



UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE
MÉXICO

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

**“MANEJO PSICOSOCIAL DE ADOLESCENTES
EN UNA ESCUELA SECUNDARIA”**

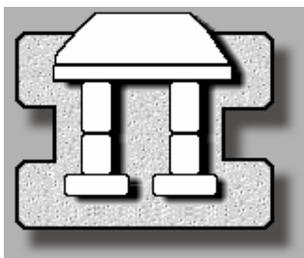
T E S I S E M P I R I C A

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGIA
P R E S E N T A:

ROSALBA ISLAS MONTAÑO

ASESORES:

DRA. CLAUDIA LUCY SAUCEDO RAMOS
DR. EDGARDO RUIZ CARRILLO
MTRA. PATRICIA SUÁREZ CASTILLO



TLALNEPANTLA, EDO. DE MEXICO, AGOSTO DEL 2004



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

A DIOS:

Primeramente le agradezco a Dios por permitirme terminar esta tesis, por concederme la dicha tan grande de ser una profesionalista, por estar conmigo en todos los momentos de mi vida y porque gracias a él he cumplido una meta más en mi vida.

A la Dra. Claudia Lucy Saucedo:

Le agradezco infinitamente por su paciencia para corregirme, por enseñarme a trabajar con adolescentes, por transmitirme sus conocimientos y aprender que los objetivos se logran con esfuerzo y dedicación. Gracias por confiar en mí para concluir esta tesis.

A la Mtra. Patricia Suárez:

Gracias por las sugerencias y recomendaciones para darle el toque final a esta tesis y por el apoyo que recibí para concluirla.

Al Dr. Edgardo Ruiz:

Por enseñarme que lo más importante es luchar y alcanzar metas en la vida, gracias por el apoyo para terminar esta tesis.

A la memoria de mi abuelito Domingo:

Como quisiera seguir conversando contigo, escuchar tu voz, le agradezco a Dios por haber compartido contigo momentos de alegría y tranquilidad. Te dedicó parte de mi esfuerzo, donde quiera que estés espero que te sientas orgulloso de mí.

A mi Madre:

Por darme la vida, escucharme y apoyarme cuando más lo necesite. Gracias por enseñarme los valores de la vida y por transmitirme que todo se logra con esfuerzo, dedicación y sacrificio. Espero que este triunfo lo sientas como si fuera tuyo mami.

A mi Padre:

Por darme la fuerza de seguir adelante y no vencerme ante cualquier obstáculo que se me presentó en la vida, por darme el ejemplo de ser responsable en la vida. Gracias por todo el apoyo que has brindado.

A mi hermana Mary:

Por ser una amiga importante, por transmitirme tus experiencias y porque siempre me has motivado a conseguir lo que deseo en la vida por contar con tú apoyo cuando más lo necesito. Gracias hermana.

A mis Amigos:

Gracias por recibir apoyo, motivación durante y después de la carrera, porque siempre estuvieron conmigo en las buenas y malas. Por compartir momentos de alegría, tristeza y porque gracias a ustedes conocí el sentimiento más bonito, él de la amistad.

A mis Profesores:

Por la enseñanza que recibí durante mi profesión como psicóloga, por transmitirme sus conocimientos y dedicar parte de su vida a corregir errores. Gracias a cada uno de mis profesores, espero no defraudarlos.

A la Universidad:

Por darme la oportunidad de ser una alumna de esta institución universitaria, porque me siento verdaderamente orgullosa de formar parte de la Universidad Nacional Autónoma de México.

ÍNDICE

Introducción.....	1
Capítulo 1. Adolescencia y escuela.....	4
1.1 Violencia e indisciplina.....	7
1.2 Bajo rendimiento escolar.....	11
Capítulo 2. Manejo psicosocial con adolescentes	14
2.1 Manejo de terapia breve con adolescentes.....	15
2.2 Modificación de pensamientos.....	21
2.3 Manejo de sentimientos.....	24
2.4 Autoestima en adolescentes.....	26
2.5 Desarrollo de habilidades de comunicación.....	27
2.6 Control de enojo.....	31
2.7 Trabajo con padres.....	32
Metodología del trabajo de la tesis.....	36
Capítulo 3. Análisis de los casos reportados	37
3.1 Caso 1 “El incumplimiento de las tareas como un problema escolar”	37
3.2 Caso 2 “Reprobar materias es un problema escolar”	47
3.3 Caso 3 “La indisciplina vista como un problema escolar”	54
3.4 Caso 4 “El relajo visto como un problema escolar”	64
3.5 Caso 5 “Mis papás siempre se pelean y por eso me drogo”	69
3.6 Caso 6 “El acoso entre compañeros de clase como un problema escolar”	78
3.7 Caso 7 “Somos quince en mi familia y tenemos problemas”	88
3.8 Caso 8 “ La flojera pudo más que el interés”	97

Capítulo 4. Análisis General	103
4.1 Reconsiderando los objetivos y la forma de proceder en la intervención.....	103
4.2 Manejo psicosocial de los y las adolescentes.....	106
4.3 Elementos teóricos que se juegan para entender a los y las alumnas al diseñar nuevas formas de intervención.....	107
4.4 El psicólogo en la escuela secundaria: límites y posibilidades.....	109
4.5 Análisis general de la intervención.....	111
4.6 Habilidades y dificultades del psicólogo para el trabajo con padres y maestros.	114
Conclusiones	117
Referencias bibliográficas	121

RESUMEN

El presente trabajo lo he realizado con la finalidad de analizar el manejo psicosocial de los adolescentes en una escuela secundaria, entendiéndose la parte psicológica del adolescente como aquellos elementos que integran su desarrollo como pensamientos, sentimientos, autoestima, habilidades de comunicación, control de enojo, y la parte social que incluye considerar los diferentes contextos en los que participa el adolescente como la escuela y la familia. Para dicho análisis participaron 8 sujetos (cinco hombres y tres mujeres) todos ellos reportados por diferentes problemas tales como bajo rendimiento académico, indisciplina y problemas familiares, cuyas edades oscilaron entre 12 y 14 años de edad, estudiantes de una Escuela Secundaria. Se utilizaron dos instrumentos de evaluación para obtener información de los cuales, se aplicó la entrevista enfocada a la solución de problemas de Selekman (1996) con la finalidad de recaudar información para dirigir las sesiones psicológicas y centrar la problemática de cada caso trabajado. La segunda entrevista de seguimiento se les aplicó a los adolescentes después de haber transcurrido uno o dos años para conocer la efectividad de la terapia; asimismo, se trabajó alrededor de cuatro a diez sesiones para cada caso reportado. Los resultados demostraron que para seis adolescentes la terapia tuvo un efecto en su conducta, sin embargo para dos adolescentes éstos no mostraron cambios en su conducta. Por lo anterior, se concluyó que la terapia tuvo secuencias exitosas porque se logró tener un impacto en la vida de los adolescentes y se pudo modificar algunos aspectos de su conducta. Otros más consideraron que fue un espacio de reflexión en donde expresaron sus pensamientos y sentimientos. Es importante enfatizar que cuatro de los casos trabajados volvieron a ser canalizados al servicio de psicología al año siguiente, de ahí la necesidad de dar seguimiento por parte del psicólogo a los casos más complejos y diseñar nuevas estrategias para el trabajo con esta población. Para concluir, se propusieron nuevas líneas de análisis en la intervención con adolescentes de comunidades rurales marginadas, alumnos de alto rendimiento académico, la influencia de los problemas familiares en la escuela, estudios relacionados con la salud cómo anorexia, bulimia, obesidad y la influencia de proyecto de vida para continuar estudiando.

Palabras claves: manejo psicosocial, adolescentes, autoestima, sentimientos, pensamientos.

INTRODUCCIÓN

Mucho se ha hablado del tema de desarrollo humano y una gran variedad de autores han señalado que son aquellas etapas y periodos de la vida por la que transita la persona. Sin embargo, para Deval (1994) el desarrollo es el proceso que experimenta un organismo que cambia con el tiempo hasta alcanzar un estado de equilibrio. Es así como el desarrollo ocurre en tres áreas: la física, la cognitiva y la psicosocial. El desarrollo físico incluye las características de tamaño, forma, los cambios en la estructura cerebral y las aptitudes motoras; el área cognitiva implica habilidades y actividades mentales como la organización del pensamiento, percepción, razonamiento, memoria, resolución de problemas, lenguaje y, por último, el área psicosocial se refiere a las habilidades sociales como el estilo personal de comportamiento y de respuestas emocionales.

La adolescencia forma parte de dicho desarrollo y según, Nardone y Giannotti (2001), señalan que es el período de la vida de una persona en el que todavía no posee ni un cuerpo ni una mente bien definidos y no es autónomo en la organización de su existencia. Además, ponen énfasis en que es una edad difícil y atormentada caracterizada por los siguientes factores:

- Los cambios corporales ligados a la maduración sexual.
- Las tormentas emocionales derivadas del aumento de secreciones hormonales que orientan la afectividad hacia el grupo de semejantes y del sexo contrario.
- Los progresos cognitivos que permiten las primeras formas de razonamiento abstracto y, por lo tanto, la posibilidad de representarse una realidad distinta de la vivida, de emprender críticas y desacuerdos, discusiones a la experiencia cotidiana.

Montenegro y Guajardo (1994) analizan a la adolescencia desde el punto de vista biológico considerando que inicia cuando aparecen los caracteres sexuales teniendo la capacidad de reproducción a esta edad. Socialmente es un periodo de transición que medía entre la niñez dependiente y la edad adulta, la aceptación de los diferentes contextos en los que interactúa cotidianamente. Por último, psicológicamente es el periodo que

empieza con la adquisición de madurez fisiológica y termina con la maduración social cuando se asumen los derechos, deberes económicos y sexuales.

Para Krauskofh (2000) la adolescencia es un periodo crucial del ciclo vital durante el cual los individuos toman una nueva dirección en su desarrollo, elaboran su identidad y se plantean el sentido de su vida, su pertenencia y responsabilidad social.

Es importante señalar que los adolescentes por lo regular se encuentran en la secundaria adquiriendo y perfeccionando habilidades que les serán de gran utilidad para hacer frente al mundo y que les permita realizar una planificación vocacional realista de acuerdo a sus intereses y posibilidades.

Los adolescentes son una población que tiene un alto índice de problemas debido a los cambios que están experimentando, estos problemas van desde el nivel personal hasta el nivel académico. Dichos problemas están relacionados con la familia y la propia institución educativa. Es por ello que la presente investigación de la tesis empírica intento analizar los casos de adolescentes con problemas de bajo rendimiento académico, indisciplina y problemas familiares que fueron canalizados al servicio de psicología en una escuela secundaria pública.

Es preciso enfatizar que en las escuelas secundarias de México, los trabajadores sociales y orientadores son las personas encargadas de atender las diferentes problemáticas que presentan los adolescentes. Sin embargo, debido a las funciones administrativas que tienen que cubrir como el llenado de catorios, checar listas de asistencia, reportes de conducta de los alumnos e impartición de clases, es evidente que no cuentan con el tiempo necesario para dar una atención personalizada a cada adolescente. Los psicólogos pueden desarrollar un buen trabajo interviniendo ante las diferentes problemáticas que se presentan dentro de la institución. En ese sentido mi interés en esta tesis es presentar el manejo psicosocial en adolescentes, empleando diferentes estrategias como la entrevista enfocada a la solución de problemas de Selekman (1996) y la aplicación de otras técnicas provenientes de otros campos como el cognitivo conductual. Las demandas de los casos

que se reportan en las escuelas secundarias son: problemas de bajo rendimiento escolar ante las asignaturas que se imparten, indisciplina, pérdida de sentido y desmotivación para seguir estudiando. Un profesional como el psicólogo puede aplicar sus habilidades adquiridas durante su formación académica y asimismo destacar su trabajo con esta población.

De esta forma, la presente tesis empírica tuvo como **objetivo** analizar el manejo psicosocial y las diferentes técnicas empleadas para la intervención de ocho casos de adolescentes de una escuela secundaria.

Para este fin considero pertinente comenzar a describir el contenido de la tesis, la cual está integrada de cuatro capítulos.

El primero lo enfoco a la adolescencia y a la escuela ya que a esta edad los adolescentes se encuentran en la institución académica cómo la secundaria; además, se analizan algunos factores que se incluyen dentro de la escuela como la violencia, la indisciplina y la pérdida de sentido del valor de lo escolar.

El segundo capítulo abordo el tema del manejo psicosocial del adolescente, explicando la entrevista centrada en las soluciones y cómo implementé las técnicas y ejercicios en áreas como el manejo de sentimientos, pensamientos, habilidades de comunicación, autoestima y trabajo con padres.

El tercero integro la intervención de lo que se realizó con los adolescentes; es decir el trabajo como psicóloga y lo que implica aplicar las diferentes estrategias empleadas como por ejemplo los recursos con los que cuenta el paciente, el manejo de sentimientos, pensamientos, autoestima y control de enojo.

Para finalizar, presento **el capítulo cuatro** el cual incluye el análisis general de la intervención, en donde analizo los resultados que se obtuvieron y cómo la labor del psicólogo es de gran importancia en este campo de trabajo.

CAPÍTULO 1. ADOLESCENCIA Y ESCUELA

En este capítulo mi intención es proporcionar algunas definiciones de nociones como adolescencia, violencia e indisciplina y pérdida de sentido en la escuela para poder entender cómo se entrelazan estos puntos que son importantes dentro del contexto escolar del adolescente, ya que estos elementos fueron reportados con mayor frecuencia en la escuela secundaria en la que realicé la intervención como psicóloga.

El desarrollo humano se compone de varias etapas de la vida y cada una de ellas se integra de aspectos como: los cambios físicos, intelectuales y/o psicológicos. Una de las etapas que forma parte de dicho desarrollo es la adolescencia. Ésta proviene del verbo *adolescere* que significa crecer o llegar a la maduración.

Al hablar del término de la adolescencia varios autores la definen de la siguiente manera: por ejemplo Mc Kinney (1982) señala que la adolescencia es un periodo de transición en el desarrollo entre la infancia y la edad adulta. Según este autor, la adolescencia comienza entre los 13 y 19 años de edad, periodo que se caracteriza por los cambios fisiológicos de la pubertad y termina cuando se llega al pleno status sociológico del adulto. La terminación de la adolescencia es difícil de definir, sin embargo, a las personas se les considera adultas cuando la comunidad de adultos da por supuesto que dicha persona está lista para aceptar las responsabilidades que implica la membresía en la comunidad y le otorgan todos los privilegios correspondientes.

Horrocks (1984) sostiene que la adolescencia finaliza cuando el individuo alcanza madurez emocional y social, y cuando ha cumplido con la experiencia, capacidad y voluntad requeridas para escoger entre una amplia gama de actividades y asumir el papel de adulto. Por su parte, Macia (1994) hace referencia a la adolescencia como un periodo difícil de la vida tanto para el adolescente como para los demás miembros de la familia ya que a esa edad el niño comienza a romper los lazos de dependencia con sus padres, intentando él mismo llevar las riendas de su propia vida.

De igual manera, Escalante y López (2002) mencionan que la adolescencia es una de las etapas del desarrollo humano en la que más cambios se suscitan en el individuo, porque estrena un nuevo continente corporal, una amplia percepción de sí mismo y del mundo, una gran cantidad de funciones intelectuales que día a día se perfeccionan para obtener una posibilidad de ser independiente.

Satir (1991) enfatiza que la etapa del adolescente se encuentra compuesta por tormentas hormonales las cuales llevan a experimentar intensas emociones, además, hay una lucha para alcanzar la autonomía e identidad. Entonces, el adolescente se enfrenta a una serie de tareas por resolver sobre su personalidad, sin contar con todos los elementos que se requieren y se tendrá que enfrentar a pedir ayuda, así como resolver sus dudas, al deseo irresistible de conocer y experimentar cosas nuevas y el requerimiento de tener que elegir su futura ocupación profesional y al deseo de decidir por sí mismo.

Macia (1994) pone énfasis en algunas de las características que debe cubrir un adolescente para convertirse en adulto como las siguientes:

- Conseguir la independencia emocional de sus padres.
- Lograr nuevas y más maduras relaciones con los iguales y con los adultos de ambos sexos.
- Aceptar su físico y utilizar el cuerpo de forma afectiva.
- De ajuste sexual, alcanzando un papel social masculino o femenino.
- De formación educativa y preparación vocacional.
- Buscar y lograr conductas sociales responsables.

Estas características son la base para el periodo de la adultez; sin embargo, existen algunos objetivos para alcanzar una estabilidad en el ámbito psicológico e intelectual en un futuro. A continuación se citan las siguientes:

- Desarrollar destrezas mentales y no mentales necesarias para la independencia económica y para las oportunidades de trabajo.
- Desarrollar la capacidad para solucionar uno mismo sus asuntos personales.
- Enriquecerse a través de actividades en las que haya interdependencia, dirigidas hacia metas colectivas.

El adolescente en esta etapa se pregunta ¿quién soy?, ¿qué quiero hacer?, ¿hacia dónde voy?. Se enfrenta, por un lado, con su inestabilidad interior y, por el otro, con diversas demandas que le llegan del mundo exterior, y se encuentra inmerso en dos contextos

importantes como la familia y la escuela. La independencia del mismo dependerá de aspectos puramente sociales incluyendo las prácticas educativas y modelos de conducta de los padres.

Los adolescentes transitan cotidianamente entre diversos contextos sociales en los que participan. Se puede decir que se enfrentan a un proceso de interacción que involucra instituciones escolares, la familia, los grupos de amistad, contextos laborales, etc. La escuela secundaria es un espacio en el que tienen lugar, para muchos adolescentes, experiencias de vida importantes. En ella se ofrece la oportunidad de adquirir nueva información, desarrollar nuevas destrezas y perfeccionar las existentes. En esta etapa se combinarán encuentros con nuevos compañeros de su edad y con adultos como los profesores de sus diversas asignaturas.

En una institución como la escuela es importante señalar que, como cualquier otra institución, se encuentra regida por normas y reglas que deben de cumplirse, además de contar con espacios y tiempos estimados que se marcan para que se ejerza su funcionalidad. En el análisis de las instituciones, y que puedo retomar para el caso de las escuelas, Foucault (1981) identifica algunos elementos de la prisión como el hecho de que los cuerpos que están sometidos a una estrecha vigilancia, la distribución del tiempo y el espacio para cada actividad. Es así como el autor describe la arquitectura de las prisiones para vigilar y castigar cada movimiento de los prisioneros. A partir de estos puntos de análisis podemos hacer una comparación con otras instituciones como la escuela, la iglesia y el estado que se encuentran regidas por normas y tal parece que si no se cumplen estas normas, al sujeto se le tacha de anormal y la misma sociedad lo segrega.

Estas reglas o normas son impuestas para que el sujeto cumpla con su deber, por ejemplo: la entrega de tareas, de concluir el ciclo escolar al tiempo que se estipula, aprobar los exámenes, mantener el orden dentro de la institución, etc. Se da por entendido que todos los alumnos conocen las reglas, tanto implícitas como explícitas y el alumno que no las cumple es castigado. Para la escuela se convierte en un problema que los alumnos no sigan las normas de la institución y se les etiqueta como “el chico problema”. Desde la percepción de la institución escolar los diferentes problemas que se presentan son: la violencia e indisciplina y el rendimiento escolar, mismos que a continuación analizo.

1.1 Violencia e Indisciplina

Existen varios conceptos de violencia que van desde planos como el médico y psicológico. Así por ejemplo, Escalante y López (2002) definen la violencia como un trastorno de la personalidad que se caracteriza por una inestabilidad del humor y la explosión de estallidos temperamentales o arrebatos incontrolados de enfado y odio. Estos autores suponen que la violencia tiene un carácter destructivo sobre las personas e implica una profunda disfunción social. Sin embargo, desde el punto de vista psicológico, para Berkowitz (1993) la violencia es la conducta de agresión hacia las personas, se manifiesta de manera física, verbal y psicológicamente. El autor distingue las metas de los agresores como el que tiene poder y dominio sobre los demás. Ahora bien, la ira es el resultado de la violencia, es el sentimiento que surge de reacciones psicológicas internas y de las expresiones emocionales involuntarias producidas por la aparición de un acontecimiento desagradable. También para Romans (citado en Velázquez 2002), la violencia supone hacer uso de la fuerza como recurso para producir intimidaciones o coacción moral o física a fin de obligar a otras personas a adoptar un comportamiento que de otra manera no se hubiese producido. Por su parte Ortega y Mora (citado en Velázquez 2002), afirman que existe violencia cuando un individuo impone su fuerza, su poder y su estatus en contra del otro, de forma tal que lo dañe, lo maltrate o abuse de él física y/o psicológicamente.

En la escuela la violencia se ejerce de diferentes vertientes desde algunos profesores con los alumnos, entre los mismos alumnos o bien de alumnos a profesores, la violencia sexual, la extorsión y el robo de pertenencias a los alumnos. El acto de golpear a alguien, humillarlo, ponerle apodos y avergonzarlo en presencia de otros e insultarlo son formas de violencia. La violencia es un tema que poco se ha abordado desde la perspectiva de la historia de la vida de los sujetos. Velázquez (2002) realizó un estudio con estudiantes de escuelas preparatorias a los que les pidió que narraran momentos de sus vidas en las escuelas en las que habían sufrido de acoso por parte de sus compañeros, así como el efecto que tuvieron en su vida estudiantil. Entre los casos que se analizan se encuentra el de un estudiante al que sus compañeros maltrataban por ser una persona débil, incapaz de defenderse de los demás, de aquellos que tienen poder en un grupo. Otro de los casos que cita la autora es de una alumna que por ser inteligente, de alto rendimiento, era rechazada

en su grupo de amigas. En estas historias estudiantiles se pone especial atención a las consecuencias de ser rechazado de la escuela, como el sentimiento de infelicidad, baja autoestima y deserción escolar.

Entre las diferentes causas de acoso entre los compañeros se encuentran las siguientes: por la forma de ser del alumno, carencias económicas, por ser preferido del profesor, ser el “burro”. Lo anterior genera que se les etiquete a los estudiantes con algún apodo, que vivan rechazados, marginados y excluidos. Aunque el acoso forma parte de la violencia en la escuela, también la forman otros aspectos, como lo describe Spitzer (2002) sobre el estudio que realizó en la Universidad Autónoma Chapingo, con relación a las prácticas estudiantiles que tienen que ver con la cuestión de género. La autora encontró que entre las prácticas más comunes que se realizan se encuentran “las novatadas” que tienen que ver precisamente con las bienvenidas que se les dan a los compañeros de nuevo ingreso como cortarles el pelo, aventarles agua fría al pasar por los pasillos y aceptar castigos físicos. La violencia verbal se manifiesta por medio de groserías y piropos dirigidos a las mujeres; es común que se presente la agresión sexual de parte de los compañeros como el tocamiento y en algunas ocasiones la violación.

En lo que se refiere a lo anterior, Escalante y López (2002) enumeran algunas reacciones generadas en los alumnos victimizados en la escuela:

- Certidumbre de un futuro negativo, especialmente en el sentido de desarrollar un sentimiento de impotencia ante la agresión y el abuso.
- Desarrollo de sentimientos negativos, generándose el miedo, la vergüenza y la ira. En el último caso, puede convertirse en un profundo resentimiento social.
- Ruptura de la vida cotidiana, cambio de humor, retraimiento, intranquilidad, deseo de abandonar la escuela, fuertes sentimientos de fragilidad y soledad.
- Pérdida de autoestima y fuertes sentimientos depresivos.
- Deseos de autodestrucción, puede adoptar formas como cortes, atumutilaciones, farmacodependencia hasta tentativas de suicidio.

Por su parte, Velázquez (2002) encuentra que los alumnos se sienten inseguros e infelices y señala algunas consecuencias del acoso en la escuela que se presentan: bajo

rendimiento, faltas e incluso abandono escolar por parte de la víctima y estado de indefensión. La víctima de acoso en la escuela se enfrenta a la indiferencia del profesor o bien a la falta de capacidad para enfrentar el problema, la ansiedad que provoca el terrible dolor “de no ser querido”, ser víctima de acoso deja un recuerdo que, cuando se evoca, se recupera con sabor emocional impregnado a amargura. La víctima pierde la confianza en los adultos y en las instituciones.

Skiba (2002) pone énfasis a los problemas de la indisciplina, violencia, intimidación y hostigamiento señalando que se da con mayor prioridad en los adolescentes. Según éste autor, las comunidades en las cuales se genera más agresión son familias de un solo padre, comunidades deterioradas, la participación en pandillas y haber sido víctimas de abuso físico y sexual. Lo que propone el autor es proporcionarles a los alumnos de escuelas en Estados Unidos, asistencia por parte del personal especializado en el área así como la creación de programas preventivos sobre la violencia obteniendo un clima positivo, mejoramiento del control en el aula, la intervención temprana de estos conflictos por medio de atención como tutorías personales y el manejo de ansiedad. También la detección por medio de evaluaciones a estudiantes que necesiten ayuda antes de que sus niveles de indisciplina se transformen en actos de violencia.

Ahora bien, la escuela es considerada como un segundo contexto de aprendizaje para los adolescentes y como un medio de socialización con los demás, es ahí donde se aprende a compartir espacios, actividades y se espera que los alumnos se sometan a respetar las normas y la autoridad. La indisciplina es un punto que se debe de analizar con más detalle y que involucra a los adolescentes. Spitzer (2002) señala que la indisciplina incorpora al sujeto que aprende, de una forma u otra, los códigos y dispositivos disciplinarios bajo ciertas reglas y normas que se deben cumplir. Para Antelo (2000) la indisciplina indica un prefijo de lo negativo y es la presencia del desorden que se asocia con la violación de ciertas normas. Tal parece que el alumno debiera de seguir las normas al pie de la letra, sin embargo, algunos autores han investigado aspectos en los cuales los alumnos tienen poder sobre los profesores, se resisten e incluso organizan su propio ambiente de trabajo.

Por ejemplo, Delamont (1984) maneja aspectos que caracterizan la postura del profesor y del alumno, de parte del profesor juega el rol de poder, saber, enseñanza y autoridad. Un segundo elemento es la urgencia y la autonomía, la primera está relacionada con la toma

de decisiones inmediatas que tiene que hacer el profesor y la otra es que posee control sobre los alumnos. Sin embargo, los alumnos adquieren estrategias como “el poder” sobre el grupo, como no prestar atención en clases y aprender a “negociar” con el profesor para las calificaciones. También los estudiantes reconocen el número y el tipo de exigencias de su profesor y cómo obtener buenas notas. Tal parece que la disciplina no siempre se manifiesta en el salón de clases tal y como los adultos esperarían. Esto es así porque los alumnos son personas activas que constantemente están en movimiento en interacción con el profesor. Por ejemplo, en un estudio que realizó Saucedo (1998) con adolescentes de un bachillerato tecnológico, observó que se presentaban formas de comportamiento comunes como la burla y los chistes hacia los demás compañeros, llegar tarde a la clase, no participar correctamente. La autora distingue las conductas analizándolas desde el punto de vista del género. En el caso de los hombres el relajo se manifestaba como una forma de expresar interacciones entre sus compañeros por medio de risas y burlas, ejercitando habilidades masculinas como la competencia y el aguante. En el caso de las mujeres el relajo se reducía a su grupo de amistades, de trabajo en equipos y de pláticas sobre el arreglo personal. Además, las reglas formales impuestas por la escuela eran para los alumnos del Conalep objeto de juego y es así como el comportamiento de los alumnos tenía un gran peso que influía en el comportamiento del profesor y en el que podían modificar ambas las reglas impuestas por la propia escuela.

Por su parte, Levinson (1998) realizó una investigación sobre la rebeldía y la indisciplina en las escuelas secundarias de Estados Unidos y encontró que es difícil mantener a los alumnos concentrados en las tareas, porque se mueven, hablan sin pedir palabra, hacen trampas, se distraen, se salen del aula, se pasan apuntes y hacen bromas entre compañeros. Este autor señala que la violencia está latente entre los compañeros en las peleas, las cuales en algunas ocasiones resultan ser alarmantes porque los alumnos cargan navajas y armas de fuego. Analiza que el problema de la indisciplina en la escuela tiene que ver directamente con los problemas que presenta la sociedad como las drogas, la pobreza y la desintegración familiar.

Las reflexiones en el campo de la indisciplina han mostrado que los alumnos no necesariamente comparten el punto de vista de los adultos respecto de cómo deben comportarse en las aulas. La vieja imagen de que los alumnos deben permanecer sentados,

callados, poniendo atención a las clases no ha sido satisfecha en la realidad. Los alumnos tienen sus propias dinámicas de interacción como platicar en clase, hacer bromas, copiar, negociar las calificaciones y frecuentemente chocan con las reglas y normas respecto de lo que se esperaría de ellos.

Precisamente, en la presente tesis analizaré cómo en las escuelas secundarias cuando un alumno es considerado indisciplinado o que tiene problemas de conducta es enviado al servicio de psicología, en espera de que su comportamiento cambie. En las escuelas se busca una adaptación por parte de los alumnos hacia la normatividad escolar, pero no se busca un cambio de las formas de funcionar de la institución para acoplarse o compenetrarse con las perspectivas estudiantiles. Por eso será de vital importancia reflexionar más adelante cómo el psicólogo tiene un campo de acción difícil, que se entrecruza entre la perspectiva institucional y la estudiantil.

1.2 Bajo rendimiento escolar.

Uno de los factores que influye en el rendimiento escolar es la pérdida de sentido de la escuela que los alumnos llegan a desarrollar, y algunos otros como el miedo a la personalidad del profesor, a la ridiculización ante los compañeros de grupo, a ser un mal alumno y no comprender bien los conocimientos que se imparten en la escuela, a obtener malas calificaciones.

San Fabián (2000) describe los efectos del fracaso escolar como la pérdida de estatus entre iguales, el tratamiento diferencial de los profesores, el etiquetado del alumno, la desconfianza de los padres y el deterioro de la autoimagen.

El alumno muestra de diferentes formas su falta de interés por la escuela como la distracción, no participar, callar, molestar o evadirse, utilizando la violencia y desprecio.

San Fabián señala que la conducta disruptiva del alumno en el aula se puede deber a distintos factores:

- El alumno no tiene interés por la asignatura que se enseña
- El maestro enseña de manera aburrida.
- El alumno está preocupado por problemas con otros niños o con los padres.
- El alumno está obsesionado con conflictos internos.
- El alumno ha perdido toda motivación para aprender.

- Las escuelas o aulas están organizadas por normas autoritarias.
- El profesorado se muestra débil y ambiguo, lo que le hace incapaz de hacer valer su autoridad para controlar la conducta del alumno.
- Los alumnos se comportan mal para llamar la atención de sus compañeros y de los mayores.

Los alumnos al asistir a la escuela describen el clima de apatía, desánimo y no le encuentran sentido a lo que revisan en las clases en comparación con el interés que sí tienen en lo realizan fuera de la escuela y con su vida diaria; sin embargo, las calificaciones que se asignan a cada alumno no garantiza plenamente que los conocimientos que se adquirieron fueron los suficientes. Por desgracia, los procesos de evaluación registran y determinan que existan ganadores y perdedores en una batalla, de quién es el más fuerte y el más débil, y esta evaluación se puede realizar de diferentes formas, siendo una de ellas a través de los exámenes que resulta ser estresante para los alumnos y generadores de miedo.

Un estudio que realizó Quiroz (1991) habla sobre las observaciones de clases realizadas en una escuela secundaria, en donde a los estudiantes les resulta difícil encontrar sentido a las materias como química y física que se imparten ya que se presentan de una manera aislada para ellos, o simplemente no son de su interés ya que no están ligados a su vida diaria, es decir resultan ser extraescolares. Sin embargo, los alumnos tienen que apropiarse de los contenidos de las asignaturas y para lograrlo buscan estrategias para sobrevivir como: copiar, realizar tareas en clases, prestarse las tareas, funcionar bajo la “lógica de la actividad” lo que supone que en realidad no aprenden contenidos, sino sólo siguen las secuencias de trabajo que el maestro dicta. Así, los alumnos aprenden a cumplir para pasar de año y la evaluación adquiere un peso mayor porque una calificación final engloba todos estos aspectos.

Esto de no encontrarle sentido a la escuela, ha sido abordado por Martínez (2001) en un estudio con tres alumnos repetidores de tercer año a los cuales se les aplicaron entrevistas al inicio del curso, en el segundo trimestre y al finalizar el curso, encontrándose que los contenidos que se revisaban en clases les aburrían, les resultaban un tanto repetitivos, porque ya los sabían. Sin embargo, una manera de demostrar este aburrimiento era no prestando atención, dormir en clases, dibujar en la banca. Además, ellos no tenían interés

de escuchar las explicaciones de los profesores y una consecuencia de esta falta de interés era su idea de abandonar la escuela e ingresar al mundo laboral, para ganar dinero. En el estudio se reporta que sólo uno de ellos abandonó la escuela y dos salvaron el curso porque se ajustaron a las reglas impuestas por la escuela como la realización de las tareas y el hecho de llegar temprano. No obstante, estos alumnos se resistieron al sistema escolar y llegaron a la conclusión de que estar en la escuela es estar controlados como en una cárcel y las medidas que se utilizaban ante esta rebeldía eran los reportes de hojas para anotar las faltas graves y leves. Pero lo interesante de este artículo es cómo los alumnos reprobadores pudieron cambiar su conducta al curso siguiente.

Otro punto importante en la escuela es la competencia que se ejerce entre los alumnos de un grupo para que se definan quienes son los ganadores y los perdedores. Por otra parte, existe la violencia sistémica como lo menciona San Fabián (2000) que consiste en la comparación entre los alumnos de edades similares, la separación de lo cognitivo y lo afectivo, y la creación del sentimiento de culpa ante el propio fracaso escolar.

Ante los factores anteriormente expuestos, como la violencia e indisciplina y los bajos rendimientos escolares se encuentran presentes en la escuela secundaria, la institución demanda que el psicólogo realice una intervención a través de una atención personalizada a cada adolescente analizando las diferentes problemáticas que presenta. Para ello en el segundo capítulo considero pertinente comenzar explicando en qué consisten las diferentes técnicas y ejercicios que puede emplear el psicólogo para el trabajo con los adolescentes.

CAPÍTULO 2. MANEJO PSICOSOCIAL EN ADOLESCENTES

En el capítulo anterior se revisaron algunas de las problemáticas a las que se enfrentan los adolescentes tales como: la violencia e indisciplina y la pérdida de sentido en la escuela. De hecho, éste tipo de problemas se presentaron con mayor frecuencia en diferentes casos reportados por la orientadora en la escuela secundaria.

Ahora bien, en una institución educativa, como las escuelas secundarias en México, no se cuenta con un psicólogo para atender las demandas de los diferentes problemas que presentan los adolescentes, sólo se cuenta con la ayuda de un orientador, del cual sus funciones son meramente administrativas además que no les da tiempo para ayudarlos. El psicólogo puede desarrollar habilidades como terapeuta apoyado de la entrevista clínica de la terapia breve centrada en las soluciones y de otras estrategias empleadas de diferentes campos como el conductivo conductual. Es por ello que el objetivo es analizar el manejo psicosocial de adolescentes en una escuela secundaria. Este análisis incluye aspectos psicológicos como autoestima, pensamientos, y la parte social que implica considerar los diversos contextos en los que participa el adolescente como la escuela y la familia. Dicho manejo psicosocial consiste en el empleo de la entrevista de Selekman (1996) que plantea preguntas enfocadas al cambio y la aplicación de técnicas que a su vez contienen ejercicios que ayudan al adolescente en el área problema que presenta.

En este capítulo abordaré algunos de los principios de la terapia breve centrada en soluciones explicando en qué consisten y qué otras técnicas pueden integrarse al trabajo con adolescentes provenientes de otros campos de acción del psicólogo.

En la terapia breve podemos utilizar la entrevista centrada en soluciones de Selekman (1996) que va de seis a diez sesiones con el objetivo de que se genere un cambio en el paciente, refiriéndose a cambios emocionales y de pensamientos.

Para empezar, al hablar de la terapia breve es importante señalar los elementos que la integran y que se utilizaron para trabajar con los adolescentes en la escuela secundaria.

2.1 Manejo de Terapia Breve con Adolescentes

El enfoque de la terapia breve que se analiza en este capítulo se aborda desde la perspectiva de algunos autores como Virginia Satir, Selekman, Cade y O'Hanlon quienes contribuyeron con sus ideas al trabajo con familias construyendo lo que se conoce como enfoque de terapia breve. Para dichos autores su principal interés es que el problema del paciente se resuelva mediante sus propios recursos y el cambio es lo principal ya que se basan en la premisa de que un pequeño cambio en el sistema modifica todo el sistema. También los sentimientos y cogniciones del paciente están involucrados en el problema que presenta el paciente.

La terapia breve es una intervención que va de seis a diez sesiones, con el objetivo de que el paciente resuelva su problemática. Esto se puede realizar empleando ciertas estrategias que debe de guiar el terapeuta como el manejo de sentimientos y pensamientos. Para el inicio de las sesiones se emplea la entrevista de la cual es importante hacer un desglose de su contenido, así como de las preguntas que son claves para obtener información más precisa de la problemática. En ese sentido, la entrevista no es sólo un instrumento de recolección de datos, sino que las preguntas están diseñadas de modo tal que tienen una estructura, contenido y meta que buscan un impacto terapéutico en el paciente. Entonces, a través de la entrevista misma tiene lugar la intervención terapéutica.

En el trabajo con adolescentes, Selekman (1996) utilizó la entrevista sistémica empleando preguntas enfocadas al cambio por ejemplo:

Secuencia al cambio previo al tratamiento.

Estas preguntas están orientadas para conocer los cambios que se han dado desde la primera vez que el adolescente se presentó a terapia. Esta pregunta se puede realizar desde la segunda sesión con la finalidad de saber cuáles son los pequeños avances que se han generado. Como ejemplos de preguntas tenemos:

¿Qué ha notado que anda mejor desde que te presentaste por primera vez?, ¿Qué tendrías que seguir haciendo para que esto ocurra con más frecuencia?

Preguntas acerca del por qué ahora.

Estas se realizan con el objetivo de conocer que fue lo que llevó al paciente a que se presentara a las sesiones terapéuticas y cuál es la queja principal por la que asiste.

¿Qué te trae ahora por aquí?, ¿Qué te gustaría cambiar hoy?

Preguntas centradas en la excepción.

El objetivo es conocer las cosas positivas que han sucedido y los sentimientos y pensamientos que han ayudado al paciente a una mejoría.

¿Qué cosas distintas se están haciendo?, ¿Qué tendrá que suceder para que eso suceda con más frecuencia?.

Las pregunta sobre la explicación y la descripción únicas

Esta clase de preguntas permiten conocer los logros de las personas y la manera en la cual están resolviendo su problemática a partir de sus propias habilidades.

¿Cómo se las arregló para dar un paso tan importante?, ¿Qué se dijo a sí mismo cuando se dispuso a tomar una medida de tal naturaleza?

Preguntas Presuposicionales

Son preguntas eficaces centradas en la intervención terapéutica que se pueden emplear para amplificar los cambios.

¿Cómo sabrás que ya no necesitas venir aquí?, ¿Si miráramos una bola imaginaria de cristal cuando el problema ya se encuentre resultado cómo se vería a sí mismo?

La secuencia de la pregunta por el milagro

Esta clase de preguntas es útil para determinar objetivos del tratamiento y para obtener, por parte del paciente, una descripción detallada de lo que sería el resultado ideal una vez solucionado el problema.

¿Supongamos que ustedes tres regresan a casa esta noche y mientras se duermen se produce un milagro y el problema se resuelve, qué dirán a la mañana siguiente, que se ha producido un milagro?, ¿Quién se sorprendería más cuando suceda el milagro?

La secuencia de manejo de la situación problemática

Este tipo de preguntas se utiliza con familias que tienden a ser más pesimistas y no responden bien a la pregunta por el milagro, con la finalidad de conocer lo peor que puede pasar ante la situación si no se resuelve.

¿Qué es lo peor que puede pasar?, ¿Qué es lo que usted y otras personas están haciendo para que la situación no empeore?

Preguntas por la escala

Estas preguntas se realizan con el objetivo de medir la magnitud del problema y la manera en que puede mejorar con una calificación más alta.

¿Cómo te calificarías en una escala del 1 al 10 con respecto al problema?, ¿Que podrías hacer para mejorar y tener nueve por ejemplo?

Preguntas por el porcentaje

Este tipo de preguntas es parecidas a las anteriores, pero para conocer la magnitud del problema por medio de porcentaje y poder realizar un comparativo de cómo estaba antes la situación y cómo se presenta en este momento.

¿Qué porcentaje de tiempo luchas contra tu problema y que porcentaje te dejas vencer por él?, ¿Antes de comenzar con la terapia los porcentajes eran distintos?.

Preguntas para externalizar el problema

Sirven para detectar los antecedentes del problema, la manera en que se dio cuenta de que resulto ser una queja constante y desde que tiempo se presenta.

¿Cómo te diste cuenta de que tenías un problema?, ¿ Hace cuanto tiempo que esta situación te afecta?

Preguntas centradas en el futuro

Estas son importantes en la terapia breve porque nos dan una visión del cambio en cual el problema ya esta resuelto incluyendo la opinión de la familia.

¿Cuándo se resuelve el problema, quién será él mas sorprendido de la familia?, ¿ Quién será el próximo en sorprenderse?, ¿Si miráramos en una bola imaginaria de cristal y hubieras superado el problema que te trajo aquí, qué diferencias veríamos en tu relación con tu familia, amigos, etc.?

La secuencia para rastrear el problema

Estas preguntas están diseñadas con el objetivo de averiguar la relación de la familia, así cómo las estrategias específicas que emplean para resolver los problemas.

¿Si me mostraras una videocinta de cómo son las cosas cuando se presenta el problema, quién de tu familia trata de resolverlo primero?, ¿Cómo reacciona la persona que ocasionó el problema?, ¿Qué hace el resto de la familia?

Preguntas conversacionales

Esta clase de preguntas se realizan con la finalidad de conocer lo que hace falta para obtener información que le pueda servir al terapeuta y una manera de hacerlo es ponerse en el lugar del adolescente.

¿Si yo me ocupara de una familia como la tuya, qué me aconsejarías que hiciese para

ayudarla?, ¿Qué pregunta desearía que yo te formulara?

Preguntas para consolidar el cambio

Estas preguntas son importantes para ver el pequeño cambio que se ha generado, ya que una de las premisas de la terapia breve es que un pequeño cambio en el sistema modifica el sistema.

¿Qué tendrías que hacer para que estos cambios continuaran?, ¿Cómo lograste que eso sucediera?

Como se puede ver, hay diferentes preguntas que se le pueden realizar al adolescente, éstas tienen la finalidad de orientarlo a la solución del problema a partir de sus propios recursos.

Para Hanlon (1993) las premisas principales de la terapia orientada a las soluciones son las siguientes:

- **El cambio es constante.** El terapeuta puede hacer mucho para influir sobre las percepciones de los pacientes y de lo que debería suceder durante la sesión, es por ello que el terapeuta debe recalcar los cambios de su paciente por ejemplo, ¿Por cierto cómo le fue el fin de semana?, ¿Me podría describir los pequeños cambios que ocurrieron durante el fin de semana?
- **El cometido del terapeuta es identificar y ampliar el cambio.** Por medio de preguntas centrales se puede ahondar el problema y también un pequeño cambio puede modificar el sistema y lo que percibe el paciente.
- **Solo es necesario un pequeño cambio en una parte del sistema.** Con un pequeño cambio la gente se siente optimista y con algo de confianza para abordar nuevos cambios o en otras áreas de la vida de la persona.
- **El cambio o la resolución del problema pueden ser rápidos.** Es importante que a partir de la segunda sesión se informe de cambios significativos, es un factor importante que contribuye la expectativa de cambio de los pacientes.

Además de la entrevista para obtener información el terapeuta debe de tomar en consideración lo siguiente:

- Tener en claro el objetivo desde la primera sesión para no desviarse de lo que se pretende realizar.
- Utilizar un lenguaje adecuado, empleando palabras que usan los adolescentes.

- Establecer una empatía para que el adolescente se sienta comprendido y escuchado.

Además el terapeuta debe de emplear ciertas estrategias para el trabajo con adolescentes difíciles, aquéllos que se resisten a participar en las sesiones y sólo se limitan a contestar con la siguiente frase: “ No sé”. Así por ejemplo, Selekman (1996) pone énfasis en las principales estrategias para el trabajo con adolescentes difíciles.

- **El enfoque de Columbo.** Es aquel en el que el terapeuta adopta un papel de torpeza y de confusión. En la primera sesión puede parecer como distraído, que no sabe nada acerca del problema, por ejemplo: el terapeuta puede hacer que se caen las hojas del escritorio, mostrar que está nervioso, sin embargo, el adolescente con risas puede tomar partido para iniciar la sesión de una manera más participativa.
- **El humor y la sorpresa.** Son elementos que le pueden ser útiles a los terapeutas por medio de posturas corporales graciosas, chistes que se pueden emplear durante la sesión de la vida del terapeuta, con el objetivo que se genere un ambiente cálido y lleno de buen humor.
- **La comprensión.** En esta fase se le puede decir al adolescente que lo que a él en este momento le está sucediendo, también el como terapeuta pasó por una situación igual a la de él, esto resulta relevante porque así percibe su problema como algo común en todas las personas.
- **El adolescente como asesor experto.** El objetivo de este enfoque es que el adolescente sea el experto en las sesiones, por su parte el terapeuta le puede plantear preguntas como: ¿Qué consejos me darías para trabajar contigo?, ¿Por qué aspecto de tu vida es más importante para empezar a trabajar?. Esto significa que el adolescente está abierto a contar historias de sus experiencias terapéuticas pasadas y que puede fomentar una relación de cooperación de trabajo.
- **La utilización de los propios recursos o habilidades del adolescentes.** Este punto es de suma importancia porque se realiza con el fin de fomentar que lo que se realiza es producto de sus capacidades, por ejemplo: leer, dibujar, escribir, jugar, etc. Y se puede utilizar la siguiente pregunta: ¿Qué le aconsejarías a un chico que tuviera los mismos problemas que tú?

- **La utilización de preguntas abiertas.** Estas sirven para sacar al adolescente del motivo del cual fue canalizado y que se resiste hablar de ello, estas preguntas pueden ser enfocadas a su contexto de amigos, gustos y preferencias.
- **Trabajo con Padres.** Ésta consiste en dar la sesión por separado, es decir a la familia y al adolescente, para conocer lo que se quiere solucionar, se le pregunta lo siguiente: ¿Qué es lo que quisieras que le dijéramos a tus padres?, ¿Qué me aconsejarías para mejorar la situación?. Esto se aplica con la finalidad de establecer ciertos acuerdos con ambos.

Hay que aclarar que los terapeutas breves por lo general trabajan con el sistema familiar empleando, entre muchas otras, las técnicas arriba señaladas. En el caso del trabajo con adolescentes en escuelas secundarias no siempre es posible intervenir en la familia en su conjunto pues los padres trabajan y no pueden acudir a los citatorios o no están interesados en una terapia familiar, pero si están de acuerdo en que sus hijos reciban atención psicológica. Los padres sí acuden a las citas que hacemos y reciben orientación sobre cómo podrían mejorar las relaciones con sus hijos o como manejar la disciplina, pero no se desarrolló un trabajo en el ámbito de terapia familiar.

Así, para complementar el enfoque de terapia breve que he resumido, en el trabajo con los adolescentes empleamos otras técnicas orientadas a ayudarlos al cambio en las áreas problemas que se reportaban. Estas técnicas provienen de distintos campos tales como el enfoque cognitivo conductual, la narrativa, el campo de los valores, etc. La idea de complementar la terapia breve con otras técnicas surge porque los adolescentes se encuentran desarrollando habilidades sociales, emocionales, de pensamiento, para las cuales hay ejercicios específicos que son de utilidad. Así, mientras la terapia breve nos permite ubicar problemas específicos y buscar soluciones a los mismos poniendo en movimiento los recursos que los adolescentes tienen, los ejercicios que enseguida reseño tendrían la finalidad de promover el desarrollo de habilidades para contribuir a la solución de los problemas.

A continuación explico algunas de las técnicas terapéuticas empleadas.

2.2 Modificación de Pensamientos

Una parte importante en el ser humano son las cogniciones o pensamientos que se generan y que están íntimamente ligadas a los sentimientos, estos factores influyen en la autoestima de las personas, principalmente para los adolescentes porque afectan en sus relaciones con los demás, como profesores, compañeros y familiares. Estos pensamientos negativos les generan malestar, angustia, comparativos entre otros adolescentes y se les limita para poseer una valía personal y un autoconcepto. Algunos de los ejemplos que pueden surgir en la escuela son los siguientes: “No puedo participar en clase”, “Voy a reprobado”, “No puedo con todas las materias”. Es de suma importancia trabajar con los adolescentes de la escuela secundaria esta área, ya que están en pleno conocimiento de sí mismos, de la necesidad de poder experimentar sus emociones y cogniciones. Por medio de la ayuda del terapeuta se pueden identificar estos pensamientos y cambiarlos para que el adolescente se sienta seguro y capaz de tomar decisiones. Albert Ellis (1990) es uno de los autores que maneja la modificación de los pensamientos irracionales por racionales, los cuales afectan directamente a la persona, haciéndolo creer que no tiene derecho a equivocarse; sin embargo, la finalidad de la modificación de los pensamientos es que ayudan a las personas a enfrentar sus problemas de un modo distinto.

Aguilar (1982) pone énfasis en los principales pensamientos irracionales que nos amargan la vida. A continuación se citan ejemplos relacionados de los alumnos con la escuela secundaria. Posteriormente se exponen los sentimientos generados ante tales situaciones y finalmente se propone la manera en la cual se pueden modificar.

1. “Debo de ser amado y aprobado por todas las personas importantes para mí”

Ejemplo:

Un adolescente tiene que exponer ante el grupo un tema de Química, se siente inseguro y piensa:

“Van a pensar los demás que soy un ignorante, ¡la voy a regar!”.

Efectos

Malestar, tensión, ansiedad, inhibición y temor.

Modificación de Pensamiento

- Tengo derecho a equivocarme.

- El hecho de hacer el ridículo no me hace ser una persona menos valiosa.
- Tal vez no soy muy hábil en esta materia pero en otras sí.

2. “Debo ser totalmente competente siempre o casi siempre”

Ejemplo:

La Profesora de Matemáticas, va entregar las calificaciones del grupo en voz alta y los alumnos piensan:

“Me van a comparar con los demás, ¡tengo que ser mejor!”

Efectos

Presión, ansiedad, insatisfacción y metas muy altas en donde se pretende dar el máximo siempre.

Modificación de Pensamiento

- Me gustaría ser perfecto, pero no es necesario serlo, ni para estar satisfecho, ni para ser feliz.
- Estoy para hacer cosas útiles y buenas, más no perfectas.
- Puedo mejorar o alcanzar una mejor calificación de acuerdo a mis habilidades.

3. “Valgo en función de lo que tengo o hago”

Ejemplo:

En un grupo de amigos de clase, hay uno en especial que su participación es regular en los trabajos en equipo y piensa:

“Si no termino el trabajo, mis amigos se burlarán y dirán que soy ineficiente”

Efectos

Miedo, ansiedad y angustia

Modificación de Pensamiento

- Si alguien se empeña en despreciar mis cualidades, no por ello significa que valgo menos.
- No necesariamente tengo que probar que soy una persona valiosa.
- Un buen trabajo de clase puede tener errores.

4. “Es horrible y tremendo cuando las cosas no son de la forma en que a mí me gustaría que fueran”

Ejemplo:

Cuando un alumno le tiene que presentar las calificaciones a su papá y reprobó una materia y piensa:

“¡Que horrible, va a decir que soy un tonto!, ¡no puedo soportarlo!”

Efectos

Desmotivación, exageración, tragedia y frustración.

Modificación de Pensamiento

- Esto realmente no me cierra todas las puertas de mi felicidad para siempre.
- Esto es difícil, veré que puedo hacer, pero no es el fin del mundo.
- Con esto no puede decir que estoy totalmente derrotado.

5. “No debería sentirme así, debería sentirme diferente”

Ejemplo:

Un alumno ante el examen final de una materia importante y para el que se ha preparado bien, piensa:

“¡Que nervioso me siento!, no tengo que sentirme así se me va olvidar todo”

Efectos

Demasiada auto observación, presión, ansiedad y temor.

Modificación de Pensamiento

- Así es, sí me siento, lo acepto pero poco a poco puedo manejarlo mejor.
- Puedo aprender a manejar esta situación, buscaré la manera de hacerlo.
- No tengo que ser siempre fuerte.
- Es una reacción de mi cuerpo, me centraré más en este examen.

6. “No tengo derecho”

Ejemplo:

A un alumno se le felicita por un trabajo que se realizó, ante esto él piensa:

“Me da gusto en el fondo, pero no debo sentirme tan bien ya que otros me ayudaron”

Efectos

Devaluación de sí mismo, negación de los logros alcanzados e insatisfacción.

Modificación de Pensamiento

- Todos tenemos derecho a sentirnos bien con uno mismo.
- Todos tenemos derecho a experimentar un sentimiento y expresarlo.
- Todos tenemos derecho a cambiar de punto de vista.
- Todos tenemos derecho a cometer errores.
- Todos tenemos derecho a ser tratados con dignidad y con respeto.

Estos pensamientos que se acaban de enumerar son algunos de los que se presentan con mayor frecuencia en los seres humanos. Desde el enfoque de manejo de pensamientos se parte de la idea de que las cogniciones se aprenden y pueden ser modificados.

2.3 Manejo de Sentimientos

Los sentimientos son una parte fundamental en el ser humano, son estados de ánimo que pueden variar dependiendo de la situación, sobre todo en momentos cruciales de la vida. El adolescente que está a punto de adquirir nuevas destrezas está en pleno desarrollo psicológico y en el conocimiento los diferentes sentimientos que no sabe bien como definirlos, en la terapia psicológica se le puede ayudar a expresarlos, identificarlos, valorarlos y trabajar con ellos. De tal manera que pueda adquirir seguridad y confianza en sí mismo. Sin embargo, el trabajo del Terapeuta es ayudar al adolescente a que se sienta comprendido, escuchado y a plantearse preguntas como: ¿Porqué me siento así?, ¿Qué puedo hacer al respecto?.

Una manera de expresar los sentimientos es por medio de la autoobservación, es poner especial atención a la manera de reaccionar del cuerpo y sobre todo reconocer que están sujetos a cambiarlos.

Dependiendo del sentimiento se puede expresar, como por ejemplo escribir en una hoja de papel, golpear una almohada, hablar de lo que siente en ese momento. Para el trabajo con adolescentes en la escuela secundaria se emplearon los ejercicios del libro de “defiéndete a ti mismo”(Aguilar 1982) que les ayudaron a identificarlos con alguna situación de su vida. Otro ejercicio que se llevó a cabo fue que los alumnos describieran una situación en

la cual identificarán el sentimiento que les está produciendo en ese momento y darle un nombre a dicho sentimiento.

Raphael y Kaufman (1990) realizaron la clasificación de los ocho diferentes sentimientos que el ser humano posee.

SENTIMIENTOS DE BAJA INTENSIDAD	SENTIMIENTOS DE ALTA INTENSIDAD
Atracción	Emoción
Satisfacción	Alegría
Sorpresa	Sobresalto
Aflicción	Angustia
Temor	Terror
Enojo	Cólera
Vergüenza	Humillación
Desprecio	Asco

Tabla 1. Muestra los ocho principales sentimientos.

SENTIMIENTOS POSITIVOS	SENTIMIENTOS NEGATIVOS
Alegría	Tristeza
Felicidad	Desánimo
Confianza	Desconfianza
Tranquilidad	Sufrimiento
Relajación	Susto
Triunfo	Derrota
Afecto	Repugnancia

Tabla 2. Muestra los sentimientos positivos y negativos

Faber y Mazlish (1989) señalan la manera en que los padres pueden ayudar a sus hijos a expresar sus sentimientos.

1. Escuchar con atención a los hijos.
2. Aceptar sus sentimientos con una palabra como: “Oh”, “Mm”, “ Ya veo”.
3. Asignar un nombre a los sentimientos.

2.4 Autoestima en Adolescentes

La autoestima es un punto muy importante en los adolescentes en la escuela, es la valoración que tenemos de nosotros, es la opinión y el sentimiento que cada uno tiene acerca de sí mismo, de los propios actos, los propios valores y las propias conductas (Pick de Weiss 1994). En el trabajo con adolescentes la autoestima es una de las áreas en la cual se debe poner énfasis ya que de ésta depende que el alumno se sienta con ganas de luchar, salir adelante, enfrentar las situaciones que se presentan, la capacidad de tomar decisiones, es decir encontrarle sentido a la escuela y así poder plantearse un proyecto de vida.

Sin embargo, para Satir (1991) la autoestima es la capacidad de valorar el yo y tratarnos con dignidad, amor y realidad. La autora da un ejemplo para comparar la autoestima con una “olla”, haciendo la simulación de que el nivel de llenado de la olla es análogo al nivel de autoestima que las personas poseen, de manera que se pueden encontrar sentimientos de valía positivos y negativos. Para aquellos que poseen una autoestima positiva surge con facilidad la integridad familiar, sinceridad, responsabilidad y el amor; por el contrario, la negativa se caracteriza por experimentar sentimientos de derrota y de fracaso.

En la escuela se pueden observar varios casos de adolescentes que presentan baja autoestima por el bajo rendimiento escolar, por su imagen corporal, por su lenguaje, por las condiciones económicas en las que se encuentran. Pick de Weiss (1994) distingue las dos clases de autoestima:

- **Autoestima Baja.** Esta se puede identificar porque están cansados, nada los entusiasma, se sienten inseguros de lo que pueden hacer, se sienten que valen poco. Además piensan que son insignificantes, viven con el temor de ser menospreciados, abandonados y tienen dificultades para comunicar lo que sienten a los demás.

- **Autoestima Alta.** Son personas que tienen confianza en sus capacidades, se caracterizan por su honestidad, su amor hacia sí mismas y hacia los demás, se expresan con libertad, se aceptan tal y como son, disfrutan cuando logran mejorar, pero entienden que no siempre es posible alcanzar el éxito.

Una manera de trabajar con los alumnos en las escuelas secundarias es por medio de ejercicios como “aprender aceptarse”, en donde se puede hacer un balance de defectos y virtudes, dándole mayor prioridad a las habilidades que poseen. Pueden realizar un ejercicio escrito como el siguiente:

- Lo que más me gusta de mi físico es:
- Lo que me disgusta de mi apariencia física es:
- Lo que me gusta de mi personalidad es:
- Lo que me disgusta de mi personalidad es:

Es así como una de las premisas que emplea la terapia breve es la utilización de los propios recursos con los cuentan los pacientes para poder modificar y solucionar su problemática a partir de sus habilidades. Esto se puede realizar con una pregunta, por ejemplo: ¿qué le aconsejaría a un chico que tuviera los mismos problemas?. Con la finalidad de conocer su capacidad para resolver su problema. Además, se le puede sugerir al adolescente que ponga en práctica sus habilidades como por ejemplo: dibujar, leer y escribir para que pueda resolver la problemática en la que se encuentra. Finalmente hacerle saber que ponga atención en los pequeños cambios que ha tenido, ya que un pequeño cambio es de gran utilidad para la terapia centrada en las soluciones.

2.5 Desarrollo de habilidades de comunicación

Los adolescentes de la escuela secundaria se encuentran desarrollando habilidades y perfeccionando algunas ya existentes, una de esas habilidades es aprender a comportarse de diversas maneras ante una situación, de peligro, peleas y afrontamiento ante personas que nos agreden. Una persona que reacciona hábilmente ante dicha situación es aquella que expresa sus sentimientos, actitudes, deseos y derechos de una manera adecuada respetando los derechos del otro y que resuelve los problemas de una manera inmediata y minimiza la probabilidad de futuros problemas. Las tres principales respuestas que pueden surgir ante una situación problemática son: asertividad, agresividad y pasividad. Un

clásico ejemplo que se presenta en la escuela secundaria, es cuando un alumno molesta frecuentemente a su compañero pateando o moviendo la banca y las tres formas en que se puede reaccionar se analizan a continuación, así como las características de la conducta verbal y no verbal, los efectos que tiene la persona y la posible respuesta del ejemplo citado anteriormente (Caballo1991).

1. Asertividad. Es la manera de expresar ideas y sentimientos de una manera adecuada, en forma serena, sin manifestar ansiedad o agresividad.

Conducta no verbal:

Contacto ocular, habla fluida, gestos firmes y manos sueltas.

Conducta verbal:

Pienso, Quiero, ¿Cómo podemos resolver esto?, ¿Qué te parece?.

Efectos:

Se siente a gusto con los demás.

Se siente satisfecho.

Se siente relajado.

Se siente con control.

Ejemplo:

“Podrías dejar de patear mi lugar por favor, porque no puedo concéntrame en la clase”.

2. Agresividad. Es agredir a la persona, por medio de palabras que afectan su integridad por lo que no se respetan sus derechos.

Conducta no verbal.

Mirada fija, voz alta, enfrentamiento y gestos de amenaza.

Conducta verbal:

Ten cuidado, si no lo haces... no sabes con quien te metes.

Efectos:

Hace daño a los demás.

Pierde oportunidades

Se siente sin control

Se siente enfadado

Conflictos interpersonales.

Ejemplo:

“Deja de molestar, verás a la salida”.

3. Pasividad. Es cuando la persona no reacciona ante la situación que se presenta, no se defiende de la manera adecuada, no expresa sus sentimientos y esta propenso a que otros se aprovechen de él.

Conducta no verbal:

Ojos que miran hacia abajo, voz baja, postura hundida, se retuerce las manos y trata de evitar totalmente la situación.

Conducta verbal:

Quizás, supongo, te importaría mucho, bueno, no temolestes realmente no es importante.

Efectos:

Desamparo e imagen pobre de sí mismo.

Ejemplo:

Quedarse callado.

Es de vital importancia entrenar a los adolescentes a actuar de una manera asertiva, defendiendo sus derechos como personas ante las situaciones que se presenten en su vida, por ejemplo peleas callejeras, toma de decisiones con respecto a su sexualidad, drogas, conflictos internos en la escuela y la elección de una carrera a partir de sus habilidades. Caballo (1991) señala los principales derechos de los seres humanos.

1. El derecho a mantener tu dignidad y respeto comportándote de forma habilidosa o asertiva.
2. El derecho a ser tratados con respecto y dignidad.
3. El derecho a experimentar y expresar tus propios sentimientos.
4. El derecho a rechazar peticiones sin tener que sentirse culpable o egoísta.
5. El derecho a detenerte y pensar antes de actuar.
6. El derecho a cambiar de opinión.
7. El derecho a pedir lo que quieres (dándose cuenta de que la otra persona tiene el derecho a decir que no).
8. El derecho a hacer menos de lo que humanamente eres capaz de hacer.
9. El derecho a ser independiente.

10. El derecho a decidir qué hacer con tu cuerpo, tiempo y propiedad.
11. El derecho a pedir información.
12. El derecho a cometer errores.
13. El derecho a sentirte a gusto contigo mismo.
14. El derecho a tener tus propios necesidades y que esas necesidades sean tan importantes como las necesidades de los demás.
15. El derecho a tener opiniones y expresarlas.
16. El derecho a decidir si satisfaces las expectativas de otras personas o si te comportas siguiendo tus intereses, siempre que no violes los derechos de los demás.
17. El derecho a hablar sobre el problema con la persona involucrada y aclararlo, en casos límite en que los derechos no están del todo claros.
18. El derecho a obtener aquello por lo que pagas.
19. El derecho a escoger no comportarte de manera asertiva o socialmente habilidosa.
20. El derecho a tener derechos y defenderlos.
21. El derecho a ser escuchado y a ser tomados en serio.
22. El derecho a estar solo cuando lo así lo escojas.
23. El derecho a hacer cualquier cosa mientras no violes los derechos de alguna otra persona.

Este mismo autor, Caballo (1991) pone atención al entrenamiento en asertividad, haciendo el desglose de objetivos particulares que el terapeuta tiene que llevar a cabo:

1. El adolescente explicará las diferencias entre conducta asertiva, no asertiva y agresiva.
2. El adolescente identificará cuáles son los principales derechos asertivos.
3. El adolescente describirá cuáles son los comportamientos verbales y no verbales de la conducta asertiva.
4. El adolescente incorporará los componentes verbales de la conducta asertiva a problemas sencillos.
5. El adolescente incorporará componentes no verbales de la conducta asertiva a problemas sencillos.
6. El adolescente incorporará los componente verbales y no verbales de la conducta asertiva a su comportamiento en problemas reales.

Fuentes (1999) considera los principales principios de la asertividad:

- **Autoestima.** La asertividad implica defender siempre los derechos propios sin agresividad y considerando que son importantes como las demás personas.
- **Persistencia.** Insistir en lo que se piensa o desea, sin enojarse o apenarse debido a que todos piensan diferente.
- **Aceptación de elogios y críticas razonables.** Escuchar el punto de vista de los demás ya sean elogios o críticas con una actitud serena para aprovechar en beneficio propio los elementos razonables.
- **Proposición de alternativas.** Considerando los tres puntos anteriores, cuando no haya un acuerdo inicial, buscar creativamente una posibilidad adecuada para conciliar diferentes intereses y formas de pensar.

2.6 Control de enojo

Anteriormente señalaba que los sentimientos son una parte fundamental en los adolescentes y una vez que los hayan logrado identificar pueden aprender a controlarlos, sobre todo los negativos, siendo estos los más peligrosos porque pueden generar agresión. El problema de la agresión en la escuela secundaria se puede manifestar como aquella persona que agrede físicamente o psicológicamente a sus compañeros y puede actuar con poder y dominio, expresándolo por medio de insultos y amenazas.

Es indispensable que los alumnos aprendan las diferentes formas de controlar el enojo y lo pueden realizar por medio de ejercicios que se pueden aprender cómo los siguientes:

- **Entrenamiento en Asertividad.** El terapeuta le puede enseñar al adolescente a comportarse asertivamente mediante un taller o bien realizando un programa de intervención.
- **Relajación.** Es una técnica donde se reducen los movimientos motores y produce un estado de tranquilidad con ayuda del terapeuta puede adquirir la habilidad para poder relajarse, ya que ésta tiene el objetivo de dotar al individuo de la habilidad para hacer frente a situaciones cotidianas que le están causando ansiedad.
- **Tiempo Fuera.** También se puede sacar de la situación al adolescente y concentrarse en otra actividad como dibujar, jugar y escribir.

2.7 Trabajo con Padres.

En esta etapa de la adolescencia los jóvenes sienten que los padres no los entienden, no les permiten hacer ciertas actividades, que no les autorizan permisos, que aún están bajo la supervisión de su conducta, se sienten vigilados y controlados por un lado, por los profesores en la escuela y, por el otro, por los padres en la casa. Es por ello que se recomienda hablar asertivamente, escuchar al adolescente y ponerse en su lugar. Para el trabajo con padres se debe de tomar en consideración el establecimiento de reglas, la comunicación y la solución de problemas. Es importante insistir en que al trabajar con los adolescentes en la escuela secundaria no se trabajó directamente terapia familiar con los padres e hijos, sólo en algunos casos se citó a los padres para orientarlos sobre cómo establecer reglas y solucionar problemas. A continuación explico cada uno de estos rubros.

Con respecto al establecimiento de reglas, significa que los padres deben de ser firmes en sus órdenes y cumplir con lo impuesto, sobre todo en los hábitos diarios como hacer labores domesticas y escolares, ya que con frecuencia existen discusiones entre ambos por no establecer reglas claras y precisas de los deberes de los hijos. Esta disciplina que se impone en la familia acerca de obedecer reglas, le da mayor independencia y seguridad a los adolescentes.

Para que la comunicación sea afectiva entre los padres e hijos se deben de sentir que verdaderamente están siendo escuchados y que se les presta mucha atención, lo anterior en los adolescentes es indispensable para conocer de los problemas que tienen en la escuela y la relación con sus amigos. Sin embargo, Steede (1999) menciona a los padres que pueden adoptar varias posturas en las relaciones con sus hijos como por ejemplo:

- **Padres Autoritarios.** Estos se preocupan por mantener el control, indican a los hijos que se contengan y sigan adelante por medio de órdenes, demandas o amenazas, y funcionan sobre la premisa de que los padres son más fuertes y más inteligentes y utilizan las siguientes frases:

“Cálmate; no es necesario llorar.”

“No debes sentirte de ese modo.”

“No se te ocurra levantarme la voz.”

- **Padres que dan conferencias.** Éste tipo de padres tienden a cerrar la comunicación, bloquean la conversación porque terminan diciendo lo que deberían de hacer los hijos y realizan algunos comentarios como:

“No deberías enfadarte tanto, tu profesor sabe lo que es mejor para ti.”

“No deberías sentirte de ese modo, no es lo que yo pretendía.”

“No deberías estar tan aburrida, es un día muy bonito.”

- **Los padres que hacen sentir culpa.** El principal objetivo es que el niño entienda que ellos son superiores, sabios y que nunca se equivocan. Los hijos de estos padres aprenden que nada de lo que hagan estará realmente bien hecho y emplean algunas de las siguientes frases:

“¿Acaso no te había dicho que esto iba a suceder?”

“Si me hubieras escuchado antes.”

“¿Comprendes ahora lo que quería decirte?”

- **Los padres que quitan importancia a las cosas.** Éste tipo de padres tranquiliza a sus hijos para arreglar algún problema, esto hace que los hijos piensen que no los comprenden, algunos de las palabras que utilizan son las siguientes:

“No se trata de un gran problema, olvídate de ello.”

“Mañana verás las cosas de otra manera.”

“Es sólo una etapa, ya pasará.”

Por su parte Nardone y Giannotti (2001) hace una clasificación de los principales modelos de interacción familiar que a continuación se explican.

- **Hiperprotector.** Los padres cuidan a los hijos con extrema vigilancia porque los consideran débiles e incapaces de defenderse, les demandan mensajes de sobrecuidados y necesitan que los padres estén supervisándolos constantemente. La madre se preocupa por su alimentación, calzado y vestido, se interesa por sus estudios, habla con los profesores y se muestra participativa en las reuniones para padres. Por su parte el padre se comporta permisivo y se vuelve amigo de su hijo. Sin embargo, el hijo por lo regular pide ayuda sobre sus tareas escolares incluso hasta para tomar decisiones. En la adolescencia éste modelo puede traer problemas como abandono escolar, depresión y frustraciones al sentirse incapaz de lograr metas.

- **Democrático - permisivo.** Es cuando los padres consideran que el hijo es capaz de dirigir su vida como si ya fuera adulto, entonces las reglas que establecen son con suavidad y buenas palabras, los padres se vuelven confidentes y cómplices de sus hijos comportándose como sus amigos, en vez de comportarse como guías con autoridad. Los problemas que emergen en éste modelo en la adolescencia son empezar a tomarse demasiadas libertades como salidas nocturnas, empezar a faltar a clase, su comportamiento se manifiesta con rebeldía, rechazo y puede presentar otras patologías como obsesiones, fobias y trastornos alimenticios.
- **Sacrificante.** Los padres mandan mensajes de sacrificio a los hijos por lo que ellos deben de cumplir con sus obligaciones, los empujan a conseguir el éxito a costa del sacrificio. Los hijos dedican su tiempo a los estudios más a que a las diversiones, el ambiente en éste tipo de familias se encuentra cargado de presiones, ansiedad y los hijos pueden reaccionar con patologías como violencia, depresión y anorexia.
- **Intermitente.** En éste modelo los padres pueden pasar de una posición a otra, pueden modificar las reglas que se imponen, pueden marcar límites en un inicio pero después se vuelven permisivos y no cumplen con los acuerdos establecidos. Intentan revalorizar al hijo ofreciendo oportunidades como recuperar sus estudios en otras escuelas particulares con la esperanza de que su hijo va a cambiar y a modificar su comportamiento.
- **Delegante.** En estas familias los hijos se encuentran con varias figuras paternas porque viven en familias extensas en donde comporten espacios con los abuelos, porque los padres se sienten incapaces de abandonar a su familia, por lo regular los padres se limitan a marcar límites, por su parte los hijos cuentan con un cómplice que acepta su mal comportamiento. Las posibles consecuencias de este modelo familiar son apariciones de trastornos fóbicos, ataques de pánico, evitación social, trastornos de alimentación y consumo de sustancias tóxicas.
- **Autoritario.** El padre adopta un papel de fuerte, el que impone las reglas de la familia, mientras que la madre se convierte en víctima de la situación, a menudo pide ayuda a los hijos para resistir; sin embargo, los hijos tienen poca voz y tienen que someterse a las reglas estrictas que se imponen. Los adolescentes prefieren desligarse

de la relación familiar escapando de la tensión que se experimenta en casa, hacer cosas a escondidas y buscar opciones de estudio y de trabajo en otra ciudad.

Es muy común que se presenten problemas entre los padres e hijos para resolver problemas como hacer la tarea, arreglar su recámara, llegar tarde de una fiesta, etc. Faber y Mazlish (1989) recomiendan lo siguiente:

1. Hablar de los sentimientos y necesidades del adolescente.
2. Hablar de los propios sentimientos y necesidades de los padres.
3. Buscar juntos alguna idea genial para encontrar una solución que les convenga a ambos.
4. Anotar todas las ideas, sin hacer ninguna evaluación.
5. Decidir cuáles sugerencias les agradan, cuáles no les agradan y cuáles se piensan poner en práctica.

Las técnicas anteriormente señaladas son parte del trabajo exclusivo que emplea el psicólogo con adolescentes de la escuela secundaria, para analizar la orientación psicosocial de los mismos, cada una de las técnicas con ejercicios específicos para la ayuda de sus habilidades óptimas para el desarrollo en el que se encuentran.

METODOLOGÍA

Participaron 8 adolescentes (3 mujeres y 5 hombres), seis de primer grado y dos de segundo, del turno matutino. De acuerdo a las observaciones de la conducta de los adolescentes y comentarios de parte de los profesores y padres de familia que consideraban que sus hijos necesitaban ayuda psicológica, éstos se lo hacían saber a la orientadora para que a su vez, ella les comunicara a los adolescentes de su asistencia al servicio de psicología. Los principales problemas que presentaron fueron el bajo rendimiento escolar, indisciplina y problemas familiares. Las edades de los adolescentes oscilaron entre 12 y 14 años de edad, todos ellos estudiantes de una Escuela Secundaria. Es importante señalar que el trabajo realizado con los adolescentes de esta secundaria fue durante mi formación académica de séptimo y octavo semestre de la asignatura de Psicología Aplicada Laboratorio VII y VIII, del periodo que comprende de Noviembre del 2001 a Junio del 2002. La función que tenía en ese momento era de terapeuta para atender los diversos problemas de los adolescentes. Durante éste periodo tuve a mi cargo seis casos, pero para la realización de la presente tesis se buscó analizar los casos más completos y demostrativos que ilustraran los diferentes problemas. Por lo que se plasman sólo dos casos trabajados por mí, el de Rogelio y Sandra, de los seis casos restantes se tomaron del trabajo realizado por compañeros del siguiente año. En lo que se refiere a las entrevistas de seguimiento, realicé el trabajo para siete casos ya que uno de ellos fue dado de baja de la escuela.

Para cada adolescente se emplearon de 4 a 10 sesiones terapéuticas con una duración de 50 minutos. Las entrevistas que se realizaron fueron los días lunes y miércoles, la atención que se le brindó a cada adolescente duró en promedio de un mes a mes y medio.

Es preciso enfatizar que había dos psicólogos por adolescente, uno que conducía la sesión psicológica y otro que tomaba notas. Las notas que empleo en la presente tesis no reflejan el cien por ciento de lo dicho por los participantes en cada sesión de trabajo pero si dan cuenta de una idea general de los diálogos que se sostuvieron.

Para el análisis de los casos las entrevistas se registraron sesión por sesión en un cuaderno profesional para resolver las problemáticas.

CAPÍTULO 3. ANÁLISIS DE LOS CASOS REPORTADOS

El presente capítulo lo he realizado con la finalidad de analizar ocho casos reportados de indisciplina, bajo rendimiento escolar y problemas familiares. De estos ocho casos explico el motivo por el cual se canalizó al adolescente a terapia, las principales técnicas que se emplearon, el trabajo del terapeuta para la solución de problemas y, finalmente, el resultado de la entrevista de seguimiento para analizar la efectividad de la misma; dicho análisis incluye diferentes contextos en los que se desenvuelve el alumno como el escolar, familiar y personal basándome precisamente en aquellas partes de las entrevistas que ilustran el trabajo que se llevo a cabo con los adolescentes.

3.1 CASO 1

“El incumplimiento de las tareas como un problema escolar”

Rogelio Maturano era un adolescente de 12 años que cursaba el primer año en la Escuela Secundaria, fue canalizado al Servicio de Psicología por no cumplir con las tareas y presentar materias reprobadas: Historia, Español y Geografía.

Cuando Rogelio se presentó al servicio en la primera sesión se trató de indagar sobre él por qué de su asistencia a terapia, realizando el siguiente comentario en la primera sesión:

Rosalba: ¿Qué te trae por aquí Rogelio?

Rogelio: Me mandó la orientadora

Rosalba: ¿Por qué crees que te mandó?

Rogelio: Es que soy muy latoso

Rosalba: ¿Por qué dices que eres latoso?

Rogelio: Es que me junto con mis amigas y hago cosas, me meten ideas, bueno también voy mal en las materias.

Rosalba: Y ¿Por qué vas mal en las materias?

Rogelio: Es que no entrego tareas, soy muy platicón.

En una institución como la Escuela Secundaria a medida que los profesores observan el comportamiento de los alumnos, y cuando no se ajustan a las normas de la escuela se le tacha al adolescente como el que “no aprende”, “no sabe”, el que “no le encuentra interés”. Y ante esto los alumnos no se pueden escapar de las etiquetas que se les ponen. Es común encontrar connotaciones como de “burro”, “travieso”, “incumplido”, “relajiento”. Sin embargo, estas etiquetas influyen en la personalidad de los adolescentes

y hacen que se comporte de tal manera. Observando el caso preciso de Rogelio él se consideraba latoso, porque platicaba con sus amigas, se levantaba de su lugar cuando no había clase y no cumplía con sus tareas.

En la segunda sesión se trató de definir sobre lo que se iba a trabajar ante esto Rogelio señaló lo siguiente:

Rosalba: Pues vamos a comenzar, Rogelio, la sesión anterior me decías que eres latoso, que vas mal en algunas materias y que eres platicón, que hay una cuestión con tus amigas y lo que pasa con tus papás. Quisiera saber ¿con qué empezamos a trabajar?

Rogelio: Pues lo de las materias.

Rosalba: ¿Cuáles te están costando trabajo?

Rogelio: Historia, Español y Geografía.

Rosalba: ¿Por qué?

Rogelio: Porque no traigo tareas, no estudio.

Como se puede observar, Rogelio reportó varios problemas, pero la terapeuta le dio la opción de que eligiera lo que se iba a trabajar a partir del interés del adolescente, para definir el objetivo a seguir. Contrastando con lo que señala Hanlon (1993) que el objetivo se debe de tener desde la primera sesión para no desviarse de lo que se pretende realizar.

Una vez definido lo que se iba a trabajar se procedió a indagar del por qué no realizaba las tareas con la finalidad de conocer lo que sentía y pensaba con respecto al problema.

Rosalba : ¿Sientes algo cuando no hiciste la tarea?

Rogelio: Pues, pienso que me van a llevar a orientación, siento que me van a regañar, me van a sacar, me van a mandar citatorio.

Rosalba: ¿Qué haces cuándo la maestra te las pide?

Rogelio: Si no las traje, me escondo o le hago la barba.

Rosalba: Cuándo no haces las tareas, ¿Por qué es que no las haces?

Rogelio: Porque se me olvida o por venganza a los maestros.

Rosalba: ¿Qué se te ha ocurrido para resolver esto?

Rogelio: Anotar las tareas en una libreta y hacer un horario que es de ver tele 30 minutos, luego hacer tarea y hasta las 8:00 p.m. ver televisión.

Los sentimientos y pensamientos que tuvo Rogelio son válidos por el problema que presentó en ese momento. Raphael y Kaufman (1990) dicen que los sentimientos simplemente existen y que entenderlos permite a su vez que podamos expresarlos y que ninguna otra persona sabe de nuestros sentimientos más que uno mismo, porque cada uno los puede experimentar de manera distinta ya sea con mayor o menor intensidad. Ahora bien con la pregunta que se le hizo de cómo resolver el problema de las tareas, podemos ver que Rogelio utilizó sus propios recursos a partir de sus habilidades.

En un trabajo que realizó Martínez (2000) sobre el análisis de los alumnos repetidores de una Escuela Secundaria encontró que para ellos las clases resultan ser aburridas porque no le encontraban sentido a los contenidos de las asignaturas que revisaban, porque los conceptos se encontraban alejados de lo rutinario y no formaban parte de su vida cotidiana. En cuanto a las tareas, los alumnos mostraban cierta resistencia al realizarlas y servían como arma para ejercer poder entre los demás compañeros; en lo que respecta a los profesores el incumplimiento de las tareas resultaba ser un acto de desobediencia que debería de ser castigado empleando como medida la hoja de amonestación que equivale a los citatorios. De acuerdo al caso de Rogelio, éste respondía con miedo al no hacer las tareas, incluso se escondía porque consideraba que lo iban a castigar mandándole un citatorio y actuaba con venganza hacia los profesores demostrando que tenía poder al no hacerlas.

Ahora bien, en el contexto escolar es importante analizar la postura de Rogelio con respecto a las tareas y su manera de pensar como alumno.

Rosalba: ¿Qué opinas sobre la cuestión de las tareas?

Rogelio: Me gustaría que no dejaran tareas y trabajáramos más en el salón de clases y es que tengo una libreta de tareas, pero se me olvida revisarla porque digo “que bueno que no tengo tarea”. Es que me gusta cuando hacemos lo de hoy cuando estudiamos y se hacen preguntas, si contestan bien te dan una paleta y a mí se me facilita más exponer por ejemplo que resumir. Lo de las tareas hay maestros que son buena onda y crees que puedes trabajar con ellos divertidamente, pero dejan un resumen y ya. En vez de exámenes me gustaría que hicieran un concurso, como el juego de

Biología, en el que teníamos que estudiar para eso, eso para mí es trabajar divertido.

Rosalba: Bueno, el problema es que aunque tus ideas me parecen muy buenas, no podemos modificar eso.

Rodríguez (1999) realizó en una investigación con alumnos de una escuela secundaria en donde expresaban su agrado sobre la manera en que los profesores les daban las clases y opinaban que les gusta que haya comunicación, que les hablaran y que les hicieran entender las cosas, en vez de regañarlos o castigarlos. En ese sentido, para ellos resultaba mejor que el profesor explicara sus clases de manera clara y concreta y que no utilizara dictados porque los consideraban aburridos. Por su parte, Santos (1999) en otra investigación encontró que los alumnos señalan que prefieren materias en las que los profesores expliquen bien, detenidamente y que los hagan participar en equipos.

En la sesión número tres se le hizo una pregunta, mediante un ejemplo de cómo resolver el problema de sus tareas, esto con el objetivo de que utilizara sus propios recursos, recordamos al lector que una de estas preguntas es clave para la solución de problemas.

Rosalba: Si te pusiera un caso similar al tuyo y te preguntará ¿qué le dirías a ese niño?

Rogelio: Que hiciera un horario.

Rosalba: Y si no le ha funcionado.

Rogelio: Le diría: organízate, haz tarea en las horas libres.

En cuanto a la sesión número cuatro se trabajó sobre el tema del tiempo, lo que significaba para él, y se reflexionó la importancia que éste tiene sobre su vida escolar por medio de refranes y se le entregó un formato para la organización de su propio tiempo para desglosar las diferentes actividades que realizaba durante el día.

Rosalba: Bueno, vamos a comenzar, hoy vamos a hablar sobre el tiempo, para ti ¿qué significa el tiempo?

Rogelio: El tiempo se divide en presente, pasado y futuro. El pasado es lo que ya pasó, el presente es lo que estoy viviendo y ya sé esta convirtiéndose en pasado, el futuro es que no sé que va a pasar, como lo que voy hacer de grande.

Rosalba: Entonces el tiempo implicaría el presente, pasado y futuro.

Rogelio: Sí.

Rosalba: Bien, entonces ahora te voy a decir algunos refranes sobre el tiempo y tu me vas a decir qué piensas acerca de eso o qué entiendes. A ver, “El tiempo es oro”.

Rogelio: Significa que debes vivir el momento, vivir la vida como venga, no debes perder el tiempo.

Rosalba: “El tiempo vuela”

Rogelio: Por ejemplo cuando uno se duerme y cuando despierta cree que son las 12:00, pero en realidad es la 1:00.

Rosalba: ¿Qué puedes hacer para que el tiempo no vuele?

Rogelio: Lo que pasa es que cuando estas haciendo algo divertido, el tiempo pasa rápido y cuando estamos aburridos se pasa lento.

Rosalba: “No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy”

Rogelio: Aprovechar hoy, qué tal si mañana no llega, por ejemplo hacer hoy la tarea qué tal si mañana ya no puedo.

Rosalba: Bien, Ahora te voy a enseñar un formato para organizar el tiempo, ¿Qué te parece si lo llenamos?.

Rogelio: Bueno.

Rosalba: En actividad ve escribiendo lo que haces en esas horas del día.

En la sesión número cinco se le pidió a Rogelio que por lo menos le dedicara 30 minutos a las tareas y se le hizo la entrega de otro formato para organizar las tareas y comentó lo siguiente:

Rosalba: ¿Qué te parece si cada día haces tarea 30 minutos?

Rogelio: Se me haría más fácil hacerlas un día sí, un día no.

Rosalba: ¡Es buena idea Rogelio!. También traigo este formato que es para que organices tus tareas. Aquí pones las materias, aquí las tareas y le pones estos signos para indicar si son difíciles o fáciles o sí las transfieres, o sea si las decides hacer al siguiente día, ¿por cuáles te gustaría empezar, por las fáciles o las más difíciles?

Rogelio: Por las más fáciles.

Rosalba: Pues esto te ayudará para organizarte.

Es importante que los alumnos organicen su tiempo de tal manera que puedan cumplir con todas sus actividades, manejando un horario flexible que pueda abarcar áreas principales de los adolescentes como higiene personal, hábitos alimenticios y de estudio que incluyan desayuno, hora de clases, comida, tiempo libre, tareas, cena y descanso. Sin embargo, la falta de organización por las materias y por el tiempo se presenta en la mayoría de los adolescentes que no saben por cuáles materias pueden empezar a realizar las tareas, considerando por cada asignatura la cantidad de ejercicios, problemas y resúmenes. En unas tarjetas de hábitos de estudio, que incluye un apartado de estudiar con éxito, enfatiza que se debe de iniciar por los trabajos más difíciles y dejar lo más fáciles para el final, debido a que nuestro cuerpo se encuentra más relajado y podemos explotar al máximo nuestras capacidades intelectuales.

En lo referente al contexto familiar de Rogelio, en la primera sesión él comentó que vivía con su familia y que se sentía triste porque sus padres estaban a punto de separarse. Aunque la madre asistió a la sesión número seis para darle orientación de cómo trabajar con Rogelio, ella no dio información acerca de tal separación por lo que Rogelio mencionó lo siguiente:

Rosalba: ¿Hay otro motivo por el que estás aquí?

Rogelio: Sí, otro que hace que me ponga sentimental es que mis papás están a punto de separarse. (En cuanto acaba de decirlo se pone a llorar).

Rosalba: En este momento haz de sentir tristeza, pero este es el espacio para poder expresar lo que sientes y aquí estoy yo para escucharte.

Rogelio: Nosotros hemos recibido llamadas de que mi papá tiene otra mujer y un supuesto hijo. Mi mamá no creía en la brujería y una vez fue a que le leyeran las cartas y salió de que mi papá tienen otra señora y por eso casi mi papá ya casi no nos da dinero y siempre estamos peleando y yo les digo: “ ya van a empezar”

Rosalba: ¿Tienes hermanos?

Rogelio: Sí, uno más grande que yo. Él dice que cuando trabaje me va a llevar con él y que se queden con sus problemas.

Este factor evidentemente afectó el rendimiento escolar de Rogelio, ya que el hecho de que existieran problemas familiares implicaba generar sentimientos de tristeza ante tal

separación de los padres, y esto hizo que el adolescente se comportara a la defensiva con sus demás compañeros de clases y profesores. Por su parte, la escuela atribuye que los problemas que presentaba Rogelio en la escuela era causa de sus problemas familiares.

Rogelio: Luego entrego la mitad de las tareas y me dicen “esto no es tarea” y me empiezan a decir que es por los problemas familiares que tengo en mi casa enfrente de todo el grupo, entonces los otros la agarran conmigo.

Se pudo detectar que la madre de Rogelio estaba al pendiente de las tareas, lo ayudaba, le supervisaba las mismas y le hacía saber que debería de ser responsable y tener buenos hábitos de estudio y comentaba que el padre estaba al tanto del comportamiento de su hijo en la escuela.

Rosalba: ¿Cómo le insiste para que haga la tarea?

Leticia: Yo estoy al pendiente de todo Rosalba. Cuando llega le digo: “Deja la mochila”, “quítate el uniforme”, “vete al comedor”. Pero la verdad no sé qué le pasa, no sé, si es el cambio de la adolescencia. Como la otra vez que su papá los iba a llevar a comprar cosas, le dijo a Fernando y luego le preguntó a Rogelio que si iba, y que le dice: “ a ti no te voy a llevar porque no acabaste la tarea” ¡huy! y que se queda bien enojado Rogelio.

Rosalba: Mire, aquí tengo una alternativa que usted puede usar, es para solucionar problemas. (Le expliqué paso a paso el procedimiento).

Leticia: Ya lo he hecho, yo trato de ser su amiga, yo lo escucho, le digo que yo soy buena onda.

Los padres de los adolescentes se enfrentan ante situaciones en las cuales deben imponer disciplina por ejemplo en horarios para realizar actividades como la tarea, limpieza de su habitación, establecer las horas de llegada de una fiesta. Pero a veces a las madres les resulta difícil imponer reglas y no saben cómo hablar con sus hijos, por los cambios que están pasando en la adolescencia. Un factor importante a la hora de imponer disciplina es el ofrecer alternativas, este enfoque aumenta la sensación del control del adolescente y disminuye la necesidad de responder con rebeldía. Para la efectividad de estas alternativas se deben establecer entre padres e hijos y hacerse cumplir los castigos impuestos como no salir a jugar con sus amigos, no ver televisión. Steede (1999) sugiere a los padres ser firmes en sus reglas, imponer disciplina en el momento oportuno sin presencia de los

compañeros del colegio y evitar los insultos para obtener una cooperación por parte del adolescente.

Finalmente, en la sesión número siete me enfoqué a preguntas para consolidar el cambio, con el objetivo de que Rogelio identificara si las sesiones que se habían trabajado eran las suficientes para terminar la terapia.

Rosalba: Ahora imagina que saliendo de esta sesión ya todo va estar arreglado, ¿qué pasaría?.

Rogelio: Pues ya me dirían el cerebritito de la escuela.

Rosalba: ¿Cómo vas en Historia?.

Rogelio: Regular.

Rosalba: ¿Qué es regular?

Rogelio: Le llevo las tareas.

Rosalba: ¿Qué dijo de eso?.

Rogelio: Nada, antes me decía, “las psicólogas están perdiendo el tiempo contigo” y le dije “va a ver los cambios” y sí.

Rosalba: Me da gusto que logres cambios, te felicito, con estos cambios ¿cómo te imaginas dentro de un año?.

Rogelio: Haciendo todas las tareas y no siendo latoso. Me puedo superar y no echar relajo, por ejemplo hoy no fue el maestro de Inglés y no quise echar relajo, me quedé sentado y me puse a leer una revista, no me dieron ganas de pararme.

Rosalba: Te felicito por todos los cambios que has hecho.

Es muy importante que se retroalimenten los pequeños cambios que ha tenido el adolescente con la finalidad de que sienta que su comportamiento está cambiando, de igual manera. Hanlon (1993) recalca que el cambio es una de las premisas de la terapia centrada en las soluciones porque un pequeño cambio modifica el sistema.

Puntualizando el contexto personal se llegó a la conclusión de que Rogelio era un alumno que llevaba buenas relaciones con sus amigas de otros grados, incluso se consideraba amiguelo, era un adolescente que estaba dispuesto a experimentar cosas nuevas, tenía facilidad de palabra, un proyecto claro de qué es lo quería estudiar en un futuro y podía

defenderse ante los insultos que recibía de sus compañeros de clases lo cual señaló en la sesión número cuatro:

Rogelio: Luego hay un niño que va bien, se cree muy inteligente, una vez me dijo que yo iba ser un basurero, pero yo le dije que si lo era estaría orgulloso de tener un trabajo honrado, pero que no podía saber el futuro, aunque fuera no muy listo yo podía salir adelante y a lo mejor él no y se enojó.

Ante este comentario que su compañero le hizo a Rogelio, le provocó dolor porque lo estaba etiquetando como “Basurero”: Cyrulnik (2002) analiza la resistencia al sufrimiento y señala que existe esa herida que ha quedado escrita en su historia personal, grabada en su memoria como el patito feo. Sin embargo, para Rogelio se manifestaba este dolor como un reto que se podía convertir en cambio de ser salir adelante.

En la entrevista número uno hizo hincapié en lo siguiente:

Rogelio: Sí, bueno soy muy amiguero, me junto con compañeras de segundo y tercero.

Rosalba: Y ¿qué pasa con tus amigas?.

Rogelio: Tengo unas amigas llamadas Selena y Gretel, luego nos vamos juntos y le seguimos sus juegos.

Rosalba: ¿Cuáles juegos?

Rogelio: Bueno, es que Selena me enseñó a fumar, pero yo le dije que ya no, porque eso hace daño a mi salud.

Rosalba: Y ¿qué piensas de lo que haz hecho?.

Rogelio: Que esta mal y ya no lo voy hacer.

Rosalba: ¿Qué haz sentido Rogelio?.

Rogelio: Cuando lo probé me sentí como un joven y no como un niño.

Hay que enfatizar que la participación de Rogelio fue muy cooperativa durante las sesiones psicológicas, mostraba interés en la consulta, hablaba abiertamente, expresaba sus sentimientos ante la escuela, compañeros de clase y profesores.

En el caso de Rogelio se le realizó la entrevista de seguimiento después de haber transcurrido dos años para conocer si las sesiones terapéuticas que recibió fueron de utilidad en su vida, ante esto comentó:

Rosalba: ¿Consideras que hubo cambios en tu vida a partir de las terapias que recibiste Rogelio?

Rogelio: Sí, me fueron de gran utilidad, me ayudaron mucho, sobre todo a levantar mis calificaciones.

Rosalba: Muy bien, Rogelio, en este momento recuerdas algún ejercicio que trabajaste durante las sesiones.

Rogelio: Sí, trabajamos refranes del tiempo, me dieron material didáctico para trabajar y organizar mi horario.

Es importante también conocer cómo se sentía Rogelio en terapia y si el número de las sesiones que se trabajaron fueron las suficientes y añadió lo siguiente:

Rosalba: ¿Cómo te sentías en las sesiones psicológicas Rogelio?

Rogelio: Muy cómodo, tranquilo, me brindaron las psicólogas confianza, me dieron material para trabajar, me sentía bien.

Rosalba: Ahora bien, ¿recuerdas cuántas sesiones psicológicas se te brindaron Rogelio?.

Rogelio: Como ocho o diez.

Rosalba: Y ¿Consideras que fueron las suficientes para trabajar contigo?

Rogelio: Sí, las suficientes.

Actualmente Rogelio está en el 3° Grado y señala que va bien en sus materias. Su situación familiar se encuentra estable, su círculo de amigos sigue siendo amplio y se encuentra contento porque es su último año en la Escuela Secundaria.

Para cerrar este apartado es indispensable hacer hincapié en que la participación de Rogelio fue cumplir con la asistencia a todas las sesiones, contestando a todas las preguntas que la terapeuta le hacía y estuvo dispuesto a cooperar sobre la realización de las tareas. Además, se comprometió a negociar con los profesores la entrega de tareas atrasadas. Los principales ejercicios que se emplearon como las reflexiones sobre el tiempo, la realización de horarios flexibles y de asignaturas de tareas por realizarse, que se aplicaron al caso de Rogelio se ajustaron para resolver el problema y fueron de gran utilidad. En lo que corresponde a las entrevistas, se plantearon preguntas claves para saber acerca de sus sentimientos y de pensamientos tanto de su situación escolar y familiar, esto

nos habla de que Rogelio hizo una reflexión que le permitió expresarlos de una manera clara. También el planteamiento de la pregunta enfocada a sus propios recursos, permite que a su vez, pueda solucionar el problema de las tareas y darse cuenta de los pequeños cambios obtenidos a lo largo de la terapia. Es así cómo el trabajo terapéutico que se realizó incluyó ejercicios y preguntas que lograron tener un impacto en Rogelio para cambiar su comportamiento. Finalmente, por parte de la madre de Rogelio hubo cooperación en el sentido de supervisarlo para la realización de las tareas, hablar con él y escucharlo. Sólo para concluir si efectivamente hubo cambios en la conducta de Rogelio faltaría entrevistar a los profesores y a la orientadora, aunque no se dio seguimiento de parte del profesorado, es evidente que Rogelio no volvió a reincidir en más problemas ya que al siguiente año ya no fue canalizado al servicio.

3.2 CASO 2

“Reprobar materias es un problema escolar”

Zamarah era una adolescente de 12 años que cursaba el primer año en la Escuela Secundaria y fue canalizada por reprobar casi todas las materias.

En la primera sesión se trató de indagar el principal motivo por el que asistió al Servicio de Psicología y Zamarah señaló al respecto:

Terapeuta: ¿Qué te trae por aquí Zamarah?

Zamarah: Bueno los maestros me han reprobado casi todas las materias y la Subdirectora me dijo que si no las pasaba este bimestre que me iban a dar de baja.

Terapeuta: ¿Y a qué se debe que has reprobado?

Zamarah: Es que luego no me dan ganas de hacer las tareas.

Terapeuta: ¿Por qué?

Zamarah: Luego no hay nadie en mi casa y eso me desanima.

Terapeuta: ¿Crees poder pasarlas este bimestre?

Zamarah: No, porque ya algunos profesores me dijeron que me iban a reprobar.

Desde el punto de vista de los maestros reprobar todas las materias puede ser debido a problemas familiares, quizá por falta de supervisión de los padres hacia las diferentes

actividades que realiza el adolescente. Sin embargo, la propia escuela no se hace responsable del por qué los alumnos no entienden los conceptos que se imparten en las distintas asignaturas, pero es evidente que es un problema para la escuela que un alumno repruebe casi todas las materias. En la adolescencia sucede que por los diferentes cambios que se están experimentando los y las alumnas se sientan cansados y sin ganas de hacer las tareas. En el caso preciso de Zamarah relató que se sentía sin ganas porque veía a su papá una vez al mes, lo cual comentó en la entrevista de seguimiento que más adelante se analiza. También se habló de las materias que le causaban más conflicto y de las cuales tenía dudas, entre ellas se encontraron Introducción a la Física y a la Química. Es importante analizar que estas materias les resultan más difíciles de comprender a los adolescentes, porque no entienden los contenidos de las mismas, ya que son conceptos con los que no están interactuando en su vida cotidiana. Precisamente Quiroz (1991) habla de los contenidos académicos en donde toca como punto el interés de los estudiantes y lo ejemplifica con dos aspectos. El primero es que el alto grado de especialización de temas que se abordan en materias como la Física y Química podrían ser de interés para unos cuantos con inclinación a estas asignaturas, pero no para la mayoría. El segundo es que éste tipo de temas es excluido de las conversaciones de los estudiantes fuera del aula, resultan ser extraescolares, de los temas que se tocan a los problemas de los adolescentes como edad, sexualidad, gustos y preferencias. En ese sentido, no hay una motivación para estudiarlas porque no tienen ninguna aplicación en la vida cotidiana de los y las adolescentes.

A Zamarah además se le preguntó de la ayuda que recibía de parte de su madre y de su hermano con respecto a las tareas.

Terapeuta: Y en las noches ¿no puedes decirle que tienes dudas a tu mamá?

Zamarah: Llega noche y está muy cansada.

Terapeuta: ¿y tu hermano?

Zamarah: Está casado y a él no puedo pedirle ayuda, dejó la escuela después de la Secundaria.

Terapeuta: ¿Le has comentado esto a tu mamá?

Zamarah: No, y tampoco va a venir a firmar la boleta, que va venir mi papá.

Terapeuta: Y ¿qué te dice tu papá?

Zamarah: Mi papá no sabe que yo repruebo materias y si se entera me pega y me regaña.

El contexto familiar de Zamarah se componía de la madre que trabajaba, el padre que no vivía con ellos, su hermano que se encontraba casado y su hermana más pequeña a la cual le ayudaba hacer sus tareas, pero Zamarah no tenía quién le ayudara a sus dudas escolares de sus diferentes materias.

Posteriormente se trató de indagar el motivo por el cual iba mal en las materias y los intentos que había hecho para solucionar la problemática. Rastrear los intentos que la persona hace es una técnica de la terapia centrada en las soluciones según y para Hanlon (1993) implica que el paciente resuelva su problemática a partir de sus propios recursos.

Terapeuta: ¿Has intentado decirle a tu mamá el motivo por el que repruebas las materias, por qué no entiendes?

Zamarah: Sí, pero mi mamá me dice que ponga más atención a las clases que por eso están los maestros.

Terapeuta: ¿Y a los maestros les pides que te expliquen nuevamente?

Zamarah: No, porque se molestan y a mí no me gusta que me llamen mucho la atención.

Para los profesores es difícil controlar a todos los alumnos y no se detienen a explicar a uno por uno. Por lo regular lo hacen al finalizar la clase, pero los alumnos, como señala Santos (1999), prefieren que los profesores les expliquen detenidamente, que hagan sus clases amenas y les den la oportunidad de participar.

A Zamarah se le dejaron dos ejercicios, el primero consistía en buscar opciones ante el problema y el segundo hablar con la madre para obtener apoyo en las tareas.

Terapeuta: Bueno, vamos a hacer lo siguiente: vas a escribir opciones para resolver las dudas, como ir a bibliotecas, preguntar a amigos, asistir a Internet, etc. y tu tarea va ser que hables con tu mamá de que necesitas aclarar tus dudas a través de estos medios y que necesitas de su permiso.

En la sesión dos se le preguntó cómo le había ido con la madre y los sentimientos que le había generado al plantearle las alternativas.

Zamarah: Bueno, antes de que hablara con mi mamá no sabía qué decirle o si se iba a molestar o me pegaba o si me iba a decir de cosas, me sentía nerviosa, entonces le dije: “quiero hablar contigo”. Me dijo que si y entonces le mencioné las opciones que tenía para resolver mis dudas de la escuela y me dijo que si.

Terapeuta: Perfecto, y ¿qué pasó después?

Zamarah: Después me sentí descansada y tranquila porque ya tenía el apoyo de mi mamá y le dije que a veces saldría con la jefa de grupo para hacer tareas y ella contestó que estaba bien, sólo que le avisara y le dejara un recado.

Terapeuta: La respuesta ¿cómo fue?

Zamarah: Fue favorable, pues vi que mi mamá tiene otras cosas que hacer y me escuchó y me apoyó.

Terapeuta: Bueno, vamos a realizar un ejercicio para que aprendas a identificar tus sentimientos, aquí vas a escribir qué es estar feliz, contenta, alegre y enojada.

Los adolescentes que identifican sus sentimientos les permiten entender su estado de ánimo, entenderlos, expresarlos y llamarlos por su nombre y les ayuda a adquirir más seguridad de sí mismos (Raphael y Kaufman 1990). Este ejercicio fue de gran utilidad porque le permitió reflexionar y describir a Zamarah sus propios sentimientos y a su vez le ayudó para hablar con su mamá y tener más confianza para resolver sus dudas porque se sintió apoyada y escuchada.

En la sesión tres se trabajó acerca de la responsabilidad de entregar tareas, de cumplir con el material para cada materia.

Terapeuta: A ver Zamarah, ¿cómo es que no cumples con la entrega del material de taller?

Zamarah: El cuaderno y las tareas si las tengo, pero me da flojera cargarlas, ya que una vez las llevé y la maestra no fue. Además, la maestra

luego ni las revisa, no deja utilizar la maquina, me dice que no me va a explicar y tiene favoritos en la clase.

Terapeuta: Bueno, Zamarah, independientemente de esto, debes de ser responsable e independiente de lo que hagas, de tus deberes de las tareas, y dejar de un lado si le caemos bien o mal a los maestros.

En sí la responsabilidad que debe de tener un adolescente es la capacidad para decidir sobre su vida, definir sus metas y esto implica aceptar las consecuencias de sus actos, hacerse responsable de su propia conducta y de sus sentimientos. Pick de Weiss (1994) dice que la responsabilidad es la habilidad para responder ante nuestros actos. Para el caso de Zamarah la responsabilidad se centró en la entrega de tareas y de material para sus asignaturas.

En la sesión cuatro se trabajó sobre la autoestima, realizándose un ejercicio de las virtudes y defectos, analizando aspectos de su físico y de su personalidad y los principales pensamientos que se generaban ante sus defectos. Este ejercicio se realizó con la finalidad de que Zamarah se describiera a sí misma, analizando sus cualidades físicas e intelectuales y que le pusiera mayor énfasis a los aspectos positivos de su vida.

La autoestima es importante identificarla en los adolescentes ya que de ella depende que el alumno se encuentre motivado para salir adelante. Es tener la confianza plena en sus capacidades, aceptarse como tal con sus cualidades positivas y negativas.

En la sesión cinco se indagó sobre los avances de la materia de Introducción a la Química y se comentó sobre la manera de responder de Zamarah ante el profesor de Matemáticas.

Terapeuta: Plátame ¿cómo vas en Matemáticas?

Zamarah: Bueno, es que no entendía algo sobre los ángulos y le pregunté al maestro y me contestó: “Ah, ¿cómo que no sabes si ya lo expliqué?”, y le dije: “Sí maestro pero no se enoje yo sólo le estoy preguntando lo que no entendí” y él me contestó: “Cómo que no entiendes, si esto lo están viendo desde la primaria”, y yo me molesté y le dije: “Ay maestro, no tiene nada de malo que le venga a preguntar, yo que sepa no es nada malo preguntar, sino que preguntando se aprende”, y que me voy a mi lugar.

La respuesta que Zamarah dio a su maestro fue sincera y le expresó que no le entendía a los grados de los ángulos, se defendió de una manera asertiva diciéndole que no tenía

nada de malo preguntar. Para Caballo (1991) uno de los derechos de los seres humanos es preguntar y pedir información. En las escuelas secundarias los alumnos por lo general se guardan sus dudas y prefieren preguntarle a sus compañeros o buscar otras opciones.

En la sesión seis se habló de los avances que había tenido en las materias como taller y matemáticas. Además, se le dijo a la chica que las sesiones de terapia iban a terminar pues se habían visto avances en ella ya que iba mejor en sus calificaciones y había logrado organizarse con relación a su desempeño escolar. Sin embargo, Zamarah no quería terminar con la terapia porque quería platicar de otros aspectos de su vida como la relación con su novio, pero se le dejó abierta la puerta del servicio para cuando lo necesitara.

Transcurrido un año se le preguntó a Zamarah acerca de la terapia que había recibido y si le había sido de utilidad en su vida. Ante esto ella mencionó:

Rosalba: Tú recuerdas Zamarah ¿por qué asististe a la consulta psicológica?

Zamarah: Porque estaba mal en casi todas las materias y bueno, también me afectó que mi papá no vive conmigo y lo veo cada mes.

Rosalba: ¿Recuerdas algún ejercicio que te dejaron durante las sesiones?

Zamarah: Sí, me dejaron que le dedicara más tiempo a las tareas por la tarde ya que antes estaba en mi recámara y escuchaba música y se me olvidaba hacer la tarea, y me dijeron que pusiera en práctica estar escuchando música y realizar tarea. Además, trabajamos sobre unas copias de mis sentimientos que me gustaban y sentí que cambié en mis materias.

Rosalba: ¿Platícame más acerca de estos cambios?

Zamarah: Subí mis calificaciones, me puse al corriente de las tareas, por ejemplo en Historia pedí los apuntes y entregué trabajos atrasados y la profesora me dijo “¡que bien!”, “¡que bueno!”, “¡te están ayudando las terapias!”. Tengo un cuaderno de apuntes de la terapia y cuando siento que voy bajando lo checo y lo pongo en práctica.

Rosalba: Muy bien, Zamarah y ¿cómo te sentías durante las sesiones psicológicas?

Zamarah: Me sentía bien, tranquila, sentía que me apoyaban en mis problemas, me daban consejos para mejorar.

También se le preguntó acerca del número de las sesiones recibidas para conocer su efectividad.

Rosalba: ¿Cuántas sesiones se trabajaron contigo Zamarah?

Zamarah: De seis a siete

Rosalba: ¿Consideras que fueron las suficientes?

Zamarah: Sí, pero sería de gran utilidad recibir otra consulta, porque hace casi dos meses que no veo a mi papá y tal vez por eso me siento mal y voy un poco mal en mis materias.

Rosalba: Y ¿qué le dirías a un Psicólogo para que trabajara contigo?

Zamarah: Nada, a mí lo que me gustó es que hacían muy amenas las terapias y nos faltaba tiempo para seguir con las terapias y me sentía bien.

Para concluir con este segundo caso es importante recalcar que Zamarah fue una chica muy cooperativa, estuvo abierta a responder las preguntas y hablar de sus problemas escolares, de sus sentimientos y pensamientos. Se trataron de elegir los ejercicios adecuados para el problema que presentaba Zamarah, por ejemplo describir los sentimientos de alegría, enojo, y felicidad desde su punto de vista. Este ejercicio le permitió expresar sus sentimientos y relacionarlos con su vida personal y escolar. En lo que toca al punto de reflexión de la autoestima, el ejercicio le abrió la posibilidad de describirse a sí misma con sus defectos y virtudes de su persona, que incluyó aspectos físicos e intelectuales. Finalmente, se le dijo qué significaba la responsabilidad y lo que implicaba la entrega del material para la materia de taller. Además el ejercicio de buscar opciones para resolver sus dudas escolares le permitió poner en práctica sus propios recursos como adolescente y a su vez solucionar el problema. Los ejercicios que se le dejaron a Zamarah indican que fueron efectivos en la adolescente en su momento porque hubo una notable mejoría en sus calificaciones. Pero faltó una sesión con la madre para tener un panorama más completo del problema y saber de los problemas familiares de Zamarah. Como se puede observar en la entrevista de seguimiento, ella pide otra consulta porque siente que va nuevamente mal en algunas materias, atribuyendo que es porque su

papá no está con ella. En efecto, como señala González (1999) en un estudio que realizó en el que se consultaron expedientes escolares y se aplicó un cuestionario para medir la autoestima, la relación de los padres, la expresión de afecto, se encontró que la familia tiene un papel importante en el modelo académico y funge como promotora positiva que ayuda a que el alumno se valore.

3.3 CASO 3

“La indisciplina vista como un problema escolar”

Sergio Orea era un adolescente de 13 años que cursaba el segundo año de la Escuela Secundaria y fue reportado al Servicio de Psicología por ser inquieto, contestarles mal a los maestros y por bajo rendimiento escolar.

En la sesión uno se le preguntó a Sergio el motivo por el que lo enviaron a terapia.

Terapeuta: ¿Sabes por qué estás aquí?

Sergio: No.

Terapeuta: ¿O sabrías quién te anotó para el servicio?

Sergio: Mi mamá, ella me dijo que me había apuntado.

Terapeuta: Y ¿tienes reportes?

Sergio: Pues porque me paro mucho, luego no hago las tareas me pongo a platicar.

Terapeuta: ¿Qué maestros te han mandado a reportar?

Sergio: El de Física, Biología, Historia, dicen que soy muy inquieto.

Terapeuta: ¿Y tú cómo te consideras?

Sergio: Pues inquieto.

Terapeuta: ¿Y tú crees que sea cierto?

Sergio: Es que luego por ejemplo, luego me dicen algo y le digo: “A pus hágale como quiera”, así y entonces me reportan.

En esta misma sesión se le preguntó a Sergio sobre las materias en las que iba mal.

Terapeuta: ¿Cómo son tus calificaciones?

Sergio: Pues ahorita en este bimestre le eché ganas, pero el bimestre pasado fueron cinco o seis materias las que reprobé.

Terapeuta: ¿Cuáles fueron?

Sergio: Matemáticas, Español, Historia, Geografía, Física e Inglés.

Terapeuta: ¿ Y en primero también tenías esas calificaciones?

Sergio: Al principio sí iba bien, pero después ya no.

Terapeuta: ¿ Y a qué se debió que bajaras?

Sergio: Pues es que luego me ponen a hacer trabajos y como que me da flojera, o llegaba a la casa y me preguntaban mis papás si tenía tarea y les decía que no y no la hacía.

Como se puede ver, Sergio era un adolescente que constantemente les contestaba a los profesores, no le gustaba que le gritaran y por eso tenía varios reportes. Además, presentaba un alto índice de reprobación de distintas materias, en las cuales se requería más atención, pero Sergio señalaba que no le gustaba estar sentado mucho tiempo porque se aburría, a estas materias no le encontraba interés porque pensaba que eran aburridas y que en un futuro no le iban a servir. Es obvio que a Sergio le resultaba más interesante platicar con sus amigos en clase, pararse de su lugar y salirse del salón cuando no había clase.

Pero el contexto escolar está en contra del comportamiento de Sergio porque es un problema que este alumno no se ajuste a las reglas impuestas por la institución. Rompe totalmente con el esquema impuesto de estar sentado, guardar silencio y atacar cualquier orden. Por otro lado de su relación familiar reportó que no le gustaba que lo regañaran y consideraba que con su hermana tenían más consideraciones que con él, como por ejemplo ver programas en la televisión.

Terapeuta: ¿Y en tu casa, cómo es la relación que llevas?

Sergio: Pues si me llevo bien, pero me peleo con mi hermana y con mis papás pues me llevo bien, pero cuando me regañan les contesto.

Terapeuta: ¿Cómo es eso de contestarles?

Sergio: Es que luego me regañan, no me gusta que me griten y que me quieran mandar.

También se le hizo la pregunta del milagro para conocer qué pasaría si el problema se resolviera. Dicha pregunta se realiza con la finalidad de conocer lo que la persona espera una vez solucionado el problema.

Terapeuta: Sí sucediera un milagro, durante la noche, ¿cómo se solucionaría el problema por la mañana?

Sergio: Pues, ya mis maestros no me gritarían nadie me regañaría y sería menos enojón y contestaría menos.

En la sesión dos se habló de lo qué le gustaría cambiar con respecto a su comportamiento en la escuela, de lo que realizaba en el salón de clases y describió que se aburría de estar sentado.

Terapeuta: Por ejemplo de tu materia de Historia ¿qué te interesa?

Sergio: Cambiar al maestro, es que es muy mandón y muy gritón.

Terapeuta: Pero como no podemos cambiar a los demás, ¿tú qué podrías cambiar?

Sergio: Pues, portarme bien.

Terapeuta: ¿Qué es portarse bien?

Sergio: Estar sentado, no platicar y trabajar.

Terapeuta: ¿Qué haces en el salón de clases?

Sergio: Me estoy pare y pare, juegue y juegue, me pongo a platicar con mis compañeros, me asomo a la puerta o a la ventana.

Terapeuta: ¿Crees poder dejar de pararte?

Sergio: No sé, es que me aburre estar sentado.

Terapeuta: ¿Y en clase, de qué platicas?

Sergio: De cualquier cosa, qué hicimos ayer... lo que sea.

Terapeuta: ¿Siempre platicas?

Sergio: En Química, pues a veces está interesante y pues ya no platico, pero pues luego otras están bien aburridas, yo no sé para que vemos tantas cosas que ni sirven.

Terapeuta: ¿Tú crees que no sirven?

Sergio: No, ¿para qué?

Sergio manifestaba su desinterés por la escuela con la distracción, mirar hacia la ventana y jugar. Este alumno no le encontraba sentido a lo que revisaba en las clases con lo que realizaba fuera de la escuela, porque hay otros temas que eran importantes para él, como competencias de autos, juegos en computadoras, patinetas, música, etc. Esto es algo que

ya analizaba líneas arriba cuando cito la investigación de Quiroz (1991) quien señala que los conocimientos especializados no tienen valor ni sentido en la vida diaria de los alumnos.

En la sesión tres se le preguntó qué podría hacer para realizar las tareas y se indagó sobre cómo se sentía en las clases. Además, se le explicó sobre la importancia de la relajación ante situaciones tensas y, por último, se le dejó una tarea en la cual identificara sentimientos y pensamientos que tuviera en las clases en la que se sintiera tenso.

Terapeuta: ¿Qué podrías hacer para lo de las tareas?

Sergio: Pues, estudiando, dedicándole más tiempo a la tarea. A veces trato de poner atención.

Terapeuta: ¿Bien, sabes que es la relajación?

Sergio: Descansar o estar tranquilo, ¿no?

Terapeuta: Mira, tú nos habías platicado que cuando estás en clase estás pensando en pararte, a cada rato y con la relajación puedes dejar de sentirte tan ansioso al estar sentado. ¿Qué sientes en tu cuerpo en este momento?

Sergio: Pues nervios.

Terapeuta: ¿Cómo describes estos nervios?

Sergio: No sé.

Terapeuta: ¿Cuáles son las partes que sientes más tensas?

Sergio: Las manos, el cuello y la cabeza.

Terapeuta: ¿Eso lo has sentido en clases?

Sergio: Sí.

Terapeuta: ¿Hay alguna otra parte de tu cuerpo que sientas así en clases?

Sergio: El estómago.

Terapeuta: ¿Cómo sientes tu respiración?

Sergio: Agitada.

Terapeuta: Bueno, para mañana elige una clase en la que te sientas tenso y al final anotas qué estás pensando. Mira primero identifica así rápido las partes de tu cuerpo que están tensas y luego por ejemplo sí piensas: “Ay que aburrido, “Quiero salir” y lo anotas.

La relajación es una técnica que reduce la activación del cuerpo y modifica pensamientos y movimientos motores. Incluye ejercicios de respiración y sensaciones corporales. La técnica de relajación se aplica principalmente en problemas de ansiedad, estrés, tensión y nerviosismo (Caballo 1991) Para el caso de Sergio se eligió la técnica de relajación para reducir la ansiedad de estar sentado y proporcionarle un estado de tranquilidad durante las clases y controlar su enojo.

En la sesión cuatro se le preguntó sobre la tarea que se le dejó y la manera de reaccionar ante un problema que surgió con la maestra de Física por medio de un role playing.

Terapeuta: ¿Cómo te has sentido en las clases?

Sergio: Pues igual, me dan ganas de pararme, me siento aburrido, con ganas de jugar. En Historia con ganas de salir, con la de Física siento sueño, en Matemáticas ganas de salir y aburrido.

Terapeuta: ¿Y en alguno de estos días has tenido problemas con algún maestro?

Sergio: Con la de Física. Es que dejó un trabajo para el martes y no lo traje, pero me dejó que se lo entregará después, el miércoles y cuando se lo llevé ya no quiso recibirlo.

Terapeuta: ¿A ver, vuelve a repetirme cómo le dijiste?

Sergio: ¿Por qué no me quiere calificar si usted ya me había dicho que sí? y ella me dijo: “no te voy a calificar nada” y siguió escribiendo y me empecé así como a reír.

Terapeuta: Vamos hacer un ejercicio. (Se acomodaron dos sillas una frente a la otra). Ahorita en donde estas sentado, vas a ser tú y vas a hablarle a la maestra de Física que está sentada frente a ti y le vas a pedir que te reciba tu trabajo. (Realizamos el role playing).

Sergio: No, maestra ¿por qué no me quiere calificar?, pero le hice enojado y luego me reí de ella.

Terapeuta: Ahora pásate a la silla de la maestra.

Sergio: No, no te voy a calificar (finge escribiendo), porque es un trabajo atrasado, vete a sentar, ya te dije que no te voy a calificar (sigue escribiendo).

Terapeuta: ¿Por qué está enojado Sergio?

Sergio: Porque no le reciben el trabajo y la maestra lo está ignorando y Sergio sigue hablando y se empieza a enojar más y le gritó, y la maestra se enoja y también le grita.

Terapeuta: Y ¿qué le hizo enojar más a Sergio?

Sergio: Que la maestra le había dicho una cosa y luego no la cumplió.

Terapeuta: Bueno, te debiste haber sentido enojado cuando la maestra no te recibió el trabajo, eso no es malo, pero pudiste haber controlado el enojo para no gritar.

Este ejercicio de role playing tuvo como finalidad que Sergio percibiera su conducta y aceptara los sentimientos que le generaron al no recibirle su tarea. Sergio había negociado con la maestra entregarle el trabajo a la semana siguiente, y su gran molestia fue que la maestra no cumpliera con el acuerdo establecido. Los alumnos, como señala Delamont (1984) negocian con los profesores para entrega de trabajos y calificaciones dentro del salón de clases, pero puede suceder que los maestros no aceptan cumplir el trato dado que los alumnos no cambian su comportamiento. Sergio muy probablemente solo pensó en la parte de la negociación pero no en otros detalles que quizá llevaron a la maestra a no cumplir con su ofrecimiento.

En la sesión cinco se realizó un ejercicio de cómo es Sergio, y las ventajas y desventajas de su comportamiento en la escuela.

Terapeuta: A ver, vamos a hacer una lista, aquí escribe en este cuadro ¿cómo eres? Y vamos ir anotando las ventajas y desventajas.

Sergio: Desobediente.

Terapeuta: y ¿qué pondrías en desventaja?

Sergio: Me puede pasar algo malo, que me digan “pásate con cuidado la calle” y me pase corriendo y me atropellen.

Terapeuta: ¿Qué más?

Sergio: Juguetón

Terapeuta: ¿Qué ventajas te trae ser juguetón?

Sergio: Pues, divertirme.

Terapeuta: ¿Y desventajas?

Sergio: Ninguna.

Terapeuta: ¿Cuál sigue?

Sergio: Medio enojón.

Terapeuta: ¿Cuáles son las ventajas?

Sergio: Ninguna.

Terapeuta: ¿Y las desventajas?

Sergio: Que ya no me quieran hablar.

Terapeuta: ¿Hay alguna otra?

Sergio: Medio flojo y la ventaja es que no me canso y la desventaja, pues estar mucho tiempo sin hacer nada me aburre.

Sergio era un adolescente que describía su conducta como juguetón, flojo, enojón e inquieto. Por un lado era un adolescente muy activo cuando estaba en el relajo con sus amigos, porque formaba parte de un grupo de compañeros que están reportados como alumnos problemáticos y que tomaban asistencia psicológica. Y por el otro lado era muy pasivo en poner atención en las materias, en participar y en el cumplimiento de las tareas. El comportamiento de Sergio constantemente los profesores se lo recalcaban ante el grupo poniéndole las etiquetas que él describe de sí mismo. Es evidente que se las apropió para hablar de su persona y por eso se comportaba de tal manera, pero nunca se le hizo saber de sus habilidades como estudiante.

En la sesión seis el profesor de Historia reportó a Sergio porque no veía cambios en su conducta, se habló con él para que decidiera si deseaba continuar con las sesiones, a lo que respondió que le iba a poner más empeño.

En la sesión número siete se hizo un ejercicio de relajación con el objetivo de que experimentara la sensación de estar relajado.

Terapeuta: Bueno, acomódate en la silla, trata de sentirte lo más cómodo posible, si quieres recarga tu cabeza en la pared, como quieras pero siéntete cómodo, cierra tus ojos. (Empieza la relajación hasta terminarla). Y bien, ¿cómo te sientes?

Sergio: Bien, con sueño.

Terapeuta: ¿Sientes diferente tu cuerpo?

Sergio: Sí, algo flojito.

Terapeuta: Bueno, esto poco a poco te va ir ayudando a controlar tu enojo. Ahora vamos hacer otro ejercicio, (Se le muestra un cuadro de una situación en la que se analiza la condición real e ideal). ¿Platícanos de algún problema que hayas tenido con algún maestro?

Sergio: Cuando la de Física no me recibió mi trabajo.

Terapeuta: Ahora piensa que hubiera sido lo ideal.

Sergio: Que ella no me hubiera dicho que sí lo recibía y luego que no me lo recibió.

Terapeuta: Bueno, pero ¿qué hubieras podido hacer tú?

Sergio: Pues no enojarme y no haberle gritado, no haberme reído así de ella, no se hubiera enojado y tal vez me lo hubiera recibido.

Terapeuta: Y ¿qué fue lo que sentiste en la situación real?

Sergio: Enojado y triste.

Una alternativa para controlar el enojo es por medio de la relajación. Es importante que en el enojo se ponga énfasis en las sensaciones del cuerpo y pensamientos y plantearse preguntas como: ¿Qué estoy sintiendo en este momento?, ¿Cómo estoy sintiendo mi cuerpo?, ¿Qué pensamientos estoy teniendo?. Además, se logró que Sergio se percatara que se puede reaccionar de otras maneras ante el problema que surgió con la maestra.

En la sesión ocho y nueve se trabajaron ejercicios didácticos como recortar, pegar, seguir trayectorias, series, etc., con la finalidad de entrenar habilidades de atención de Sergio ya que anteriormente había comentado que a él le gustaban este tipo de ejercicios.

Finalmente, en la sesión diez se reflexionó sobre lo que había aprendido de las sesiones anteriores y se decidió darlo de alta porque se habían trabajado nueve sesiones en las cuales se habían analizado elementos que le podían ayudar a Sergio resolver sus problemas como la relajación, las consecuencias de su conducta dentro del salón clase y porque se estaban dando cambios con respecto a la entrega de tareas y de la manera de dirigirse a los profesores estaba mejorando.

Terapeuta: Sinceramente ¿qué te han dejado las sesiones, crees que has aprendido algo?

Sergio: Pues, a no enojarme tanto a respirar cuando me desespero, creo que nada más.

Terapeuta: Y en ¿qué consideras que te va ayudar?

Sergio: Pues en no ser tan contestón, a llevarme menos mal con los maestros y pues no enojarme.

Terapeuta: Muy bien, creo que ya se trabajó contigo varias cosas que has razonado muy bien y has tenido cambios, pues esta es la última sesión que nos vamos a ver.

Se realizó una entrevista de seguimiento después de un año, para conocer la efectividad de la terapia y Sergio añadió lo siguiente:

Rosalba: ¿Sergio cuál fue el motivo por el que asististe a terapia?

Sergio: Por mi conducta, era mala, me salía del salón, no cumplía con las tareas, era desobediente y llegaba tarde.

Rosalba: ¿Hubo algún cambio en tu vida después de recibir la terapia?

Sergio: Sí, bueno me ayudaron a razonar, a pensar mejor las cosas, a que me tranquilizara, a hablar en vez de gritar y contestar. Pues, ahí voy más o menos porque sigo jugando y parándome, pero estoy cumpliendo con las tareas y me estoy recuperando, creo que si voy a salir de la secundaria para entrar a la preparatoria.

Rosalba: Muy bien, ¿ Cuántas sesiones trabajaron contigo Sergio?

Sergio: Como diez.

Rosalba: ¿Consideras que fueron las suficientes?

Sergio: Sí.

Es importante conocer cómo se sintió Sergio en las sesiones psicológicas y los comentarios de parte de sus compañeros y de sus profesores.

Rosalba: ¿Cómo te sentiste durante las sesiones psicológicas?

Sergio: Bien, tranquilo, me gusta más realizar actividades como iluminar, recortar, pegar y casi no me gusta trabajar hablando porque me aburre.

Rosalba: ¿Hubo algún comentario de tus profesores de tu asistencia al psicólogo?

Sergio: Sí, que la aprovechara y que no la tomara a juego.

Rosalba: ¿Y de parte de tus amigos?

Sergio: Nada, porque varios de mis amigos también asistieron a las terapias.

La disposición de Sergio para trabajar durante las sesiones fue de cooperación cuando se le preguntaban datos acerca de su conducta en la escuela, aunque al principio se mostró resistente porque partía de la idea que no servía para nada asistir a las sesiones. El problema central de este alumno era que no cumplía con las tareas, presentaba materias reprobadas y contestaba a los profesores. Las técnicas que se emplearon contenían ejercicios de relajación para reducir su enojo y para mantenerse tranquilo en las clases. La aplicación del role playing para visualizar su conducta y las maneras de reaccionar con la profesora de Física. También los ejercicios para identificar sus sentimientos y pensamientos en la escuela y ejercicios para centrar su atención le permitieron hacer un análisis más preciso de cómo era Sergio y describirse a sí mismo. Es por ello que para la problemática de Sergio se trataron de elegir dichos ejercicios con la finalidad de que Sergio reflexionara sobre su conducta.

Sólo para concluir, la efectividad del caso se cuenta con la entrevista de seguimiento en la cual, Sergio indica que le ayudó a pensar mejor las cosas y a razonar, pero por comentarios de otra terapeuta, dos meses después de la aplicación de dicha entrevista Sergio volvió a reincidir, fue reportado nuevamente por bajo rendimiento escolar e indisciplina y actualmente asiste al Servicio de Psicología e incluso se encuentra desesperado porque está a punto de salir y quiere pasar las materias que ha reprobado. Él personalmente pidió la ayuda porque consideró que ahora si realmente necesitaba el apoyo. Por lo que la terapia que se le brindó le ayudó para reflexionar, pero necesitó más ayuda para solucionar el problema de sus materias. Para completar este caso sería indispensable entrevistar a los profesores y a la madre para conocer si hubo cambios en la conducta de Sergio.

3.4 CASO 4

“El relajo visto como un problema escolar”

Sandra Patricia Osario era una adolescente de 12 años que cursaba el primer año en la Escuela Secundaria y fue reportada al Servicio de Psicología porque era relajienta y poseía carta condicional. En la entrevista número uno señaló el motivo por el cuál fue canalizada.

Rosalba: ¿Qué te trae por aquí Sandra?

Sandra: Pues dicen que soy relajienta.

Rosalba: ¿Quién dice?

Sandra: La orientadora.

Rosalba: ¿Tú qué piensas?

Sandra: Pues es que antes no éramos así, todo fue por un niño que se llama Omar. Antes de que llegara nadie hacía nada, pero cuando llegó todos se levantaban y por él nos hicimos así, aunque ya no está en el salón.

La orientadora y la prefecta etiquetaban a Sandra como relajienta porque siempre se encontraba parada en las horas libres y porque pensaban que era una adolescente que movía (era como un líder) a los demás compañeros del salón. Saucedo (1998) analizó el relajo del estilo femenino en un Conalep y encontró que el relajo de las chicas es reírse de las bromas entre su grupo de amigas, platicar en el salón de clases de su arreglo personal y de revistas. Así, las chicas echaban relajo de una manera disimulada, sin llamar tanto la atención de sus maestros. Sin embargo, en el caso de Sandra la prefecta reportó que se llevaba con chicos y chicas a jalones, les picaba las sentaderas con un alfiler, les bajaba el pants de deportes a los chicos, etc. Entonces, las formas de relajo femenino que Saucedo (1998) analizó, no necesariamente eran parecidas a lo que varias chicas hacían en la escuela secundaria, tal y como era el caso de Sandra.

Sandra comentaba que la prefecta siempre estaba sobre de ella fijándose en todo lo que hacía y cuando todos sus compañeros estaban parados y echando relajo, a la primera que decían que anotaran en la lista era a ella.

Rosalba: Y sobre eso de que eres relajienta, ¿Cómo eres en relación con tus amigos?

Sandra: Hay unos que son más.

Rosalba: ¿Qué haces?

Sandra: Luego la maestra me encuentra parada o luego platico con mis amigas en el barandal. Luego yo era jefa de grupo y no los dejaba parar, pero me cambiaron, ahorita ya no soy nada.

Rosalba: ¿Dónde echas relajo?

Sandra: Es que luego todos estamos afuera y luego la perfecta le dice al jefe de grupo “anota a los que están afuera” y luego a la primera que dice “Sandra”, ¿será que ya se sabe mi nombre o que ya me agarró de bajada?. Y es que me cae mal la perfecta, anda de salón en salón a ver qué hacemos, no nos deja hacer nada, en una hora libre quiere que nada más estemos trabajando.

Sandra describe el ser relajienta con pararse en el salón de clases, platicar con sus amigas en el barandal, salirse cuando no hay clase, pero ella no consideraba como problema su comportamiento porque decía que iba bien en las materias y que había sabido llevar un buen equilibrio entre el relajo y sus calificaciones. Evidentemente, tampoco hablaba de comportamientos que sí había tenido, como los mencionados arriba, y sólo se concentraba en la parte menos disruptiva de su forma de echar relajo. Ahora bien, los profesores consideraban a Sandra como una alumna inteligente que iniciaba bien el año escolar con participaciones y buenas calificaciones pero le atribuían que después decrementaba su desempeño debido a sus amistades y al relajo. De este modo vemos que la percepción que tenía Sandra de su conducta del relajo no era problema para ella porque iba bien en las materias, se divertía estando fuera del salón, platicar con sus amigas, pero los profesores y la prefecta sí, porque son aspectos que afectan el control interno que se debe de tener en el salón de clases.

Rosalba: ¿Y qué podrías hacer para no pararte?

Sandra: No sé.

Rosalba: ¿No se te ocurre nada?

Sandra: No, es que yo creo que también es porque no me dejan salir en mi casa, pero aprendo rápido, yo casi siempre veo que los relajientos llevan malas calificaciones y yo voy bien. En inglés todos sacaron en el examen hasta 9 y yo fui la única que saqué 10.

Rosalba: Entonces estas en la escolta.

Sandra: Sí, soy la abanderada.

Ahora bien, analizando la relación familiar se vio que Sandra vivía con su mamá, su tía y sus primos. La mamá trabajaba de seguridad privada en el hospital de Perinatología, por lo que sólo la veía cuando descansaba y por ratos porque trabajaba en turnos de veinticuatro por veinticuatro horas. La persona que se hacía cargo de Sandra era su tía quien asistía a la escuela cuando había citatorios, juntas y firma de boletas. Es importante señalar que Sandra se sentía incomoda viviendo con su tía porque recibía golpes fuertes por su mal comportamiento en la escuela y por desobedecer; por lo anterior Sandra le pedía a su mamá que se cambiaran de casa, pero no lo podían hacer por problemas económicos.

Sandra: Luego también me mandaron a llamar a la dirección, es que queríamos ir al baño en Inglés, pero el maestro no nos dejaba. Entonces me salí y me vieron.

Rosalba: ¿Qué pensaste cuando te llamaron de la dirección?

Sandra: Que ya me iban a decir que me fuera.

Rosalba: ¿Qué sentiste?

Sandra: Es que mi mamá ha estado enferma, creo que la van a operar, entonces pensé en ella y en que dijo que era la última vez que me pasaba que me portara mal.

Rosalba: ¿Qué te dijeron en la dirección?

Sandra: Que fuera mi mamá, pero no puede. Entonces que fuera mi tía para hacer una reunión con todos los maestros, para ver si me quedo o no.

Rosalba: ¿Qué puedes hacer para portarte bien?

Sandra: Me estoy portando bien.

Sandra se percibía como una persona que tenía habilidades para cocinar, escribir a maquina, con buena memoria y participar en clases. Aunque le atribuían que era líder porque organizaba a los compañeros para que echaran relajo.

Sandra: Es que ya no se me quita lo relajienta, así nací y cuando nos pusieron la carta condicional dijo la prefecta que yo era líder y es que

como dice mi tía que basta que haga relajo dos o tres veces para que piensen que ya soy así.

Rosalba: ¿Qué crees que podrías hacer para que no piensen eso de ti?

Sandra: No sé, antes también había un maestro, nos dictaba y nos caía bien. Decíamos “ah viene el pelón”, antes nos chocaba pero ahora nos cae bien. Luego me decía: “siéntate enfrente del escritorio”. Pero ya no, luego está enojado y le digo “quiere un dulce”. Luego lo vacilamos, más yo le digo que trae su tequila en su saco. Dicen que no sabe enseñar, que no le entienden a los problemas.

Rosalba: ¿Tú le entiendes?

Sandra: Sí, luego no pongo atención porque me hace reír.

Es evidente que el relajo que echaban dentro del salón de clases, era de bromas y de reírse del profesor, “vacilarlo” como lo llamaba Sandra. El relajo como lo define Saucedo (1998) es una práctica grupal que dentro del aula, intenta romper con la formalidad de la clase y dotarla de un sentido de animosidad y diversión que atrape la atención de los alumnos.

Con respecto a las amistades de Sandra, ella tenía un grupo de amigas en su salón de clases y de otras chicas de otros grupos. El tema principal de las pláticas que mantenían en su grupo de amigas era de los novios y ese era el motivo principal de sus peleas.

Rosalba: Y de ¿qué pláticas con tus amigas?

Sandra: Luego platican de sus novios, les digo “tu pareces no sé que” porque terminan con uno y empiezan con otro.

Rosalba: ¿Te gusta alguien?

Sandra: Sí, uno del “B”, la otra vez se quedó conmigo a platicar. Pero como que le da pena, cuando le conviene. Hay una niña de su salón que también le gusta, luego se enoja conmigo. Ahora ya no les hablo porque son bien chismosas, me da lo mismo que me hablen o no. Luego Lilia andaba con uno de tercero y me dice que si quiero con él y yo no y le dije si tengo problemas por un chavo yo mejor me alejo de su grupito de amigas.

Es importante señalar que Sandra casi no salía de su casa, cuando llegaba de la escuela, sólo iba por los mandados que le encargaba su tía, por su calle no tenía amigas de su misma edad, en la primera sesión comentó que tenía una amiga y algunas veces salían a jugar bicicleta y en la computadora pero decía que se había cambiado de casa. Su círculo de amigas dentro de la escuela era amplio incluyendo las amistades de su salón y de otros grupos como por ejemplo Juanita que era una adolescente que también asistió a terapia por problemas familiares.

El total de las sesiones trabajadas con Sandra fueron cinco porque después ya no se presentó a terapia porque la maestra de taller ya no la dejó salir a la hora de su clase por lo que se le tuvo que dar de alta. Al año siguiente se canalizó nuevamente a Sandra porque reincidió en problemas y mandaron a llamar a su tía a lo que respondió regañándola y pegándole dentro de la escuela. Se le brindaron tres sesiones más en las que se analizó su conducta, posibles consecuencias de su comportamiento, la relación con su familia y con sus amigos.

Los resultados de la entrevista de seguimiento indican que hubo cambios en la conducta de Sandra y consideró que el número de las sesiones recibidas fueron las suficientes.

Rosalba: ¿Recuerdas cuáles fueron los motivos por los que te reportaron para asistir a terapia?

Sandra: Por ser relajienta, me paraba en el salón de clases.

Rosalba: ¿Platícame en que parte de tu vida te ayudó al asistir a terapia?

Sandra: En la escuela me ayudó a llevarme bien y mejor con los profesores y amigos.

Rosalba: ¿Notaste algún cambio?

Sandra: Por las platicas que recibí ya me daba flojera echar relajo y me ayudó porque pensé las consecuencias de mi carta condicional.

Rosalba: ¿Cómo cuántas sesiones psicológicas recibiste?

Sandra: Creo que siete.

Rosalba: ¿Consideras que fueron las suficientes para trabajar contigo?

Sandra: Sí, fueron las suficientes.

Rosalba: ¿Cómo te sentías asistiendo a las sesiones?

Sandra: Me sentía desahogada, sentía que podía expresar lo que sentía, era un espacio donde podía decir lo que pensaba y podía opinar.

Sandra era una adolescente que adoptó una actitud cooperativa durante las sesiones y con toda la disposición total para hablar de su problemática en la escuela. Se logró trabajar con ella ejercicios propuestos por Raphael y Kaufman (1990) esto a raíz de un problema que tuvo con sus amigas, porque ya no le querían hablar y se comentó de los sentimientos que le generaron ante esta situación.

El trabajo que se realizó con Sandra le ayudó las dos veces que asistió al servicio de psicología porque ella misma decía que cuando empezaba el año escolar todo iba bien y luego se empezaba a portar mal, pero en ese momento fue canalizada y el apoyo psicológico le ayudó. Esto se repitió en primero y segundo año. En ese sentido, se puede decir que los alumnos mejoran con el apoyo que se les da, pero al año siguiente pueden volver a tener problemas. Entonces, una conclusión importante es que el trabajo del psicólogo educativo implica tener una actividad de seguimiento con ellos para estar monitoreando que los resultados se mantengan, revisando los expedientes psicológicos, realizando entrevistas de seguimiento, preguntando a los profesores y a padres de familia y diseñando nuevos ejercicios que le permitan reflexionar con mayor intensidad el problema.

3.5 CASO 5

“Mis papás siempre pelean y por eso me drogo”

Monserrat Martínez era una adolescente de 13 años que cursaba el segundo año de la Escuela Secundaria cuando se presentó al Servicio de Psicología acompañada de una profesora porque le comentó que estaba consumiendo droga. En la primera sesión se indagó sobre el motivo de su asistencia y los problemas familiares que se estaban suscitando.

Terapeuta: ¿Qué te trae por aquí Monserrat?

Monserrat: Lo que pasa es que mis papás empiezan hablando, después discuten y terminan a golpes por cualquier motivo y por eso me drogo.

Terapeuta: ¿Y cada cuándo suceden las peleas de tus papás?

Monserrat: Diario.

Terapeuta: ¿Y tú qué haces al respecto Monserrat?

Montserrat: Antes intervenía mi hermano y yo pero mi papá nos golpeaba también, ahora cuando se están pelando lo que hago es encerrarme en mi cuarto o me escapo y consigo droga.

Terapeuta: ¿Qué tipo de droga utilizas?

Montserrat: Cuando tengo dinero con cocaína, o si no, con marihuana y cuando no tengo mucho dinero con thiner.

Terapeuta: ¿Y cómo es la relación con tu mamá?

Montserrat: También me golpea cuando se enoja y a veces discute por cualquier motivo, cuando le digo a mi mamá que la mandan a llamar a la secundaria me pega porque dice que no tiene tiempo para esas tonterías, que tiene que trabajar y ocuparse de otras cosas.

Terapeuta: ¿Y tu papá?

Montserrat: Pues también me pega con una hebilla del cinturón y mi mamá con un cable.

Es evidente que los golpes, el maltrato de parte de sus padres hacia Montserrat le estaban afectando emocionalmente y, según ella, las peleas frecuentes la orillaron a consumir droga. Montserrat dijo que encontraba la salida a este tipo de problemas escapando a la calle tratando de olvidar, relajarse y encerrarse en su cuarto. Eso le resultaba una fuga para no escuchar y no saber de su familia.

En la segunda sesión se trató que Montserrat identificara los pensamientos que le generaban las peleas de sus padres, la frecuencia con la que ingería las drogas y se analizaron las desventajas de consumirlas. Como se había señalado en el capítulo uno que la adolescencia es una etapa que esta llena de cambios tanto físicos y psicológicos, fue necesario que se le brindara ayuda a Montserrat porque los problemas de los padres le estaban afectando directamente en su autoestima, en sus pensamientos y sentimientos. Así, que se trabajó con ella ejercicios de autoestima con el objetivo de que se percibiera como una persona con cualidades y habilidades que podía explotar al máximo.

Terapeuta: ¿Cómo te fue Montserrat?

Montserrat: Igual que siempre, con mis papás peleando y yo me drogo.

Terapeuta: ¿Y qué piensas exactamente cuándo tus papás empiezan a pelear?

Monserrat: Que yo tengo la culpa, pero la maestra me dijo que yo no tengo la culpa, porque cuando me salgo me drogo y regreso a la casa como a las 11:00 p.m. y me duermo estando drogada.

Terapeuta: ¿Te han llegado a cachar o ya tienes una estrategia?

Monserrat: Si, pongo llave.

Terapeuta: ¿Qué piensas cuando tus papás se empiezan a pelear y antes de que digas “me salgo”?

Monserrat: Me siento atrapada, me siento encerrada, siento que las paredes se me vienen encima, que me atrapan y cuando estoy en la calle me tranquilizo, me olvido de todo ya que me tomo la droga.

Terapeuta: Te tranquilizas.

Monserrat: Sí.

Terapeuta: ¿Y si yo te dijera que te puedes sentir así de tranquila, sin necesidad de la droga?, mira hay unos ejercicios de relajación que te pueden ayudar a sentirte relajada ¿y cuándo tus papás no se pelean te dan ganas de drogarte?

Monserrat: A veces no, pero como diario se pelean, pues ya ni me importa, pero se me antoja menos como estoy menos nerviosa.

Terapeuta: ¿Y por qué no has intentado cuando te fugas, jugar por ejemplo, hacer un deporte?

Monserrat: Es que ya no me interesa nada.

Terapeuta: ¿Por qué dices que ya no te interesa nada?

Monserrat: Porque nada más pienso en drogarme y luego con mis amigos platico de eso.

Terapeuta: Lo que te pediría esta semana es que al menos tres o un día te pusieras el radio, en lo que queda de esta semana cuando tus papás empiecen a pelear, te pongas el radio y si se te viene la imagen de la droga lo evites lo más que puedas.

Monserrat: Es que no puedo.

Terapeuta: ¿Por qué dices que no puedes?

Monserrat: Porque una vez lo intenté, pero algo en la cabeza me decía “consume”, “consume” pero durante 5 minutos, decía “no lo voy a consumir”, pero finalmente la consumí.

Terapeuta: ¿Qué es lo que más consumes en droga?

Monserrat: El cigarro y la cocaína y cuando me drogo duro hasta siete horas dormida y cuando me levanto estoy mareada. Luego son las cuatro de la mañana y sigo durmiendo, después me despierta mi hermano y vengo a la escuela, por eso siempre llego tarde.

Terapeuta: ¿Cuál es la que más se te antoja?

Monserrat: La cocaína, es la más fuerte y ya no siento nada.

Terapeuta: Efectivamente y ¿sabes cuáles son las repercusiones en tu organismo?

Monserrat: No, al principio me irritaba y ahora no me dan ganas de hacer nada, me duele la cabeza.

Terapeuta: Fíjate, esos son sólo algunos de los síntomas, pero aun realmente no sabes cuales son las repercusiones en tu cuerpo. Uno de los efectos es que mata neuronas necesarias para la actividad cerebral y ésta controla todas las funciones de tu cuerpo, los latidos cardiacos, tu actividad digestiva, las funciones motoras o motriz, es decir los movimientos, por eso cuando estas drogada te mareas. Imagínate en una de esas tu corazón se puede parar por una exagerada dosis y como acostumbras encerrarte en tu cuarto y nadie se va a dar cuenta, ¿te gustaría eso?.

Monserrat: No, me gustaría tener el control.

Terapeuta: Siempre se puede tener el control, sólo que uno accede a sus deseos y ese es un deseo fuerte porque ya te hiciste adicta a la cocaína... ¿y crees que tus papás van a cambiar porque te drogas?

Monserrat: No, pues yo voy a sufrir más y los primeros en enterarse van a ser mis papás y me pegarán.

Terapeuta: Aún estas a tiempo de salvarte, si tus papás no quieren pues ya es su problema, pero tú estas cayendo en cuenta que tu no eres la responsable de sus conflictos y que ellos los tienen que resolver y entonces

debes luchar por tu vida ¿dices que te drogas tres o cuatro días de la semana, y qué haces los días restantes?

Monserrat: Lo que pasa es que me drogo con coca o el cigarro, pero cuando no tengo dinero, pues lo hago con thinner los demás días porque la cocaína es cara tantito cuesta como \$190.00 pesos.

Terapeuta: Entonces te drogas todos los días.

Monserrat: Sí.

Hay que resaltar que el papá de Monserrat tiene una tienda de abarrotes y tiempo después el señor reportó que se dieron cuenta que la chica sustruía dinero de la caja para comprar la droga.

En la sesión tres se le pidió que describiera lo que realizaba en un día normal, poniendo énfasis en los sentimientos y pensamientos durante las peleas y se le entregó un cuadro que contenía tres rubros para que lo llenara, el primero incluía su estado de ánimo, el segundo la convivencia de los padres y el tercero que registrara sí ese día consumía droga.

Terapeuta: ¿Describeme como una película lo que sucede desde que te levantas, de lo que sucede en tu casa?

Monserrat: Salgo de aquí me voy con mis amigas, voy me compro cosas, luego me abre mi papá o mi mamá, estoy adentro y veo la tele y luego mi mamá me dice de cosas, mi papá le contesta y empiezan a discutir. A veces compro la droga antes de llegar a mi casa con dinero de mis papás de los domingos. A veces me regañan porque volteo a ver a mi sobrina me regañan, me regaña mi papá, a veces mi hermano me defiende y mi papá le pega, por eso ya luego no se mete.

Terapeuta: Entonces tus papás pelean de grado en grado, discusiones, groserías hasta golpes, ahora ¿qué empiezas a pensar y sentir cuando alguien empieza a regañarte y luego empiezan a pelear?

Monserrat: Miedo y con ganas de gritarles cosas pero como no puedo, nada más me les quedo viendo y por dentro les digo de groserías, luego me hacen moretones pues me agarra de las greñas y azota en la pared y mi mamá con el cable. También me siento con ganas de escapar, indefensa y sola. Cuando me pegan feo y antes de que me regañen, siento nervios y

cuando ya empiezan a golpearse siento que es mi culpa, me dan ganas de gritar y decirles de cosas, ganas de golpearlos de regresárselos y rencor. Me pongo nerviosa de que ya se van a pegar, sudoración y cuando me regañan les digo de cosas y me encierro en mi cuarto y otras les grito cuando me desesperan. Con mi mamá cuando me regaña siento más coraje y luego me quita el dinero aunque ella tenga, cuando ella me pega me da miedo y ganas de gritar, después me siento agotada como cansada, después de esto me acuesto a dormir.

A los padres se les citó para hablar sobre la situación de la alumna. Se mostraron preocupados y accesibles a cambiar la situación en su casa. Reconocieron que tenían problemas de pareja pero llegaron al acuerdo de disminuir sus peleas o no hacerlo delante de la chica con la finalidad de ayudar en la solución de los problemas. Ambos se comprometieron a estar más cerca de ella, llevándola y trayéndola de la escuela así como tratando de comunicarse a través de pláticas y salidas compartidas.

En la sesión cuatro se habló de los acuerdos que se habían establecido entre los padres de no pelearse, la relación que se estaba dando entre la familia y de sus tareas atrasadas.

Terapeuta: Plátame ¿qué ha pasado contigo Monserrat?

Monserrat: Pues nada, Claudia (otra terapeuta) habló con mis papás y llegamos a acuerdos y ya me van a dejar salir y me siento bien.

Terapeuta: ¿Cómo te han tratado tus papás?

Monserrat: Bien.

Terapeuta: ¿y qué ha pasado con la droga, se te ha antojado, te han golpeado o insultado tus papás?

Monserrat: No ya no, y la droga se me antoja pero ya no la he buscado.

Terapeuta: ¿Y vienen por ti tus papás?

Monserrat: Mi mamá.

Terapeuta: ¿Tus papás han cumplido los acuerdos?

Monserrat: Sí, han cumplido, mi mamá me viene a dejar y no me parece que me venga a recoger, porque no me deja platicar con mis amigas.

Terapeuta: Bien, ¿ya te regularizaste en tus materias?

Montserrat: Sí, es que a veces sí la hago pero me da flojera y ya cuando se las quiero entregar pues ya no me la aceptan, procuro echarle ganas aunque me cuesta trabajo.

Por otro lado, en el contexto escolar Monserrat era una alumna que tenía buen desempeño en la escuela, no presentaba problemas de reprobación y sólo tenía algunas tareas atrasadas, pero estaba poniéndose al corriente para entregarlas.

En la sesión cinco se trabajó sobre los sentimientos, se le pidió que definiera con sus propias palabras los siguientes sentimientos: alegría, felicidad, enojo y disgusto. Además, se realizó un ejercicio de relajación, con el objetivo de que lo pusiera en práctica en las ocasiones en las que se sintiera enojada y tensa ante las peleas de sus padres.

En la sesión seis realizó un ejercicio de autoestima en donde se le pidió que imaginara que estaba enfrente de un espejo tocándose su rostro y que se dijera a sí misma cosas positivas de su persona, como que era un ser único, simpático y agradable. Con el objetivo de que se percibiera a sí misma y reconociera sus habilidades. Finalmente se le dio la siguiente instrucción.

Terapeuta: Bueno, este ejercicio lo puedes hacer tu también cuando te sientas intranquila, nerviosa o tensa o cuando sientas que ya no puedes soportar una situación, te ayudará a relajarte a que la ansiedad y las ganas de salir huyendo aminoren y puedas enfrentar las cosas que suceden en tu casa, por lo que te recomiendo que las practiques en tu casa. Por lo que pasa en tu casa no lo podemos cambiar pero podemos ayudarte a que lo afrontes. Ahora vamos tocar a esa persona importante que acabamos de descubrir.

Montserrat: Sí.

Terapeuta: Tócate tus manos, tu cara, sin miedo.

Montserrat: Soy yo.

Terapeuta: Bien, ¿ahora qué cosas le ves a favor a esta persona?

Montserrat: Es amistosa, sincera, buena amiga, simpática que ayuda a los demás, cariñosa, una persona que sabe agradar a los demás.

Terapeuta: Vas hacer una tarea, vas a tocar tu cuerpo con suavidad y sin miedo y después vas a tocar las manos de una persona de tu familia y vas a

descubrir si son grandes, pequeñas, los huesos las uñas y luego tocas las tuyas, esto es con el propósito de que te reconozcas que eres diferente a los demás.

En la sesión siete se le preguntó acerca de qué pensaba de sí misma, cómo se consideraba y cuál era el sentimiento más bonito para ella. Para terminar, se hizo una representación de su familia y se analizaron las diferentes maneras de reaccionar ante la situación de peleas entre sus papás como por ejemplo evitar gritar, alejarse, no intervenir, platicar cuando estuvieran más tranquilos y utilizar un tono de voz no agresivo.

Terapeuta: ¿Me puedes decir lo que piensas de ti?

Monserrat: Soy una chica que si me empeño en algo lo consigo o quiero algo lo puedo tener.

Terapeuta: ¿Cómo te consideras?

Monserrat: Sensible, creativa, buena onda, ligera y normal.

Terapeuta: ¿Qué es lo que menos te gusta?

Monserrat: Lo que menos me gustaría es que me dijeran drogadicta.

Terapeuta: ¿Qué es lo que menos te gustaría sentir?

Monserrat: Tristeza.

Terapeuta: ¿Qué sentimiento es el más bonito para ti?

Monserrat: La alegría.

Terapeuta: ¿Cuál sería el más feo?

Monserrat: La humillación.

En la sesión ocho se dio de alta a Monserrat porque reportó que las cosas en su familia estaban mejorando, que sus papás habían dejado de pelar, que ya no se drogaba y que le estaba echando más ganas a la escuela. Lo anterior se corroboró con la madre de Monserrat al decir que las cosas estaban marchando mejor y que, por el momento, no se habían presentado peleas.

Monserrat estuvo dispuesta a expresar sus sentimientos ante los problemas de sus padres, fue cooperativa durante las sesiones psicológicas y participó activamente en los ejercicios que se le aplicaron como el de autoestima. Además aprendió a definir los sentimientos como alegría, felicidad, enojo y disgusto, a partir de las experiencias de su vida. En lo referente a la técnica de relajación ésta se realizó con la finalidad de reducir el nivel de

ansiedad de consumir alguna droga y para que se mantuviera relajada ante las peleas de sus padres. Los ejercicios que se emplearon se ajustaron a la problemática del caso. Ahora bien, la participación de los padres fue también de cooperación, porque estuvieron al pendiente de las actividades de Monserrat, cumplieron con el acuerdo de no pelear y convivir como familia.

Actualmente Monserrat se encuentra en tercer grado de la secundaria y se le realizó la entrevista de seguimiento en la cual comentó lo siguiente.

Rosalba: Monserrat ¿Cuál fue el motivo de tu asistencia al servicio de psicología?

Monserrat: Por que no le estaba echando ganas a la escuela y me drogaba.

Rosalba: ¿Cuántas sesiones estuviste trabajando?

Monserrat: Creo que nueve o diez.

Rosalba: ¿Consideras que fueron las suficientes o te faltaron más?

Monserrat: Fueron las suficientes.

Rosalba: ¿Qué fue lo que viste en las sesiones psicológicas?

Monserrat: Platicamos sobre las consecuencias de la drogadicción, reflexioné de lo que me podía pasar.

Rosalba: ¿Hubo algún cambio en tu vida Monserrat a partir de las terapias?

Monserrat: Sí, creo que pude dejar las drogas y seguir adelante en la escuela y con los problemas en mi casa, se empezaron a llevar bien mis papás.

Rosalba: ¿Cómo te sentías en las sesiones psicológicas?

Monserrat: Tenía confianza para decir lo que sentía y pensaba, además me trataban bien los psicólogos.

Rosalba: ¿Hubo algún comentario de parte de tus profesores de tu asistencia a las consultas?

Monserrat: Algunos no me creían que estaba y no me dejaban entrar a mis clases.

Rosalba: ¿Y de parte de tus compañeros?

Monserrat: No, ninguno.

Después de un año de la asistencia psicológica Monserrat volvió a reincidir en el problema, esto se pudo detectar por medio de una observación de una de sus profesoras porque la notó demacrada y algo rara. Nuevamente se trabajó una sesión con la madre para conocer qué estaba pasando con el comportamiento de la chica y comentó que ciertamente Monserrat había vuelto a drogarse, porque su hermano la vio en una fiesta inhalando por lo que la golpearon fuertemente y la segunda vez Monserrat estaba haciendo la limpieza del baño y la señora sospechó que estaba inhalando una sustancia tóxica, entonces abrió el baño y la encontró con los ojos rojos, la mamá se enojó, la desnudó y la golpeó. De ahí es que los casos difíciles que se presentan en la escuela secundaria deben de tener seguimiento y los psicólogos deberán de diseñar nuevos métodos de intervención. En el caso de Monserrat los padres cayeron en extrema vigilancia de su hija como por ejemplo restringirle salidas con amigos y, finalmente, la madre ha solucionado el problema con maltrato físico de la adolescente.

La chica, por su lado, negó haber vuelto a reincidir y sus maestros comentaron que no habían vuelto a notar cambios en su apariencia. El tiempo dirá si la reincidencia sólo fue curiosidad por su parte o si los problemas en casa sólo habían quedado cubiertos de modo que ella continuaba resintiendo las tensiones y buscando la droga como una salida.

3.6 CASO 6

“El acoso de los compañeros de clase como un problema escolar”

Luis Fernando era un adolescente de 13 años que cursaba el segundo grado de la Secundaria. Su mamá lo anotó al Servicio de Psicología porque se peleaba con sus compañeros del salón y lloraba constantemente.

En la primera sesión se indagó sobre el motivo por el cual lo canalizaron a la terapia, a lo que respondió Luis Fernando.

Terapeuta: ¿A qué se debió que te hayan mandado con nosotros?

Fernando: Ah, lo que pasa es que estaba en el salón y me estaba molestando uno de mis compañeros y entonces en eso me enojé y fue cuando nos empezamos a pelear, luego me empujó y fue cuando le solté un golpe.

Terapeuta: Y ¿qué pasó?

Fernando: Nada, nos separaron (Comienza a llorar).

Terapeuta: ¿Por qué lloras?

Fernando: Eso si no sé por qué.

Terapeuta: ¿Siempre pasa lo mismo?

Fernando: Sí.

Terapeuta: ¿Ante qué situaciones?

Fernando: Cuando a veces de repente me regañan a mí, me hacen enojar o cualquier cosa.

Terapeuta: Y ahora ¿por qué?

Fernando: No sé, pero cuando me regañan o me hacen enojar me dan ganas de golpearlos.

Terapeuta: ¿Pero no lo haces?

Fernando: De vez en cuando sí, pero cuando mi mamá me regaña, le pego a las cosas.

Terapeuta: ¿Te gustaría que te ayudáramos a que puedas controlarte?

Fernando: Sí.

En la sesión dos se le preguntó sobre lo que le gustaría cambiar y se le explicó la manera de dirigirse a su mamá y expresarle sus sentimientos y derechos como adolescente.

Terapeuta: ¿Bueno, qué es lo que te gustaría cambiar de ti?

Fernando: Mi forma de expresarme.

Terapeuta: ¿Cómo es tu forma de expresarte, explícame?

Fernando: Es que tengo un carácter muy duro y nunca me he podido controlar a mí mismo (Comienza a llorar).

Terapeuta: A ver, trata de pensar en otra cosa y respira profundamente, toma aire llévalo hasta el estómago y sácalo poco a poco, respira e inhala.

Terapeuta: ¿Tus papás cómo se han portado contigo?

Fernando: No muy bien.

Terapeuta: ¿Explícame por qué?

Fernando: No sé, porque, pero a veces me gritan, todo su enojo cae sobre mí. (Comienza a llorar).

Terapeuta: ¿Quién es el que más te molesta de tus papás?

Fernando: Mi mamá.

Terapeuta: ¿Qué hace para molestarte?

Fernando: De vez en cuando me empieza a gritar, luego me dice de cosas, cuando le traigo las cosas me dice que no eran esas, me cambia las cosas y cuando no es una es otra.

Terapeuta: Y ¿todas las veces te regaña?

Fernando: Algunas veces me regaña sin sentido.

Terapeuta: ¿Qué otra cosa te gustaría cambiar, por ejemplo en la relación con tu mamá?

Fernando: Su forma de ser de ella, es que hay veces que me está cuidando mucho, y hay veces en que quiero estar solo, siempre está mi mamá sobre mí y hay veces que quiero estar solo.

Terapeuta: ¿Tú eres el más chico?

Fernando: Sí.

Terapeuta: Tú podrías decirle a tu mamá que te molesta que esté todo el tiempo sobre ti. Sin embargo, tienes que decírselo de una manera que puedas negociar con ella y llegar a acuerdos, ¿cómo se lo dirías?

Fernando: Mm, de todas maneras, siempre lo he intentado, pero siempre me sale con lo mismo, a veces le digo que me gustaría estar sólo, se le digo y vuelve a lo mismo.

Terapeuta: Quisiera que me dijeras la manera cómo se lo dices.

Fernando: Le digo que si me pudiese dejar sólo un rato y me dice que sí, pero al rato regresa a lo mismo y me está cuidando, muchas veces atrás de mí.

La familia de Luis Fernando estaba compuesta de cinco miembros. La madre se dedicaba al hogar, el padre trabajaba como taxista, sus hermanos mayores estudiaban y él era el más pequeño por lo que la madre esta en constante supervisión de todas sus actividades. Iba por él a la escuela, le cargaba la mochila, le ayudaba a hacer la tarea. Nardone y Giannotti (2001) dice que en el modelo de familia Hiperprotector se caracteriza porque los padres se comportan de una manera preocupante por los hijos, de su salud, alimentación, de los éxitos y fracasos escolares. Este tipo de padres hacen muchas

preguntas al hijo como por ejemplo a dónde van y qué hacen. Los mensajes que transmiten son de dulzura, cariño, calor, amor y protección, pero contienen una sutil descalificación: “yo lo hago todo por ti que quizás tú solo no podrías” y le transmite al hijo una sospecha de que es un ser incapaz. El autor concluye que lo que adquiere el adolescente en este estilo familiar es la aparición de una serie de problemas como inseguridad, menosprecio, no creer en sus propias capacidades y no asumir riesgos ni responsabilidades.

En la sesión tres se le preguntó a Luis Fernando sobre la relación que llevaba con sus compañeros de clase, además se analizaron los pensamientos y sentimientos que se generaban ante la situación de llorar y se le mencionó la manera en la cual podría controlarse.

Terapeuta: Bueno, ¿cómo se han portado tus compañeros contigo?

Fernando: Ya más o menos, ya se tranquilizaron conmigo.

Terapeuta: A ver, cuéntame, ¿cómo era antes y como es ahora?

Fernando: Antes me andaban molestando, por cualquier cosita me andaban molestando y ahora ya casi no me molestan, ya se dedican a otra ya se tranquilizaron.

Terapeuta: ¿En estos días haz llorado?

Fernando: No.

Terapeuta: ¿Cómo le has hecho para controlarte?

Fernando: Pienso, en cosas contrarias a las que pasan.

Terapeuta: En cuanto a lo del llanto, es importante que aprendas a controlarte, el llorar no tiene nada de malo, pero algunas personas no lo ven de esa manera, lo ven muy mal. Sin embargo, es válido que ante ciertas situaciones llores, pero no ante cualquier situación. Dime, ¿qué es lo que pasa por tu mente cuándo sientes ganas de llorar?

Fernando: Pienso a veces como si me fueran a regañar.

Terapeuta: ¿Qué sientes corporalmente?

Fernando: Angustia, nervios y un poquito de miedo.

Terapeuta: Físicamente, ¿qué empiezas a experimentar?

Fernando: Que a veces tengo miedo, temor, también siento tristeza.

Terapeuta: Y de ¿qué sientes miedo?

Fernando: Como si me fueran a regañar.

Terapeuta: ¿Quién?

Fernando: Pues el que me estuviera regañando.

Terapeuta: ¿Pero dices que tienes miedo de esa persona que te está regañando o diciendo de cosas?

Fernando: Tengo miedo de que me regañe o se burle de mí.

Terapeuta: Ahora te pregunto ¿te has puesto a pensar, si vale la pena llorar?

Fernando: No.

Terapeuta: Mencióname una cosa que tú creas que haya sido insignificante, pero por la cual comenzaste a llorar.

Fernando: Creo que el lunes, estábamos en Educación Física y uno de mis compañeros agarró y me lanzó el balón en el estómago.

Terapeuta: ¿Qué fue lo que empezaste a sentir?

Fernando: Dolor.

Terapeuta: Y aparte del dolor.

Fernando: Sentí coraje (Comienza a llorar).

Terapeuta: Pero a ver, contrólate, respira profundo como la otra vez, hazlo hasta que te tranquilices, debes de aprender, respira profundo. ¿Qué fue lo que sentiste al recordar esto?

Fernando: De que yo no le hice nada y siempre es a mí.

Terapeuta: Tu puedes hacer varias cosas, primero te puedes controlar respirando, después te preguntas si vale la pena llorar, si existe algún motivo para llorar, a todo el mundo le ha tocado un balonazo, lo que puedes hacer es pedirles una explicación del por qué te están molestando, pero no debes de llorar. Otra cosa que puedes hacer es retirarte del lugar y pensar detenidamente las cosas, pero siempre con la mentalidad de que no vas a llorar porque no vale pena hacerlo. Claro, hay situaciones en las que es válido llorar, por ejemplo cuando fallece un familiar, en una situación de esas nadie te va decir nada, al contrario recibirás la comprensión de los

demás. Sin embargo, si te pones a llorar por un balonazo lo que vas a recibir son burlas y eso te puede perjudicar, es por eso que debes de aprender en qué situaciones es válido y en cuáles no.

Los compañeros del salón molestaban a Luis Fernando, le escondían sus cuadernos, lo hacían enojar, le aventaban objetos y su respuesta ante ellos era golpearlos y llorar. Luis Fernando demostraba su debilidad de no saber defenderse mediante el sentimiento de llorar ante los demás, pero cuando estaba a punto de explotar de coraje por el hecho de ser acosado por los demás utilizaba como medio de defensa los golpes.

En la sesión cuatro se le pidió que describiera sus habilidades. Recordamos al lector que este punto es de suma importancia porque los recursos pueden sacar al paciente del problema y centrarse sólo en las excepciones, Selekman (1996) retoma las preguntas centradas en la excepción que se plantean con el objetivo de conocer las cosas positivas que han sucedido en el paciente.

Terapeuta: ¿Me gustaría que me dijeras tres cualidades tuyas?

Fernando: Cualidades.

Terapeuta: Sí, en qué eres habilidoso.

Fernando: De vez en cuando soy vanidoso y soy muy corrupto.

Terapeuta: ¿A ver, explícame eso?

Fernando: Por ejemplo luego me piden algo y yo les digo no, dame algo y te lo doy y así.

Terapeuta: Pero eso no es ser corrupto, más bien es hacer un intercambio, la corrupción sería otra cosa como sobornar a alguien y ese alguien acepta, pero me dijiste que también eres vanidoso, ¿qué es para ti ser vanidoso?.

Fernando: Por ejemplo, luego me piden alguna cosa y digo que sí o me dicen ve por esto y digo que sí, cosas así.

Terapeuta: Más bien eso vendría siendo algo así como amabilidad, bueno ¿qué es lo que más te gusta de tú cuerpo?

Fernando: Todo.

Terapeuta: ¿Qué te gusta de tu personalidad?

Fernando: Mi forma de ser.

Terapeuta: ¿Cómo definirías eso?

Fernando: Que me puedo adaptar a cualquier forma que me pidan.

Terapeuta: ¿Por ejemplo?

Fernando: Que me digan que no diga nada de cualquier cosa, o que no diga nada durante cualquier conversación y no digo nada.

Es importante identificar cuándo los adolescentes no manejan de forma inadecuada ciertos conceptos para dar cuenta de sí mismos. Por eso en uno de los ejercicios que se les aplican la idea es explicar el significado de las distintas emociones y formas de hablar de sí mismos para que generen mayor conciencia y claridad respecto de lo que sienten y cómo pueden defenderse emocionalmente (Raphael y Kaufman 1990).

En la sesión cinco se enfocó sobre los cambios que había tenido y se le dieron ejemplos en los que tenía que elegir entre el bien y el mal. Con la finalidad de que identificara la responsabilidad y las consecuencias de sus propias decisiones.

Terapeuta: ¿Me podrías hablar un poco acerca de los cambios que te han hecho sentir bien?

Fernando: Sí, bueno lo que pasa es que ya me controlo más cuando me provocan o me dicen cosas.

Terapeuta: ¿Ah sí? y ¿cómo es eso, cuéntame?

Fernando: Sí, por decir, antes me quitaban mis cuadernos o cualquier cosa y no me dejaba y terminaba peleándome o llorando; ahora cuando pasa algo así lo que hago es por ejemplo que si me quitan una cosa los dejo y cuando se descuidan tomo lo que es mío.

Terapeuta: Eso está muy bien, es una forma de evitar problemas, y ¿qué me dices de las situaciones en que te piden que hagas algo y tú lo haces en contra de tu voluntad?

Fernando: Pues ahí a veces no sé que hacer, casi siempre hago lo que me dicen.

Terapeuta: Bueno, déjame decirte que siempre es muy importante tener en cuenta lo que vamos a hacer y cuáles serán las consecuencias de aquellos actos o cuales pudieran ser las posibles consecuencias, para eso es importante la toma de decisión, el saber elegir entre lo que nos conviene y lo que no nos conviene y por eso te digo que antes de actuar debemos

detenernos a pensar un momento en las consecuencias de nuestros actos. Ahora te voy a leer la siguiente historia: “Pedro lleva trabajando poco tiempo en la empresa Colgate como operador de maquinaria, puesto que le costó mucho trabajo conseguir ya que inició en esta empresa como intendente a causa de su bajo nivel de estudios. El viernes pasado se encontró con sus compañeros que lo invitaron a una fiesta, Pedro tenía muchas ganas de trabajar y no sabía si ir o no, ya que de ir a la fiesta faltaría a su trabajo, pero si asistía al trabajo perdería un rato de diversión. Entonces Pedro decide ir a la fiesta, pero se la pasa pensando que no fue la mejor decisión, porque le van a descontar un día de trabajo o lo podrían despedir. Finalmente al terminar la fiesta se dio cuenta de que no se había divertido.”

Terapeuta: ¿Tú que crees que debió de hacer el personaje de esta historia?

Fernando: Pues, saber decidir entre lo bueno y lo malo.

Terapeuta: Bueno, tu dices que has hecho cosas que a ti no te satisfacen pero que las hacen por darle gusto a los demás. Ahora con esta historia ¿qué harías tú en una situación de estas?

Fernando: Primero pensaría para ver si me conviene y si lo quiero hacer.

Terapeuta: Ahora, ¿cómo lo aplicarías en la escuela?

Fernando: Con los de mi salón cuando me provoquen o me digan que haga algo que yo no quiero.

En la sesión seis se reflexionó mediante un ejemplo de unos zapatos las diferentes maneras de reaccionar ante una situación de una compra en una zapatería y se realizó un ejercicio de relajación. El ejercicio de la compra se realizó con el objetivo de que aprendiera a responder de una manera asertiva ante una situación y se defendiera asertivamente en el contexto escolar. Para el ejercicio de relajación el objetivo fue que aprendiera a respirar y controlarse ante una situación tensa como las agresiones de sus compañeros.

Terapeuta: Mira, supongamos que compras unos zapatos que viste en oferta, llegas a tu casa y te los pones y se rompen o se despegan, como son zapatos que acabas de comprar decides ir a la zapatería donde los

compraste. Entonces llegas enojado por lo sucedido y empiezas a decirle a la persona que te atendió de una manera muy enérgica. “¡Óigame vengo a que devuelvan mi dinero porque sus cochinos zapatos se rompieron, por eso estaban en oferta, devuélvame mi dinero ahora mismo!” ¿Cómo crees que me respondería la persona?

Fernando: No sé.

Terapeuta: Lógicamente esa persona se va alterar, también al ver mi forma de comportarme, me puede contestar de la misma manera, agredíendome en una discusión. Otra forma que yo podría actuar es la siguiente ponerme en los zapatos que se rompieron tal vez por ser tímido me quedaría callado y por pena de no saber decir las cosas ni me atrevo a ir a cambiarlos y termino pegándolos o tirándolos y todo por el pensamiento del que dirán. Y la otra forma puede ser que me dirija a la persona que me atendió y decirle “disculpe, hace un momento compre unos zapatos y al ponérmelos se rompieron, quisiera ver que se puede hacer, si me los cambian por otros o me devuelven mi dinero”

Terapeuta: ¿Cuál de las tres formas consideras que es la opción que más adecuada para decir las cosas, la uno, la dos o la tres?

Fernando: Pues, creo que la última.

Terapeuta: ¿Por qué?

Fernando: Pues porque no te enojas tanto.

Terapeuta: Sí, es correcto.

Se dio de alta a Luis Fernando pues reportó sentirse mucho mejor, sin incidentes de llanto ante sus compañeros. Dado que su rendimiento escolar no era un problema no se abordó esa área con él.

Velázquez (2002) señala los principales efectos que presenta la víctima de acoso como por ejemplo presentar un estado de indefensión bajo para enfrentar los problemas, baja autoestima, sentir el dolor de no ser querido por los demás compañeros, perder la confianza en la escuela y en sí mismo. En el caso preciso de Luis Fernando se manifestaba porque era un alumno tímido, débil y no se sabía defenderse. Por tal motivo fue víctima de acoso de sus demás compañeros que se empeñaban en seguir molestándolo.

Un año después se citó de nuevo a Luis Fernando para conocer la efectividad de la terapia, ante lo cual comentó:

Rosalba: ¿Recuerdas cuál fue el motivo por el que enviaron al servicio de Psicología?

Fernando: Tenía un carácter muy duro y luego quería golpear a los de mi salón y lloraba mucho.

Rosalba: ¿Cómo te sentías en las sesiones psicológicas?

Fernando: Bien, tranquilo, me gustaba.

Rosalba: ¿Recuerdas en este momento algún ejercicio?

Fernando: Sí, que me decían que me tranquilizara y que me controlara, que contara hasta tres respirando para no llorar.

Rosalba: ¿Hubo algún cambio en tu vida después de la terapia?

Fernando: Sí, me ayudó a tranquilizarme, a cambiar mi carácter y ahora ya no les contesto a mis compañeros, todo va bien.

Rosalba: ¿Y cómo te llevas con tus compañeros?

Fernando: Me llevo bien, me tratan bien y me comunico mejor con ellos.

Rosalba: ¿Cuántas sesiones recibiste de ayuda de parte de los psicólogos?

Fernando: Como siete u ocho.

Rosalba: ¿Consideras que fueron las suficientes o que te faltaron más?

Fernando: Sí, fueron las suficientes.

Rosalba: ¿Qué le dirías a otro psicólogo para que trabajara contigo?

Fernando: Que me trate bien, que me ayude y me pueda entender en mis problemas.

Para cerrar el caso de Luis Fernando es indispensable señalar que se mostró participativo en los ejercicios que se le pedían, estuvo dispuesto a comentar sobre sus sentimientos y pensamientos incluyendo los diferentes contextos en los que se desenvolvía como el escolar y familiar. Los ejercicios que se emplearon de asertividad, relajación y el análisis de sentimientos y pensamientos de la conducta de llorar tuvieron efectividad en la problemática con el chico. También faltó una sesión con la madre de Luis Fernando para obtener más datos de la relación con su hijo y plantearle alternativas para su cuidado y establecer acuerdos de su comportamiento.

3.7 CASO 7

“Somos quince en mi familia y tenemos problemas con los hijos de mi tío”

Daniel y Francisco eran dos hermanos adolescentes que cursaban el primer año escolar en la Escuela Secundaria cuando fueron canalizados al Servicio de Psicología por presentar un alto índice de reprobación de materias. En la primera sesión ellos señalaron cuáles son las materias que llevan reprobadas.

Terapeuta: ¿Cómo van en la escuela?

Daniel: Más o menos.

Terapeuta: ¿Cómo es más o menos?

Daniel: Con algunas reprobadas y en algunas yo no trabajo.

Terapeuta: ¿Cuáles llevas reprobadas?

Daniel: Había reprobado Historia, Inglés e Introducción y ahorita nada más me falla Historia.

Francisco: Yo nada más he reprobado Inglés, Educación Física y Formación.

Francisco reportó que anteriormente había asistido a consulta, sin embargo, la trabajadora social reportó que era un alumno de lento aprendizaje, motivo por el cual estaba repitiendo el segundo año de secundaria y coincidió con su hermano Daniel en el mismo nivel aunque en diferentes grupos. Ambos tomaron el servicio de psicología y a Francisco se le ubicó también en un taller de hábitos de estudio al cual acudían quince chicos con alto número de materias reprobadas. Sin embargo, después de varias sesiones Francisco no quiso continuar en grupo por lo cual se le continuó dando trabajo individual.

Terapeuta: ¿Por qué reprobaste Francisco?

Francisco: Es que estaba asistiendo a terapia y dejé de ir y desde ahí empecé a reprobar.

Terapeuta: ¿Dónde ibas a terapia?

Francisco: Ahí por el paraje de San Gabriel.

Terapeuta: ¿Dónde queda?

Francisco: A un lado de DIF.

Terapeuta: ¿Por qué te mandaron a tomar terapia?

Francisco: Por que dijeron que tenía problemas.

Terapeuta: ¿De qué?

Francisco: En la escuela.

Daniel: Problemas psicológicos.

Francisco: Como no le entiendo a la materia de matemáticas.

Terapeuta: Pero ahí no me queda claro, tu dices que antes de tomar terapia ibas bien y que empezaste a reprobar después de ir a terapia, entonces ¿por qué te mandaron.?

Francisco: Es que antes de que me mandaran reprobé un año porque no le entendía a las materias y de ahí me empezaron a mandar a terapia. Es que yo ya he reprobado dos años y ahorita ya fuera en tercero.

Como se puede observar, en las materias que Francisco tenía mayor problema era en Matemáticas e Inglés porque no le entendía y sus dudas se las hacía saber al profesor. Una de las estrategias que utilizaban ambos hermanos para realizar las tareas era en las horas libres. Además, el tiempo que le dedicaban a las materias no era el suficiente porque por las tardes se salían a platicar con sus amigos y en algunas otras ocasiones para no tener más problemas con sus primos.

Terapeuta: ¿Han hecho algo para tomar clases extra?

Daniel: De hecho como también tenemos problemas con Inglés, una de mis primas nos iba a mandar a clases, pero ya no nos mandó y ahorita el maestro Gerardo nos explica la materia, pero si le volvemos a preguntar nos dice: “No, yo ya les expliqué, arréglenselas”

Terapeuta: ¿Entre ustedes se ayudan en las materias?

Daniel: No, porque casi no son los mismos maestros.

Terapeuta: ¿Cuáles son los mismos?

Daniel: Historia, Inglés, Biología y Español.

Terapeuta: Y ¿Ahorita como van?

Daniel: Ya me estoy recuperando.

Terapeuta: ¿Qué estrategias has utilizado?

Daniel: Participar más y cumplir con los trabajos.

Terapeuta: ¿Cuando haces los trabajos, cómo los haces y dónde?

Daniel: Los empezamos aquí y los terminamos en la casa.

Terapeuta: ¿En horas libres?

Daniel: Sí, por ejemplo me dejan tarea de la primera hora y no va el de la segunda hora la empezamos hacer.

Se le preguntó a Daniel de lo que quería trabajar en las sesiones psicológicas ya que habían señalado varias quejas, una de ellas en relación a su familia, que más adelante se detallan.

Terapeuta: Hablábamos de que tenías problemas en tu casa, que te salías mucho tiempo, ¿quieres trabajar con eso o nos enfocamos a las calificaciones?

Daniel: Mejor.

Terapeuta: ¿Por qué te interesas tanto por las calificaciones?

Daniel: Porque ya mero me voy a extraordinario y son más pesados.

Terapeuta: ¿Quién te dice que son más pesados?

Daniel: La maestra de Historia.

Terapeuta: ¿Qué materias vas a presentar en extraordinario?

Daniel: Historia e Inglés.

En lo que respecta a la familia de Daniel y Francisco hay que puntualizar que estaba compuesta de quince personas, incluyendo a su mamá, abuelita, hermanos, tíos, sobrinos y primos. La queja de parte de ellos era que los hijos de un tío, es decir el hermano de su mamá, les echaban la culpa de sus travesuras a Daniel y Francisco y por este motivo sus peleas eran constantes. La madre de los adolescentes no tenía a dónde ir ni contaba con los recursos económicos para cambiarse de casa.

Terapeuta: ¿Con quién viven?

Daniel: Con nuestra familia.

Terapeuta: A ver platíquenme como si fuera una película lo que hacen en un día cotidiano.

Daniel: Pues el sábado me voy con mi tío que vende agua a ayudarlo.

Terapeuta: ¿Entre semana?

Daniel: Como la mayoría sale, mi hermana se va a trabajar, mi hermana igual, otro de mis hermanos se va a trabajar, mi hermana a la escuela, mis

primos a la primaria y las que se quedan son mi mamá, mi abuelita y mi cuñada.

Terapeuta: O sea que viven también tus primos.

Daniel: Sí, los hijos de mi tío y uno de mis cuñados.

Francisco: No son sus hijos son adoptivos, nada más una es su hija, desde ahí desde que llegaron esos niños se empezó a pelear toda la familia, ya se pelaron mi hermana con mi tío porque dizque le pegamos a los niños y fue con mi hermana y dijo que por qué les habíamos pegado y ya le contestó: “yo ya sé, tus hijos adoptivos están aquí porque su abuelita tiene una demanda”

Terapeuta: ¿Eso a ustedes en qué les afecta?

Daniel: Sí nosotros hacemos algo nos echan la culpa, a mi abuelita no le parece.

Terapeuta: ¿En total cuantas personas viven en tu casa?

Daniel: Como 15.

Terapeuta: ¿Podrías decir sus nombres?

Daniel: Mi abuelita se llama Sixta, mi tío Esteban, mi mamá Matilde, mi hermana mayor Guadalupe, mis hermanos Víctor, Adriana, Cecilia, Guillermo, Valentín, Francisco y luego yo, luego otra de mis cuñadas que se llama Emma, dos sobrinos Fernando, Gabriel y los otros dos niños.

Terapeuta: ¿Desde cuándo llegaron a vivir esos niños?

Daniel: Como año y medio.

Francisco: Antes esos niños los tenía mi tío en Villa de las Flores y desde ahí se empezó a descomponer la familia.

Daniel: Mi tía les pegaba mucho y vio mi tío y los mandaron con nosotros, pero ahora se han perdido muchas cosas que han agarrado y mi tío no sabe, pero dicen que no es cierto.

Daniel y Francisco convivían la mayor parte del tiempo con su abuelita porque su mamá y papá trabajaban y señalaron cómo es la relación con ellos.

Terapeuta: ¿Cómo te llevas con tu mamá?

Daniel: Bien.

Terapeuta: ¿Platican mucho?

Daniel: Pues no porque ella trabaja de 1:00 p.m hasta las 11:00 de la noche.

Terapeuta: ¿En qué trabaja?

Daniel: Es secretaria de trolebuses.

Terapeuta: ¿Y tú papá?

Daniel: También trabaja todo el día, pero él es chofer de trolebús.

Terapeuta: ¿Me imagino que tienen días de descanso?

Daniel: Sábados y domingos.

Terapeuta: y ¿qué hacen los sábados y domingos?

Daniel: Nada, los domingos lavan ropa.

Terapeuta: ¿A ti te ha afectado que no estén tus papás?

Daniel: No.

Terapeuta: Y ¿Cómo te llevas con tu abuelita?

Daniel: Más o menos, a veces me enojo con ella.

Terapeuta: ¿Por qué te enojas con ella?

Daniel: Por como se comporta, porque les hace caso a los niños y me reclama.

Terapeuta: ¿De que te reclama?

Daniel: De que no les pegue, que no les este diciendo de cosas.

También se les preguntó de los sentimientos que les generan ante las situaciones de las acusaciones de parte de sus primos y comentaron lo siguiente:

Terapeuta: Tu Daniel ¿qué piensas de la situación?

Daniel: No sé, hay veces que si me enojo, por como son que a veces nos tenemos que salir para que no haya problemas, ya luego entramos y mi tío está enojado con nosotros que porque le hacemos a sus hijos, que les pegamos y una vez el niño dijo que yo le había pegado y no es cierto y le estuvieron sacando la verdad hasta que dijo que no era cierto y mi tío dijo: “¿Entonces qué, te defiende o no?”.

Francisco: Mi abuelita nos tiene amenazados, que dice que si les hacemos algo que todavía no los conocemos que nos va a ir muy mal.

Terapeuta: ¿Tienes ganas de llorar Daniel?

Daniel: (Comienza a llorar).

Terapeuta: El llanto es bueno, porque es una forma de sacar tu coraje, si tienes mucho coraje no es bueno que lo guardes, tienes que expresarlo de alguna forma.

Posteriormente la intervención se centró en los momentos en que estaban bien la familia, esta pregunta tiene mucho peso en la terapia porque se trata de sacar al paciente del problema y centrarse en los aspectos positivos, según, Selekman (1996) son las preguntas enfocadas a las excepciones.

Terapeuta: ¿En qué momentos están bien ustedes bien en su casa?

Francisco: Cuando no están los niños.

Terapeuta: ¿En que momentos no están?

Daniel: Los domingos y en las noches que mi abuelita se los lleva al rosario y los sábados.

Terapeuta: ¿Qué hacen cuando están bien?

Daniel: Nos ponemos a ver la televisión, por ejemplo los domingos nos salimos a jugar un rato.

El círculo de amigos de Daniel es amplio. Algunos son de la escuela y otros de su colonia, se siente apoyado por ellos, comparten momentos de ayuda cuando hay algún problema con ellos.

Terapeuta: ¿De dónde son tus amigos?

Daniel: Son de la cuadra.

Terapeuta: Y ¿Cómo con cuántos te juntas?

Daniel: Puedo decir apodos.

Terapeuta: Claro, no hay ningún problema.

Daniel: Bueno esta el pelos, el ambro, el billete y el pelón.

Terapeuta: ¿Cómo es la relación con tus amigos?

Daniel: Es padre.

Terapeuta: ¿Con quién te llevas mejor?

Daniel: Con el ambro.

Terapeuta: ¿Por qué lo consideras tan amigo tuyo?

Daniel: A él lo conozco desde el Kinder.

Terapeuta: ¿Qué haz hecho para que esta amistad permanezca?

Daniel: Pues, cuando hay algún problema ahí en la cuadra entre nosotros nos defendemos y casi no nos peleamos.

Terapeuta: ¿Cuándo estas con ellos que hacen?

Daniel: Como por ahí hay maquinas y juntamos dinero y vamos a jugar, a veces nos bajamos como a una ciudad perdida que hay por ahí y nos bajamos a jugar fútbol, jugamos escondidillas, atrapadas y carreritas.

Terapeuta: ¿Le has comentado de los problemas de tu casa?

Daniel: Sí.

Terapeuta: Y ¿qué te dice?

Daniel: Hay veces que me dice: “No, tu no le sigas haciendo caso a tu tío porque sí no te vas a meter en un problema más grande”

Terapeuta: Y ¿Cómo te sientes cuando el te dice eso?

Daniel. Bien, apoyado.

Para el caso de Francisco se trabajaron aspectos como lecturas para centrar su atención, ejercicios como rompecabezas y sopa de letras. Al año siguiente a Francisco nuevamente lo enviaron a consulta psicológica por reprobado materias.

Terapeuta: ¿Cuál fue el motivo de tú hayas estado en terapia?

Francisco: Por mis calificaciones.

Terapeuta: ¿Qué calificaciones tienes?

Francisco: Pues, de 6 a 7 y en algunas 5.

Terapeuta: ¿Qué materias debes?

Francisco: Español, Matemáticas, Formación y Geografía.

Terapeuta: ¿Cuál es la razón por la que has bajado?

Francisco: No sé.

Terapeuta: ¿Qué hacías con los psicólogos el año pasado?

Francisco: Me ponían a hacer trabajos, a resolver rompecabezas, nada más.

Terapeuta: ¿Te gustó trabajar con ellos?

Francisco: Sí.

En ese mismo ciclo escolar se trabajaron cuatro sesiones más con el objetivo de realizar ejercicios que le ayudaran a regularizarse en las materias en las que iba bajo, estos ejercicios incluían para la materia de Español la relación de palabras y sopa de letras, se analizó el tema de hábitos de estudio con el objetivo de distinguir entre las tareas fáciles y difíciles para dedicarle el tiempo necesario a cada una. Finalmente, se revisó el tema de responsabilidad y las posibles consecuencias de no realizar tareas. En estas sesiones Francisco mostró desinterés y poca cooperación ya que seguía las instrucciones pero se distraía muy fácilmente mirando a la ventana, sacando cosas de la mochila y cuando se le preguntó acerca de sus calificaciones comentaba que iba mal, pero lo decía sin darle mucha importancia al problema. Para San Fabián (2000) una de las características de los alumnos de bajo rendimiento es no comprender bien los conocimientos que se imparten y obtener malas calificaciones.

En la entrevista de seguimiento de parte de Daniel y Francisco dijeron que fue de gran ayuda de su asistencia al psicólogo porque lograron subir sus calificaciones en algunas materias.

Rosalba: ¿Daniel cuál fue el motivo por el que te enviaron a terapia?

Daniel: Porque mis calificaciones eran bajas y porque no alcanzaba promedio y por los problemas familiares que habían en mi casa.

Rosalba: ¿Te ayudó en algún aspecto de tu vida asistir a terapia?

Daniel: Pues, me sirvió poco porque los problemas en mi casa siguieron, pero mejoré en algunas calificaciones.

Rosalba: ¿Por qué ibas mal en las materias?

Daniel: Porque no entregaba las tareas y porque algunos maestros me caen mal.

Rosalba: ¿Qué pensaste cuando te dijeron que tenías que ir al servicio de psicología?

Daniel: Pensé que trabajaríamos mi forma de ser, mi carácter y como soy.

Rosalba: ¿qué fue lo que trabajaste durante las sesiones psicológicas?

Daniel: Me dieron consejos para echarle ganas a la escuela, que comprendiera la situación de mi familia y que me centrara en mis materias.

Rosalba: ¿Ahora cómo vas en tus materias?

Daniel: Pues, más o menos porque sigo mal en algunas materias y yo creo que me voy a ir a extraordinario para sacar mis papeles.

Rosalba: ¿Consideras que el número de sesiones que se te brindaron fueron las suficientes o te faltaron otras más?

Daniel: Fueron como ocho pero fueron las suficientes, hasta me sobraron.

Rosalba: ¿Qué fue lo que más te gustó de la terapia?

Daniel: Que no me obligaban a decir lo que no quería y hubo confianza.

Rosalba: ¿Francisco por qué te enviaron a terapia?

Francisco: Por mis calificaciones y porque había reprobado materias.

Terapeuta: ¿Qué fue lo que hacías en la terapia?

Rosalba: Me ponían a resolver ejercicios de un triángulo, crucigramas y rompecabezas.

Rosalba: ¿Platícame cómo te sentías estando en la terapia?

Francisco: Bien, tranquilo porque no tenía nada que temer.

Rosalba: ¿Hubo algún cambio en tu vida Francisco después de tomar la terapia?

Francisco: Pues sí, subí mis calificaciones y ya me estoy calmando ya no echo relajo ni me distraigo tanto ya ni volteo a la ventana y trato de poner más atención a lo que dicen los maestros.

Rosalba: ¿Cómo vas ahorita en tus materias?

Francisco: Voy mal en Física porque no les entiendo a las practicas que deja el maestro y no me quiere explicar y por eso no he entregado las tareas.

Rosalba: ¿Algún profesor te hizo algún comentario de tu asistencia al psicólogo Francisco?

Francisco: Nada más uno que me dijo que era un estorbo porque no aprendía y porque no le entregaba tareas.

Rosalba: ¿Y de parte de tus compañeros?

Francisco: No, porque mis amigos también iban y luego los otros querían ir para saltarse las clases.

Rosalba: ¿Qué le dirías a otro psicólogo para que trabajara contigo?

Francisco: Que me ayudara hablar conmigo mismo y que me ayudara a las tareas que no le entiendo como a las prácticas de Física.

Retomando el contexto escolar de estos alumnos se analiza desde el punto de vista de un desempeño escolar bajo, debido a que no había motivación de parte de sus padres, el desinterés por las materias estaba presente y se manifestaba echando relajo con sus amigos del salón, platicando, jugando y mirando a la ventana cuando las materias estaban aburridas. Tal parece que su permanencia en la secundaria es de estar ahí, porque no se tiene otro lugar a donde asistir. San Fabián (2000) describe los principales efectos de los alumnos que presentan bajo rendimiento escolar como distracción, no participar, callar y la pérdida de sentido para aprender. Actualmente los dos adolescentes se encuentran en tercero de secundaria y siguen presentando materias reprobadas, es decir, son alumnos que siguen en la escuela caracterizándose como alumnos de bajo rendimiento. Podemos decir que el servicio de psicología minimizó un poco el efecto de los problemas que presentaban pero no se resolvió la situación de bajo rendimiento de ambos alumnos.

3.8 CASO 8

“La flojera pudo más que el interés”

Edgar Ivan era un adolescente de 12 años que cursaba el primer año escolar en la Secundaria y fue canalizado por no llevar el material que se le pedía, por no trabajar en las clases y reprobó todas las materias. En la primera sesión se le preguntó el motivo por el que fue enviado al Servicio de Psicología.

Terapeuta: ¿Qué te trae por aquí?

Edgar: Como no traje una regla, una maestra me mandó para acá.

Terapeuta: ¿Piensas que nada más te mandaron por eso?

Edgar: Que porque estoy loco.

Terapeuta: ¿Quién dice eso?

Edgar: Mis amigos.

Terapeuta: ¿Por qué dicen que estas loco?

Edgar: Quien sabe.

Terapeuta: Y ¿Has tenido algún otro problema?

Edgar: Un buen.

Terapeuta: ¿Cómo vas en tus materias?

Edgar: Mal, reprobé todas.

Terapeuta: Y ¿Por qué?

Edgar: La gueva que me da, nada más me quedo sentado en el salón y a veces no trabajo.

En esta misma sesión Edgar Ivan reportó que se encontraba bajo el cuidado de su papá y de su madrastra debido a que su mamá se lo dejó a su papá cuando tenía sólo tres años, porque se divorciaron. Posteriormente su papá se casó con la persona que ahora es su madrastra quien ahora asiste a la escuela para atender los problemas escolares de Edgar.

Terapeuta: ¿Cómo se llama tu papá?

Edgar: Rafael.

Terapeuta: Y ¿Tú mamá?

Edgar: Dionisia, creo.

Terapeuta: ¿Crees, por qué?

Edgar: Sí, es que mi mamá no está viviendo con nosotros.

Terapeuta: Y a tu mamá ¿qué le paso?

Edgar: Se divorciaron.

Terapeuta: Y ella donde está.

Edgar: No sé.

Terapeuta: Eso ¿cuánto tiempo tiene?

Edgar: Cuando yo tenía tres o cuatro años.

Los padres de Edgar trabajaban todo el día y nadie estaba pendiente de él para revisarle las tareas y para ayudarlo. Edgar por las tardes dormía y en las noches se iba con sus amigos a compartir actividades.

Terapeuta: Y en tu casa ¿qué haces?

Edgar: Llego y me duermo.

Terapeuta: Y tus papás ¿qué dicen?

Edgar: Nada, porque llegan en la noche y nada más mi papá dice que le eche ganas, me regaña y me dijo que si no me iba a mandar a vender chicles y bolear zapatos.

Terapeuta: Y en las noches ¿qué haces?

Edgar: Me voy a fumar con mis cuates, mi papá se pone a fumar conmigo, porque dice que prefiere que nos lo fumemos juntos a que sea de otra madre.

Terapeuta: ¿Por qué te sales?

Edgar: Porque me empiezan a chingar y mejor me salgo a echar desmadre, llevo y ya no me dicen nada.

En lo que se refiere al contexto escolar de Edgar los profesores lo sacaban de la clase porque no llevaba los libros, porque no llevaba la tarea y porque no trabajaba en las clases. Es importante señalar que los profesores ya no le hacían caso por ser un alumno incumplido, flojo y relajado. Por lo tanto, los profesores optaron por sacarlo del salón de clase cada vez que no cumplía con las tareas. Esto lo reportó en la sesión número dos.

Terapeuta: ¿Qué materia no te gusta y por qué?

Edgar: Matemáticas, porque no le entiendo aunque el maestro explique bien, aunque le diga que entiendo no me pela y se va con otro guey.

Terapeuta: Y a ¿qué crees que se deba?

Edgar: A que no le trabajo.

Terapeuta: ¿Cómo le demostrarías que puedes cambiar?

Edgar: Me pondría a trabajar y a entregarle tareas.

Edgar: También no me gusta biología porque la maestra me deja en la puerta y no me deja entrar, me cae re gorda y todo porque no le trabajo y cuando lo hago es porque una vieja que se sienta detrás de mí me pasa la tarea yo le digo pásamela y ya me la pasa.

Terapeuta: Antes de que esto sucediera ¿te gustaba su clase?

Edgar: Sí.

Terapeuta: ¿Y qué pasó entonces?

Edgar: Pues por desmadrozo. La de dibujo también me saca porque no llevo el libro porque no tengo dinero. No le digo a mi papá porque me diría que por qué no le entrego la lista a tiempo.

En la sesión tres se le preguntó el motivo por el que no entregaba las tareas y se le dejó un ejercicio de que escribiera una carta a su mejor amigo transcurridos quince años para

contarle lo que había sido de su vida y de las diferentes actividades que había realizado. Éste ejercicio se realizó con el objetivo de que Edgar se visualizara en un futuro y de lo que le gustaría ser y estar más adelante.

Terapeuta: ¿Por qué no has entregado las tareas?

Edgar: Es que pinche gueva.

Terapeuta: ¿Para ti que es la gueva?

Edgar: Pues es algo que te hace estar acostado, no haces nada y nomás de estar viendo a otros como trabajan me dan gueva.

Terapeuta: Y entonces ¿qué haces?

Edgar: Nada.

Terapeuta: Y los maestros ¿qué hacen?

Edgar: Ah, pues me sacan.

Terapeuta: Y no te da flojera estar afuera.

Edgar: No.

Terapeuta: ¿Por qué?

Edgar: Lo que pasa es que me pongo a ver a los demás y luego veo cómo traen cosas y se caen los pendejos y me pongo a reír y me divierten, pero después me dan gueva.

Terapeuta: ¿Entonces no te gusta hacer nada?

Edgar: No.

Terapeuta: Y ¿qué te dice tú papá de todo esto?

Edgar: Pues me regaña y me dice que ya no me va a dejar ir al cine ni al rodeo Santa Fe, pues que ni me va dejar salir.

Terapeuta: Y ¿qué podrías hacer para volver a gozar de esos privilegios?

Edgar: Pues trabajar, hacer las tareas y trabajar en el pinche salón.

Terapeuta: Bueno, ahora vamos a hacer un ejercicio te voy a dar una hoja y vas a escribir una carta, imagínate que tú le vas a escribir a tu mejor amigo al que no has visto en estos quince años, en esta carta le vas a contar todo lo que has hecho, donde trabajas si ya te casaste y si tienes hijos. (Edgar escribió a su amigo Víctor que estaba trabajando en una fábrica cortando vidrio y que tenía una esposa y dos hijos).

En la sesión cuatro se encontró a Edgar afuera del salón de clases y la orientadora nos reportó que seguía igual, que ya ningún profesor lo quería porque seguía con la misma actitud de no trabajar y no cumplir con las tareas. Edgar señaló que le dolía el estómago y por esa razón no entró a sus clases. Después confirmé que sólo era un pretexto porque no había realizado las tareas.

Terapeuta: ¿En realidad te duele el estómago o no?

Edgar: Poco.

Terapeuta: Pero ¿cómo para salirte de la clase?

Edgar: Ah, es que tengo gueva de entrar.

Terapeuta: Entonces sigues teniendo flojera, ¿qué harías para que se te quitara o desapareciera?

Edgar: Pues no sé.

Terapeuta: Bueno, ahora vamos a realizar otro ejercicio en el que vas a escribir qué piensas cuando te levantas, qué haces durante el día, qué te propones hacer.

Se presentó la madrastra de Edgar porque la mandó a llamar la maestra de taller, se le preguntó de los intentos que había hecho ella para que Edgar se pusiera al corriente y comentó al respecto.

Terapeuta: ¿Cómo es Edgar en su casa?

M: Se pone a ver televisión, escucha música, cuando no estamos que canta que brinca y hace, pero cuando estamos nosotros no.

Terapeuta: ¿Pero nunca hace las tareas?

M: No, nunca hace las tareas y es como yo le digo, en la primaria si las hacía a estirones y a jalones pero salías, pero ahora estas peor.

Terapeuta: Lo que podrían hacer ustedes es que hablen con los maestros.

M: Ya hablamos muchas veces y los maestros nos dicen lo mismo y Edgar siempre dice que no alcanza a copiar las tareas, o es que lo sacan y nunca lleva las tareas apuntadas siempre tiene un pretexto, miles de pretextos.

Terapeuta: También me ha dicho que le roban los lápices y que no tiene con que apuntar y argumenta que sus compañeros no le quieren prestar uno.

M: Exactamente, es que nos da miles de explicaciones a nosotros también, le digo: ¿qué es lo que quieres?, su papá le da todo, le compra todo, le digo piensa en el día que nos falte tu papá.

Terapeuta: Por ahí deberían de empezar, lo que deberían de hacer ustedes como padres son quitarle todos sus privilegios y dejar de consentirlo y de ser tan permisivos con él.

Finalmente la escuela se encargó de dar de baja a Edgar por desinterés y apatía. Los profesores no se quisieron hacer responsables de su situación porque sostenían que Edgar no cumplía con las tareas y no se esforzaba en lo más mínimo por entregarlas. Es evidente que Edgar no se ajustó a las normas establecidas por la escuela. De parte de los padres no hubo ayuda y orientación, no se involucraron más a fondo en las actividades que estaba realizando, por ende no lo supervisaban en sus tareas, no había quien lo orientara en sus dudas escolares. El padre de Edgar no le marcó límites relacionados con hábitos de estudios, tampoco le comunicó de las posibles consecuencias de lo que podría pasar si dejaba la escuela. La asistencia que se dio a Edgar no tuvo efectividad porque el chico fue dado de baja, el proceso de intervención fue demasiado tarde porque el chico no se logró enganchar en la terapia. Es por ello que es necesario detectar prontamente las diferentes problemáticas de los adolescentes para que el psicólogo emplee herramientas de trabajo, ajuste diferentes técnicas y brinde un mejor servicio a esta población. Así mismo, ponga en práctica los recursos con los que cuenta para la detección y prevención de problemas por medio de la impartición de talleres para padres y adolescentes, conferencias sobre los principales problemas que se puede presentar en esta etapa, elaboración de trípticos con información precisa de las principales dudas de los chicos y presentación de material audiovisual para analizar información sobre drogas y sexualidad.

CAPÍTULO 4. ANÁLISIS GENERAL

En el presente capítulo mi interés es analizar la labor realizada en la escuela secundaria ante los distintos problemas de los adolescentes que fueron enviados al servicio de psicología. Pretendo resaltar el enfoque que utilicé y los logros obtenidos. Por otro lado, también quiero detenerme en considerar qué significa tomar en cuenta la perspectiva de los alumnos de secundaria para poder articular el trabajo realizado con ellos. Por último, hablaré un poco sobre las competencias profesionales que los alumnos de la carrera de psicología deben tener para abordar campos de intervención como el que ocupa la presente tesis.

4.1 Reconsiderando los objetivos y la forma de proceder en la intervención con adolescentes de secundaria.

Como se recordará, a lo largo de la tesis fui mencionando las diferentes estrategias de trabajo que puse en juego al abordar los problemas de los alumnos. A continuación las enlisto y comento de manera muy breve, tratando de puntualizar la utilidad que tienen.

- 1. Entrevista centrada en las soluciones de Selekman (1996).** Se utilizó con la finalidad de obtener información más completa de la problemática y centrarse en las posibles soluciones utilizando los propios recursos del adolescente. Es así como las preguntas estuvieron diseñadas de tal manera que buscaron un impacto en el alumno, de modo que no sólo se buscara información sino que la entrevista misma tuviera un impacto terapéutico en los adolescentes.
- 2. Analizar y detectar la problemática.** De los datos proporcionados en la primera entrevista se pudo detectar el problema y fijarse objetivos particulares que se debieron de cumplir durante las sesiones terapéuticas. En particular esto es muy importante pues los y las adolescentes pueden tener problemas para precisar el apoyo que necesitan. El psicólogo debe estar atento a plantear problemas específicos porque se puede dar el caso de “perdersé” junto con los y las chicas. De hecho, hay casos en que el espacio de apoyo psicológico se convierte en lugar de reunión y plática entre el psicólogo y el o la adolescente, pero se pierde el objetivo de trabajo.
- 3. Plantearse objetivos a seguir.** En cada sesión se utilizaron objetivos particulares todos ellos encaminados a que surgiera algún cambio en la conducta de los chicos. Por

ejemplo que el adolescente: identifique sus sentimientos, que el adolescente incorpore a su repertorio conductual la relajación, que el adolescente describa sus virtudes y defectos de su personalidad, etc. Es importante establecer objetivos y tener el conocimiento pleno de qué se va a trabajar en cada una de las sesiones psicológicas.

- 4. Diseñar un plan de trabajo.** A partir de la problemática de cada adolescente se ajustaron ejercicios para los casos de los chicos. De este modo la planeación se realizó con el apoyo del adolescente, de acuerdo a cómo se dio su participación en la terapia.
- 5. Utilización de estrategias para solucionar los problemas.** Se emplearon para cada caso ejercicios como identificación y expresión de sentimientos, cambio de pensamientos, planificación de tiempo, autoestima, control de enojo, relajación y asertividad. En el caso de los padres se trabajaron acuerdos, el manejo de límites y alternativas para solucionar problemas. Es importante que el psicólogo conozca y tenga a la mano distintos ejercicios a realizar con los y las chicas. Los ejercicios pueden estar impresos o bien el psicólogo puede ir conduciendo a los y las chicas a través de instrucciones. Esto es así porque los adolescentes de secundaria en sectores populares no siempre tienen la capacidad de hablar y hacer grandes reflexiones, de modo que no es posible un trabajo terapéutico en donde la conversación sea la única herramienta. Los ejercicios escritos o los que el psicólogo va proponiendo permiten apoyar a chicos y chicas que no hablan mucho y les ofrecen de manera muy visual esquemas, cuadros, ejemplos de otros casos, etc.
- 6. Evaluación de los resultados.** La entrevista de seguimiento que se realizó con los chicos después de uno o dos años fue un instrumento de evaluación para comprobar la efectividad de la misma. Hay que tomar en cuenta que los y las chicas pueden comentarnos sus avances, pero también la información de los maestros y de los padres de familia es necesaria al completar el cuadro. No podemos esperar cambios drásticos ni que los y las chicas se vuelvan los “mejores alumnos” o “chicos sin problema”; lo que nos planteamos es que hayan podido resolver con cierto grado de éxito los problemas por los que acudieron al servicio de psicología. Pasar las materias (aunque no con diez), que ya no los reporten tanto ante el departamento de orientación escolar, que se sientan más tranquilos, que se sientan con mayor motivación hacia la escuela,

etc., son algunos de los logros esperados, varios de los cuales se reportan en los casos que se analizaron.

Es necesario señalar que en la labor del psicólogo dentro de la escuela secundaria tiene las siguientes ventajas:

El servicio social proporcionado particularmente por los psicólogos de la FES Iztacala cubre una labor que el personal de las escuelas no puede realizar dada la cantidad de alumnos y de trabajo administrativo que tienen.

Los y las adolescentes tienen la oportunidad de acceder a un espacio en el que son escuchados, comprendidos y se hace el esfuerzo por ayudarlos.

Los padres de familia también cuentan con la oportunidad de que se les hable del caso de sus hijos, sin intención de culparlos sino de ofrecerles asesoría para una mejor disciplina en el hogar y mejorar las relaciones con los hijos.

El servicio mismo ofrece la oportunidad a los alumnos del último año de la carrera de psicología de desarrollar competencias profesionales. Tienen que insertarse en escenarios reales de trabajo como escuelas públicas, clínicas de salud, centros juveniles para conocer la problemática de un contexto y población cautiva que está ahí en espera de poder ser ayudada porque no cuenta con los recursos económicos para pagar un servicio. Con una asesoría adecuada, los psicólogos aprendemos cómo manejar casos y analizar el proceder necesario.

Sin embargo, las limitantes que se ofrecen ante la labor del psicólogo son:

Los chicos que no quieren colaborar en las sesiones, porque no hablan y se resisten a participar en lo que se les pregunta; sin embargo, como psicólogos tratamos de sacarlo del problema planeando actividades didácticas con ejercicios que les resulten atractivos y que les llamen la atención a partir de sus gustos y preferencias.

Los padres que no acuden a las citas porque trabajan y no están al tanto de lo que sucede con sus hijos, es importante difundir talleres con el objetivo de prevenir las consecuencias de las conductas disruptivas y mejorar sus relaciones familiares.

Los maestros que no apoyan para contribuir con los pequeños cambios que ha realizado el alumno, de tal manera que el psicólogo es el profesional encargado de hablar con ellos, para explicar la importancia de reforzar las conductas positivas para seguir manteniendo los cambios que ha logrado el adolescente.

Cuando no se tiene claridad para el manejo del paciente es importante recurrir con otros psicólogos expertos en el área para recibir una asesoría y cambiar la dirección de las sesiones y buscar información para obtener datos más precisos y reedificar y replantear el caso que se está analizando.

4.2 El manejo psicosocial de los y las adolescentes en una escuela secundaria

Como señalé en un inicio, el objetivo de esta tesis se centró en el manejo psicosocial de los adolescentes de la escuela secundaria. Tratando de analizar los sentimientos y pensamientos de los adolescentes acerca de las problemáticas existentes en los diferentes contextos en los que participa. Dichos contextos, como el familiar, el escolar, las relaciones de amistad, etc., deben ser atendidos en la intervención psicosocial porque forman parte de la vida de los y las adolescentes, quienes constantemente están relacionando uno con el otro, por medio de tiempo, espacio, tareas, actividades, metas e intereses. A partir de dichos contextos se define la trayectoria de vida y la trayectoria escolar de un adolescente que se construye a través del tiempo y de sus experiencias.

Como señalaba antes, el manejo psicosocial de los adolescentes implica analizar la parte psicológica que incluye los sentimientos, pensamientos, autoestima y la parte de los contextos sociales como la escuela y familia. Ahora, bien también es importante hacer hincapié en las habilidades y conocimientos con los que cuenta el psicólogo para trabajar con los adolescentes. Estas habilidades del psicólogo son entendidas por Silva (2003) como aquellas competencias que significan la construcción social que se encuentra compuesta de aprendizajes, significados en donde se combinan los conocimientos y actitudes compuestas de tareas que se deben de desempeñar en determinadas situaciones. Éste autor señala que existen siete competencias que debería tener todo psicólogo egresado de la carrera de psicología:

- **Competencia Teórica.** Esta competencia se encuentra integrada de aspectos teóricos y conceptuales del desarrollo de la psicología y de supuestos básicos que sustentan a las teorías de la disciplina de la psicología.
- **Competencia Metodológica.** Significa utilizar los métodos de investigación de que dispone la psicología para organizar, sistematizar datos en espacios controlados y

abiertos, esto incluye la recopilación de información para el análisis e interpretación cuantitativa y cualitativa.

- **Competencia Aplicada.** Esta incluye la aplicación de técnicas psicológicas, entre ellas se encuentra la observación, análisis, detección, diagnóstico, prevención y manejo de procedimientos de intervención.
- **Competencia Integrativa.** Es la habilidad para integrar en el ejercicio profesional la teoría con la aplicación de las técnicas psicológicas y la capacidad para relacionarse con otros profesionales de otras disciplinas.
- **Competencia Contextual.** Comprende las habilidades para la generación de estrategias de aprendizaje en función de las demandas del medio para brindar un mejor servicio.
- **Competencia Ética.** Significa ejercer la profesión con responsabilidad, honestidad y confidencialidad.

En los aspectos analizados previamente se puede ver cómo la intervención con adolescentes en la escuela secundaria es una labor en la que todas estas competencias están en juego. Por ejemplo, en la habilidad para precisar un problema que los adolescentes tengan a partir de una formación teórica sobre el manejo del terapeuta, o bien en la capacidad de sistematizar un procedimiento aplicado y las habilidades para la generación de estrategias y técnicas en función de las demandas del medio. Entonces, los psicólogos de la FES Iztacala contamos con las competencias profesionales para trabajar con los adolescentes y brindar un mejor servicio. A continuación ahondo un poco más en cuestiones teóricas que permiten entender los problemas presentados por los y las adolescentes.

4.3 Elementos teóricos que se juegan para entender a los y las alumnas al diseñar formas de intervención

Para hablar de los contextos sociales en los que se desenvuelven los alumnos es importante analizar los aspectos que son parte de dichos contextos, porque los alumnos a través del tiempo y del espacio van construyendo sus propias posturas, participan en prácticas sociales que se forman como el relajo, fiestas, amistades, reuniones, etc. Es decir, la labor del psicólogo debe contemplar los contextos de práctica en que se

desenvuelven los y las adolescentes para imaginar las estrategias y formas de intervención respecto de los problemas que se plantean. Tener claridad respecto de conceptos y formulaciones teóricas, como los que a continuación menciono, permiten que la labor realizada no sea solamente la aplicación de técnicas y procedimientos, sino que conduzcan a acciones razonables sobre los y las adolescentes, sus vivencias y los contextos en que se encuentran.

Para Dreier (2000) los contextos sociales resultan de la interrelación que los individuos construyen en la estructura de la práctica social. Los individuos transitan cotidianamente de un contexto a otro, de la casa a la escuela, de la escuela al mundo de las amistades, de las amistades a escenarios laborales, etc. En ese transitar producen efectos de un contexto a otro y logran posiciones y posturas específicas. En ese sentido, la vida de los individuos transcurre y tiene sentido en el hecho de ser activos para la construcción interrelacionada de los contextos sociales.

En el caso de los alumnos de la escuela secundaria, vemos cómo las problemáticas que tienen se construyen en ese transitar. Lo que sucede en la escuela no está desligado de lo que sucede en el hogar, en el espacio de las amistades, etc. En los casos que analicé, ciertas problemáticas familiares tienen un efecto en los alumnos que los conduce a no tener un rendimiento escolar adecuado, pero además en el contexto escolar muchas veces los adolescentes no encuentran opciones de ayuda que les permitan superar y encontrar alternativas a lo que acontece en los hogares. Parece, entonces, que hay una interrelación entre la escuela y el hogar, pero que es negativa, no ofrece recursos adecuados a los y las adolescentes. Para cada caso de los que he analizado podríamos encontrar relaciones entre los contextos en los cuales los y las adolescentes son participantes.

Siguiendo con Dreier (2000) respecto a la práctica social, nos dice que es aquella que demanda reflexiones de la vida de los sujetos, incluye experiencias personales, implica procesos de comprensión, orientación y coordinación entre personas como parte de contextos sociales. En una institución como la escuela secundaria las prácticas sociales de los estudiantes que están presentes son, por ejemplo, echar relajo entre los compañeros, el noviazgo en la etapa de la adolescencia, la negociación con los profesores para las calificaciones, matar clases, irse de pinta y no entrar a las clases para dar vueltas en la propia escuela. La ubicación es el lugar en el mundo donde está presente el sujeto dentro

de un contexto particular, esta ubicación marca el carácter situado y concreto de la práctica social. En el caso del adolescente el lugar en donde está ubicado es la escuela secundaria. La posición es el lugar que ocupa un sujeto en su contexto social presente. Tanto la ubicación como la posición cambian cuando el sujeto se desplaza hacia otros contextos. Significa para los adolescentes ser alumnos de la secundaria de primero, segundo o tercer grado. Se entiende por posturas como los puntos de vista que un sujeto llega a adoptar sobre su compleja práctica social personal, las diferentes posturas que pueden adoptar los alumnos son aburrirse en las clases, no encontrarle sentido a las asignaturas impartidas, oposición y desinterés como en los casos revisados en el capítulo anterior.

Preguntarnos más a fondo por este tipo de prácticas construidas en el transitar de los alumnos por sus distintos contextos sociales permite tener un conocimiento más a fondo de sus intereses, sus ubicaciones y sus posturas personales con la finalidad de planear formas de intervención adecuadas.

4.4 El psicólogo en la escuela secundaria: límites y posibilidades

Retomando los puntos arriba citados del trabajo del psicólogo con los adolescentes, es importante hacer hincapié en que en las escuelas secundarias no hay un psicólogo que se dedique a intervenir en los diferentes problemas que aquejan a esta población. Por lo regular las personas que se hacen cargo de las diferentes problemáticas son las trabajadoras sociales, siendo su trabajo meramente administrativo, como entregar citatorios a los alumnos. El psicólogo es el profesional preparado para intervenir en la gama de problemas que se presentan en la adolescencia ya que puede diseñar un plan de trabajo para solucionar los problemas aplicando sus conocimientos adquiridos durante la carrera.

En lo referente a los problemas reportados con mayor frecuencia en la escuela secundaria que se trabajaron fueron los relacionados con el bajo rendimiento escolar, indisciplina y problemas familiares, esto es debido a que los alumnos presentaban un alto índice de reprobación en materias como Física, Química, Matemáticas y Geografía. A estas asignaturas no le entendían y no le encontraban sentido a los conceptos que se revisaban y no relacionaban con su vida cotidiana; por desgracia, los profesores daban sus clases pero

no tienen tiempo para explicar con mayor detalle a los alumnos que no entendían y porque consideraban que era su responsabilidad poner atención en las clases y cumplir con sus tareas. Lo anterior se refuerza con lo que señalaba Quiroz (1984) que en la adolescencia los alumnos encuentran los contenidos académicos que se imparten son aislados y resultan ser extraescolares, es decir no tienen relación con su vida de adolescentes, entonces buscan ciertas estrategias para apropiarse de los contenidos y hacerlos suyos como copiar y hacer la tarea en clase. Los problemas de indisciplina que se reportaron fueron “el relajo” y “contestarle a los profesores”, éste último tenía más efecto porque los chicos se enfrentaban a los maestros, les gritaban y les decían de groserías. Cuando se les preguntó a los adolescentes acerca de por qué tenían esa actitud, ellos señalaron que los profesores los insultaban enfrente de sus demás compañeros, que además ellos estaban dispuestos a defenderse a como diera lugar y porque les caían mal. Este comportamiento indisciplinado de los alumnos se debe a que son muy inquietos, no les gusta estar sentados, no acatan ordenes de los profesores e, incluso, les ponen apodos. Según ellos, se encuentran en la edad que en piensan que pueden manejar a los demás incluso a la misma sociedad y a la escuela.

Para Antelo (2000) la indisciplina implica la presencia del desorden que se asocia con la violación de normas, como el caso de Sandra que estaba reportada por indisciplinada y por echar relajo, platicar con sus amigas en el barandal, bajarle el pants a los chicos y picarle con un alfiler las sentaderas a sus compañeros. Sin embargo, Saucedo (1998) observó que las reglas se vuelven objeto de juego y distinguió las diferentes prácticas entre los dos géneros, en el caso de los chicos ejercitaron el aguante entre su círculo de amigos y para las chicas el relajo giró en torno alas bromas entre sus amigas y el cuidado personal. La violencia también es un problema que está presente en la secundaria, ejemplo de este punto es que los adolescentes son agresivos con sus compañeros robándoles sus pertenencias, humillándolos y avergonzándolos enfrente de los demás. En uno de los casos que se revisaron en el capítulo anterior se encuentra el de Luis Fernando que fue sujeto de acoso de parte de sus compañeros porque era débil y lo demostraba llorando ante cualquier situación que se presentaba. Por su parte, Velázquez (2002) señala que los principales efectos de la violencia hacia una persona son que se sienta inseguro de sí mismo, infeliz, con bajo rendimiento académico y baja autoestima. Es por ello que Skiba

(2002) propone que exista una intervención en esta población de adolescentes para prevenir la violencia y una orientación de padres para conocer las posibles consecuencias de esta conducta. También el uso de drogas puede variar el estado de ánimo de la persona, puede pasar de la tranquilidad a la violencia hacia los demás manifestándola con robo de pertenencias, agresiones físicas y verbales. Por otro lado, la violencia dentro de la familia, independientemente del grado de agresión, explica que algunos adolescentes se refugien en las drogas, como un intento por huir de la difícil realidad que los rodea.

Al psicólogo se le da oportunidad de trabajar con adolescentes pero se entrecruza con dos aspectos: por un lado, se le pide que cambie el comportamiento de los chicos atendiendo las diferentes problemáticas que se presentan y, por el otro, se enfrenta a las demandas de parte de los estudiantes de las secundarias recibiendo quejas de parte del profesorado que no quieren escuchar problemas familiares, que no les explican adecuadamente y que los etiquetan por ser alumnos que tienen problemáticas. Entonces, lo que no se le permite al psicólogo es opinar sobre las técnicas que utilizan los profesores para impartir sus clases y tampoco tiene participación alguna en cambios curriculares en donde se exponen los contenidos académicos para cada materia ya esta labor le corresponde a los pedagogos.

4.5 Análisis general de la intervención

En éste último apartado considero las experiencias de los adolescentes que asistieron a terapia psicológica. Es importante señalar que la actitud que adoptaron los chicos fue de cooperación porque participaron activamente en lo que se les pedía, a excepción de Edgar Ivan que no se logró enganchar con las sesiones que se le brindaron porque no mostraba interés por cambiar y cumplir con lo que se pedía. En la primera sesión la mayoría de los adolescentes pensaban que como psicóloga estaba trabajando directamente para la escuela y que lo que se iba a comentar en las sesiones lo iba a saber la directora o sus profesores. Es por ello que resultó de gran utilidad que se les aclarara desde un principio que la información que me proporcionaran era confidencial y que estaba para ayudarlos y orientarlos sobre los problemas que se están presentando en esta etapa de su vida. La postura que adoptaron algunos de los adolescentes que fueron enviados al servicio de psicología fue que no eran los únicos que tenían problemas, sino que también sus compañeros fueron canalizados al servicio, con problemas iguales o peores. Además, se

sintieron etiquetados por sus profesores como “los chicos que tienen problemas y que entonces debería de cambiar su comportamiento asistiendo a terapia”. Sin embargo, los comentarios de parte de sus compañeros de clase se tornaron sobre la base de que estaban locos y por eso asistieron en consulta psicológica, y otros más opinaban que sólo era un pretexto para salirse de las clases. Además, al ser enviados al servicio los y las alumnas señalaron sentir presión de parte de sus profesores, quienes les demandaban que cambiaran y corrigieran su comportamiento de manera rápida.

Enfatizando los cambios que mostraron después de asistir a terapia, cuatro adolescentes (Rogelio, Zamarah, Sergio y Daniel) señalaron que fue de gran utilidad porque mejoraron sus calificaciones; mientras que tres adolescentes (Sandra, Monserrat y Luis Fernando) comentaron que cambió su manera de pensar ante las situaciones que se les presentaban con sus maestros, papás y compañeros, mejorando su conducta en el salón de clases, porque reflexionaron de las posibles consecuencias de su conducta. Ellos estuvieron dispuestos a que ciertas personas como los profesores y padres se percataran de su cambio y lo tomaron como un reto para salir adelante y demostrarles que eran capaces de aprobar las materias y de modificar su comportamiento.

De los ocho casos que se revisaron en el capítulo anterior, seis adolescentes (Rogelio, Sergio, Zamarah, Sandra, Monserrat y Luis Fernando) mostraron cambios en su conducta como por ejemplo: lograron pasar asignaturas que llevaban reprobadas, controlaron su conducta en el salón de clase y mejoraron su relación familiar. En lo que se refiere a los dos casos restantes de (los hermanos Francisco y Daniel) no mostraron cambios en su conducta porque Francisco siguió siendo un alumno de bajo rendimiento. Por su parte Daniel continuó reprobando materias hasta finalizar la secundaria y no logró sacar su certificado, transcurridos seis meses después nos percatamos de que Daniel estaba trabajando en un negocio de vídeo juegos vendiendo fichas para las máquinitas y Edgar abandonó la escuela. Ahora bien, se puede decir que una intervención terapéutica es exitosa cuando se emplea la entrevista enfocada a las soluciones, planteándose preguntas necesarias para detectar la problemática, la cooperación de los adolescentes para participar en las sesiones y considerar los cambios o los pequeños avances en la conducta de los chicos. Sin embargo, cuando una intervención resulta difícil se debe a que el adolescente se resistió a participar activamente en las sesiones, el desinterés para asistir a

la terapia y el no encontrarle sentido de su asistencia al servicio. También del éxito de la terapia depende del apoyo de parte de los padres y de su participación en los problemas que estaba teniendo su hijo como el caso de Rogelio y Monserrat que sus padres se comprometieron a ayudarlos, supervisarlos para las tareas y cumplieron los acuerdos que se establecieron para cambiar su conducta. Es importante que por lo menos los padres asistan a una de las sesiones psicológicas para obtener información más precisa de lo que está sucediendo con los adolescentes y los psicólogos tendrían que realizar un taller para padres analizando aspectos relacionados con sus hijos como el manejo de límites, comunicación y modelos de interacción familiar.

El apoyo de parte de los profesores de la secundaria tiene un gran peso en la terapia como por ejemplo la maestra de Historia de Zamarah intervino haciéndole un comentario de que le estaba ayudando la terapia porque ya estaba cumpliendo con las tareas y para el caso de Monserrat una de sus profesoras se enteró del problema de la drogadicción y fue quien la canalizó al servicio y sus demás profesores estuvieron al pendiente de su conducta y de su apariencia física. Se pudo observar que la mayor parte de los profesores de los cuales estaban a cargo de los adolescentes que se intervinieron no se involucraron en los problemas existentes, sólo la persona que estaba enterada de lo que sucedía con las y los adolescentes fue la orientadora quien informaba más acerca de la conducta de los chicos.

Como señalaba en el apartado de la labor del psicólogo, una de sus funciones en la terapia es que reconstruye constantemente el problema, esto quiere decir que pueden ir haciendo ajustes de las técnicas a lo largo de las sesiones terapéuticas, pero siempre que busquen el impacto en el alumno, como por ejemplo la realización de ejercicios que sean de su agrado, actividades para centrar su atención, recortar pegar y seguir series, etc. O bien la aplicación de preguntas abiertas para establecer la empatía con los adolescentes difíciles. También es importante recalcar las tutorías y la revisión del material teórico que se le dieron a la terapeuta para ir reflexionando los casos que se trabajaron y así poder definir el rumbo de la misma ya que a través del material bibliográfico se analizaron los temas de autoestima, pensamientos, sentimientos, relaciones familiares, errores comunes de los padres, hábitos de estudio y terapia familiar.

También una de las funciones que realizó el psicólogo es que se vio en la necesidad de indagar los cambios del adolescente en su conducta preguntando a los maestros, padres de

familia y orientadora. Por ejemplo con Zamarah se habló con los maestros para conocer si estaba cumpliendo con las tareas atrasadas y con el material de la asignatura de taller. En el caso de Rogelio se habló con su mamá para informarnos de sus avances de sus tareas y de sus calificaciones. Con respecto a Sandra, Monserrat, Daniel y Francisco la orientadora habló sobre los pequeños cambios que habían tenido y de su reincidencia nuevamente para ser enviados al servicio. Esta información proporcionada por los padres y maestros fue de suma importancia porque esto habla del impacto de la terapia en los estudiantes que lograron un pequeño cambio, esto nos indica que hubo una mejoría en su conducta. Ahora bien a través de estas fuentes de información y de la propia versión del adolescente fue como se decidió a darlo de alta.

4.6 Habilidades y dificultades del psicólogo para el trabajo con padres y maestros

El papel del psicólogo implica trabajar con los padres acerca de temas como manejo de límites, solución de problemas, acuerdos, indagar aspectos positivos de la conducta del adolescente y observar conductas de sus hijos, estas orientaciones se les dieron a los padres de familia que se presentaron a las sesiones psicológicas a la escuela secundaria. A continuación se citan las habilidades y las dificultades con las que se enfrenta el psicólogo.

Habilidades en el trabajo con padres

- **Aplicación de entrevista.** Se realizó con el objetivo de obtener información de la relación familiar, antecedentes de la conducta, qué hace durante y después que se presente el problema.
- **Planteamiento de preguntas excepcionales.** Con estas preguntas se pidió a los padres de familia que se centraran sólo en los aspectos positivos de la conducta de sus hijos, por ejemplo: ¿qué cosas positivas realiza?, ¿Cuáles son los momentos en que la familia esta bien?
- **Sugerencias para resolver problemas.** Se les pidió que hablaran con sus hijos para que resolvieran el problema, anotando en una hoja blanca las posibles sugerencias y después se decidieron cuáles les resultaban agradables para ponerlas en práctica.

Dificultades en el trabajo con padres

- **No se observa el ambiente familiar.** El psicólogo no puede observar directamente el ambiente familiar para observar las conductas disruptivas que se presentan y que se desean cambiar.
- **No se puede dar terapia familiar.** Se debe a que por problemas de tiempo la atención es individualizada con los adolescentes, entonces no es posible dar una terapia familiar a todos los miembros que componen el núcleo familiar.

Situaciones exitosas en el trabajo con padres

- **Apoyo de parte de la familia para supervisarlos.** En el caso de Rogelio y de Monserrat, el apoyo que recibieron de parte de sus padres para que realizaran sus tareas y los acuerdos que se establecieron para cambiar su conducta fueron de gran utilidad.

Habilidades en el trabajo con maestros

- **Establecer empatía y confianza.** Es importante que el psicólogo mantenga la comunicación con los profesores para tener información precisa del comportamiento de los adolescentes y hacerle saber que los datos que proporcione servirán para darle un mejor servicio.

Dificultades en el trabajo con maestros

- **No hay una sesión especial para ellos.** Los profesores no cuentan con una sesión especial para ellos, para que informen del comportamiento de los adolescentes.
- **No hay una observación directa en el salón clases.** El psicólogo no puede observar la conducta del alumno directamente en el aula, porque sería una variable que afectaría el comportamiento del adolescente.

- **No hay un taller para profesores para manejar situaciones con adolescentes.** Los profesores en algunas ocasiones no saben como atender a los chicos que tienen problemas, sin embargo optan por etiquetarlos o excluirlos de sus demás compañeros de clases, es por ello que es importante diseñar un taller con elementos que ayuden a los adolescentes con problemas de conducta.

Situaciones exitosas en el trabajo con maestros

- **El apoyo y motivación para salir adelante.** Los comentarios de algunos profesores hacia los adolescentes que asistieron a las sesiones psicológicas les ayudaron porque les señalaron que estaba siendo de gran ayuda para su persona asistir y que se estaban dando cambios en su conducta.

Para cerrar el presente trabajo quiero agregar que el trabajo realizado con adolescentes en la escuela secundaria es un ejemplo de los campos de acción que los psicólogos tenemos. Se trata de escenarios reales en los que ejercitamos las habilidades que hemos aprendido a lo largo de la formación como profesionistas, al mismo tiempo que ofrecemos un servicio destinado a poblaciones que no pueden pagar por un servicio privado de psicología.

CONCLUSIONES

El tema de los adolescentes en la escuela ha sido abordado por varios autores citados en la presente tesis, de los cuáles han centrado sus investigaciones, Quiroz (1991), Delamont (1984), San Fabián (2000), Martínez (2001) y Saucedo (1998) quienes han analizando aspectos relacionados con su aprendizaje, interacciones didácticas, cuestiones de género y trayectorias escolares.

En esta tesis empírica cuyo objetivo fue analizar el manejo psicosocial de los adolescentes de la escuela secundaria de ocho casos que fueron reportados por varios problemas cómo indisciplina, bajo rendimientos escolar y problemas familiares. Se encontró que seis de los adolescentes (Rogelio, Sergio, Zamarah, Monserrat, Sandra y Luis Fernando) reportaron un impacto en su vida atribuyendo que obtuvieron cambios con cierto grado de éxito en la escuela, por ejemplo mejorar sus calificaciones, reflexionar sobre su comportamiento, tranquilizarse en el salón de clases. Sin embargo, no se lograron cambios con dos casos (Edgar Ivan y Francisco) ya que Edgar Ivan no se logró enganchar con las sesiones psicológicas que se le brindaron y se le terminó por dar de baja de la escuela. En el caso de Francisco no se dieron cambios en su conducta adopto una postura de desinterés y pese a esto continuó siendo alumno de bajo rendimiento escolar.

Es importante señalar que tres adolescentes que asistieron a terapia psicológica volvieron a tener problemas un año después de la intervención tal es el caso de Sergio, Sandra y Francisco. Ellos fueron reportados nuevamente porque seguían con los mismos problemas, por ejemplo para Sergio, él buscaba que lo orientaran en sus materias porque sentía la necesidad de pasarlas y de conseguir su certificado para salir de la secundaria, sin embargo con Sandra seguían algunos problemas con su conducta relacionados con el relajo. Por último Francisco reprobó materias al curso siguiente. Como el lector podrá recordar que en el capítulo tres a todos los adolescentes que participaron se les aplicó una entrevista de seguimiento para evaluar la efectividad de las terapias recibidas, señalaron que fue de gran ayuda para su vida personal, pero es importante comentar que aunque los adolescentes señalaron que hubo cambios en su conducta uno de ellos, Sergio volvió a tener problemas, esto habla de que el adolescente puede estar propenso a presentar problemas nuevamente.

Es por ello que es de vital importancia darle seguimiento a los casos y considerar el diseño de nuevas estrategias de intervención como las siguientes:

Revisión de expedientes psicológicos cada seis meses para darle prioridad a los casos difíciles como violencia y drogadicción.

Trabajar con las recomendaciones que se exponen en el expediente psicológico.

Crear nuevos ejercicios atractivos y didácticos de acuerdo a las diferentes problemáticas que se presenten.

Realizar entrevistas de seguimiento para adolescentes por lo menos cada seis meses para valorar el efecto de la terapia.

Realizar entrevistas a padres de familia con la finalidad de conocer cambios en la conducta de sus hijos.

Realizar entrevistas para maestros o asesores obtener más información de los avances de la conducta del adolescente.

También cabe preguntarnos qué hacer con los adolescentes que no cambiaron su conducta y que continuaron siendo alumnos de bajo rendimiento escolar y con problemas de indisciplina, por lo anterior propongo que se impartan talleres para analizar estrategias de estudio, asertividad, responsabilidad y autoestima.

Además, se analizó la labor del psicólogo dentro de la escuela secundaria y se encontró que es el profesional que está preparado para orientar a los adolescentes a solucionar sus problemas, apoyado de sus habilidades adquiridas durante su formación universitaria, sin embargo es hora de que aplique sus conocimientos y que su trabajo sea reconocido en las instituciones educativas. Desarrollando y perfeccionando las siguientes funciones:

- **Prevención.** Este punto es muy importante, porque el psicólogo puede informar a los padres de familia las consecuencias de los comportamientos preocupantes de sus hijos y a los adolescentes se les puede prevenir de problemas que puedan dañar la integridad de su persona y esta información la puede brindar mediante talleres, impartiendo temas como: autoestima, relaciones sexuales, asertividad, toma de decisiones y hábitos de estudio.

- **Tratamiento e intervención.** Significa identificar el problema que esta presentando el adolescente, con la entrevista inicial y planear el manejo de técnicas para resolver las diferentes problemáticas trabajando sesiones con el objetivo de que cambie su conducta
- **Manejo de procedimientos.** Se refiere a las técnicas que debe de emplear para solucionar los diferentes problemas y la manera de diseñar nuevos planes de trabajo que incluyan ejercicios para marcar la dirección de las terapias y cumplir con los objetivos particulares en cada una de las sesiones.
- **Seguimiento.** Se trata de reconsiderar los casos difíciles que fueron intervenidos y nos ayuda a obtener un panorama más completo de lo que sucedió después de un determinado tiempo, cómo por ejemplo un año después de haber transcurrido el problema para plasmar los resultados encontrados en los expedientes psicológicos.
- **Trabajo interdisciplinario.** Significa trabajar en conjunto con otras disciplinas de la educación como por ejemplo la pedagogía y los trabajadores sociales para tratar los problemas relacionados con los adolescentes.

A partir de lo anteriormente expuesto en esta tesis se plantean nuevas líneas de análisis para el trabajo con los adolescentes.

1. **Investigaciones de aplicación de otras técnicas en adolescentes.** En esta tesis se aplicaron algunas técnicas y ejercicios que ayudaron al adolescente a reflexionar, pero propongo que se analicen otras técnicas que emplea el psicólogo como la desensibilización sistemática y habilidades sociales.
2. **Investigaciones en comunidades marginadas y rurales.** El trabajo que realicé en esta tesis fue con una población en una comunidad urbana, analizando los principales problemas que se presentan como indisciplina, problemas familiares y bajo rendimiento académico. Por lo anterior propongo investigaciones en las comunidades rurales para analizar las diferentes problemáticas a las que se enfrentan los adolescentes.
3. **Investigaciones con adolescentes de alto rendimiento académico.** También en la presente tesis se centró el trabajo con adolescentes que exclusivamente fueron remitidos al servicio de psicología por distintos problemas, es por ello que propongo como posible línea de investigación trabajar con alumnos con alto rendimiento escolar para

conocer sus propias trayectorias escolares y las diferentes problemáticas que se enfrentan.

- 4. La influencia de los problemas familiares en la escuela.** Es importante investigar con mayor detalle las vivencias de los alumnos que se están inmersos en problemas familiares como alcoholismo, drogadicción, enfermedades, divorcios y maltrato intrafamiliar.
- 5. Investigaciones de salud cómo anorexia, bulimia y obesidad en adolescentes.** La adolescencia es una etapa en la que se experimentan cosas nuevas y pueden surgir diferentes trastornos alimenticios por no contar con la información adecuada. Es común encontrar estos problemas en las escuelas secundarias y el psicólogo puede dar un buen tratamiento con la información adecuada empleando diferentes técnicas cómo: reestructuración de pensamientos, autoestima y hábitos alimenticios.
- 6. Investigaciones sobre proyectos de vida en los adolescentes.** Propongo la investigación de la influencia de los diferentes proyectos de vida, cómo la necesidad de seguir estudiando y ser alguien en la vida.
- 7. Asertividad y toma de decisiones para adolescentes.** Por último propongo que se realice una investigación con estos puntos para analizar el efecto que tienen en su vida, ya que en algunas de las ocasiones los chicos no saben decir no ante las situaciones que se presentan cómo por ejemplo: peleas, la sexualidad y la elección de una carrera.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, R. (1982). *Como no amargarse la vida*. México, Editorial Pax.
- Antelo, E. (2000). *El renegar de la escuela*. México, Editorial Homo Spaniens, pp. 47-77
- Berkowitz, C. (1993). *Agresión: Causas, consecuencias y control*. España, Descleé de Brouwer. Cap. 1
- Caballo, V. (1991). *Manual de terapia breve y modificación de conducta*. España, Editorial Siglo XXI, pp. 403-443
- Cade, B. y O'Hanlon, W. (1993). *Guía de terapia Breve*. Barcelona, Paidós.
- Cyrułnik, B. (2002). *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la Vida*. Editorial Gedisa, pp. 21-37
- Delamont, S. (1984). *La interacción didáctica. España*: Cincel – Kapeluz.
- Deval, J. (1994). *El desarrollo humano*. España, Editores Siglo XX.
- Dreier, O. (1999). *Trayectorias personales de participación a través de contextos de Práctica social*. Universidad de Copenhague. Revista Psicología y Ciencia Social. 3(1): 28-49.
- Ellis, A. (1990). *Manual de Terapia Racional Emotiva*. España, Descleé de Brouwer.
- Escalante, F. y López, R. (2002). *Comportamiento preocupante en niños y adolescentes*. México: Asesor pedagógico S.A de C.V.

- Faber, A. Y Mazlish, E. (1980). *Cómo hablar para que los niños escuchen y como escuchar para que los niños hablen*. México, Edivisión compañía Editorial, S.A. 15-61
- Foucault, M. (1981). *Vigilar y castigar nacimiento de la prisión*. México, Siglo XXI. Editorial S.A.
- Fuentes, G. (1999). *Asertividad: expresión libre y segura*. Revista PSI puedes ser. (1):17-19.
- González, D. (1999). *Relaciones entre variables de apoyo familiar, esfuerzo académico y rendimiento escolar en estudiantes de secundaria: Un modelo estructural*, en V Congreso Nacional de Investigación Educativa. Memoria Electrónica. Aguascalientes: Consejo Mexicano de Investigación Educativa.
- Hanlon, W. (1993). *En busca de soluciones : Un nuevo enfoque en psicoterapia*. Barcelona, Paidós.
- Horrocks, E. (1984). *Psicología de la adolescencia*. México, Editorial Trillas, pp 17-30
- Krauskofh, D. (2000). *La crisis social y los problemas de la adolescencia*. En A. Grau Martínez y J. Meneghello. *Psiquiatría y psicología de la infancia y adolescencia*. Buenos aires. Editorial Médica panamericana. S.A. pp 661-675
- Levinson, B. (1998). La indisciplina vista desde abajo: lo que incita a los alumnos a la rebeldía en las escuelas secundaria de Estados Unidos. **Perspectiva. Revista trimestral de educación comparada**, V. XXVIII, (4): 661-677.
- Macia, D. (1994). *Un adolescente en mi vida*. España, Editorial Pirámide.
- Martínez, J. (2001) *Esos chicos malos llamados repetidores un estudio de caso en un Centro de secundaria*. Revista de Educación. (352): 235-252

Montenegro y Guajardo (1994). *Psiquiatría del niño y del adolescente*. Santiago, Salvador.

Mc Kinney (1982). *Psicología del desarrollo*. México, Manual Moderno.

Nardone, G y Giannotti, E. (2001). *Modelos de familia, conocer y resolver los problemas entre padres e hijos*. Barcelona, Editorial. Herder. Cap. 2 y 3

Pick de Weiss, S y Vargas, T. (1994). *Yo adolescente*. México, Grupo editorial planeta.

Quiroz, R. (1991). *Obstáculos para la apropiación del contenido académico en la escuela Secundaria*. Infancia y aprendizaje 55,45-58

Raphael, L y Kaufman, G. (1990). *Ayuda a tu hijo a desarrollar poder personal y Autoestima*. México, Editorial. Pax.

Rodríguez, G. (1999). *Relaciones entre las características de los alumnos y su percepción de la eficacia del maestro*. Revista Educación y Ciencia 3(6):47-57.

San Fabián, J. (2000). *La escuela y la pérdida de sentido*. Revista de Educación. (323): 9-28

Santos, A. (1999). *Valoraciones de los jóvenes sobre el círculo de secundaria*, en VI Congreso Nacional de Investigación Educativa. Memoria Electrónica. Aguascalientes: Consejo mexicano de Investigación Educativa.

Satir, V. (1991). *Relaciones en el núcleo familiar*. México, Editorial Pax, pp 35-55,326-339.

Saucedo, R. C. (1998). *Expresiones genéricas de los adolescentes en el contexto Sociocultural de un CONALEP*. Departamento de Investigaciones Educativas, Centro de Investigación y de estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional. Tesis 28. Cap. 2 y 4.

Selekman, M. (1996). *Abrir caminos para el cambio. Soluciones de terapia breve para Adolescentes con problemas. Barcelona España, Editorial Gidesa.*

Silva, A. (2003). *El perfil del psicólogo egresado de la carrera de psicología.* Información en Internet: http://psicología.iztacala.unam.mx/cambio_curricular

Skiba, R. (2002). *Panorama de la violencia en Estados Unidos.* Revista Educar. (20): 74-81.

Sptizer, T. (2002). *Disciplina, violencia estudiantil y género en la Universidad Autónoma de Chapingo.* Revista Educar.(20): 48-61.

Steede, K. (1999). *Los diez errores más comunes de los padres y como evitarlos.* España: Editorial. EDAF, pp. 55-91.

Velázquez, L. (2002). *Aplastando las hojas secas o de la violencia en la escuela.* Revista Educar. (20): 25-33.