajo, el 19.68% en funcional normal y 1.63% en funcional alto. De esta manera se aprecia que la mayoría de los participantes reconocen sus características propias que los hacen diferentes a las demás personas, oscilando en los funcionales bajo, normal y alto, ya que en el nivel disfuncional bajo de 59.01% a 39.34%, lo que nos indica una disminución notable y que en este rubro el efecto del taller fue favorable haciendo que los participantes reflexionarán sobre su identidad.

En cuanto a la aceptación de sí mismo y la manera de cómo se perciben los adolescentes, se puede ver que en la pre-evaluación se obtuvo un porcentaje de 36.06% en el nivel disfuncional bajo, en el funcional bajo 41%, en funcional normal 21.31% y 1.63% en funcional alto. En comparación con el pos-test, se observa que el 21.31% está en el nivel disfuncional bajo, el 41% en funcional bajo el 27.86% en funcional normal y por último el 9.83% en funcional alto. Con esto se afirma que los adolescentes cambiaron de opinión respecto a la satisfacción de lo que son y hacen, así como con respecto a la aceptación de sí mismos como personas. Se considera que la información proporcionada tuvo un efecto favorable en este rubro.

El siguiente rubro es la forma de actuar o de comportarse en el pre-test el 62.30% está en el disfuncional bajo, el 29.50% en el funcional bajo, el 6.57% en funcional normal y el 1.63% en funcional alto.

A diferencia del pos-test el 37.72% está en el nivel disfuncional bajo, el 34.42% en funcional bajo, el 24.59% funcional normal y el 3.27% en funcional alto. Esto nos

refleja una mejoría en nivel cuantitativo, ya que representa un efecto del taller en la conducta de los participantes y al parecer hubo cambios conductuales, debido a que los adolescentes presentan rebeldía al inicio

Otro aspecto de gran relevancia, es cómo cada uno de los adolescentes percibe la apariencia y como se sienten respecto a este rubro. En este sentido, en el pre-test, el 62.30% está en el disfuncional bajo, 29.50 en funcional bajo, el 6.57% en funcional normal el 1.63% en funcional alto, se observa que el mayor porcentaje está en disfuncional bajo; por lo tanto, la mayoría de los participantes se encuentran en este nivel, implicando que están inconformes con su aspecto físico, lo cual repercute en la autoimagen del individuo. Así mismo también se proyecta con aptitudes y actitudes, a diferencia del pos-test donde el 29.50% está en el nivel disfuncional bajo, el 42.64% en funcional bajo, el 22.95% en funcional normal y el 4.91% en funcional alto. Esto nos indica que posterior a la aplicación del taller los adolescentes modificaron y reflexionaron sobre sus aspectos físicos, lo cual ocasionó la aceptación de los adolescentes sobre sí mismos

Así mismo, la moral y ética es uno de los aspectos importantes del individuo en su forma íntegra. En los datos obtenidos en el pre-test se observa que en el nivel disfuncional bajo se obtuvo un 49.20% y en el funcional bajo 36.06% en el funcional normal 11.48%, en el funcional alto 1.63% y en el nivel disfuncional alto 1.63%. A diferencia del pos-test donde el disfuncional bajo 41% y en funcional bajo 41%, en funcional normal 16.39% y funcional alto 1.61%. Se corrobora que en el ámbito funcional bajo, normal y alto existe un equilibrio donde el mayor porcentaje se ubica en estos tres rubros los cuales indican que la moral y ética de los adolescentes son flexibles, ya que al inicio se encuentra que las normas y principios que poseen cambian de acuerdo a las circunstancias que se presenten, tomado en cuenta que son legados de la familia y que esto se establece también en un nivel cultural, aunque hubo cambios, la mayoría de los participantes se

mantuvieron firmes en su posición respecto a sus principios, normas y valores que prevalecen en su entorno social

Por su parte, la personalidad de cada individuo, es otro rubro de relevancia en el desarrollo individual, de tal manera que en el pre-test, se obtuvo un 73.77% en el nivel disfuncional bajo, 18.03% en funcional bajo, 6.57% en funcional normal y el 1.63% en funcional alto

En comparación en el pos-test donde descendió el nivel disfuncional bajo a 26.22%, el funcional bajo a 24.59% el funcional normal 27.86% y funcional alto 21.33%. Esto es benéfico debido a que la mayoría de los participantes evaluaban los aspectos de su personalidad en un nivel bajo, lo cual indica claramente que los adolescentes no tienen bien formada su personalidad no saben lo que quieren y a donde van y puede ser influencia de la familia, grupo de amigos y sociedad en general.

El siguiente elemento a evaluar fue la familia, esta juega un papel importante y determinante en el desarrollo del adolescente. En el pres-test, el 36.06% esta en un nivel disfuncional bajo, el 21.31% en funcional bajo, el 32.80% en funcional normal, el 8.20% en funcional alto y 1.63% en disfuncional alto. A diferencia el pos-test nos indica el 39.34% en disfuncional bajo, el 36.06% en funcional bajo, el 18.05% en funcional normal y el 6.55% en funcional alto. Se puede observar un cambio significativo ya que la familia es subjetiva para los jóvenes, hay que recordar que la mayoría de ellos pertenecen a familias desintegradas y el taller solo hizo más latente su situación familiar

Finalmente, el aspecto social que ejerce en los adolescentes en el pre-test, el 68.85% está en disfuncional bajo, el 22.95% en funcional bajo, el 4.91% en funcional normal y el 3.29% en funcional alto. En el pos-test el 44.28% esta en disfuncional bajo, el 36.06% en funcional bajo, el 18.05% en funcional normal y el

ESTA TESIS NO SALE DE LA BIBLIOTECA

161% en funcional alto. Se incrementaron el funcional alto y el funcional normal lo cual implica que los adolescentes se vieron favorecidos a partir de la implementación del taller, ya que propicio una mejor relación consigo mismo y con los demás, lo cual se ve reflejado en su conducta social y por ende en las relaciones sociales que establezcan de aquí en adelante.

Cabe señalar que hubo algunos alumnos que se mantuvieron en posición firme en el aspecto social y ésta determinada en el nivel disfuncional bajo lo cual no es favorable para su desarrollo social e individual.

A partir de la evaluación y consideración de estos aspectos se deduce que son de gran relevancia para el desarrollo del individuo, debido a que configuran de manera integral el crecimiento óptimo individual que implica bienestar personal y por ende social. Además de que tales aspectos no pueden deslindarse de sí, ya que uno sin el otro dificultan un desarrollo satisfactorio.

ANALISIS DE RESULTADOS

Recordando que el objetivo de nuestra investigación fué proporcionar información de autoestima a los adolescentes para que se concienticen de la importancia de su persona para un óptimo desarrollo individual; lo cual se verá reflejado en el manejo adecuado de dicha información, se cumplió ya que los jóvenes adquirieron los conocimientos de los elementos básicos de la autoestima

Para poder manejar adecuadamente los pasos e información de Autoestima, se debe considerar la influencia del medio social: familia, grupo de iguales, escuela y la comunidad.

Partiendo de esto, procederemos a analizar los resultados obtenidos dentro de la investigación. Dicho análisis se hará de acuerdo al orden de las áreas evaluadas

Autocrítica En este rubro se observa que los adolescentes han tenido experiencias a lo largo de su vida, que influyen en este comportamiento. Quitmann (1989) menciona que en la comunidad el individuo recibe y da reciprocidad respecto a sus valores y responsabilidades que ha aprendido dentro de la misma

En este sentido, se constata que nuestra población confronta niveles de conflictos sociales, los cuales repercuten en los aspectos de su autoestima, y por ende en sus propios juicios y valores.

Identidad. En esta etapa los adolescentes se encuentran en una etapa de transición, lo cual implica la definición de su orientación así como determinar hacia dónde se dirigen, qué quieren, quiénes son. Sin embargo, Quitmann (1989) comenta que la influencia de la naturaleza y de la comunidad determina la personalidad del individuo. Así mismo, los adolescentes al estar rodeados de

imágenes perfectas e ideales, es decir, modelos de la sociedad, influye a que la identidad que poseen esté distorsionada, y eso repercute en que su percepción sea inferior, o bien, negativa

Autoaceptación: Como ya se mencionó, el adolescente construye ideales influenciados por los medios sociales, lo que los lleva a un proceso más complicado de aceptación de sí mismos. Sánchez y Rivera (1979) refieren que las personas tienen la capacidad de percibir su propio mundo o la realidad que los rodea. Con esto se comprueba que los elementos externos intervienen en para que los adolescentes no ejerzan su capacidad de autopercepción y ello conlleve a la falta de aceptación, o bien, la aceptación tardía. Percepción significa conciencia sensorial, para descubrir el propio mundo, desde lo más cotidiano en la vida humana

Forma de Actuar o Comportarse: Los valores que son adquiridos por el individuo son legados generación tras generación, de tal forma que los adolescentes van adquiriendo formas de comportamiento debido a la interferencia que su medio social impone, desde la familia, grupo de iguales, escuela, etc. No obstante, los adolescentes caen en la rebeldía debido a las prohibiciones y represiones que su medio asigna.

Sánchez y Rivera (1979) dicen que el individuo fluye dentro de su entorno, lo cual implica un cambio. Fluir significa reaccionar a un modo de responder a una realidad.

Aspecto Físico: Los adolescentes se encuentran en un oasis de cambios biológicos que implica la alteración de su aspecto físico. Sin embargo, dicho proceso influye en la autoimagen que los individuos poseen, esto determinado a su vez, por la participación social (imágenes, ideales). La población que participó en esta investigación, al inicio mostró inconformidad sobre su apariencia, pero una

vez que obtuvo la información modificó sus ideas, reflejándose en el reconocimiento de sí mismo

Por otra parte, los amigos o grupo de iguales son clave fundamental para intervenir en la percepción del otro, debido a las críticas, generalmente destructivas lo cual repercute en la autoestima deteriorada del adolescente

Moral y Ética: Sánchez y Rivera (1979) manejan la importancia de las relaciones respetuosas, comprensivas y amables, la superioridad de los valores vitales, emocionales, culturales y religiosos de la comunidad. Esto significa que la comunidad proporciona y exige al individuo valores y responsabilidades mediados con normas. Pero si la comunidad en la cual viven estos jóvenes, se encuentra distorsionada y maneja valores negativos, los individuos se someten a esas reglas y por ende dan y reciben de acuerdo a sus principios

Personalidad. Una de las influencias en la estructura de la personalidad de un individuo es primordialmente la Familia.

La conformación de la personalidad implica la confrontación con la realidad con un manejo adecuado de la misma. De tal forma, cuando los adolescentes se manejan autosuficiente e independientemente significa que poseen una autoestima alta. Nuestros jóvenes en un principio no tenían idea del concepto de su personalidad. Una vez terminado el taller ellos expresaron la estructura de su personalidad.

Debido a las carencias de esta población, el proceso de maduración se inició a una edad temprana (7-10 años de edad aproximadamente), esto facilitó la independencia y la autonomía de la persona que está desarrollando la capacidad de elegir, tomar decisiones y autodirigirse inteligentemente. Ello significa adquirir responsabilidades que todavía no les corresponden y por lo tanto adoptar el rol de adulto, pero con un retroceso emocional.

Familia Recordando lo que Maslow afirma sobre la importancia de poseer una autoestima adecuada, ya que es una necesidad primordial para el ser humano. La autoestima es saberse digno de algo y reconocido por los demás. El ser humano al percibirse capaz, eficiente, independiente y libre, tendrá una autoestima alta. Para fundamentar una autoestima es necesario el reconocimiento del otro, ser amado, aceptar y ser aceptado. Cubrir la necesidad de Amor en la que está basada la necesidad de pertenencia y realización. Todos estos elementos los debe de cubrir a través de su grupo primario (Familia) como unidad primordial de satisfacción de todas sus necesidades.

Por lo menos. la mitad de la población estudiada es desintegrada, donde cuando mucho un integrante de cada familia es quien cubre algún rubro de los ya mencionados, y en ocasiones, tienen una carencia total refugiándose en el grupo de amigos y sustituyendo sus necesidades afectivas. Cabe mencionar que en Post-test. descendió el nivel respecto a la familia, ya que los adolescentes se dieron cuenta que carecen de ella y por tanto no le dan ningún valor a la misma.

Social: El humanismo refiere que un individuo debe ser reconocido por el otro y por los demás para cubrir una necesidad y por ende mantener un nivel alto de autoestima.

Debido a que los jóvenes con quienes trabajamos, se encuentran situados en zonas de nivel socioeconómico bastante bajo, los reconocimientos que tienen por parte de las personas de su entorno son generalmente negativos, lo cual implica respuestas negativas de los jóvenes hacia con la sociedad.

Reafirmando lo que comenta Quitmann (1989) respecto a que la sociedad significa reciprocidad y compartir valores, lo que lleva a nuestros jóvenes a una baja autoestima, ya que dan y reciben cosas negativas.

CONCLUSIONES

Conforme a nuestros resultados y apoyándonos en la teoría humanista, podemos afirmar que los adolescentes se encuentran en un estadio de transición, puesto que muestran gran inestabilidad en su autoestima, relaciones familiares conflictivas, además de no saberse relacionar afectivamente con otras personas. Esto se debe básicamente a la gran necesidad que tiene el individuo con respecto a la aceptación tanto de su persona como de las decisiones que toma.

Se plantea que para superar las etapas de la adolescencia, se requiere del apoyo de la familia como unidad primaria donde se desarrolla el individuo, además de que influye directamente en la satisfacción de sus necesidades (fisiológicas, emotivas, materiales).

Conforme a nuestra cultura y a la realidad, corresponde exclusiva y directamente al mismo individuo resolver sus conflictos, sin embargo, la autoestima de los adolescentes se encuentra devaluada debido a la forma en cómo han sido educado y transmitido los valores bajo los cuales se autoevalúan, esto impide de alguna forma que se promueva un proceso de cambio, puesto que no se encuentra consciente respecto a los aspectos psíquicos, es decir, no existe una congruencia entre lo que hace, piensa y siente. De esta manera, se ve imposibilitado para darle respuesta a las preguntas de ¿Quién soy?, ¿Por qué y para qué existo?, lo que significa que va a dirigir a una pérdida del sentido de su existencia. Por ejemplo, piensa lo que le gustaría hacer, pero tiene miedo porque puede ser rechazado a fracasar y por lo tanto decide hacer lo que otros plantean. Y es debido a la carga emotiva por lo que el individuo no sabe si hacer lo que para él es más conveniente o decidir hacer lo que otros consideran correcto. Esto conlleva a dudar de sus decisiones, provocando directamente en su persona una ansiedad y preocupación que disminuye la motivación que puede tener para seguir y concluir con sus expectativas.

Se debe apoyar al individuo a la resolución de conflictos de autodefinición como ser social, así como hacerlo consciente de sus derechos y obligaciones, ubicándolo en la realidad. Con el objeto de lograr una mejor y mayor adaptación e integración del individuo en su entorno social, promoviendo de manera similar, a la resolución de conflictos personales sobre propia imagen, metas, valores del mismo individuo, para darle sentido a su existencia.

Como ya mencionamos, el periodo de la adolescencia transcurre en la niñez y en la edad adulta, lapso que comprende aproximadamente entre los 10 y 13 años, hasta los 17 o 18, con grandes variaciones individuales y culturales (Muss, 1989) La mayoría de nuestra población oscilaba entre los 15 a 18 años de edad, es decir son adolescentes y como pudimos comprobar en los cuestionarios una gran parte de ellos todavía tienen fantasías, así como también, grandes tristezas o se sienten muy solos, para Coleman es una etapa de época de alegría irreprimible, de tristezas y una pérdida aparentemente inconsolable, de altruismo y egoísmo, de curiosidad incansable y aburrimiento, de confianza y duda de uno mismo. Pero sobre todo es un periodo de cambios físicos, sexuales e intelectuales, se trata de una época de contrastes, donde el adolescente no sabe incluso si optar por lo convencional o lo vulgar. Nosotros creemos que es verdad, ya que ellos manifiestan tener pocos pasatiempos, una gran curiosidad por las relaciones sexuales, no sabe quien es, ni que le gusta, etc

Muchas de las respuestas nos afirman que efectivamente gran parte de sus pensamientos e inquietudes las centran en lo referente a noviazgos y sexualidad ya que desarrollan una serie de inquietudes relativas a su cuerpo durante este periodo, pueden desarrollar una sexualidad reactiva lo cual consiste en una experiencia sexual para afirmar su normalidad según Mckary (1983), es decir, que busca su identidad sexual; comprendiendo tres aspectos relevantes como son: la identidad de género, el rol de género y la orientación sexual Comprobamos que la mayoría de los adolescentes tiene ya una orientación sexual definida, así también

como sus roles o papeles, manifestando sentirse a gusto con el rol que tiene como hombre o mujer.

Cabe mencionar que los adolescentes tenían poca información sobre sexualidad y anticonceptivos, ellos mencionan que en su casa no hablan de esas cosas, y a la mayoría de las niñas nadie les hablo sobre la menstruación, para nosotros es importante informar a los alumnos sobre éste tipo de cuestiones ya que las principales causas que propician un embarazo no deseado es la falta de educación sexual, carencia de información acerca de los métodos anticonceptivos, no los usan o los usan inadecuadamente. Como menciona Makenry (1979, en Papalia, 1997) para los adolescentes que ya han discutido el sexo, el embarazo y los anticonceptivos con sus padres tienden a usar más el control natal a diferencia de los que no han recibido esta información. Creemos que este taller dio relevancia a este tipo de información, donde los muchachos nos recibieron gustosos de tener este taller.

Otro punto importante son las amistades, ya que cuando están con sus compañeros se siente fuertes y libres. Según Papalia (1997) esto es normal ya que sus mejores momentos son con sus amigos, se sienten libres, abiertos y son parte del grupo. Aunque también mencionan que hay muchas cosas que preferirían guardarse para sí mismos, porque ya han tenido experiencias desagradables manifestando que les molesta la hipocresía. Para Coleman (1980, en Papalia, 1997) las amistades son probablemente más cercanas y más intensas en la adolescencia que en cualquier otro momento de la vida, la habilidad de los amigos cercanos de compartir sus pensamientos descansa en el desarrollo cognoscitivo, los adolescentes son más hábiles para expresar lo que piensan y sienten, pueden ser más susceptibles a los sentimientos y pensamientos, que sus amigos comparten con ellos.

Los jóvenes manifiestan tener una serie de problemas familiares con sus padres y hermanos, consideramos que esto es normal ya que Steinberg (1981) indica que el conflicto entre padres y adolescentes es normal y saludable, ya que los padres están indecisos a que sus hijos sean independientes y mantenerlos dependientes. los padres pueden dar a sus hijos en la adolescencia, mensajes dobles de decir una cosa, pero comunicar otra. Por otra parte el rechazo de los padres es casi siempre parcial, temporal o superficial, creemos que efectivamente es cierto ya que los adolescentes manifiestan una gran preocupación por su familia hasta el grado de defenderla de cualquier situación o problema, además, se encuentra en el primer lugar de la escala de valores de los jóvenes.

Siegel (1982), menciona que el adolescente debe renunciar a su identificación de la niñez y establecer una identidad separada, consideramos que a partir de las respuestas obtenidas en los cuestionarios, los alumnos indican aun ser dependientes de todas las actividades relacionadas con su familia, cabe resaltar, que no han desarrollado esta identidad ya que no se conocen, es decir, no saben como son física, mental y emotivamente, no conocen sus habilidades y destrezas. así como también sus aptitudes, capacidades y no conocen sus gustos Ericson (1989) menciona que la identidad, es una estabilidad del propio si mismo, percibida por el individuo a través del tiempo, es decir la necesidad de una persona tiene de percibir que es similar y que además se mantiene abiertamente ligada con la persona que fue el día de ayer y que será el día de mañana, posteriormente tiene que lograr una integración total de sus aspiraciones ambiciones, junto con todas sus calidades donde todo esto se permitirá la intimidad con lo afectivo, sexual y otras situaciones que requieran de entrega sin temor de perder la identidad del yo en la etapa siguiente que es la madurez

En lo que respecta a la asertividad, se manifestó que gran parte de los alumnos no sabían sobre el término aunque muchos de ellos lo aplicaban en casa y la escuela, se les enseñó algunas técnicas para poder establecer las diferentes

formas de comunicación y que ellos las apliquen como mejor les parezca. Ellos mencionaron que les agrada ser aceptados y que aprueben cada una de las actividades que realizan, pero sobre todo de su familia

Por toda la información obtenida en los cuestionarios, consideramos que desde el enfoque humanista el adolescente tiene otra visión en cuanto a la autoestima, ya que comienza a dirigir su vida y fomentar su desarrollo, independientemente de los factores externos que le rodean, familiar, escuela, grupo de amigos, etc. Sin embargo el individuo es un ser social por naturaleza, lo cual no indica que tales factores no son necesarios para su desarrollo, ya que necesita reconocimiento de otros, afectar y ser afectado. Maslow menciona que lo fundamental para una buena Autoestima es necesario el reconocimiento del otro, es decir, el ser humano necesita ser amado y amar, aceptar y ser aceptado por otras personas. Al mismo tiempo necesita cubrir la necesidad de amor en la que esta basada la pertenencia para realizarse, ser alguien en un grupo, principalmente en el primario, la familia

En lo que corresponde al objetivo del taller, podemos decir que se cumplió al proporcionar no solamente los elementos básicos de la Autoestima, sino que tuvieron los conocimientos de los aspectos biológicos, sociales y psicológicos, que componen su desarrollo, así como la identificación de sus habilidades y necesidades que son parte del Autoconocimiento. También se tomo en cuenta la reflexión de su Autoimagen, realizando una Autoevaluación de su presente, e identificando sus valores, sentimientos y emociones, pero lo más importante fue que los expresaran para un óptimo desarrollo individual.

Sin embargo creemos que el instrumento que utilizamos para medir la Autoestima, no fue el adecuado ya que era demasiado extenso para los alumnos y los datos que arrojan no son reales, eso se debe a que los jóvenes ya no tenían interés por contestar, debido a que no había reflexión en las respuestas, mostrando un gran conflicto entre sus respuestas, es decir, no concuerda unas con otras.

Cabe señalar, que un cambio de actitud conlleva un proceso a mediano o largo plazo. esto depende de la intervención de las circunstancias sociales. Sin embargo, la información proporcionada de autoestima a los adolescentes implicó un cambio de ideología, reflejado esto en sus manifestaciones en el transcurso de las sesiones.

Por otra parte, nosotras consideramos que la aplicación de un taller es una de las mejores alternativas de informar y formar, que conlleva a una educación y progreso social.

Finalmente, se debe hacer hincapié en la función fundamental que tiene un taller: concientizar y sensibilizar a través de técnicas y dinámicas (vivenciales).

BIBLIOGRAFÍA

- Bandura (1991). La psicología del desarrollo moral. Madrid Siglo XXI.
- Cirianni, G y Bernal, G (1994) Acto seguido. Primer ciclo México: SEP
- Consejo Nacional para la Población (1985) Educación y sexualidad La educación de la sexualidad humana. México, Consejo Nacional de Población. Vol. IV Cap. Y
- Conger, J. (1980) La psicología y tu adolescencia, México Harper y Row Latinoamericano.
- Chapela, L (1993) El niño y la lectura. Revista Papalote México
- Erickson, E (1987) Sociedad y Adolescencia, México: Siglo XXI
- Escobedo, J et al, (1996) Encuesta descriptiva sobre sexualidad en madres adolescentes en menores de 19 años. México: Tesis UNAM
- García, F , y Cols. (1989) El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de Investigación. Madrid: Ed. Alianza
- García, V., Medina, A. (1996) Programa de educación Sexual para adolescentes Sexualidad Integral. México: Tesis UNAM
- Garrido, R. F. (1996) Como leer (mejor) en voz alta. México: De. Fundación Mexicana para el Fomento de la Lectura, A.C.
- Gómez, R y Palacios, S (1995) La Autoestima de la Mujer desde la perspectiva psicoanalítica. México: UNAM pp 169.
- González, Beatriz (1999). Los lectores del nuevo milenio. Tierra adentro México.
- González, S., y Cols (1990) Los talleres para mujeres: Una alternativa de actitud ante el género. Tesis. ENEPI UNAM.
- Helmut, Q. (1989). Psicología Humanista Clasificación del objeto de la investigación y objetivo del libro. Ed Herder. Barcelona, España.
- Huitrón, G., y Cols (1996) Talleres de Género: Una alternativa para la prevención de la violencia intrafamiliar. Tomo II Tesis ENEPI UNAM.
- Mc Kary, L J (1983) Sexualidad humana, México: Manual Moderno

- Muss, M (1989) Teorías de la adolescencia, Buenos Aires Paidós.
- Olivares, R., y Rodríguez, I. (1992) La importancia de la adolescencia en el proceso de convertirse en persona, México: UNAM Tesis.
- Papalia, y Cois (1997) Desarrollo Humano. Colombia. De McGraw-Hill
- Penacc, Daniel (1993) Como una novela Ed. Norma. Bogotá.
- Quitman (1989). Moral y Ética México
- Sánchez Rivera, C. (1979) ¿Qué es la Psicología Humanista?. Integración corporal y psicológica humanista. Ed Marova Madrid, España
- Sasson, L. Y (1997) Unidad de Publicaciones Educativas México
- Sastre, F (1994) La relación interpersonal enriquecedora Una alternativa de crecimiento personal, desde un enfoque humanista Tesina. UNAM
- Watson, F (1984) Conductismo y Humanismo. México:Ed Trillas

ANEXO 1

Escala del Tennessee

En este folleto encontrará una serie de afirmaciones en las cuales usted se describe a sí mismo, tal como usted se ve. Conteste como si estuviera describiendo a sí mismo y no ante ninguna persona. **NO OMITA NINGUNA AFIRMACIÓN.** Lea cada afirmación cuidadosamente y después escoja una de las cinco respuestas. En la hoja de respuestas, **ENCIERRE EN UN CÍRCULO** el número de las respuestas que usted escogió; si desea cambiar la respuesta después de haber hecho el círculo, no borre. escriba una "X" sobre la respuesta marcada y después ponga el círculo en la respuesta que usted desea.

Cuando esté listo para empezar, localice en su hoja de respuestas el espacio que dice "HORA EN QUE EMPEZÓ" y anote la hora, cuando haya terminado, anote la hora en que terminó dentro del espacio que dice "HORA EN QUE TERMINÓ". Al comenzar, asegúrese de que la hoja de respuestas y este folleto estén colocados de tal manera que los números de las afirmaciones y los de las respuestas coincidan. Recuerde trazar un "CÍRCULO" alrededor del número de la respuesta que usted ha escogido para cada afirmación.

Respuestas:

1	2	3	4	5
Completamente falso	Casi totalmente falso.	Parte falso y parte verdadero	Casi totalmente verdadero.	Totalmente verdadero

Esta escala se ha reproducido al pie de cada página a fin de ayudarle a recordar. No pase a la página siguiente si no ha comprendido claramente las instrucciones.

- 1 Gozo de buena salud
- 3 Soy una persona atractiva
5. Me considero una persona desarreglada
- 19 Soy una persona decente
- 21 Soy una persona honrada
- 23 Soy una persona mala
37. Soy una persona alegre
- 39 Soy una persona calmada y tranquila
41. Soy un don nadie
- 55 Mi familia siempre me ayudaría en cualquier problema
57. Pertenezco a una familia feliz
59. Mis amigos no confían en mí
73. Soy una persona amigable
- 75 Soy popular con personas del sexo masculino
- 77 Lo que hacen otras gentes no me interesa
- 91 Algunas veces digo falsedades
- 93 En ocasiones me enojo

- 2 Me agrada estar siempre bien arreglado(a) y pulcro(a)
- 4 Estoy lleno(a) de achaques
- 6. Soy una persona enferma
- 20 Soy una persona muy religiosa
- 22 Soy un fracaso en mi conducta moral
- 24 Soy una persona moralmente débil
- 38 Tengo mucho dominio sobre mí mismo
- 40 Soy una persona detestable
- 42 Me estoy volviendo loco(a)
- 56 Soy importante para mis amigos y familia
- 58. Mi familia no me quiere
- 60 Siento que mis familiares me tienen desconfianza
- 74 Soy popular con personas del sexo femenino
- 76. Estoy disgustado(a) con todo el mundo
- 78 Es difícil entablar amistad conmigo
- 92 De vez en cuando pienso en cosas malas que no pueden mencionarse
- 94 Algunas veces, cuando no me siento bien, estoy de mal humor

- 7 No soy ni muy gordo(a) ni muy flaco(a)
- 9 Me agrada mi apariencia física
- 11 Hay partes de mi cuerpo que no me agradan
- 25 Estoy satisfecho con mi conducta moral
- 27 Estoy satisfecho con mis relaciones con Dios
29. Debería asistir más a menudo a la iglesia
- 43 Estoy satisfecho de lo que soy
- 45 Mi comportamiento hacia otras personas es precisamente como debería de ser
47. Me desprecio a mí mismo
61. Estoy satisfecho con mis relaciones familiares
63. Muestro tanta comprensión a mis familiares como debiera
65. Debería depositar mayor confianza en mi familia
79. Soy tan sociable como quiero ser
- 81 Trato de agradar a los demás pero no me excedo
83. Soy un fracaso con mis relaciones sociales
95. Algunas de las personas que conozco me caen mal
- 97 De vez en cuando me da risa los chistes colorados

- 8 No soy ni muy alto ni muy bajo
10. Me siento tan bien como debiera
12. Debería ser más atractivo para con personas del sexo opuesto
- 26 Estoy satisfecho con mi vida religiosa
28. Quisiera ser más digno de confianza
- 30 Debería mentir menos
- 44 Estoy satisfecho con mi inteligencia
46. Me gustaría ser una persona distinta
48. Quisiera no darme por vencido tan fácilmente
62. Trato a mis padres tan bien como debiera
64. Me afecta mucho lo que dice mi familia
66. Debería amar más a mis familiares
- 80 Estoy satisfecho con mi manera de tratar a la gente
82. Debería ser más cortés con los demás
- 84 Debería llevarme mejor con otras personas
- 96 Algunas veces me gusta el chismé
- 98 Algunas veces me dan ganas de decir malas palabras

13. Me cuido bien físicamente
15. Trato de ser cuidadoso con mi apariencia
17. Con frecuencia soy muy torpe
31. Mi religión es parte de mi vida
33. Trato de cambiar cuando sé que estoy haciendo algo que no debo
35. En algunas ocasiones hago cosas muy malas
49. Puedo cuidarme siempre en cualquier situación
51. Acepto mis faltas sin enojarme
53. Hago cosas sin haberlas pensado bien
67. Trato de ser justo con mis amigos y familiares
69. Me intereso sinceramente por mi familia
71. Siempre cedo a las exigencias de mis padres
85. Trato de comprender el punto de vista de los demás
87. Me llevo bien con los demás
89. Me es difícil perdonar
99. Prefiero ganar en los juegos

- 14 Me siento bien la mayor parte del tiempo
- 16 Soy malo para el deporte y los juegos
- 18 Duermo mal
- 32 La mayoría de las veces hago lo que es debido
- 34 A veces me valgo de medios injustos para salir adelante
- 36. Me es difícil comportarme en forma correcta
- 50. Resuelvo misa problemas con facilidad
- 52 Con frecuencia cambio de opinión
- 54. Trato de no enfrentar mis problemas
- 68. Hago el trabajo que me corresponde en casa
- 70 Riño con mis familiares
- 72 No me comporto en la forma que desea mi familia
- 86. Encuentro buenas cualidades en toda la gente de conozco
- 88 Me siento incomodo cuando estoy con otras personas
- 90. Me cuesta trabajo entablar conversación con extraños
- 100 En ocasiones dejo para mañana lo que debería hacer hoy