



UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTÓNOMA DE MÉXICO

---

---

FACULTAD DE ESTUDIOS  
SUPERIORES IZTACALA

Algunos Fenómenos Psicológicos  
En Estudiantes De Nivel  
Secundaria.

T E S I S  
Que para obtener el título  
de licenciado en psicología  
P R E S E N T A:  
Mario Cabrera Arcos.

Asesora:

Mtra. Norma Coffin Cabrera.

Dictaminadores:

Lic. Ma. de los Ángeles Campos Huichán.

Lic. Edy Ávila Ramos.



Tlalnepantla Edo. de México.

Mayo 2005



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.

## DEDICATORIAS

Gracias a ti UNAM por mostrarme la forma y darme las herramientas, así como el azul y el oro.

A Jena y Juan, les debo la vida, literalmente. Gracias.

Además les doy las gracias a mis amigos, Lula, Peluche, Moy, Goku, Ilacho y Sandra por hacer mi estancia en la UNAM algo más productiva y alegre. En especial a Lulu y Peluche, gracias por su amistad.

A Edy por su ayuda y amistad, sin ésta, hoy no estaría aquí, mil gracias.

A ti Ángeles, por tener ese afecto especial para mí, lo extrañaré.

Y a ti Gustavo, por enseñarme a vivir el mar, a necesitarlo y a amarlo como lo hago hoy. Gracias por ser mi amigo.

## Y EN ESPECIAL

A mi padre por su esfuerzo.

A mi querida abuela, que ya no está y que me hubiera gustado que estuviera este día a mi lado.

A mi abuelita (CHONI), por todo el amor que me ha dado y esos momentos que hemos compartido, buenos y malos. Abue te quiero muchísimo.

A mis tías y tíos Lesly, Nena, Mario y Chucho, los quiero.

A ti Roy, estas en mi pensamiento todos los días.

A mis hermanas:

Mary: Gracias por tu esfuerzo y por todo al amor que me has hecho sentir.

Gaby: Nunca habrá alguien como tú a mi lado, mil gracias.

Chirpi: A ti te debo la compañía, que toda mi vida necesitaré.

A LAS TRES, LAS AMO.

A mi mamá Coffin, por hacer que creyera en mí, por todo tu cariño y por todos tus conocimientos. Tienes un gran espacio en mi corazón.

A ti Maye, por ser el principio de mi futuro, te amo.

A Azul, por esperarme, ya casi.

Y a ti Mamy, por darme todo tu corazón y esfuerzo, por ser el hombro para mis lágrimas, por ser la escucha de mis alegrías y penas, por acompañarme en todos mis días y por amarme tan profundamente, espero que sea recíproco, TE AMO.

“... When you look long into an abyss  
The abyss also look into you.”

Friedrich Nietzsche

# ÍNDICE

Resumen	2
Introducción.	3
Cap. 1 Adolescencia.	7
1.1 La identidad	13
1.2 La comunicación	15
1.3 El proceso Psicológico	16
1.4 La familia	18
Cap. 2 Hábitos de Estudio.	20
Cap. 3 Problemas Familiares.	39
3.1 La disciplina	45
3.2 La rebeldía	53
Cap. 4 Asertividad.	62
Método.	79
Resultados.	90
Discusión.	98
Bibliografía.	103
Anexo.	

## RESUMEN

Desde la Psicología, hoy en día los adolescentes han sido el punto de partida para grandes investigaciones que intentan ver o descubrir él por qué de la importancia de esta edad, y él por qué de su comportamiento. Existen diferentes necesidades psicosociales que ejercen gran presión en la conducta y las actitudes del adolescente. Diversa literatura coincide en señalar a la adolescencia como una etapa conflictiva, en la que se acentúan una serie de problemas en el ser humano. El estudio fue descriptivo y correlacional, con 214 encuestados de los cuales eran 94 hombres y 120 mujeres, todos inscritos en el nivel Secundaria y cuyas edades fluctuaron entre los 11 y 15 años. El objetivo general de este estudio fue conocer el impacto que tiene en el adolescente la posible relación entre los conflictos familiares, la asertividad y los hábitos de estudio, encontrándose que los estudiantes de escuelas privadas poseen mejores hábitos de estudio que los de escuelas públicas. Asimismo se encontró que la asertividad presenta un efecto en la percepción de conflictos familiares y en la adquisición de hábitos de estudio. En la población en general, se encontraron correlaciones positivas entre Hábitos de Estudio y Asertividad, y Asertividad y Conflictos Familiares. Por género, las mujeres poseen mejores hábitos de estudio que los hombres. Dadas los índices de deserción y reprobación en este nivel, se consideró importante conocer los factores que puedan estar determinando esta situación.

# **INTRODUCCIÓN**



Desde la Psicología, hoy en día los adolescentes han sido el punto de partida para grandes investigaciones (Silva y col. 1993, Burton y col., 1995, Damon, 1998, y Gonzáles, 2001), que intentan ver o descubrir el por qué de la importancia de esta edad, y el por qué de su comportamiento.

El salto generacional que existe entre padres e hijos, y las nuevas necesidades de autonomía de los adolescentes, provocan ciertas tensiones familiares, pero el hecho de que existan algunos conflictos inevitables no quiere decir que las relaciones entre padres e hijos estén continuamente deterioradas. “En muchas sociedades primitivas no existía la etapa de la adolescencia como tal.” Después de la segunda mitad del siglo XX, se ha desarrollado un interés muy particular en distintas esferas de la vida social de los adolescentes; la ciencia se preocupa por estudiarlos, la política por controlarlos (cosa de la que está muy lejos) y a la educación le interesa capacitarlos para el futuro trabajo (Negrete, 2002).

Esto nos lleva a darnos cuenta de la importancia de la dinámica familiar. La dinámica familiar es la colección de fuerzas positivas y negativas que afectan el comportamiento de cada uno de los miembros de la familia.

Gracias a los intercambios sociales, se presentan acontecimientos que requieren la utilización de la asertividad, puesto que ésta facilita la adaptación y la aceptación de los cambios de la vida, así como permitirá resolver y evitar complicaciones.

Hoy en día no es difícil comprender la problemática del adolescente actual, si lo entendemos como un producto de un largo y complejo trabajo de interacciones con su familia y el conflicto individual que presenta dicho adolescente.

La adolescencia es, en cierta medida, una construcción del ambiente social en el que se encuentra inmerso el adolescente, que se deriva del desarrollo de las sociedades modernas e industrializadas (tele, revistas, música, etc.).

La adolescencia se caracteriza por ser la etapa de la configuración de la identidad personal. Identidad que no se consigue sin confrontación y desequilibrios con el exterior y con uno mismo, siendo esto por lo que los padres suelen encontrar a los adolescentes como problemáticos (Erikson 1972).

La juventud es rebelde por naturaleza, y los jóvenes actuales son más rebeldes que los de otras épocas, dado que la sociedad en la que viven ha cambiado; solamente a causa de determinados cambios sociales, el afán de independencia de los adolescentes ha podido derivar hoy en fenómenos de delincuencia juvenil.

Una de las pocas herramientas para poder salir bien librado o superar de manera satisfactoria esta etapa es la asertividad. La asertividad implica entre otras cosas, el control emocional, saber decir y escuchar, ser positivo y la expresión no verbal de los mensajes. La conducta asertiva requiere el manejo armonioso de estos elementos con el fin de lograr una comunicación satisfactoria permanente.

La ventaja de ser asertivo es que puede obtenerse lo que se desea sin ocasionar trastornos a los demás. Siendo asertivo se puede actuar a favor de los propios intereses sin sentirse culpables o equivocados por ello. Por lo tanto la asertividad se trata de la habilidad de relación en un contacto positivo, entendido como el llegar a convivir fácil y cómodamente con los otros, implica abrirse, expresarse, compartir y evitar problemas.

A lo largo de esta tesis se desarrollaran cuatro capítulos que tienen una interacción e importancia para la composición de la personalidad y buena relación con las personas de los diferentes círculos sociales en los que el adolescente se

encuentra inmerso. Se comenzará con una pequeña mirada, a lo que en la actualidad se conoce como Adolescencia; después entraremos a la fuente más grande de interacciones de esta etapa, la escuela, hablando exclusivamente de los Hábitos de Estudio. De los resultados que se obtengan gracias a estos, ya sean positivos o negativos podríamos hablar en determinado momento, de la existencia o no de problemas familiares, tratados en el capítulo tres. En el capítulo cuarto se hará una presentación de una herramienta que nos pueda dar la posibilidad de salir adelante, tanto de la adolescencia, como de los problemas que aparecen durante ella, dicha herramienta es la asertividad.

# **CAP 1**

# **ADOLESCENCIA**

En muchas sociedades primitivas no existía la etapa de la adolescencia como tal. En esa época los ritos de la pubertad eran de formas variadas, que iban desde pruebas severas de resistencia, mutilaciones, afilamiento de dientes, perforación de las orejas o labios (hombre y mujeres), hasta tatuajes, desfloración artificial, ayuno, etc. Ritos que eran ceremonias poco o muy dolorosas pero unidas íntimamente a bendiciones religiosas o emancipaciones, dando el salto de la niñez a la adultez por el hecho de superar la prueba (Negrete, 2002).

Después de la segunda mitad del siglo XX, se ha desarrollado un interés muy particular en distintas esferas de la vida social de los adolescentes; la ciencia se preocupa por estudiarlos, la política por controlarlos (cosa de la que está muy lejos) y a la educación le interesa capacitarlos para el futuro trabajo, a diferencia del pasado, en donde en algunos grupos culturales no existía una preocupación significativa por el transcurso o pasaje, de la infancia a la vida adulta (Nava, 2001).

Además de la Psicología, ciencias como la Morfología y la Fisiología, desde su punto de vista, han tratado de definir a la adolescencia. En cuanto a la Morfología o desarrollo morfológico, encontramos que los fenómenos más acusados son la evolución ósea y la evolución muscular; se soldan las epífisis a las diáfisis y adquiere mayor volumen el aparato locomotor en sus partes blandas. Este crecimiento afecta en primer lugar a los miembros inferiores y luego al tronco. En las muchachas, las caderas se ensanchan, tomando el aspecto ginoide (hombros más estrechos y pelvis más ancha). En los muchachos el ensanchamiento del diámetro bihumeral produce el aspecto androide (hombros más anchos y pelvis más estrecha). La distribución de la grasa subcutánea se modifica. En las muchachas, el espesor de grasa se acentúa a nivel de la región glútea y en cuanto al desarrollo Fisiológico se observa el desarrollo del pene, del escroto (que se pigmenta), de los testículos, del epidídimo, de la próstata y de las vesículas seminales. La maduración testicular se traduce en la aparición de las primeras erecciones completas (13 años) y la presencia de espermatozoides maduros en el esperma (15 años). Además, se produce el cambio de voz y la

aparición de vello en distintas partes del cuerpo. En las mujeres aparece el vello púbico y en las axilas, además del crecimiento de los senos y, como fenómeno culminante, la menstruación, concomitante de la ovulación. El desarrollo del esqueleto en ambos sexos depende del funcionamiento de las glándulas endócrinas (glándulas del crecimiento).

Y desde la psicología, hoy en día los adolescentes han sido el punto de partida para grandes investigaciones (Silva y col. 1993, Burton y col. 1995 y Damon, 1998, Gonzáles, 2001) que intentan ver o descubrir el por qué de la importancia de esta edad, y el por qué de su comportamiento.

La adolescencia ha recibido diferentes nombres o estereotipos, entre los cuales se podrían encontrar algunos como “la edad tonta” o “la edad difícil” (Corbella, 2001), pero estos nombres corresponden más a los pensamientos de los padres o de la sociedad que se enfrentan a la problemática de las conductas del adolescente, las cuales existen desde el punto de vista psicológico, porque la adolescencia es un período de experimentación, de tanteos y errores. El comportamiento está caracterizado por la inestabilidad en los objetivos, conceptos e ideales derivados de la búsqueda de una identidad propia. La identidad constituye la diferenciación personal ante la realidad y los valores sociales, siendo la adolescencia el periodo clave y también crítico, de la formación de ésta. La identidad tiene como características: la conciencia de una propia identidad, el empeño inconsciente por conseguir una y la búsqueda de la propia identidad bajo la vinculación social de un grupo determinado (Clark, 1999).

En cierto sentido, lo que el adolescente debe descubrir en esta etapa es cuál será su papel o función como persona adulta. Si el adolescente no descubre o encuentra un papel adecuado y no desarrolla la ideología que debe de acompañarlo, se quedará en un estado de desequilibrio mencionado por Erikson (citado por Nava en el 2001) como de confusión de papeles o difusión de la identidad, por lo que no

es fácil dar una definición lo suficientemente satisfactoria o precisa de la adolescencia.

Por lo tanto, se podría decir que el fin de esta etapa, no siendo fácil determinar este momento, pero dando una aproximación, es cuando se han cursado las siguientes etapas que mencionan Papalia y Olds en 1985: el descubrimiento de la propia identidad, independencia parcial o total del hogar y de los padres y desarrollo de sus propias relaciones de amor y de amistad.

Es una época en la que los estados afectivos se suceden con rapidez y pueden encontrarse disociados de cualquier causa aparente, aspecto que desorienta enormemente a los adultos, dando pauta a algunas problemáticas que se presentarán en la adolescencia, como pudieran ser principalmente: El orden en la casa, la forma de vestir, la apariencia externa, la obediencia a los adultos, la higiene personal, las peleas con los hermanos, la reivindicación de la autonomía e independencia y la forma de organizar las salidas con otros chicos y chicas, el horario de éstas, además de las cuestiones económicas.

Existe también una fuerte tendencia a la melancolía, suelen ser proclives a extender las consecuencias de un fracaso a todos los planos de la actividad, tendiendo al fatalismo y la obsesión ante pequeños problemas físicos pasajeros como el acné, la obesidad, anomalías en el crecimiento, etc. (Clark, Clemens y Bean, 1994)

Santolalla en 1999, une en cuatro estos aspectos principales del desarrollo sano del adolescente (sí es que esto existe). Nos dice que pudieran ser: la vinculación, la singularidad, el poder y los modelos.

En cuanto a la Vinculación, se diría que el adolescente sufre numerosos cambios drásticos en sus vinculaciones con la familia, los amigos y el mundo que le rodea. Por un lado, rompe amarras con la infancia y, por otro, explora nuevos

lazos de unión con el mundo adulto, apartándose poco a poco de la relación de dependencia familiar hasta llegar a la independencia total.

La Singularidad es un concepto de gran importancia para esta edad, puesto que este es el principio de la personalidad; se produce cuando se aceptan y estimulan dentro de la familia las cualidades especiales y las características individuales del adolescente. Los adolescentes buscarán aquellas cosas que los diferencian de los demás.

El Poder hace referencia a que el adolescente tiende a manifestar su poder de manera excesiva sobre los demás, ya sea físicamente o mediante la manipulación psicológica; suele tratar de suplir así su carencia de sensación de poder, y presentará alguno de los siguientes comportamientos: Elude afrontar responsabilidades, no iniciará tareas por su cuenta rechazando las que supongan un reto, ser excesivamente exigente o terco, quiere siempre ser el líder o hacer las cosas a su manera, se niega a compartir la autoridad y carece de control emocional, con episodios continuados de furia, miedo o incapacidad.

Se puede decir, que durante cierto periodo de la adolescencia, los adolescentes y sus padres se llevan bien o tienen buenas relaciones, comparten descubrimientos, discuten proyectos y problemas y por lo mismo disfrutan de su compañía. Tiempo después, el adolescente, casi por regla general, se aleja de su familia, tanto emocional como físicamente, hasta que el hogar parece ser en ocasiones una pensión en la cual se come, se duerme, se deja la ropa sucia y se reciben llamadas, cosa que a los padres les molesta.

El adolescente solicita privilegios, pero las responsabilidades le parecen demasiado pesadas. Desde el punto de vista de los padres, naturalmente, la capacidad de asumir responsabilidades es algo impuesto por los adultos, y por lo tanto marca degradante de su situación de inferioridad.



Una fuerte ambivalencia del crecimiento que siente el adolescente es el temor al fracaso; cada vez que se trata de acercarse a la edad adulta, se pone a prueba a sí mismo.

Y es por esto, aún cuando siempre proteste, que a veces siente un secreto alivio en cuanto sus padres añaden el peso de su autoridad a sus propios e inciertos descontroles.

A demás, para encontrar un conjunto de valores a los que pueda considerar propios, es probable que el joven tenga que comenzar impugnando los valores establecidos de sus padres (Norford y Medwey 2002).

En cuanto a los Modelos, deben disponer de ejemplos o modelos humanos, filosóficos y prácticos, que les sirvan de punto de referencia para desarrollar valores personales. El adolescente se apropia de caracteres de estrellas cinematográficas, músicos, exploradores, inventores, atletas, etc... situándolos en un pedestal, y tratando de imitar su vestimenta y comportamiento. Silva (1993), realza esto diciendo que la adolescencia se caracteriza por ser la etapa de la configuración de la identidad personal.

Así, en una sociedad, los jóvenes se enfrentan a todas estas formas, de vestir, pensar, vivir y hacer a través de imágenes que son difundidas por todos los medios impresos o visuales, siendo desde revistas, programas de televisión, películas o libros. Gunbem en el 2000 (citado por Gonzalez, 2002) resume la importancia y peligro de las influencias externas diciendo. Las oportunidades para los adolescentes son muy variadas y flexibles y basta una inclinación mediática para que se imponga determinado modelo de diseño corporal, mental o forma de sentir, aunque este carezca de funcionalidad alguna.

La búsqueda de su propia identidad como adolescente entra en conflicto, por los diferentes papeles sociales que tiene que desempeñar; como hijo debe lograr la

independencia; como novio o amante, la plena identidad sexual; como amigo, un alto sentido de solidaridad y como estudiante o trabajador, una definida vocación.

## A. LA IDENTIDAD

Se ha dicho que la adolescencia se caracteriza por ser la etapa de la configuración de la identidad personal. Identidad que no se consigue sin confrontación y desequilibrios con el exterior y con uno mismo. Esta opinión se apoya también en la visión psicoanalítica de la personalidad que ha brindado una de las nociones que ha tenido más éxito en la definición de la adolescencia. Que sería la que gira en torno al concepto de identidad de Erikson (1972), a finales de los sesentas, para quien la identidad constituye la diferenciación personal inconfundible, la autodefinición ante otras personas, ante la realidad y los valores, siendo la adolescencia el periodo clave, y también crítico, de la formación de la identidad. Este autor hace referencia a algunas características de este proceso:

- La conciencia de la propia identidad.
- El empeño por constituir un estilo, una forma de ser personal.
- El deseo de encontrar una síntesis de equilibrio entre la esfera del yo y las actuaciones que de ella se derivan.
- La búsqueda de la propia definición personal mediante una vinculación social que se apoya en el desarrollo de un sentimiento de solidaridad con las ideas de un grupo por el que se siente de algún modo representado.

Si se aceptan estos cuatro aspectos como definitorios de la personalidad de los adolescentes, la noción de identidad puede explicar una serie de comportamientos, de actitudes. La adolescencia se configura como la época de las pandillas, de la pertenencia a grupos, en los cuales la vivencia de una

sensación de rechazo o marginación resulta en dos polos de una misma búsqueda y reafirmación de la identidad. Identidad que se mueve en el límite difícil entre la búsqueda de señales personales y aquéllas que provienen del grupo, entre una necesidad de imitación y pertenencia y otra de originalidad e independencia.

Puesto que la identidad del adolescente constituye la diferenciación personal inconfundible, la autodefinición de la persona ante otras personas, ante la realidad y los valores (Llorente y Sampayo, 1999), existe el empeño inconsciente por constituir un estilo, una forma de ser personal y la búsqueda de la propia definición personal; mediante una vinculación social que se apoya en el desarrollo de un sentimiento de solidaridad con las ideas de un grupo por el que se siente de algún modo representado, siendo esto por lo que los padres suelen encontrar a los adolescentes desagradablemente idealistas, por esta forma de autoencontrarse por medio de otro.

Esta perspectiva de los padres hacia el mundo de los adolescentes puede causar ciertos problemas en su comportamiento, puesto que, los adolescentes empiezan a sentir nuevas necesidades de independencia. Como consecuencia de esto, desean realizar actividades sin el continuo control paterno; les molestan las ocupaciones caseras y las preguntas de los padres sobre lo que ellos consideran su vida privada (amigos, lugares que frecuentan,...). Los padres ven cómo sus hijos van perdiendo la docilidad infantil. Realizando un breve paréntesis, en 1988 Brusko (citado en Nava, 2001) menciona que pareciera que los adolescentes tienen un sensor que capta cuánto irrita a sus padres, y si a éstos les gusta el orden, el adolescente irá en el sentido contrario. Este tipo de comportamiento obtendrá como resultado, la reacción. Los padres toman medidas que poco a poco van ganando severidad, pudiendo comenzar por una plática amable, pasando por una llamada de atención y terminando con castigos de toda índole y, en el peor de los casos, siendo los golpes la manera de reprimenda. Existe una pérdida de docilidad, se vuelven más desobedientes, mostrándose ingobernables (Santolalla, 1999), llegando a su cúspide con la adopción de todas las formas de rebelión,

acusan y enjuician a su familia, su rebelión ante la sociedad es plasmada en el clásico anticonformismo despreciando o desaprobando cualquier ley, disciplina o convención, provocando la búsqueda de iguales.

Además podríamos incluir aquí, la mayor dificultad para comunicarse con los adultos (en especial con la figura paterna) que con los iguales, ya que éstos ofrecen mayor capacidad de comprensión y escucha; aunque ello no significa que no necesiten y deseen establecer diálogos y comunicaciones con los padres. Y si esto parece poco, tenemos que incluir el salto generacional que existe entre padres e hijos (Fonseca, 2000), en el cual se incluye el pensamiento, la forma de ver la vida y la forma de comunicarse.

## B. LA COMUNICACIÓN

En cuanto a la importancia de la comunicación, existen estudios como el de Noller y Callan (1999) que analizan las diferencias existentes entre los padres, en la relación con sus hijos adolescentes. Los resultados, en general, indican que las actitudes que tienen ante la vida familiar los adolescentes coinciden más con las de sus madres que con las de sus padres, ya que las madres son más comprensivas y abiertas en la comunicación con los hijos, siendo más fácil negociar y llegar a acuerdos con ellas. Los resultados de estos estudios también indican que hay claras diferencias entre el género y la relación con los padres; las adolescentes se comunican más con los padres que los varones, y tanto ellos como ellas se comunican más con sus madres que con sus padres. También hay evidencias de que los diálogos con las madres son considerados, generalmente, como más frecuentes, positivos y fructíferos que con los padres, debido a esa mayor frecuencia y calidad de sus interacciones.

Si la comunicación entre padres e hijos ha sido, previa a la adolescencia, fluida y respetuosa, entendiendo que el derecho al secreto y la intimidad es común a cualquier etapa de la vida; cuando el hijo llegue a la adolescencia mantendrá

dicha comunicación apropiada, aunque la manera de establecerla sea diferente. Si esta comunicación es escasa, irrespetuosa o no ha existido, posiblemente ocurra una ruptura manifestada por un enfrentamiento verbal continuo, o por un silencio muy difícil de romper.

Para el adolescente es muy importante poder explicar sus experiencias sin ser descalificado. Generalmente esta comunicación va acompañada de una crítica al mundo de los adultos, el cual puede y debe cambiar. Analiza críticamente a “los otros” (los adultos) y pide cuentas. Los primeros en verse afectados son los padres; esta forma de comunicación pueden entenderla o mal aceptarla. El espíritu crítico que en ocasiones presenta el joven es tomado por muchos padres como una respuesta negativa o destructiva ante los valores, hechos o conductas que el adulto ha construido y considerado como correctos, sin entender el por qué de esta respuesta.

### C. EL PROCESO PSICOLÓGICO

Así como la identidad y la comunicación son factores propios del adolescente, su madurez no se da de forma continua; en general, los cambios son angustiantes, ya que producen una irregularidad alternativamente progresiva y regresiva, donde los aspectos culturales influyen. En nuestra cultura, el adolescente pierde la protección de la que gozaba al ser niño, sin ganar la independencia y beneficios de los adultos. El no querer ser infantil más tiempo impulsa al adolescente a madurar, pero el miedo a la responsabilidad y obligaciones de ser adulto lo detienen (Fonseca, 2000).

La inseguridad del adolescente es intensa, se le dificulta mirar al futuro y planearlo para evitar peligros. Su tarea es crecer para madurar, para poder desarrollar poder y confianza, para alcanzar una clara visión de sí mismo como un adulto, que surge en un mundo poco comprensible y que lo juzga a cada minuto (Ackerman, 1994).

La adolescencia es una etapa de interrogantes, una fase en la que el joven condensa los valores que guiarán su orientación social la mayor parte de su vida. Es la etapa en la que se enfrenta al desafío de armonizar su visión de sí mismo con la visión de su mundo.

En esta edad la ansiedad, la confusión emocional, la conducta social errática, los conceptos cambiantes de la auto percepción y el mundo exterior, la debilidad de la percepción de la realidad, las extrañas y diferentes pautas morales, la inestabilidad e irregularidad del control de impulsos y las volubles y ambivalentes relaciones interpersonales pueden ser todas, partes de una adaptación normal (Ackerman, 1996).

El adolescente es motivado por sus necesidades básicas, el adolescente actúa y busca la satisfacción adecuada de éstas, de acuerdo a los patrones que su sociedad le imponga o le confiera

Debido a esto, existen diferentes necesidades psicosociales que ejercen gran presión en la conducta y las actitudes del adolescente. La forma en que éste interactúa con sus padres y familiares está generalmente influida por su habilidad para manejar y satisfacer estas necesidades. Los problemas que con frecuencia enfrenta el adolescente y su familia pueden estar generalmente originados en la dificultad para resolver una o más de las necesidades básicas del adolescente (Nava, 2001).

Una de las necesidades básicas de un adolescente es adaptar su cuerpo al nuevo ambiente social y a su papel sexual. Durante la adolescencia la apariencia física es un factor muy importante en la aceptación y el rechazo de sí mismo, puesto que los sentimientos de imperfección pueden quitar al joven cualquier deseo de logro o de socialización.

La buena forma del cuerpo, sin importar el beneficio y en ocasiones en contra de éste, se convierte en un fin en sí mismo para poder portar ese o aquel pantalón, blusa o playera que haga que el sexo opuesto se sienta atraído. En esta etapa la ropa deja de cumplir una necesidad de protección de las inclemencias, nos dice González en el 2002, para convertirse en la personalidad del portador de tal o cual ropa

Las actitudes y conductas que caracterizan la masculinidad (la caballerosidad, uso de lociones o colonias, etc...) y la femineidad (aretes, perfumes, maquillaje, etc...) se vuelven de primordial importancia. El joven aprende lo que es apropiado para cada sexo mediante la imitación de sus padres y la observación de otros modelos en la sociedad (Bujanda 2002), siendo la familia el primer y mas importante de estos.

#### D. LA FAMILIA

Cada relación social le da un toque adicional a su estilo de personalidad, estilo que comenzó con la educación que le inculcaron sus padres. Algunos adolescentes tienen un deseo cada vez mayor de estar con sus amigos en vez de estar con su familia, desatando una problemática cuando los padres tratan de ejercer mayor control sobre sus hijos. Al comenzar estas dificultades se crea en el adolescente una reacción agresiva y rebelde, contraproducente a la relación familiar. La independencia emocional es otro factor que los adolescentes deben y tienen que aprender a resolver tomando decisiones que afectarán su futuro.

Por otro lado, otra de las grandes problemáticas de esta etapa es que en la sociedad actual, se le presentan al sector familiar, serias limitaciones para llevar a cabo la educación del adolescente, debido a que por ejemplo, el funcionamiento familiar en las grandes ciudades se ha modificado profundamente. La familia, dadas las condiciones económicas actuales en México, ha visto restringidas sus posibilidades de satisfacer las necesidades básicas de sus miembros, tales como

habitación y comida, por lo que su intento por satisfacer dichas necesidades, ha originado que ambos padres trabajen, reduciendo el tiempo que tienen para convivir y educar a sus hijos y relegando cada vez más esta responsabilidad a la escuela y a los medios masivos de comunicación (Rivera y Garduño 2004).

La adolescencia es, en cierta medida, una construcción del ambiente social en el que se encuentra inmerso (televisión, revistas, música, etc.) que se deriva del desarrollo de las sociedades modernas e industrializadas. Es por esto que los medios masivos de comunicación ejercen gran influencia sobre las personas asiduas a las programaciones o publicaciones; varios autores como Bandura en 1982, Mander en 1984, Greenfield en 1985, Vilches en 1989, y León, en 1998 y Hernández, en 2000, han considerado esto como negativo, ya que impide a las personas desarrollarse psíquica y físicamente.

El papel educativo de estos medios, generalmente ha sido dar elementos de juicio, hacer visualizar problemas y convencer de ciertas realidades. Sin embargo, es importante tener presente que son dichos medios los que seleccionan, resumen y analizan lo que consideran importante a transmitirse y la mayoría de las veces lo hacen a través de la exaltación de elementos apologéticos y propagandísticos del mensaje, por lo que algunas veces han contribuido más a la agudización de algunos problemas de los adolescentes, ya que hoy en día, un alto porcentaje de la población tiene más acceso a ellos, que a la solución y prevención de los mismos (Hernández 2000).

De hecho el exceso de atención a los medios de comunicación ha creado una disminución de otras actividades esenciales en la vida del adolescente, como lo son, relaciones sociales y los hábitos de estudio, creando problemas en esta última por la falta de dedicación a esta.



# **CAP 2**

# **HÁBITOS DE ESTUDIO**

Los hábitos de estudio son uno de los problemas que más frecuentemente afrontan los estudiantes. Aunque esté consciente de que es importante hacer un buen trabajo, a veces el estudiante parece no tener las herramientas, en las clases, para desempeñar un buen trabajo; sin embargo, se siente culpable de no hacer las cosas como debe.

Torres (1994) indica que el hogar sigue siendo importante para el adolescente en cuanto es el apoyo emocional indispensable que sustenta su desarrollo. Fraser (1960) con su trabajo titulado "Home Environment on the School" categorizó un ambiente familiar propicio para tener buenos hábitos de estudio, de acuerdo a los siguientes pasos:

- Cultura: escolaridad de los padres y cantidad y calidad de los libros y revistas y periódicos que se leen en el hogar.
- Material de trabajo: ingresos, ocupación del padre, número de hijos y condiciones de la vivienda.
- Actitudes: actitud de los padres respecto a la futura profesión de los hijos (intereses y elecciones adecuadas) y estímulo de los padres al trabajo de los hijos.
- Afectividad: impresión general sobre el medio ambiente familiar (los cuidados y disciplina de la casa).

Son muchas las razones por las cuales el estudiante puede no tener una forma de estudiar adecuada, dos de ellas son: (Leaver, 1997):

1. Frecuentemente, sobre todo el estudiante joven, no sabe establecer la diferencia que existe entre la escuela primaria y el siguiente nivel, ya que

mientras mas avancen, la motivación debe de ser interna y dejar de lado la externa.

2. Pero una de las razones más frecuentes que se dan, es la falta de hábitos de estudio, como son el uso adecuado del tiempo, leer y sacar provecho de lo que se lee, cómo tomar notas, hacer un bosquejo, utilizar adecuadamente el centro de acceso a la información (biblioteca), etc.

Muchos de los problemas respecto al éxito en la escuela, giran alrededor del desarrollo de buenos hábitos de estudio y expectativas respecto a las tareas en casa. Muchas veces uno se pregunta ¿cuáles son las causas del fracaso en los estudios? Miles de estudiantes dicen: Nos pasamos horas y horas estudiando y no rendimos como estudiantes, olvidamos lo que aprendemos, creemos que llevamos bien preparado un examen y a la hora de hacerlo, comprobamos que no es así. La mayoría de las veces ocurre esto porque no sabemos estudiar, no tenemos buenos hábitos de estudio o no sabemos hacer uso de las técnicas adecuadas (Ballesteros 1979).

Según Arteaga (2004) “Estudiar es ejercitar voluntariamente nuestra mente para investigar, comprender o aprender algo y, como toda práctica, supone un esfuerzo, unos hábitos y la utilización de unas técnicas”. Por lo tanto, podremos entender por qué menciona Sánchez (2003), que los hábitos de estudio son el mejor y más potente predictor del éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia o de memoria. Lo que determina nuestro buen desempeño académico es el tiempo que dedicamos y el ritmo que le imprimimos a nuestro trabajo.

Los niños no nacen con los hábitos de estudio necesarios para tener éxito en el colegio. Al contrario, tienen que aprenderlos. Frecuentemente los niños comienzan la escolarización sin las habilidades necesarias para que les vaya bien (Fleming y Wilgosh 2001).

Al respecto, en sus investigaciones, Lou Leaver (1997) afirma que las personas nacen para aprender y que los estudiantes que no logran hacerlo, como los recién nacidos que no logran crecer, a menudo no lo hacen por la falta de uno o más ingredientes indispensables. Es por esto necesario que los padres, desde temprana edad, apoyen a sus hijos a crear buenos hábitos de estudio, siendo necesario comenzar desde muy temprana edad, a desarrollar la curiosidad, a ofrecer un lugar adecuado, a establecer horarios para hacerlo, ofrecer ayuda para la organización del mismo, dar responsabilidad a él y alentarlos a llevarlos a cabo.

Diversos estudios realizados (Jones, Slate, Bell y Sadler, 1991; Jones y Slate, 1992; Jones, Slate, Blake y Sloas, 1995) respecto a este tema en los últimos 15 años, se han orientado hacia los diversos niveles académicos entre los que se destacan estudios con estudiantes de nivel medio y los de Jones, Slate, Marini y Dewater, (1993); Kovach, Wilgosh y Slevin, (1999); Kovach, Fleming y Wilgosh, (2001); con diferentes grados, que han dado como resultado, la importancia del desarrollo de habilidades o hábitos de estudio apropiados para el buen desempeño del estudiante.

Pero de qué se habla, al hablar, valga la redundancia, de los hábitos de estudio:

Bueno, se pudiera estar hablando de estrategias para el mejor aprovechamiento o rendimiento en clase, estrategias que Grajales y col., derivados de su estudio a nivel Secundaria en el 2002, encontraron 6 puntos para el mejoramiento de éstos, entre las cuales destacan: los hábitos relacionados con la lectura, la capacidad de concentración en el estudio, las conductas relacionadas con la toma de apuntes, los hábitos de organización para el momento de estudiar, la aplicación de las estrategias de estudio y el tiempo dedicado al estudio confrontado con las demás actividades académicas. Para comprender más cada una de estas estrategias se explicarán a continuación:

#### Hábitos relacionados con la lectura:

La lectura es un factor de gran importancia para el aprendizaje, dado el abundante uso que tienen los libros de texto, libros de consulta, etc. Y es por esto que toma gran importancia el hábito de lectura, ya que menos de la mitad de los alumnos tienen la buena costumbre de consultar el diccionario a medida que leen (31%); el 62% pasa por alto las gráficas, tablas y diagramas que contienen los textos, y un poco más de la mitad de ellos descubre que ha leído varias páginas sin prestar atención a lo que se lee (65%).

#### Capacidad de concentración en el estudio:

La capacidad de concentración y los hábitos de concentración, como lo es el aislamiento selectivo, son elementos de gran importancia, pues se encontró que apenas el 28% no se levanta, escribe u observa a otras personas en lugar de estudiar. Se encontró con preocupación que el 45% tiende a distraerse en clase; 55% tiene la tendencia a distraerse o entretenerse en otras cosas al estudiar; 42% dedica el tiempo de estudiar a actividades como ver la televisión, conversaciones y citas; en el 47% de los casos el tiempo de estudio es muy corto como para concentrarse; para el 44% sus periodos de estudio a menudo se interrumpen por llamadas y visitas, el 42% dedica tiempo esperando que le llegue el ánimo para estudiar.

#### Conductas relacionadas con la toma de apuntes en clase:

Aún cuando la teoría dice que esta conducta forma parte de una comprensión de lo visto en clase y, por lo tanto, de la calidad del aprendizaje, se observó que más de un 75% no la practica o no toma notas y los pocos que las toman lo hacen de la siguiente forma:

utilizar palabras claves y resúmenes para abreviar las notas: 21%, tratar de seguir un bosquejo o formato de organización al tomar las notas: 38%, utilizar sus propias palabras en lugar de las palabras exactas del maestro: 22% de las mujeres y un 30% de los hombres dice copiar todo lo que está en el pizarrón sin pensar lo que significa.

Los hábitos de organización para el momento de estudiar.- un sorprendente 75% cuenta con los materiales necesarios antes de sentarse a estudiar dando la apariencia de tener una sesión de estudio organizada, pero lamentablemente apenas un 11% de los alumnos tiene un horario y plan de estudios bien definido; de éste 11%, solamente el 29% logra cumplir de una manera regular con su plan de estudio. La mitad de ellos tiene problemas para distribuir el tiempo de estudio entre las materias, según sus requerimientos. Pasa lo mismo con la dosificación de su plan de estudio para no cansarse. Es motivo de gran preocupación que el 79% de los alumnos no tengan un calendario y horario de estudio debidamente organizado y mucho menos puesto en práctica.

La aplicación de las estrategias de estudio o estudio en forma estructurada: las conductas adecuadas como lo es el hacer pausas lógicas a lo largo del estudio para repetir las ideas principales, es llevado a cabo por el 27%. Aunque el 41% dice no poder comenzar a estudiar tan pronto se sienta a hacerlo. Pocos estudiantes practican actividades preliminares que enriquecen o mejoran la sesión de estudio: sólo el 25% elabora preguntas y lista de términos claves antes de iniciar el estudio. Una vez inmerso en el estudio de sus materias, el 21% trata de memorizar al pie de la letra lo que está estudiando, el 29% elabora diagramas que facilitan la comprensión del material en estudio. Existe una gran deficiencia en elaborar oraciones con las palabras nuevas para que tengan significado (30%).

Otro de los puntos que revela la existencia de hábitos de estudio es el tiempo dedicado al estudio confrontado con las demás actividades académicas:

Se esperaba que los alumnos dedicaran, a la actividad académica, entre tres y tres horas y media diarias. Pero los resultados indican que el 17% de los alumnos estudian más de cuatro horas diarias y la mayoría, (74%), de estos alumnos estudian una hora y media o menos por día, dando un total de siete horas y media a la semana, cuando lo que se esperaba eran de diecisiete horas y media semanales, dejándonos con un déficit de diez horas a la semana remarcando la falta del hábito.

En otras palabras, los hábitos como estudiar con la idea de recordar solamente hasta que terminen los exámenes, son un 42%; la tendencia a olvidar las notas de clase una vez terminado un examen y nunca más volverlas a estudiar, existe en el 44% y es una práctica muy común de las personas orientadas a aprobar materias. Estos resultados hicieron parecer que solamente el 15% de los alumnos son personas con un definido propósito de aprender y el 57% de los alumnos serían personas totalmente inclinadas a aprobar materias en lugar de aprender. Este resultado evidencia la necesidad de fortalecer la cultura del estudio por el aprendizaje significativo y el desarrollo personal para la formación profesional, desalentando las prácticas académicas que conducen al simple cumplimiento del requisito y aprobación de materias. Este estudio, además de lo antes mencionado, dio como resultado que muy pocos estudiantes, como ya vimos, utilizan alguna estrategia para mejorar académicamente y que la gran mayoría aún conociendo las técnicas no las aplican o las aplican deficientemente. Además, no tienen un plan para estudiar que esté bien definido, no tienen un índice de palabras nuevas desconocidas, tampoco elaboran preguntas y lista de términos claves antes de leer, no leen el material de clase antes de que el maestro lo discuta en clase, ni pasan en limpio sus notas tan pronto termina la clase. Tienen que releer sus materiales varias veces antes de entenderlo, tienden a distraerse al estudiar leyendo varias páginas sin prestar atención a lo que leen. Además el tiempo que dedican a estudiar fuera de clase es insuficiente, obteniendo un déficit generalizado de hábitos de estudio, en los estudiantes de nivel medio.

Aguilar (1980) realizó un estudio con alumnos de nivel Secundaria, tomando un grupo con alumnos de escuela oficial y otro de escuela privada. Y encontró que existen notables diferencias de hábitos de estudio en alumnos cuyos padres se encuentran en una situación económica precaria y los que tienen estatus en este rubro. También encontraron que las expectativas de los padres de los alumnos de nivel económico bajo son más modestas de aquellos de nivel socioeconómico alto, quienes por lo general desean que sus hijos realicen estudios universitarios.

Izquierdo y col. (1979) en entrevistas con los alumnos de escuelas tanto particulares como públicas, encontraron que, efectivamente, a mayor posición social, corresponde un mayor rendimiento académico y a menor posición social los hábitos disminuyen. Algunos estudios han demostrado que al llegar a la adolescencia los niveles de rendimiento escolar se alteran frecuentemente en gran número de casos (Jenild 1972, Horrolock 1984, Hurlock 1949 citados en Yerena 2001), esta alteración suele ser más notoria en los años en los que comienza la pubertad y, en general, son desfavorables.

Puede ocurrir también que el adolescente negocie con su no aprendizaje por la sencilla razón que en él ve un arma en contra de los padres. A veces ocurre que el adolescente está directamente interesado en otros tipos de aprendizaje y se deja absorber por ellos, de modo que descuida, por falta de tiempo y energías, su trabajo escolar. Cualquier emoción intensa distrae la atención del individuo, de la tarea que está realizando hacia la situación que provoca ésta, el resultado es que el individuo se abstrae y encuentra más interesante el evento distractor.

Cuando el estudiante se encuentra bajo mucha presión constante por obtener bajas calificaciones, puede volverse ansioso y trata de evadir la situación.

Todo esto habla de la importancia que tiene para el adolescente contar con un hogar en condiciones favorables para su desempeño escolar, particularmente si se considera que va a ingresar de forma más directa a una sociedad

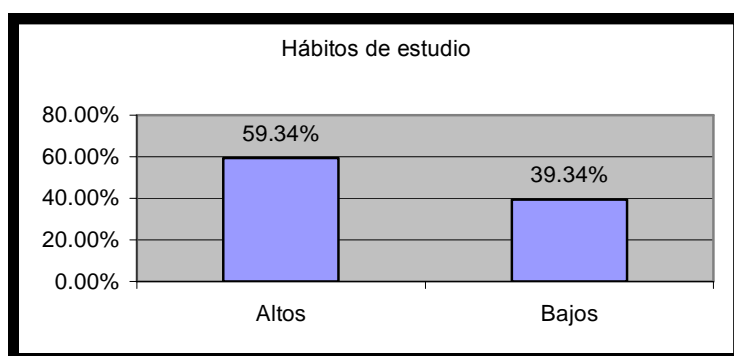


caracterizada por el rápido cambio tecnológico, una automatización creciente y una especialización cada vez mayor y que requiere poseer mayores destrezas especializadas o de educación avanzada y por lo mismo, las oportunidades ocupacionales para quien careces de ellas, cada día son menores.

En estudios realizados por Araus (2001) la motivación de las personas con hábitos de estudios bien establecidos y funcionales en su vida académica encontró que: el 59.34% de las personas con altos hábitos de estudio contestó que estudiar significa trabajo y superación; al estudiar la carrera esperan obtener trabajo e ingresos; su principal motivación es estudiar para ellos y no para un tercero; las relaciones con sus profesores son excelentes y asisten por gusto a la escuela.

Las personas con bajos hábitos de estudio tienen como principal motivación para estudiar, a la familia; las relaciones con los profesores han sido regulares o malas; asisten a la escuela y a clases porque sus padres los obligan; ellos siguen estudiando porque ya están inscritos y no se pueden arrepentir. (Ver Tabla 1).

Tabla 1 Tipo de Hábitos de estudios en forma porcentual.



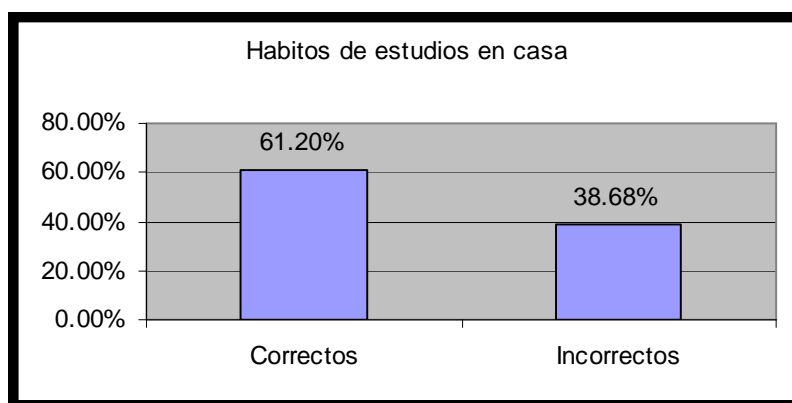
Fuente: Araus, 2001

Asimismo Araus estudió a los estudiantes con hábitos de estudio en casa y encontró que el 61.20% de alto rendimiento contestó que cuando estudian en casa, no fantasean, no platican, no pierden el tiempo por estar viendo la tele; no

estudian según su estado de ánimo; tienen un lugar especial para estudiar, en el lugar de estudio no tienen fotografías revistas, etc. Sus periodos de estudio no son interrumpidos por llamadas telefónicas, ruidos, etc. No leen novelas o cualquier material no relacionado con el estudio; estudian con horarios establecidos por ellos mismos; consultan libros afines, descansan 10 min entre materia y materia, guardan el material de estudio en orden y clasificado; no pierden el tiempo por estar buscando material para estudiar o los libros de estudio puesto que los tienen clasificados; estudian diario con tiempos fijos, no estudian con el radio o la tele puestas.

Los de bajo rendimiento contestaron que: el 43.68% cuando estudian fantasean, platican, pierden el tiempo viendo la tele al mismo tiempo que estudian; estudian según su estado de ánimo; no tiene un lugar definido de estudio; en el lugar de estudio tienen fotografías, revistas, etc; sus periodos de estudios son interrumpidos por toda clase de ruidos, llamadas telefónicas, leen novelas y revistas no relacionados con los estudios; no estudian con horarios establecidos; no consultan libros relacionados con las materias de estudio, no descansan entre materia y materia; no guardan el material de estudio en orden o clasificado; pierden mucho tiempo buscando el material de estudio; no tienen un horario fijo de estudio; prefieren estudiar acompañados y preferentemente con su pareja (Ver Tabla 2).

Tabla 2.- Tipo de Hábitos de estudios en casa, en forma porcentual

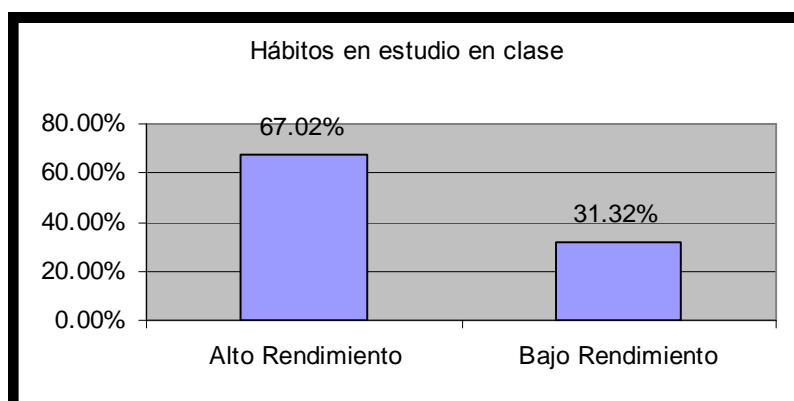


Fuente: Araus, 2001

Durante su estancia en la escuela se estudió lo que se denominó Hábitos de estudio en clase y el 62.02% de alto rendimiento, contestó que estudian con base en los apuntes tomados; atienden al profesor; no están pensando en las actividades que harán después de clases; toman apuntes, no sólo escuchan; no confían en su memoria, logran explicar las ideas que tienen en su cabeza, no les alcanza el tiempo; les dan ganas de faltar a clase una vez a la semana; cuando tienen examen o entrega de un trabajo no faltan; cuando tienen dudas preguntan a sus profesores; todas sus materias les parecen necesarias y su plan de estudios les parece completo.

El 31.32% de bajo rendimiento dijo que no estudian con base en los apuntes; no atienden al profesor; sólo están pensando en las actividades que realizarán en cuanto terminen las clases; no toman notas, sólo escuchan; no confían en su memoria; cuando exponen en clase no logran explicar las ideas que tienen en la cabeza; les dan ganas de faltar a clases dos o más veces a la semana; pueden faltar cuando tienen exámenes o entrega de trabajos; cuando tienen dudas no preguntan a los profesores; encuentran innecesarias algunas materias y su plan de estudios les parece incompleto (Ver Tabla 3).

Tabla 3.- Tipo de Hábitos de estudios en clase, en forma porcentual

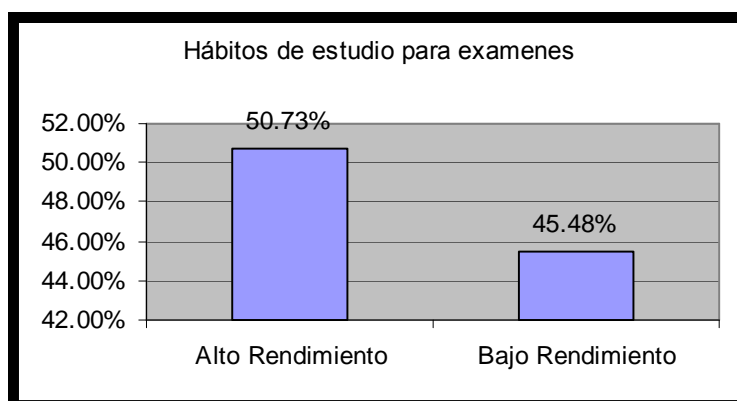


Fuente: Arous, 2001

Otro t3pico fueron los H3bitos de estudio para los ex3menes y, en cuanto a los estudiantes con alto rendimiento (50.73%), al preparar un examen no comienzan por lo m3s dif3cil; en periodos de ex3menes estudian todo el tiempo; durante el examen no se ponen nerviosos; no se desesperan; al presentar un examen no olvidan nombres, fechas etc. Cuando contestan un examen no les falta tiempo para terminarlo; salen bien en los ex3menes; no copian ex3menes o trabajos de compa3eros por falta de tiempo para realizar los suyos; cuando se encuentran con trabajo aburrido lo terminan; no abandonan tareas o trabajos dif3ciles; no tienen fatiga mental; no padecen de ansiedad y aplican en la vida diaria lo que han aprendido.

Los alumnos de bajo rendimiento (45.48%) al preparar un examen comienzan por lo m3s dif3cil; en periodos de ex3menes no estudian todo el tiempo; durante el examen se ponen nerviosos y se desesperan; al presentar un examen olvidan nombres, fechas etc. Cuando contestan un examen les falta tiempo para terminarlo; salen mal en los ex3menes por no estudiar; copian ex3menes y trabajos de compa3eros por falta de tiempo para realizar los suyos; cuando se encuentran con trabajo aburrido no terminan; abandonan tareas o trabajos dif3ciles; tienen fatiga mental; elaboran trabajos y tareas al 3ltimo momento; padecen de ansiedad y no aplican en la vida diaria lo que han aprendido (Ver Tabla 4).

Tabla 4.- Tipo de H3bitos de estudio para ex3menes, en forma porcentual

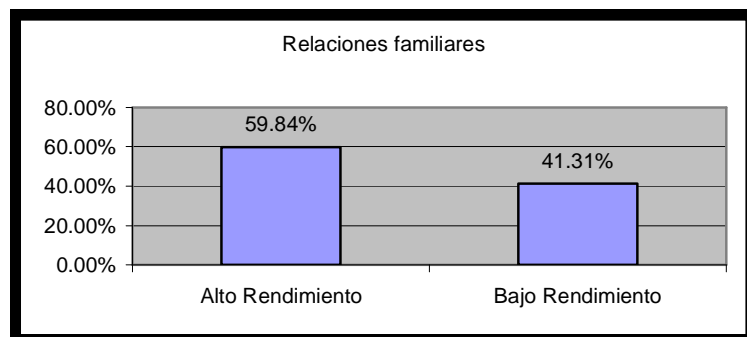


Fuente: Araus, 2001

El 58.84% de los alumnos de altos hábitos de estudio contestaron: el ambiente familiar y social en que se desarrollan les permite seguir estudiando; no tienen problemas que les impida seguir estudiando; cuando tienen algún problema lo platican con sus padres; sus experiencias agradables y desagradables las platican con sus padres; no discuten con sus padres; para tomar decisiones cuando tienen un problema con sus padres actúan con mucho interés; para tomar una decisión, lo resuelven solos o consultan a uno de sus padres; a sus padres no les molesta nada de ellos; sus padres piensan en ellos positivamente; no tienen problemas con nadie; en su familia no existen las adicciones ni la violencia física o verbal.

Mientras que el 41.31% de los alumnos de bajos hábitos de estudio contestaron que el ambiente familiar y social en que se desarrollan no les permite seguir estudiando, tiene problemas que les impiden seguir estudiando; cuando tiene algún problema lo platican con sus hermanos, familiares o amigos; sus experiencias agradables y desagradables las platican con amigos, familiares o hermanos; tienen problemas con sus padres y discuten; para tomar decisiones cuando tienen un problema con sus padres actúan sin o con poco interés, consultan a hermanos, amigos o familiares; a sus padres les molestan cosas de ellos; sus padres piensan en ellos negativamente; tienen problemas con la familia; en su familia existen las adicciones y la violencia física o verbal (Ver Tabla 5).

Tabla 5.- Relación entre relaciones familiares y el tipo de rendimiento académico, en forma porcentual



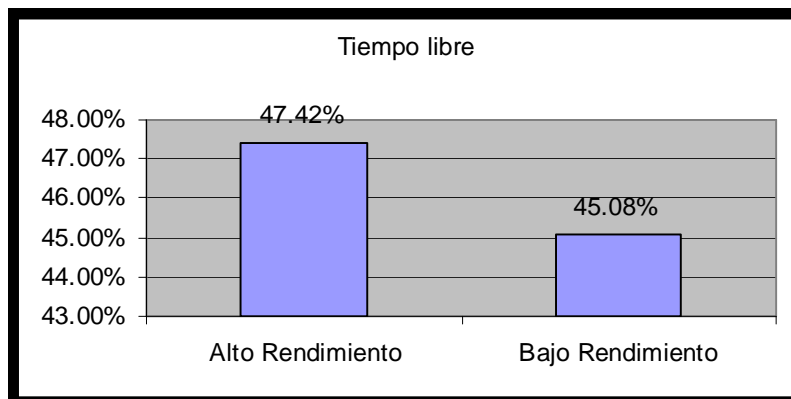
Fuente: Arous, 2001

## Tiempo Libre

El 47.42% contestó que: no leían nada, no acostumbraban ir a algún espectáculo; no ven programas de televisión.

El 48.08% contestó que lee revistas; está acostumbrada a salir a algún espectáculo; ve telenovelas y va al cine (Ver Tabla 6).

Tabla 6.- Relación ente el tiempo libre y el tipo de rendimiento académico, en forma porcentual



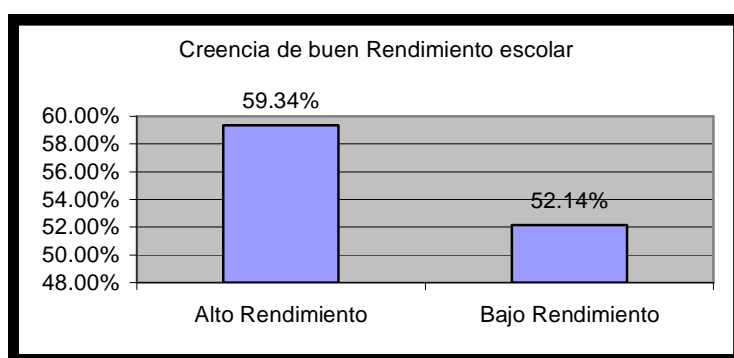
Fuente: Araus, 2001

## Rendimiento Escolar

En este rubro, el 59.34% (alto rendimiento) contestaron que: sus calificaciones han sido excelentes; su memoria la consideran excelente; sus capacidades de concentración y memoria las consideran excelentes; su captación de las ideas la consideran excelente; sí disminuye su aprovechamiento escolar por su vida social; su aprendizaje disminuye por los profesores, puesto que su alto rendimiento escolar se lo atribuyen a ellos.

El 52.14% (bajo rendimiento) cree que: su desarrollo escolar ha sido bueno; sus calificaciones son buenas; su memoria es buena; su capacidad de concentración es buena; su capacidad de captación de ideas es considerada buena; su aprovechamiento escolar no se ve afectado por su vida social y su rendimiento escolar se lo atribuyen a ellos mismos (Ver Tabla 7).

Tabla 7.- Relación ente la creencia de buen rendimiento y el buen rendimiento, en forma porcentual



Fuente: Araus, 2001

Dada la importancia de este problema, diferentes autores han generado estrategias básicas para hacer del estudio un hábito sistemático y con buenos resultados. Entre otras investigaciones, las de, Dweck (1983), Leaver (1997), Jones (2002) y Grajales (2002) se distinguieron por su forma de facilitar y dar estrategias para solucionar esta problemática, que se resumen en las seis estrategias siguientes:

#### 1. Planificar el tiempo de manera realista

- Estructurar el horario académico como si fueran 40 horas semanales de trabajo; después de todo estudiar es la actividad principal. Si un día no se cumplen las horas previstas, se tendrán que recuperar al día siguiente.

- Utilizar un calendario para registrar todas las actividades de horario regular y las fechas asignadas para exámenes y trabajos. Incluyendo tiempo para dormir, hacer ejercicios físicos y actividades sociales.
- Determinar el mejor lugar y momento del día para estudiar. Lo ideal es estudiar sin distracciones (televisión, ruidos, olores, etc.), en un lugar ordenado, bien aireado y con buena luz, y disponiendo de un asiento cómodo.
- Revisar diario los apuntes que fueron tomados en clase; esto ayudará a afianzar contenidos y a comprender mejor los nuevos temas. Si se pierden los apuntes, deben conseguirse cuanto antes.
- Dividir los trabajos muy extensos o complicados en sub-tareas o etapas más pequeñas y manejables; eso permitirá ir avanzando, sin agobiarse con tanto volumen de trabajo.
- Premiarse por completar las tareas. Es decir, reconocer lo que se ha logrado aunque aún no se haya terminado el proyecto entero; ayudará a tener mejor disposición ante lo que aún queda por hacer.

## 2. Leer activamente

- Antes de leer, se debe revisar el material de ese capítulo: leer las introducciones y resúmenes, tener presente los objetivos y contenidos señalados en el programa de la asignatura. Esto ayudará a tener presente las ideas centrales y más relevantes con las que ir relacionando el resto de la información.



- Leer comprensivamente; no se debe de avanzar si no se está entendiendo. Memorizar sin comprender puede confundir, y los contenidos se olvidan rápidamente.
- Tomar notas a medida que se lee. Intentar hacer un esquema del material organizando las ideas principales y todos los detalles que las justifican. Organizar las ideas de una manera que tenga sentido, esto facilitará recordar los detalles.
- En las propias palabras, escribir un breve resumen de las ideas centrales o realizar un diagrama que ilustre las relaciones entre las ideas principales. Conseguir organizar y expresar los contenidos con sus propias palabras, es reflejo de estar realmente aprendiendo.

### 3. Potenciar la memoria al máximo

- Para estudiar, es importante estar concentrado: a mayor concentración, mayor capacidad de memoria. Por esto es importante que antes de comenzar se atiendan las necesidades básicas de sueño, alimentación y/o relajación para poder concentrarse al máximo.
- Se puede utilizar un sistema de tarjetas o fichas para las ideas o términos que resulten difíciles de comprender y/o retener. Esto permitirá consultarlas o repasarlas de manera ágil y cómoda.

### 4. Emplear estrategias para recordar las ideas clave.

- Generar ejemplos, realizar resúmenes y fichas, subrayar textos o apuntar notas al margen.

- Se pueden crear acrónimos
- Dibujar diagramas de los conceptos. Es necesario explicar verbalmente el concepto y reproducir el diagrama.
- Estudiar hasta ser capaz de definir y explicar el tema con palabras propias, sin ayuda de fichas ni esquemas; es decir no sólo poder reconocer información.

#### 5. Durante las clases

- Asistir a todas las clases.
- Preguntar cuando no se entienda.
- Trabajar con un tutor.
- Enterarse de la existencia y familiarizarse con los recursos disponibles en la biblioteca y en Internet que puedan ser útiles.
- Acercarse a los profesores y pedirles lecturas complementarias
- Formar grupos de estudio.

#### 6. Buscar las mejores condiciones ambientales

- Siempre que sea posible, estudiar en un lugar donde no haya ruidos y que esté bien ventilado y alumbrado.
- No escuchar música, ni aún ponerla de fondo con un tono suave y de ritmo pausado, como es pensado.

- Mantenerse siempre en buenas condiciones físicas de descanso y comida.

Se debe dejar claro que aún cuando la teoría (Rodríguez 2004) habla de contar con lugares tranquilos, fuera de ruido, lugares específicos y de algunas otras condiciones que parecieran ser imposibles para la mayoría de los estudiantes en México, se deben buscar lo más aproximado a ellos, siendo esta tarea conjunta entre padre e hijos y, de esta forma, crear un vínculo entre padre-adolescente-estudio, el cual ayudará a eliminar gran parte de los problemas familiares que se desarrollan en esta etapa.

**CAP 3**  
**LOS PROBLEMAS FAMILIARES**

Si, como en muchas anteriores ocasiones se ha dado a entender, tomamos a la familia como piedra angular de una sociedad sana o funcional, encontraremos la importancia de una sana relación entre sus miembros.

Según Caballero y Rodríguez (2004) una parte fundamental de la vida de un individuo es la dinámica familiar y de aquí la importancia de las buenas relaciones familiares con los adolescentes, siendo esta la colección de fuerzas positivas y negativas que afectan el comportamiento de cada uno de los miembros de la familia. Esto es: la forma en la que piensan, actúan, sienten y se relaciona cada miembro, de esa familia en particular, afectando a cada uno de los miembros de la misma, de tal forma que favorece o entorpece el desarrollo de un clima de seguridad y afecto en cada uno de los integrantes.

Hernández (2002) nos dice que la familia nos sirve como unidad social primaria. Los padres actúan como agentes socializadores, proveen a los hijos de objetivos y valores de los cuales se obtendrán pautas conductuales, mismas que constituyen la base para la interacción con otros.

Asimismo, como señala Horrocks (1986), la familia proporciona al niño un sistema socializante en el que se enfrenta a un modelamiento de conductas disciplinarias y afectivas. González (1997) y Chapela (1997) nos dicen que la familia proporciona una estructura dentro de la cual el niño puede encontrar raíces, continuidad y un sentido de pertenencia.

En este sentido, Leveton (1997) señala que los sistemas familiares son descritos como funcionales o una familia es descrita como funcional, cuando su proceso sirve para promover el saludable crecimiento de sus miembros y, son disfuncionales, en el grado que retardan el desarrollo de los mismos y crean síntomas en uno o más de ellos.

En las últimas décadas se han producido, con el cambio de las condiciones sociales, modificaciones en las dinámicas familiares dando como resultado la entrada en una crisis a nivel estructural de lo que conocíamos como familia tradicional. A ello ha contribuido, junto con el factor urbano y de vivienda, la ausencia de los padres por motivos laborales, por lo que el hogar se ha convertido, en muchas ocasiones, en un espacio en el cual sólo se come y se duerme (González 2004).

Esto nos lleva a darnos cuenta de la importancia de la dinámica familiar. Según Jackson (1990), la dinámica familiar es la colección de fuerzas positivas y negativas que afectan el comportamiento de cada uno de los miembros de la familia. Esto es, que la manera en que piensan, actúan, sienten y se relacionan con cada miembro de la familia afecta a los demás miembros de la misma, de tal forma que favorece o entorpece el desarrollo de un clima de seguridad y afecto.

La dinámica familiar implica vínculos entre los miembros de la familia que son de tipo biológico, psicológico, social y económico y estos vínculos son tan fuertes que la crisis de uno sólo de los miembros puede desbalancear el sistema familiar completo.

La familia sana debe tener la capacidad de ser flexible para adaptarse constantemente a los cambios que se suscitan de las influencias del medio, tanto externo como interno, a la propia estructura

Por esto la familia se considera como una unidad flexible que va cambiando y adaptándose a las diversas condiciones que se le presentan, como son el nacimiento de los hijos, la pubertad de los mismos y la madurez de los padres, el que los hijos se marchen a formar nuevas familias y el envejecimiento de los padres, por mencionar algunos de los grandes cambios en la vida familiar.

Siendo la familia la célula básica de la sociedad donde el individuo aprende a comportarse y consolida su personalidad, es de suponerse que el nivel emocional esté más implicado dentro de la unidad.

Fernández (1999) menciona que las familias y sus dinámicas, dada la importancia de éstas, se pueden dividir en: familias aglutinadas, familias uniformadas, familias aisladas y familias integradas. Las familias aglutinadas son aquellas en las que todos los miembros permanecen unidos en exceso, incluso de una manera peligrosa quitando independencia a los miembros de ésta. Las familias uniformadas son aquellas donde un miembro del grupo, siendo éste habitualmente el padre, tiene derechos sobre los otros integrantes de la familia y la interacción será autoritaria entre los miembros. En cuanto a las familias aisladas predomina la poca comunicación entre los miembros, así como la falta de expresiones de afecto y por último en la familias integradas existe un equilibrio en los roles asignados y asumidos; en éstas cada miembro tiene claro su rol y sus obligaciones dentro de la misma, siendo éste el modelo esperado para todas las familias.

Hoy en día no es difícil comprender la problemática del adolescente. Si lo entendemos como un producto de un largo y complejo trabajo de interacciones con su familia, el conflicto individual que presenta dicho adolescente, será solamente la manifestación de los conflictos familiares.

Se puede decir que durante cierto periodo de la adolescencia, los adolescentes y sus padres se llevan bien o tiene buenas relaciones, comparten descubrimientos, discuten proyectos y problemas y por lo mismo disfrutan de su compañía.

El adolescente solicita privilegios, pero las responsabilidades le parecen demasiado pesadas. La capacidad de asumir responsabilidades es algo impuesto por los adultos y, por lo tanto, punto de discusión entre ellos.

Una fuerte ambivalencia del crecimiento que siente el adolescente es el temor al fracaso. Cada vez que se trata de acercarse a la edad adulta, se pone a prueba a sí mismo.

Además, para encontrar un conjunto de valores a los que pueda considerar propios, es probable que el joven tenga que comenzar impugnando los valores establecidos de sus padres.

La adolescencia pone en crisis no sólo al adolescente, sino también a la familia, concibiendo a ésta como un sistema dinámico organizativo, el cual es algo más que la suma de sus elementos; más bien puede considerarse como una totalidad que regula la relación de estos, por límites claros y flexibles así como por un conjunto de reglas (Hernández 2002).

La principal influencia de las relaciones familiares sobre la conducta del adolescente proviene del tipo de relación afectiva que existe entre éste y sus padres (Castellanos, 1987). Como Entorf (1992) lo ha señalado las relaciones familiares satisfactorias en lo personal y constructivas en lo social, parecen depender en su mayor parte de la capacidad de sentir afecto genuino y sostenido por parte de los padres.

Por lo tanto, podríamos entender que muchas crisis de esta etapa son realmente crisis de una estructura familiar rígida e intolerante, o de padres que no aceptan los cambios externos e internos o que no hayan asumido su propia madurez y se identifiquen con los problemas de los adolescentes. Solona (2002), Madera (2000), Castellanos (1992), Mussen (1987) y Hadfield (2002) concuerdan en la existencia de tres tipos de autoridad en la familia (representada en la mayor parte de las ocasiones por el padre aun cuando no lo es siempre); los padres autoritarios, los padres permisivos y los padres demócratas.



Los padres autoritarios existen en hogares de control autoritario, esto es: establecen reglas exigentes sobre los hijos, los castigan duramente cuando faltan al cumplimiento de estas normas. Los padres se colocan sobre sus hijos y generalmente no les dejan expresar opiniones personales ni tomar el mando o la iniciativa en su vida, basándose en la creencia de que ellos saben qué es lo mejor para ellos o lo que les conviene y por lo tanto se deben someter a sus mandatos, o de lo contrario sufrir las consecuencias.

En cuanto a la evaluación del funcionamiento de este método Rappaport (citado en Solana 2002) y Leao (citado en Madera 2000), dicen que el joven que se encuentre en una familia con este método, perderá el deseo de autodirigirse, habituándose a depender de la familia. El estar fuera de la familia lo hará sentir inseguridad, perderá confianza en sí mismo y dejará que otros decidan por él.

Los padres democráticos, según estos autores, le dan al adolescente la oportunidad de practicar libremente la toma de decisiones en cuestiones sobre su propia conducta y dirigirse por ellos mismos, siempre y cuando estén dentro de los límites marcados por los padres, quienes están dispuestos a explicarlos y renegociarlos, aún cuando ellos siempre se reservan el derecho de tomar las decisiones finales cuando lo consideran necesario.

En su evaluación, estos hogares crean adolescentes concientes, dado que reciben explicaciones y amonestaciones acerca de lo que se espera de ellos y de los castigos que se impondrán en caso de no seguir las reglas. La gran ventaja de estos hogares es el sentimiento de los adolescentes de ser tratado con justicia.

Por último se encuentran los hogares de padres permisivos, de los cuales Powel (1980) habla pero les da el nombre de padres suaves o de poco carácter. Los autores convendrán en que este tipo de padres, dan al adolescente la posibilidad de hacer lo que desee aún cuando esto no sea correcto o lo más conveniente para sí mismo y, en la mayoría de las ocasiones, no estando de

acuerdo con los padres; es decir, él tiene la posibilidad de acatar o no, las reglas que han impuesto sus padres.

Al evaluar el método permisivo, los autores dicen encontrar un sentimiento de inseguridad dado que su conducta nunca ha sido dirigida y restringida. Además este método puede llegar a crear adolescentes que nunca lleguen a conducirse de una manera que sea adaptable o asertiva socialmente, gracias a la poca o nula disciplina que recibió durante su vida.

## A. LA DISCIPLINA

Antes de tocar el punto principal, hablaremos de la disciplina, que en esta época es uno de los primordiales problemas. El término disciplina a primera vista parece ser incompatible con la libertad que busca el adolescente, pero realmente interviene tanto una como la otra en el desarrollo de la personalidad hacia la madurez y la autonomía del individuo.

La disciplina y la libertad tanto en la adolescencia como en cualquier edad son complementarias; para que exista una verdadera disciplina es necesario que haya cierta libertad y, de igual manera, la libertad no puede ser real sin disciplina. Hadfield (2002) lo expresa de la siguiente manera: sólo a través de la disciplina podemos aprender a hacer cosas correctamente y solamente aprendiendo a hacerlas correctamente tendremos una real libertad para hacerlas.

Desde luego la disciplina no significa el sometimiento de todo deseo natural ni la represión total de la conducta de un individuo, sino el empleo de las guías, límites y orientación de esos impulsos, aplicados en forma y cantidades adecuadas.

Hay dos aspectos opuestos de la disciplina: la falsa disciplina aplasta y reprime; la verdadera disciplina controla y dirige. La primera conduce a la rebelión,

que será tratada un poco más adelante, y la segunda a la libertad de la personalidad que utiliza las potencialidades innatas y proporciona eficiencia y dicha.

Con la llegada de alguno de los hijos a la adolescencia, los padres se encuentran en un dilema respecto a la disciplina que se debe de aplicar; los hijos no permitirán que se les trate como si fueran niños. A los padres les resulta muy difícil establecer el balance al imponer su autoridad sobre sus hijos y al mismo tiempo darles la oportunidad de experimentar en su comportamiento. El control y el establecimiento de límites en forma equilibrada sobre la conducta, son necesarios para el desarrollo adecuado de su personalidad (Powell 1980).

Fischer en 1995 (citado en Molina 2000) estudió la interacción de las familias con adolescentes con problemas y sin problemas, llegando a conclusiones concernientes a las relaciones y el funcionamiento familiar. Cuando un adolescente con problemas está involucrado, las familias evidenciaron la pérdida de reciprocidad de necesidades y tuvieron un gran desacuerdo acerca de las relaciones en la familia. Estas familias con adolescentes con problemas fueron discriminablemente diferentes a las familias sin problemas. Por lo tanto, la influencia de la familia en el desarrollo del adolescente es decisiva. Debe existir una disponibilidad de los padres para dejar entrar y salir a los adolescentes del sistema familiar, con el fin de que pueda ser atravesada la etapa sin ningún nivel alto de tensión, permitiendo con esto la maduración.

En un nivel motivacional más profundo, el crecimiento del joven puede resultar amenazante para los padres. Por un proceso de identificación inversa de los padres con los hijos, puede reavivar los temores y conflictos no resueltos de su propio pasado de adolescentes. Hasta puede motivar una especie de celos por los placeres que aún guardan los adolescentes, tal vez mitigados por la perversa idea que los jóvenes desperdician su juventud.

La resistencia de los padres al el crecimiento del hijo puede venir de su poca disposición a perder la autoridad que han acumulado a lo largo de una década y media (Stone y Church citado en Castellanos 1971).

Acostumbrados a la obediencia que tenían cuando los adolescentes eran niños, los padres y los adolescentes entran en pugna por el poder, y las consecuencias posteriores dependerán del criterio amplio o cerrado de los padres, de los lazos creados entre sus miembros a lo largo de la infancia y del tipo de temperamento del adolescente.

En ocasiones, cuando existen padres indiferentes, los adolescentes no luchan contra los padres; luchan en contra de esta indiferencia, puesto que sólo así pueden llamar la atención de los padres, si los adolescentes observan que con una mala conducta llaman la atención de los padres, estas conductas se repetirán de manera cotidiana. Si nosotros partimos, de que la problemática comienza a partir de los puntos de vista de cada uno, encontramos que en estudios realizado por Castellano (1971) en el área familiar con niños de 14 a 16 años, se encontró que el 25% de los adolescentes no están conformes con la manera en la que se les trata, puesto que sienten que se les trata de la misma forma que cuando eran niños, mientras que el 50% de éstos creen que existen cambios en la forma en la que son tratados.

Mientras que con respecto a la autoridad escolar, entiéndase por esta a maestros o el mismo director de la escuela, se encontró que el 7% rechaza abiertamente a la autoridad y el 62% dice que es necesaria, aún cuando en ocasiones es injusta en sus decisiones.

En el área social se encontró que sólo el 2% de los encuestados piensan que la sociedad ésta mal y se equivoca en el trato que les da y un 80% responden que uno debe de ser tratado como trata.

Existe un cambio en los adolescentes de 17 años entre los cuales sólo el 10% está disconforme con el trato que recibe de la autoridad familiar.

En donde se encuentra un porcentaje más alto de disconformidad, es en los adolescentes de 14 a 16 años, es en el área de autoridad escolar, donde la inconformidad es del 18% de los adolescentes, puesto que piensan que la autoridad es tirana.

Para los adolescentes de 17 años, el rechazo social es más obvio, puesto que se encuentra un incremento de 39% con respecto a los adolescentes de 14 a 16, llegando a ser un 41%.

En cuanto a los adolescentes de 18 años se encontró que en el área familiar se mantiene el porcentaje de disconformidad quedándose en el 10%, aun cuando esta disconformidad se encuentra en mayor medida en el trato que reciben de los padres (sexo masculino) y en especial los hombres con un 90%.

En donde sí existe un cambio dramático es en el área social, puesto que el 87% de los encuestados cree que la forma en la que es tratado ésta mal y no se le da la importancia que se debe; un 8% acepta la autoridad pero con reservas.

Como resultado podemos ver que la molestia más grande para los adolescentes en todas sus categorías, es el que ellos ya se sienten con la capacidad y derechos de poder asumir una responsabilidad. Se dan cuenta de que el adulto no los considera así, lo que provoca en él un resentimiento hacia la familia, la escuela y la sociedad, que está impidiendo demostrar y demostrarse a sí mismo que ya está listo para poder asumir responsabilidades y llevarlas a buen término. Con respecto a la ya bien conocida y estudiada brecha generacional, que no es más que la diferencia de edades, representadas por las formas de esparcimiento, las maneras de relacionarse, la manera de hablar y todo aquello

que le da el nombre de adolescente, dando, a cada uno de estos puntos, una posibilidad para desarrollar grandes batallas entre el adolescente y el adulto.

El salto generacional que existe entre padres e hijos, y las nuevas necesidades de autonomía de los adolescentes, provocan ciertas tensiones familiares, pero el hecho de que existan algunos conflictos inevitables no quiere decir que las relaciones entre padres e hijos estén continuamente deterioradas. Existen investigaciones que demuestran que un comportamiento paternal de orientación igualitaria, democrática y liberal favorece que no aparezcan conflictos graves, contribuyendo al diálogo y la comunicación familiar, y pacificando las relaciones con los hijos. Así Grygielski (2003) afirma que los adolescentes que mantienen una comunicación abierta con sus padres, tanto en temas sociales como en temas personales o íntimos, se identifican con ellos más que los adolescentes que no logran alcanzar un buen grado de comunicación socio-personal con los padres.

Otro problema que existe en esta etapa son los estilos de crianza o el tipo de padre (como es más conocido en esta etapa) que tengan los adolescentes

A demás de estos, Hurlock (1979) agregaba, otros dos tipos de padres para determinar las variedades de técnicas de crianza.

1. Padres autocráticos: sus reglas son demasiado estrictas y deben cumplirse al pie de la letra
2. Padres igualitarios: comentan y discuten con sus hijos las normas a seguir

Así, al mismo tiempo también nos da tres formas de control sobre la conducta de los hijos:

1. Control autoritario: estos padres buscarán la disciplina bajo las antiguas creencias; “yo sé más porque soy el padre”, y el adolescente debe someterse a sus mandatos o de lo contrario será castigado de forma severa. En estos hogares se establecen reglas muy exigentes sobre los hijos, los castigan duramente cuando faltan al cumplimiento de esas normas. Los padres se colocan sobre sus hijos, y generalmente no les permite expresar sus opiniones personales ni tomar el mando o iniciativa para el gobierno de sí mismos, basándose en la creencia de que ellos saben mejor lo que les conviene a sus hijos, y que ello se deberán someterse a sus mandatos, de lo contrario serán castigados (Mussen 1978). Este tipo de control sobre la conducta del adolescente implica hacer ceder todo deseo natural del adolescente por superarse; tienden a someter la identidad de los adolescentes a la identidad paterna en una forma casi absoluta y a sofocar la adquisición ordenada y gradual de respuestas de independencia por parte de los jóvenes. Para Rappoport (1978) el joven conducido demasiado estrictamente por sus padres perderá el deseo de auto dirigirse, habituándose a depender de la familia, padres o amigos. Se sentirá inseguro, perderá la confianza en sí mismo y dejará que otros decidan por él.
2. Control democrático: este tipo de control es más flexible; las personas de autoridad explican por qué cierta conducta es esperada y por qué será castigado al violar alguna de las reglas. Este método le da al adolescente la oportunidad de participar libremente en el examen de cuestiones relacionadas a su propia conducta, puede tomar sus propias decisiones y dirigirse por sí mismo, siempre y cuando se encuentre dentro de los límites marcados por sus padres, que estarán dispuestos a explicar sus reglas y expectativas a sus hijos, aún cuando generalmente los padres se reservan el derecho de hacer o tomar las decisiones finales siempre que lo consideren necesario, o bien cuando los jóvenes cuentan con la aprobación de ellos. En relación a la agresión manejada

dentro de las integraciones familiares, observamos que la madre la manifiesta a través de regaños (agresión no física) mientras que el padre la expresa por medio de golpes (agresión física). Truscott (1992) encontró que la agresión en los adolescentes varones, era más significativa cuando ésta era manifestada por la figura paterna. Existen elementos de primer importancia como los son: el afecto entre miembros, la comprensión, los patrones de comunicación (verbal o no verbal), la independencia, el éxito escolar y las relaciones sociales, que se ven influidas por la familia, siendo indispensables para una buena relación y unión de los miembros de ésta. Por esto el adolescente se ve inmerso en un pequeño sistema socializante (la familia), que le exige enfrentarse a un moldeamiento de conductas disciplinarias y afectivas preestablecidas que serán importantes para su desarrollo ulterior como persona adulta (Portillo y Bafin 1988).

3. Control permisivo: es en realidad un mínimo de control, o no existe control sobre la conducta de los hijos. El adolescente está autorizado a realizar cualquier tipo de conducta, aún cuando los padres no estén de acuerdo. En las familias de padres permisivos, el adolescente está autorizado a hacer lo que piense que es correcto, aún si esto no está de acuerdo con lo que los padres creen que es lo que deba de ser, es decir, el joven tiene la opción de acatar o desacatar los deseos de sus padres al tomar sus decisiones. Algunos padres son tan indiferentes a los problemas que pueden enfrentar sus hijos que no quieren o no les interesa guiarlos ni responsabilizarse de la disciplina de ellos y prefieren darles total libertad.

Bandura y Walter (1980) encontraron que la persona agresiva y antisocial surge de un ambiente caracterizado por el rechazo de los padres, discordia familiar, disciplina punitiva incongruente, así como de la poca o nula disciplina. Las expresiones afectivas cuya ocurrencia fue muy limitada, están expresadas



solamente por la madre y cabe señalar que la calidad de estos afectos, por lo general son negativos.

Evaluando el método de crianza democrático se encuentra que en los hogares, encontramos que, dado que reciben explicaciones y amonestaciones acerca de lo que se espera de ellos y de los castigos que se impondrán si las reglas son rotas, sienten que son tratados más justamente (Hurlock 1979). Según Powell (1980) los adolescentes formados con una disciplina flexible y firme a la vez, tendrán la habilidad de lograr una total independencia de los padres, que se requiere para una autonomía auténtica que pueda madurar después en un profundo sentido de la propia individualidad.

A la hora de hablar de conflictos y discrepancias entre padres e hijos adolescentes los temas hacen referencia a: El orden en la casa, la forma de vestir, la apariencia externa, la obediencia a los adultos, la higiene personal, las peleas con los hermanos, la reivindicación de la autonomía e independencia, el trato a las salidas con otros chicos y chicas, el horario de salidas y las cuestiones económicas

Las nuevas situaciones dadas por la pérdida de docilidad, como no obedecer sin discutir o hacerlo en desacuerdo, cuestionar, crear sus propios valores o adoptar otros; ya no admirar a los padres y maestros, siendo cambiados por artistas o el jefe del grupo de amigos; la modificación en la forma de vestir y en algunos casos, cambiando de amistades (Maldelbaum 1988), dan como resultado que los padres comiencen a cambiar las reglas en casa, cosa que al adolescente no le parece correcto y más si ven o sienten que su libertad se ve coartada, siendo esto a lo que los padres llaman rebeldía. (Solana 2002)

Como resultado de la actitud que tomen los padres con respecto a las demandas de independencia y autonomía del adolescente, se obtendrá la

conducta que el adolescente adopte, para poder obtenerla, actuando como rebeldía o sumisión (Calvo 2003).

## B. LA REBELDÍA

La rebeldía es un rasgo típico de la edad juvenil e impropio de la infancia, no es que en esta última no se den conductas desobedientes, pero tienen un sentido muy distinto a las de la adolescencia. Conviene distinguir la rebeldía de la disconformidad y del espíritu crítico que surge en la adolescencia media. Ninguna de estas actitudes supone rechazo de la subordinación a los adultos; aceptar la autoridad de una persona es compatible con discrepar de ella en la opinión sobre cualquier tema, aún cuando ambas se dan juntas con alguna frecuencia. En esta etapa una de las más grandes problemáticas es la forma en que los adolescentes enfrentan las problemáticas, puesto que en su gran mayoría y en la gran mayoría de las ocasiones actúan de forma emocionalmente negativa, sus respuestas van desde la reacción con desesperación, molestias, en ocasiones golpes, gritos y evasión de la situación así como otros comportamientos antisociales. Esta diferencia ha sido estudiada por Jeif y Delay (1999).

La violencia no tiene un objeto, supone una ruptura completa y definitiva con los otros. La rebeldía, en cambio, tiene objeto, no rompe con los otros y hace referencia a algún valor. La rebeldía es más humana que la violencia. Según Flores y González (2003) es frecuente la existencia de manifestaciones aisladas de rebeldía a lo largo de la adolescencia.

Durante su investigación, Zamora (1976) encontró que en los primeros años de la adolescencia priva un ambiente de alegría y armonía y despreocupación, que tiene su origen en la época de transición de la preadolescencia a la adolescencia en la que se hallan sus integrantes en cambios nunca imaginados. La rebeldía en el ámbito familiar puede agudizarse entre los 14 y 17 años, fase caracterizada como la del negativismo y las impertinencias. La rebeldía

extrafamiliar dirigida contra las estructuras, valores y costumbres sociales, aparece más adelante, y a veces se prolonga más allá de los 20 años. Hay que distinguir 4 tipos de rebeldía en la juventud:

- La rebeldía regresiva: Nace del miedo a actuar y se traduce en una actitud de reclusión en sí mismo. El adolescente adopta una postura de protesta muda y pasiva contra todo.
- La rebeldía agresiva: Se expresa de forma violenta. El adolescente, no pudiendo soportar las dificultades de la vida diaria, intenta aliviar sus problemas haciendo sufrir a los demás.
- La rebeldía transgresiva: Consiste en ir contra las normas de la sociedad, o por egoísmo y utilidad propia, o por el placer de no cumplirlas.
- La rebeldía progresiva: Es signo del adolescente que sabe soportar el paso de la realidad pero no el de la injusticia, acepta las reglas, pero las discute y critica para mejorarlas.

La juventud es rebelde por naturaleza, y los jóvenes actuales son más rebeldes que los de otras épocas, dado que la sociedad en la que viven ha cambiado; solamente a causa de determinados cambios sociales, el afán de independencia de los adolescentes ha podido derivar hoy en fenómenos de delincuencia juvenil, y de la mentalidad marxista de cierta parte de la juventud que tiene una arraigada conciencia de clase frente a los adultos. De hecho Hurlock (1990) encontró, como resultado de su investigación de la percepción de los adolescentes, que un 64% de los jóvenes acusan a sus padres de ser anticuados, rígidos y carentes de comprensión de sus necesidades.

Son muchos los medios utilizados para mantener el control sobre los adolescentes: limitaciones económicas, imposición arbitraria de órdenes,

prohibiciones y los chantajes afectivos que son los mas insidiosos porque, suscitando sentimientos de culpabilidad y de ansiedad, aumentan las dificultades para rebelarse. De hecho, se necesita sobretodo al comienzo de la adolescencia, normas de vida en común que los adultos no le impongan arbitrariamente sino que sean decididas democráticamente (Navarro 2001).

Las dificultades en las relaciones entre los padres y los adolescentes se manifiestan en particular en la incomunicabilidad reciproca y de los conflictos. Es raro que los adolescentes consigan establecer un diálogo con sus padres.

En un estudio mas detallado con 847 adolescentes realizado por Guadalupe Solis (2002) encontró que el 56% de los hombres y el 62% de las mujeres tienden a expresar con más frecuencia la emoción de enojo al no poder comunicarse con sus padres, dándoles una inestabilidad emocional como resultado de esto.

Dentro de esta investigación también apareció, que todo tipo de cambios emocionales comenzaron a partir de que los padres cambiaron en su forma de ser y comenzaron a tratarlos de diferente forma. Sin embargo, un 12% señaló que sus padres siguieron teniendo actitudes protectoras como cuando eran niños y esto no les causo ningún problema.

Otro dato interesante que dio esta investigación fue al preguntar a los adolescentes cómo sus padres se comportaban con ellos: el 31% de las adolescentes respondieron que eran comprensivos y que intentaban siempre orientarlas, pero que estas pláticas terminaban ocasionalmente en enojos. En cuanto a los adolescentes, el 38% mencionó que sus padres parecían más comprensivos conforme pasaba el tiempo, pero el 42% decía que sus padres eran enojones y enérgicos a la hora de sus regaños. En los dos casos mencionaron al padre como principal persona de autoridad impositora y poco tratable a la hora de intentar solucionar un problema.

## Estado emocional

Dentro de la investigación, Solís (et al.) encontró que las emociones durante el periodo de la adolescencia se agudizan, según señalamientos de los adolescentes de esta investigación, en el sentido de que estaban más sensibles, enojados y/o alegres por todo; pero lo curioso era que sus padres ante estos cambios abruptos de estado de ánimo les explicaban que esta inestabilidad era algo normal durante este periodo.

Y es por esto que el 58% de las mujeres y el 60% de los hombres señalaron que en la manifestación de su adolescencia, se enfatizó la tendencia a expresar con más frecuencia la emoción de enojo, aunque también mencionaron su inestabilidad emocional, es decir, pasar de un estado de ánimo a otro (alegría/tristeza/enojo) sin razón aparente (Ver Tabla 8).

Tabla 8.- Cambios emocionales señalados por los adolescentes

Estado emocional	Mujeres	Hombres
Enojo	58%	60%
Inestabilidad emocional	22%	20%

Fuente: Solís 2002

## Cambios actitudinales

En esta investigación se observó que el 32% de las jóvenes se refirieron a que notaron una modificación en sus ideas, específicamente en los ámbitos sociales: ayuda en casa, la sobre población etc. Mientras que el 43% de los hombres señalaron cambios en su forma de ser, el 29% mencionan el cambio de ideas: “mis padres no son tan rigurosos como pensaba y sus consejos son buenos” (Ver Tabla 9).

Tabla 9.- Cambios en las actitudes señaladas por los adolescentes

Cambio de actitud	Mujeres	Hombres
Cambio en forma de ser	32%	43%
Problemática social	14%	0%

Fuente: Solís 2002

### Cambios conductuales

El 25% de las mujeres dijeron tener como cambio importante en su adolescencia la impulsividad, es decir dejarse llevar por lo que sentían en ese momento, el 19% mencionó que otro cambio era el que ya podían ir a fiestas, mientras que en los hombres se manifestó como cambio el poder asistir a fiestas; el 29% el poder practicar otro tipo de deportes y como un factor terciario el poder gritar más y el pelear. Pero algo en lo que los dos concordaron con el 30% es que ya pueden opinar más en las decisiones familiares (Ver Tabla 10).

Tabla 10.- Cambios conductuales señalados por los adolescentes

Cambios conductuales	Mujeres	Hombres
Impulsividad	25%	0%
Asistir a fiestas frecuente mente	19%	29%
Pelear y gritar	0%	21%
Opinar y platicar en casa	30%	30%

Fuente: Solís 2002

### La concepción de la adolescencia

En este rubro se tomó la opinión de los adolescentes, donde el 25% de las mujeres dijeron que la adolescencia es una etapa de cambios en general, lo cual expresaron con comentarios y opiniones positivas en cuanto a que es difícil pero

es bonita. También el 25% mencionó que en su definición los cambios psicológicos advertidos en esta etapa de cambio por ejemplo: “no sé lo que quiero”, “pensamos diferente”. El 14% aludió a cambios en sus actividades cotidianas tales como ir a fiestas y su independencia en actividades de la edad.

El 30% de los hombres dijo que esta etapa era una época de cambios físicos, y el 19% de libertad de realizar diferentes cosas que antes estaban prohibidas aún cuando no profundizaron en estas actividades (Ver Tabla 11).

Tabla 11.- Conceptualización de la adolescencia señalada por los mismos adolescentes

La concepción de la adolescencia	Mujeres	Hombres
Cambios generales	25%	0%
Cambios físicos	0%	30%
Cambios psicológicos	25%	0%
Cambio de actividades	14%	0%
Libertad en la toma de decisiones	0%	19%

Fuente: Solís 2002

### Relaciones familiares

En este rubro en los dos grupos, mujeres y hombres, mencionaron que desde que se iniciaron sus cambios físicos, emocionales y de comportamiento, sus padres cambiaron la forma de relacionarse con ellos, es decir, empezaron a tratarlos de diferente forma y sobre todo a solicitarles conductas que regularmente no hacían, por ejemplo tomar parte en las decisiones familiares.

El 23% de las chicas señalaron que ambos padres mostraron actitudes protectoras, pero el 17% dijeron que sus padres dejaron de mostrarlas, puesto que les daban más libertades y la posibilidad de tomar decisiones. El 14%

mencionaron su integración a la dinámica familiar mediante las actividades domésticas y el 11% mencionó tener conflictos familiares por los permisos para las fiestas.

En los hombres, sus respuestas se enfocaron de la siguiente forma: 24% dijo que sus padres los incluyeron en la dinámica familiar tomando en cuenta sus decisiones; le 20% dijo que observó empatía (apoyo en sus decisiones). Sin embargo, el 12% señaló que sus padres mantuvieron una actitud protectora infantil, es decir, no los dejaban salir y los cuidaban en exceso y si los dejaban salir, parecían “policías” (Ver Tabla 12).

Tabla 12.- Cambios en las actitudes del entorno sociofamiliar observados a partir de las manifestaciones de su adolescencia.

Relaciones familiares	Mujeres	Hombres
Inserción a la adolescencia	14%	8%
Abandono a actitudes protectoras	17%	4%
Mantenimiento de conductas protectoras	6%	12%
Conflictos con la autoridad paternal	11%	8%
Empatía familiar	9%	20%

Fuente: Solis 2002

Se debe aclarar que entre las diferencias de las mujeres y los hombres, para los hombres fue más fácil entrar a la dinámica familiar y recibían mayor protección. En cuanto a cómo se comportaban sus padres con ellos, el 31% de las mujeres dijeron que son comprensivos y que las orientan todo el tiempo, pero el 28% mencionó tener problemas con los padres porque son “muy enojones”.

El 38% de los hombres indicaron que sus papás son comprensivos; el 25% cree que son enojones y debido a esto no hablan con ellos, sino con las madres (Ver Tabla 13).



Tabla 13.- Características de los padres de los adolescentes

Características del padre	Mujeres	Hombres
Comprensivo y guía	31	38
Cariñoso	24	25
Enojó	28	25
Responsable	14	6
Comunicativo	3	6

Fuente: Solís 2002

En este cuadro se puede observar que tanto mujeres como hombres señalan actitudes extremas de parte del padre, es decir, son cariñosos pero al mismo tiempo enojones en el mismo porcentaje.

#### Características para las buenas relaciones

Tanto los hombres como las mujeres, piensan que desearían que sus padres y madres tuvieran características para favorecer el establecer buenas relaciones sociales, esto es: la posibilidad de platicar de todo, pero de todo, sin importar que son nuestros padres. Así pues, la familia es transmisora de afecto, ideas, valores y cultura, pero también de agresión. Bandura (1980) menciona que en los ambientes muy poblados y en ambientes en donde las necesidades de los habitantes no son satisfechas adecuadamente, crean condiciones que pueden favorecer que los individuos reaccionen en forma agresiva. También determina que existen tres fuentes principales de conductas agresivas:

- a) Modelamiento simbólico: se refiere al aprendizaje de modelos agresivos como pueden ser palabras, imágenes y acciones que se reciben a través de los medios de comunicación masiva, específicamente en la televisión. Esta programación de conductas puede darse de manera individual o colectiva.

- b) Influencias subculturales: los aspectos culturales que rodean al individuo tienen gran influencia en el desencadenamiento de la agresión. Se encuentra con frecuencia que las conductas agresivas pueden ser fomentadas dentro de un grupo, cuando a través de ellas los individuos ganan estatus que los hace ser aceptados por el poder desarrollado dentro del grupo.
  
- c) Influencias familiares: constituyen la principal fuente de agresión, que generalmente se encuentra moldeada o reforzada por el núcleo familiar. En la forma de educar, que en ocasiones adoptan los padres, se pueden observar indicadores agresivos como la disciplina, que a través de la dominación enseña al hijo respuestas agresivas, por lo que en sus interacciones posteriores, este puede ser capaz de manifestar elementos asociados con la conducta de vida en el seno familiar.

De aquí la importancia de un buen funcionamiento de la familia, ya que todo ello lleva a la conformación psicológica del individuo, que se nutre del contexto al que pertenece para llegar a una consolidación a partir de las normas que este sistema establece y las cuales el sujeto deberá comprender y aprender a utilizar de manera correcta y poder ser asertivo dando como resultado, un buen desarrollo dentro de la sociedad en la que se encuentre.

**CAP 4**  
**ASERTIVIDAD**

Dentro de los dos capítulos anteriores encontramos dos de las más grandes problemáticas de los adolescentes: los hábitos de estudio y los problemas familiares, es por esto que se decidió escribir en este estudio sobre la herramienta que sería útil para evitar estos dos problemas y muchos otros dentro de esta edad y la vida adulta. Una herramienta útil para enfrentar la problemática, es llamada asertividad. Es ésta, la que nos da esa posibilidad.

La mayor parte del tiempo las personas están en continua interacción con los demás, la dirección de nuestra vida está determinada en gran medida por la riqueza de nuestras habilidades sociales. Muchos problemas psicológicos son originados por la gran dificultad a la hora de relacionarse con los demás, o lo que es lo mismo por deficiencias en la asertividad.

Gracias a los intercambios sociales, se presentan acontecimientos que requieren de la utilización de la asertividad, ya que ésta facilita adaptación y aceptación a los cambios de la vida, ya que esta permitirá resolver y evitar complicaciones.

Pero ¿qué es la asertividad?, se encuentran diferentes definiciones como la de Beauchamp, (1985) que nos dice que es el conjunto de principios y derechos que hacen a un modelo de vida personal enfocado a lograr el éxito en la comunicación humana, su esencia radica en la habilidad para transmitir y recibir mensajes haciéndolo de forma honesta, profundamente respetuosa, directa y oportuna y para, Stephen (1995) la asertividad se inserta en el primer hábito; el ser proactivo, el ser responsable de nuestro propio destino y de nuestras respuestas ante cualesquier estímulo de éxito o fracaso que nos plantee el medio, la asertividad hace que los estímulos que nos llegan sean los que exactamente nos fueron enviados; y hace que enviemos aquellos mensajes que en realidad queremos mandar y que esencializan nuestro respeto y el de los demás.

Uno de los componentes de la comunicación clara y abierta es la asertividad (Aguilar y Kubli, 1993). Actuar asertivamente significa tener la habilidad para transmitir y recibir los mensajes de sentimientos, creencias u opiniones propias o de los demás de una manera honesta, oportuna, profundamente respetuosa. Ser asertivo no es ser agradable al otro, es triunfar en el respeto mutuo.

La asertividad implica también control emocional, saber decir y escuchar, ser positivo y la expresión no verbal de los mensajes. La conducta asertiva requiere el manejo armonioso de estos elementos con el fin de lograr una comunicación satisfactoria permanente

Bellack y Hersen (2002) dicen que la asertividad es la habilidad de un individuo para expresar sentimientos tanto positivos como negativos en una gran variedad de contextos interpersonales, disminuyendo posibles conflictos, asimismo Carl Rogers (1997) nos dice que, es la fuerza que permite considerar importantes a quienes se comunican con nosotros, y en mantener con las personas una comunicación correcta, exacta y respetuosa.

Otro autor que define la asertividad es Caballo (1991) y nos dice: La conducta asertiva es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

García (2003) la define como: La habilidad de expresar nuestros deseos de una manera amable, franca, abierta, directa y adecuada, logrando decir lo que queremos sin atender contra los demás. Negociando con ellos su cumplimiento.

Leon y Medina (1998) definen la asertividad como la capacidad de ejecutar aquellas conductas aprendidas que cubren nuestras necesidades de comunicación interpersonal y/o responden a las existencias y demandas de las situaciones sociales de forma afectiva.

Una definición de las más extensas y la última que daremos, es la de Cabrera (2003) que nos dice que es: la expresión directa de los propios sentimientos, deseos, derechos legítimos y opiniones sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de esas personas. La aserción implica respeto hacia uno mismo al expresar necesidades propias y defender los propios derechos y respeto hacia los derechos y necesidades de las otras personas. Luego entonces las personas tienen que reconocer también cuáles son sus responsabilidades en esa situación y qué consecuencias resultan de la expresión de sus sentimientos. La conducta asertiva no tiene siempre como resultado la ausencia de conflicto entre las dos partes; pero su objetivo es la potenciación de las consecuencias favorables y la minimización de las desfavorables.

La ventaja de ser asertivo es que puede obtenerse lo que se desea sin ocasionar trastornos a los demás. Siendo asertivo se puede actuar a favor de los propios intereses sin sentirse culpables o equivocados por ello; igualmente dejan de ser necesarios la docilidad extrema o la retracción, el ataque verbal o el reproche, estas formas de actuación pasan a verse como lo que son, formas inadecuadas de evitación que crean más dolor y estrés del que son capaces de evitar.

Por lo tanto, la asertividad se trata de "La habilidad de relación en un contacto positivo, entendido como el llegar a convivir fácil y cómodamente con los otros, implica abrirse, expresarse, compartir y evitar problemas. Es crear espacio en nuestras vidas para encontrarse con los otros, es estar presentes, si no estamos presentes se deterioran poco a poco nuestras relaciones con los demás y nos ponemos en riesgo de perder contacto" (Dionea M. y Reig A. 1996). Siendo

esto lo que pasa con la contraparte de la conducta asertiva que sería la conducta pasiva y la conducta agresiva que ha sido estudiada (Reyes 1992), y que reconsidera como:

La conducta pasiva: Se convierte en la trasgresión de los propios derechos al no ser capaz de expresar abiertamente sentimientos, pensamientos y opiniones o al expresarlos de una manera autoderrotista, con disculpas, con falta de confianza, de tal modo que los demás puedan, de tal modo, no hacerle caso. La no aserción muestra una falta de respeto hacia las propias necesidades. Su objetivo es el apaciguar a los demás y el evitar conflictos a toda costa. Comportarse de este modo en una situación puede dar como resultado una serie de consecuencias no deseables tanto para la persona que está comportándose de manera no asertiva como para la persona con la que está interactuando.

La probabilidad de que la persona no asertiva satisfaga sus necesidades o de que sean entendidas sus opiniones se encuentra sustancialmente reducida debido a la falta de comunicación o a la comunicación indirecta o incompleta. La persona que actúa así se puede sentir a menudo incomprendida, no tomada en cuenta y manipulada.

Además, puede sentirse molesta respecto al resultado de la situación o volverse hostil o irritable hacia las otras personas. Después de varias situaciones en las que un individuo ha sido no asertivo, es probable que termine por estallar. Hay un límite respecto a la cantidad de frustración que un individuo puede almacenar dentro de sí mismo. El que recibe la conducta no asertiva puede experimentar también una variedad de consecuencias desfavorables.

Tener que inferir constantemente lo que está realmente diciendo la otra persona o tener que leer los pensamientos de la otra persona, es una tarea difícil y abrumadora que puede dar lugar a sentimientos de frustración, molestia o incluso ira hacia la persona que se está comportando de forma no asertiva.

Conducta agresiva: Se podría definir como la defensa de los derechos personales y expresión de los pensamientos, sentimientos y opiniones de una manera inapropiada e impositiva y que transgrede los derechos de las otras personas. La conducta agresiva en una situación puede expresarse de manera directa o indirecta. La agresión verbal directa incluye ofensas verbales, insultos, amenazas y comentarios hostiles o humillantes.

El componente no verbal puede incluir gestos hostiles o amenazantes, como esgrimir el puño o las miradas intensas e incluso los ataques físicos. La agresión verbal indirecta incluye comentarios sarcásticos y rencorosos y murmuraciones maliciosas. Las conductas no verbales agresivas incluyen gestos físicos realizados mientras la atención de la otra persona se dirige hacia otro lugar o actos físicos dirigidos hacia otras personas u objetos. Las víctimas de las personas agresivas acaban, más tarde o más temprano, por sentir resentimiento y por evitarlas.

El objetivo habitual de la agresión es la dominación de las otras personas. La victoria se asegura por medio de la humillación y la degradación. Se trata en último término de que los demás se hagan más débiles y menos capaces de expresar y defender sus derechos y necesidades. La conducta agresiva es reflejo a menudo de una conducta ambiciosa, que intenta conseguir los objetivos a cualquier precio, incluso si eso supone transgredir las normas éticas y vulnerar los derechos de los demás.

La conducta agresiva puede traer como resultado a corto plazo consecuencias favorables, como una expresión emocional satisfactoria, un sentimiento de poder y la consecución de los objetivos deseados. No obstante, pueden surgir sentimientos de culpa, una enérgica contraagresión directa en forma de un ataque verbal o físico por parte de los demás o una contraagresión indirecta



bajo la forma de una réplica sarcástica o de una mirada desafiante. Las consecuencias a largo plazo de este tipo de conductas son siempre negativas.

Dionne y Reig (ob sit), nos hablan de tres niveles de interacción y contacto con uno mismo: Una capa superficial, una capa intermedia y una capa interna. Así, según estos autores, la profundidad del contacto hacia las capas descritas, depende de la intención de la apertura, depende de qué capa quiero abrir para tocar al otro, si bien no depende de mí, qué capa el otro abrirá para mí; lo cierto es que en una relación podemos pedir y exigir reciprocidad, lo cual es un derecho asertivo; no es equilibrado para una relación interpersonal que mientras compartimos una capa interna de una relación, el otro nos comparta sólo lo más superficial.

Por lo tanto, podríamos entender a la conducta asertiva como: Conjunto de conductas, emitidas por una persona en un contexto interpersonal, que exprese sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos de esa persona de un modo directo, honesto y firme, respetando al mismo tiempo los sentimientos, actitudes y deseos de la otra persona (Etzioni 1989).

La asertividad, nos dice Tharter (1998), se construye como todo un modelo que sigue principios generales, de dentro hacia fuera, de construir fortalezas en nuestra persona, para después poder exteriorizar un desempeño que sirva a los demás; es así como se parte del respetarse a uno mismo, para respetar a los demás, le continúan a estos dos principios asertivos ciertas habilidades instrumentales que favorecen la comunicación real.

El modelo completo en cuanto a los principios generales sigue la siguiente lógica:

1. Respetarse a uno mismo.

2. Respetar a los demás.
3. Ser directo. Esto nos hace ser claros en el mensaje que queremos dar, sin rodeos, con el contenido exacto pero respetuoso.
4. Ser honesto. La honestidad, significa que nuestra palabra, nuestro creer y nuestro hacer tienen un todo congruente, no engañamos a las personas que nos rodean, quien nos engaña pierde nuestra confianza y se rompe la comunicación, se es inasertivo.
5. Ser apropiado. Esto implica conocer la oportunidad exacta en que tenemos que intervenir para decir o hacer manteniendo un derecho o principio asertivo.
6. Control emocional. El cual implica que podemos y queremos acertar en gobernar nuestras emociones, desde luego, ante la agresión, nuestra respuesta debe ser defender nuestro propio derecho, la decisión de cómo hacerlo hace necesario no dejarnos llevar por la reactividad personal: ¡A mi nadie me hace eso! ¡Es una animalada lo que me ha hecho! son ejemplos típicos de una falta de control emocional, lo cual resta al modelo de comunicación interpersonal y nos hace ser parte del conflicto, nunca de la solución.
7. Saber decir. Esta habilidad nos involucra en la gran responsabilidad del manejo de las palabras, habladas o escritas, su poder que construye o destruye para nuestro beneficio o perjuicio, digamos aquello necesario que nos construya a nosotros y a los demás.
8. Saber escuchar. Esto es una verdadera joya en cuanto a los principios asertivos y sin ella el modelo de efectividad personal es totalmente incompleto, existen verdaderos seminarios para administradores dedicados

al cultivo de esta habilidad. Saber escuchar es relacionarnos con empatía, con los demás, es un acto generoso de entrega, te regalo mi tiempo, te escucho en una apertura sincera, no finjo escucharte; cuando sólo te permito hablar, soy receptivo a tu mensaje y te lo retroalimento.

9. Ser positivo. Nos envuelve en la intencionalidad de cambio hacia la mejora, nos hace ser receptivos a detectar las oportunidades y a desechar las amenazas sorteándolas, sin estar desgranándolas siempre.

Y finalmente, los componentes conductuales de la asertividad son (Sanz, 2005):

- No Verbales: Mantener el contacto ocular, gestos suaves, sonrisa, expresión facial agradable, distancia adecuada física, asentimiento de cabeza y apariencia personal adecuada.
- Componentes paralingüísticos: La voz (volumen y entonación), tiempo de conversación, fluidez de conversación.
- Componentes Verbales: Contenidos de las palabras, preguntas, refuerzos verbales, el humor, expresión directa,...

Entre los derechos asertivos, los cuales son puntos a sostener y a hacer valer ante nosotros mismos y ante los demás; quien más lesiona nuestros propios derechos asertivos, somos nosotros mismos, cuando no nos respetamos y por sobre nuestro propio derecho hacemos valer los de los demás (García, 2004)

Los derechos asertivos individuales constituyen la estructura sobre la cual edificamos nuestras conexiones positivas entre las personas tales como la confianza, la comprensión y el afecto. Entre los derechos asertivos que constituyen una estructura básica para la sana participación de cada individuo en

toda relación humana, encontramos los de Aguilar y Kubli, (1993) que nos muestran algunos como los siguientes:

- A considerar tus propias necesidades.
- A cambiar de opinión.
- A expresar tus ideas y sentimientos.
- A decir no ante una petición, sin sentirse culpable.
- A ser tratado con respeto y dignidad.
- A cometer errores.
- A pedir y dar cuando así lo decidas.
- A hacer menos de lo que como humano puedes hacer.
- A establecer tus prioridades y tus propias decisiones.
- A sentirte bien.
- A tener éxito.
- A la privacidad
- A la reciprocidad.
- A no usar tus derechos, si así lo desea.

- A exigir la calidad pactada.
- A ser feliz.

De una manera más simple se entiende como (Kubli citado en Navarro 2000):

1. La capacidad del individuo, de acuerdo con sus intereses, de expresar libremente sus pensamientos.
2. La habilidad para manifestarse con autonomía respetando al resto de las personas y defendiendo sus derechos.

Algunos componentes de la asertividad son (Stephen 1995):

- La asertividad crece con el comportamiento social.
- Es recíproca por naturaleza y supone una correspondencia afectiva adecuada.
- La práctica de la asertividad está influida por las características del medio, es decir, factores como la edad, sexo estatus social,...
- Los déficit y excesos de la conducta social pueden ser manipuladas y, por tanto, modificadas.

Por lo tanto las habilidades sociales NO son (Stephen 1995):

1. Normas sociales ni normas de urbanidad (son repertorios de conducta)
2. Rasgos de personalidad (son capacidades para relacionarse socialmente)

3. Componentes sociales (son medios para lograr metas)

4. Conductas aisladas.

Algunas habilidades son (Salmuri 1991):

- Decir no
- Pedir favores
- Preguntar por qué
- Solicitar un cambio de conducta
- Defender los derechos propios
- Empatía
- Interaccionar con el sexo opuesto
- Tomar decisiones
- Formular una queja
- Iniciar una conversación
- Presentarse a otra persona
- Hacer un cumplido
- Saber entender

- Expresar sentimientos
- Saber agradecer

El principal objetivo es conseguir una conducta lo más asertiva posible en el individuo. La persona asertiva tiene como características (Susan y cols. en Arauz 2001):

1. Saber manifestarse libremente
2. Aceptar juegos comunicacionales
3. Utilizar Feed-Back interpersonal
4. Tener una actitud positiva y activa ante la vida
5. Actuar plenamente de acuerdo a uno mismo

Las personas asertivas tienen una conducta muy apropiada que deben utilizar en el momento perfecto, respecto a su conducta no verbal mantienen el contacto ocular directo, tienen un nivel de voz conversacional, un habla fluida, unos gestos firmes, mantienen una postura erguida, son honestos y directos en sus respuestas, tienen las manos sueltas. Su conducta verbal está compuesta de un vocabulario como: Pienso, siento, hagamos, cómo podemos resolver esto, qué piensas, qué te parece (Madera y Sánchez, 2001).

La persona asertiva tiene como recompensa la fácil solución de sus problemas, se siente muy a gusto con los demás, se sienten satisfechos, se gustan así mismos y a los demás. Entonces, para poder ejercitar la asertividad

debemos tener capacidad de negociación. En la negociación se intenta conseguir lo que se quiere con el beneplácito del otro, que lógicamente también va a tener algunos beneficios. La realización de una negociación comprende varias fases. La primera, es la de preparación. En ella tenemos que pensar la estrategia que hay que seguir en el encuentro con el otro, en la que se van a plantear los problemas y se va a hacer la negociación propiamente dicha (Martínez 1995).

#### Fase de preparación:

Para poder conseguir cualquier cosa, tenemos que saber cómo hacerlo y para ello hay que prepararse. Ir a un encuentro sin tener una mínima guía de comportamiento, cuando, además, no somos negociadores experimentados, nos expone a no lograr para nada los objetivos que perseguimos. Por tanto, hay que preparar lo que se va a decir y a hacer en la negociación cara a cara con el otro.

Dentro de la preparación habría que distinguir dos subfases: La primera, de preparación personal para evitar caer en la pasividad o en la agresividad y la segunda, de preparación del diálogo que vamos a plantear al otro.

#### Fase de preparación personal:

Se trata de una fase previa, necesaria para tener muy claros los objetivos que perseguimos en el encuentro. Es lo que nos motiva a la negociación. Cuando negociamos tenemos que poner la vista en nuestros objetivos. Hay algunas cosas que nos pueden distraer de ellos y hacernos fracasar. Por ejemplo, nuestra emoción. No podemos confundir la emoción con el objetivo. Nos gustaría quedar bien, pero normalmente ese no es el objetivo. Nos gustaría machacar al otro, pero así no lograremos lo que realmente queremos. Nos gustaría que el otro reconociese que tenemos razón y que él estaba equivocado, pero nos tenemos que preguntar si ese es nuestro objetivo o si así solamente conseguiremos una recompensa de tipo emocional, mientras que nuestro objetivo se pierde. No hay



que olvidar la máxima: “lo que cuenta son los hechos y no las palabras”. Si nos explayamos y nos descargamos emocionalmente, puede que hayamos conseguido una recompensa a corto plazo, pero la pregunta que tenemos que hacernos es si hemos conseguido nuestros objetivos.

Hay que huir de juicios de intenciones. Si juzgamos las intenciones de la otra persona y nos basamos en ellas para plantear la relación con el otro, corremos el riesgo de contestar y reaccionar a las intenciones que pensamos que tiene el otro y perdemos de vista nuestros objetivos. Así podemos llegar a ser agresivos o a ser pasivos. Si nos han hecho algo que nos ha dolido y pensamos que lo han hecho con buenas intenciones, podemos estar tentados a dejarlo pasar y no decir nada. Si juzgamos que lo han hecho con mala intención, vamos a atacar su “maldad” y no los hechos y seremos agresivos. En una negociación no se trata de agredir y someter al otro, aunque lo veamos como un rival. Hay que darle una salida, más o menos airosa, porque si no se revolverá contra nosotros. Querer que reconozca lo equivocado que está y se someta completamente a nuestros deseos puede ser un objetivo emocional, que compense la humillación que hemos sentido, pero ¿es realmente nuestro objetivo?

Tenemos que pensar en cómo crear la oportunidad de la negociación. Si es algo pendiente desde hace mucho tiempo y qué queremos abordar; hay que buscar al otro y plantear un tiempo y un espacio en el que se pueda dar la negociación. Es lo primero que tenemos que conseguir del otro. Sin esto no se consigue, no es posible hacer la negociación. En muchas ocasiones no hay que buscar la oportunidad, es la propia situación en la que se genera el problema. Pero en ella nos puede ocurrir que cuando el otro se va es cuando se nos ocurre aquello que teníamos que haber dicho. Recuerda: Siempre hay una segunda oportunidad aunque haya que crearla. Crear la oportunidad es buscar al otro y plantear, aunque sea por enésima vez, el tema que nos ocupa. Cualquier frase introductoria como decirle, “de lo que hablamos ayer me gustaría comentarte algo”

o frases parecidas para iniciar la conversación son ayudas inestimables para crear la oportunidad (Stormont 2002).

Con los objetivos claros podemos controlar nuestra agresividad y motivarnos para dejar de ser pasivos; con la oportunidad creada y el entendimiento de lo que el otro espera, podemos preparar el momento concreto de la negociación.

#### Preparación del diálogo:

Sin perder de vista que lo importante es que lo que hagamos y lo que digamos solamente puede ser una guía para que el otro sepa cuáles van a ser nuestros siguientes pasos, tenemos que preparar aquéllo que vamos a decirle. El diálogo que tengamos con él tiene que cumplir los siguientes requisitos para ser un diálogo asertivo:

- I. Describir los hechos concretos. Se trata de poner una base firme a la negociación, en la que no pueda haber discusión. Cuando describimos hechos que han ocurrido, el otro no puede negarlos y así podemos partir de ellos para discutir y hacer los planteamientos precisos. En este punto es donde más tenemos que evitar hacer los juicios de intenciones. No se trata de decir “eres un vago” sino decir, “vengo observando que te levantas desde hace ya varias semanas a la hora de comer”. O me has dicho 10 veces “no sirves para nada” en lugar de “me quieres denigrar y hundir” (juicio de intenciones.)
- II. Manifestar nuestros sentimientos y pensamientos. Es decir, comunicar de forma contundente y clara cómo nos hace sentir aquello que ha ocurrido y qué juicio moral o de pensamiento nos despierta. Es el momento de decir “estoy hasta las narices de esta situación y no la soporto más”, o “me he sentido humillado y denigrado”. Hay que recordar que no se

trata de que el otro lo encuentre justificado o no. Le puede parecer desproporcionado, o injusto, o... pero es lo que nosotros sentimos y tenemos derecho a hacerlo; así no aceptaremos ninguna descalificación, defenderemos nuestro derecho a sentirnos tal y cómo lo decimos. Le estamos informando, no le pedimos que nos entienda o nos comprenda, por eso no puede descalificarnos ni aceptaremos críticas a nuestros sentimientos.

III. Pedir de forma concreta y operativa lo que queremos que haga. No se trata de hablar de forma general o genérica, “quiero que seas más educado”, “quiero que me respetes” “quiero que no seas vago”. Sino que hay que ser concreto y operativo: “quiero que quites los pies de mi mesa”, “quiero que cuando hablo me mires a los ojos y contestes a lo que te pregunto”. Son conductas concretas que el otro puede entender y hacer.

IV. Especificar las consecuencias. Es decir, aquello que va a ocurrir cuando haga lo que se le ha pedido. Se podría plantear también qué es lo que va a ocurrir si no hace lo que le hemos dicho, pero es preferible especificarlas de forma positiva, porque si no, lo que planteamos es un castigo y los castigos son mucho menos efectivos que los refuerzos. Muchas veces se trata solamente de una forma de presentación, hay que tener en cuenta que frecuentemente algo que puede ser planteado como un castigo, si no lo hace, se puede ver como algo positivo si lo hace. “Si no lo haces tendrás un castigo” se puede convertir en “Si lo haces evitarás que haga lo que no quiero hacer, que es lo que supone un castigo para ti, que es algo que, por supuesto, yo tengo que hacer para ser consecuente con mis objetivos y los sentimientos que ya he expresado”.

# MÉTODOS

## FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

Existe diversa literatura acerca del estudio del desarrollo humano y toda esta coincide en señalar a la adolescencia como una etapa conflictiva, en la que se acentúan una serie de problemas en el ser humano. Tales como problemas con la justicia, (Grinder, 1982; Mussen, Conger & Kagan, 1983; Gutiérrez, 1984; Papalia, 1985); problemas de relación con los padres (Papalia) y conflictos (Masterson, 1968; Draganova, 1972). En este estudio los conflictos familiares, la asertividad y los hábitos de estudio, serán las variables a estudiar, tomando como variables independientes la asertividad y los hábitos de estudio, dejando como la variable dependiente a los conflictos familiares.

Podemos concluir que esta línea de investigación es un intento por conocer la posible relación actual que guardan los conflictos familiares, la asertividad y los hábitos de estudio en los adolescentes que estudian nivel secundaria en el Estado de Morelos, ya que los problemas psicológicos dependen en gran medida de los cambios en las condiciones de vida en el hogar, en el trabajo, en la escuela, etc., aportando un conocimiento de la población estudiada, necesaria para la sustentación de medios de prevención y atención cada vez más efectivos.

# OBJETIVOS

- **OBJETIVO GENERAL DEL ESTUDIO**

El objetivo general de este estudio es investigar el impacto que tiene en el adolescente la posible relación entre los conflictos familiares, la asertividad y los hábitos de estudio.

- **PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN**

¿Existe una relación entre la adolescencia y los conflictos familiares?, ¿cuán importante es la asertividad para la adolescencia, con respecto a los conflictos familiares?

¿Los hábitos de estudio son fuente importante de creación de mejoras en las relaciones familiares? y ¿La asertividad da como resultado mejores relaciones familiares?

De esta manera, se supone las siguientes hipótesis:

- a) A mayor número de estudiantes con menos conductas sociales adecuadas, más conflictos familiares estarán presentes.
- b) A mayor número de estudiantes con bajo rendimiento académico, mayor número de conflictos familiares se encontrarán presentes.
- c) A mayor número de estudiantes con menor hábito de estudio, menor rendimiento académico presentarán.

# METODOLOGÍA

## 1. DISEÑO

El estudio es de tipo descriptivo, el cual, como su nombre lo indica, pretende describir de manera estructurada, la relación entre los hábitos de estudio, la asertividad y el rendimiento académico. Un estudio descriptivo es mucho más estructurado, cuya meta es establecer hechos, enfocándose a determinadas dimensiones de una entidad bien definida, llevando a cabo mediciones de estas dimensiones de manera sistemática y precisa con base en descripciones numéricas detalladas. (Singleton , Straits & Millar, 1993).

El instrumento de medición de las variables, fue un cuestionario autoaplicable. (Ver anexo 1)

## 2. VARIABLES

Tabla 1. Variables seleccionadas y definiciones

VARIABLES	Definición operacional	Definición conceptual
Hábitos de Estudio	Número de conductas presentes frecuentemente, algunas veces ó nunca.	Dedicación de tiempo exclusivo a las actividades escolares, con el propósito de realizar las tareas encargadas a casa y al estudio de los temas vistos en las clases. (Cabrera 2003)
Asertividad	Número de respuestas presentes en conductas asociadas a las habilidades sociales frecuentemente, algunas veces ó nunca.	Habilidad del individuo para expresar sentimientos o conductas tanto positivas como negativas en una gran variedad de contextos interpersonales, disminuyendo la posibilidad de conflictos. (Hersen y Bellack 2002)

Conflictos familiares	Número de respuestas presentes a cómo los jóvenes perciben que son tratados por sus padres y la relación familiar que se da en el hogar frecuentemente, algunas veces ó nunca.	Grado excesivo de manifestaciones negativas y o violentas en lucha de obtener algún beneficio propio, y que en ocasiones va en contra de los principios de la familia, causando una discordia entre los integrantes de la familia (ruptura de la armonía) (Martínez 1994).
-----------------------	--	--

Variable:

Rendimiento escolar, medido por el promedio escolar general de los alumnos al momento de la investigación, como indicador de la presencia ó carencia de hábitos de estudio adecuados.

TABLA 2. VARIABLES DE ESTUDIO

VARIABLES	INDICADORES	DEFINICIÓN
Hábitos de Estudio	Promedio escolar y número de respuestas de conductas adecuadas de estudio.	Número de conductas presentes frecuentemente, algunas veces ó nunca.
Asertividad	Número de respuestas a conductas asertivas.	Número de respuestas presentes en conductas asociadas a las habilidades sociales frecuentemente, algunas veces ó nunca.
Conflictos familiares	Número de respuestas asociadas a los conflictos familiares.	Número de respuestas presentes a cómo los jóvenes perciben que son tratados por sus padres y la relación familiar que se da en el hogar frecuentemente, algunas veces ó nunca.

VARIABLES ANTECEDENTES:

Ciudad de aplicación \_\_\_\_\_

Secundaria: \_\_\_\_\_

Tipo de Secundaria: 1. Pública 2. Privada \_\_\_\_\_

Turno: 1. Matutino 2. Vespertino \_\_\_\_\_



Sexo: 1. Masculino 2. Femenino \_\_\_\_\_  
Grado: \_\_\_\_\_  
Edad en años cumplidos \_\_\_\_\_  
Promedio: \_\_\_\_\_

¿Con quién vives? 1. Padres y hermanos 2. Hermanos 3. Familiares 4. Otros

El estado civil de tus padres es: 1. Casados 2. Unión Libre 3. Divorciados  
4. Viudo(a). \_\_\_\_\_

¿Cuántos hermanos tienes? \_\_\_\_

¿Qué lugar ocupas por edad entre tus hermanos? En orden descendente (del mayor al menor): \_\_\_\_

¿Quién sostiene los gastos de tu casa? 1. Tu padre 2. Tu madre 3. Ambos  
4) Otros \_\_\_\_\_

¿Qué religión profesas? 1. Católica 2. Protestante 3. Mormona 4. Otra ¿Cuál?

---

### **3. MÉTODOS CUANTITATIVOS**

Dado que en el presente estudio se llevaron a cabo comparaciones estadísticas, se utilizó una metodología cuantitativa, para definir su relación con factores asociados (SPSS v.12).

En la evaluación conductual poblacional, la conducta está en función de variables personales y situacionales de estímulo, así como de la forma de interactuar de ambos grupos de variables. Es necesario jerarquizar los trastornos identificados en una población considerando algunos parámetros de variación, como la magnitud (tamaño del trastorno, número de personas que lo padecen, así como el sector de la población afectado por éste) y su vulnerabilidad (grado en que determinado trastorno psicológico puede resolverse ó atacarse); (Aragón, 2002).

Atendiendo al interés de ver cómo covariaron las variables independientes (asertividad y hábitos de estudio) para ver su efecto sobre la dependiente (conflictos familiares), el presente estudio es ex -post facto, pues tiende a

descubrir las relaciones e interacciones entre las variables de carácter psicológico en las estructuras sociales reales. Si atendemos a la dimensión de cómo los fenómenos cambiaron en función del tiempo, el número de mediciones que se hagan del fenómeno es longitudinal con muestras replicativas, cuyo fin, en este caso, es conocer tendencias. (Silva, 1993).

## Paquete SPSS versión 12.0

Entre sus limitaciones, encontramos:

1. La selección de la población, la cual puede ser afectada por la decisión de diversas autoridades para la aplicación del cuestionario.
2. La veracidad y precisión de las respuestas, ya que la información solicitada puede provocar desconfianza de los participantes hacia la confidencialidad.
3. La selección de las áreas encuestadas, ya que pueden excluirse otras no menos importantes para la explicación de la tendencia generacional de los procesos psicológicos.
4. La falta de un acercamiento personalizado por parte de los investigadores, que pudieran identificar y controlar otras variables extrañas presentes.
5. Puede haber preguntas que dejen sin contestar.

### 4. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN Y DISEÑO.

El tipo de investigación es ex-post facto.

#### Preguntas y Diseños de Investigación

CONOCIMIENTO DEL PROBLEMA	PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN
La percepción de conflictos familiares, incidiendo en el promedio escolar.	¿El promedio escolar está relacionado a los problemas familiares?	Estudio ex - post facto. Análisis estadístico de correlación y contrastación de hipótesis mediante el

		SPSS.
La percepción de los conflictos familiares, incidiendo en la asertividad.	¿La falta de asertividad esta relacionada con los conflictos familiares?  ¿El promedio escolar esta relacionado con las conductas socialmente aceptadas?	Estudio ex - post facto. Análisis estadístico de correlación y contrastación de hipótesis mediante el SPSS.
La percepción de los conflictos familiares, incidiendo en los hábitos de estudio.	¿Los conflictos familiares se encontraran relacionados con los hábitos de estudio?	Estudio ex - post facto. Análisis estadístico de correlación y contrastación de hipótesis mediante el SPSS.

## 5. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

### Instrumentos.

Con respecto al uso de cuestionarios autoaplicados, algunas de sus ventajas es que resultan ser más baratos para el acercamiento poblacional, no requieren de entrevistadores o supervisores, ya que sólo requieren de una ó dos personas adicionales al investigador, y no requieren de lugares especiales de aplicación; aunque requieren de cierto tiempo, es menor al requerido por la entrevista individual; se puede contar con muestras amplias de población y la dispersión geográfica no es un problema. Por otro lado, se ha visto mayor accesibilidad de los participantes.

La recolección de datos se llevará a cabo a través del cuestionario auto-administrado (Ver Anexos).

Este cuestionario está dividido en dos partes, la correspondiente a los datos generales del participante, y en la segunda parte (numerada), se encuentran los

30 reactivos de las tres áreas de interés (conflictos familiares, hábitos de estudio y asertividad) para este estudio.

Cabe destacar que el cuestionario podrá ser llenado de manera grupal y las instrucciones estarán impresas al principio del cuestionario. No habrá límite de tiempo para responderlo.

El instrumento contiene reactivos abiertos, en los que contestará libremente y reactivos cerrados, en los cuales deberá seleccionar entre 4 posibles categorías de respuestas, es un cuestionario que evalúa los desórdenes psicológicos en las áreas de asertividad, conflictos familiares y los hábitos de estudio a través de diez reactivos por área. Se consideró a los 30 reactivos (10 reactivos por las 3 áreas que conforman los procesos psicológicos antes mencionados) como una muestra del continuo conductual de los adolescentes, que se volverá a presentar cuando se den las mismas condiciones ambientales. La taxonomía utilizada para crear las áreas evaluadas se construyó intuitiva y apriorísticamente, debido al hecho de que no existen en México estudios epidemiológicos de los trastornos psicológicos. Además, en la práctica psicológica, no existen indicadores claros y confiables que puedan ser clasificados como pertenecientes a un determinado desorden (Silva, 1993). El error se estableció en .05 y la precisión en .95, obtenidos en los estudios de Silva en 1993.

Los instrumentos serán aplicados por una persona entrenada, con el fin de responder dudas sobre su contenido ó forma de responder, mismo que estará presente durante todo el tiempo que lleve su aplicación. Este cuestionario será contestado de manera voluntaria, incluyendo un consentimiento informado bajo lineamientos éticos.

## **6. POBLACIÓN DE ESTUDIO.**

### **Población objetivo:**

La población objetivo serán los estudiantes de Secundaria que estén inscritos regularmente en las Secundarias del estado de Morelos (Cuernavaca), en sus tres grados (un grupo por grado).

### **Unidades de Análisis:**

Las unidades de análisis serán, los grupos de los tres grados de Secundaria (uno por grado.) en cada escuela, correspondientes al turno matutino.

El nivel socioeconómico dependerá del estrato público o privado, oscilando entre las clases socioeconómicas baja, media o alta. Se tomarán ambos sexos de manera indistinta, según se encuentren repartidos en la muestra.

### **Selección de la Muestra:**

La muestra que conforma las escuelas seleccionadas fue una muestra no-probabilística por cuota, ya que se llevó a cabo en las escuelas que permitieron la aplicación del cuestionario: la muestra de los grupos de Secundaria a quienes se aplicaron los instrumentos fue probabilística, ya que se sortearon los grupos (sorteo de tómbola) de cada grado a los cuales se les aplicaron el instrumento.

Los criterios de inclusión fueron: que el alumno estuviera oficialmente inscrito en el ciclo escolar correspondiente y que deseara participar en la aplicación del instrumento.

Fueron excluidos del estudio aquellos estudiantes que no se encuentren inscritos, que se encuentren bajo los efectos de cualquier medicamento o droga, o que manifiesten no desear colaborar con la investigación.

#### **Plan para la recolección de datos:**

La recolección de datos se llevó a cabo mediante la aplicación de los instrumentos. Una vez seleccionadas las muestras, se explicó de manera verbal a los alumnos en qué consistía la investigación, lo valioso de su cooperación y la garantía de la confidencialidad y anonimato de sus respuestas, así como el hecho de que es voluntaria su participación.

El instrumento se aplicó a los grupos seleccionados (sorteo tómbola), en las Escuelas que dieron su consentimiento para la aplicación.

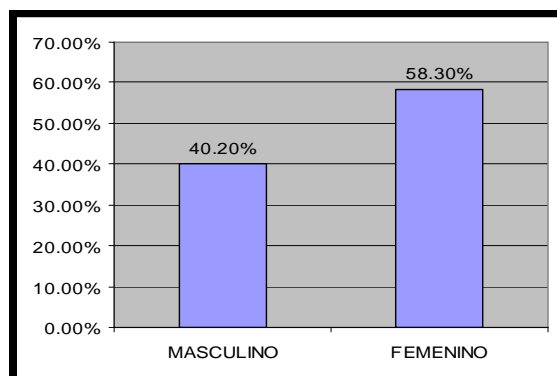
Asimismo se les hizo saber cuáles eran las instituciones participantes y cómo contactar al aplicador para futuras dudas que surgieran después de la aplicación del instrumento.

En caso de presentar dudas con respecto a la forma de contestar, o con algún reactivo, durante la aplicación del cuestionario, el aplicador las respondió.

# **RESULTADOS**

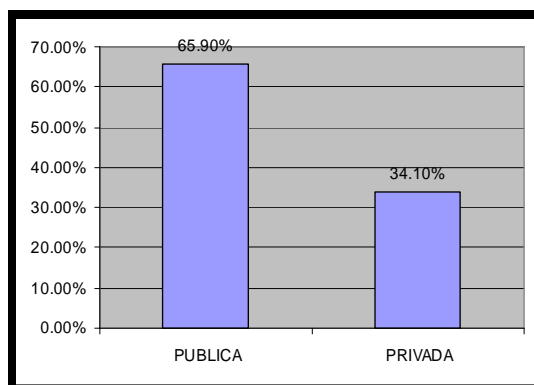
La muestra de los participantes encuestados se encuentra dividida de la siguiente forma: Fueron 214 encuestados de los cuales el 58.30% eran mujeres y el 40.20% hombres (Ver Figura 1)

Figura 1  
Sexo de los participantes



De estos, el 65.90% eran de escuela pública y el 34.10% eran de escuela privada (Ver Figura 2)

Figura 2  
Tipo de escuela

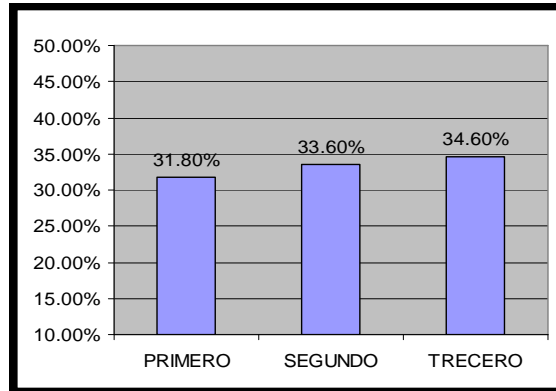


En lo correspondiente a los grados escolares, el 31.80% se encontraban en primer grado, el 33.60% en el segundo grado y el 34.60% en el último grado de secundaria (Ver Figura 3).



Figura 3

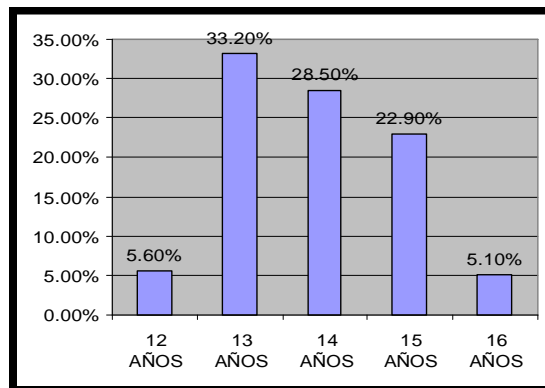
Porcentaje de los participantes por grado escolar



La edad de los participantes se encontraba dentro del rango de los 12 y 16 años (Ver Figura 4).

Figura 4

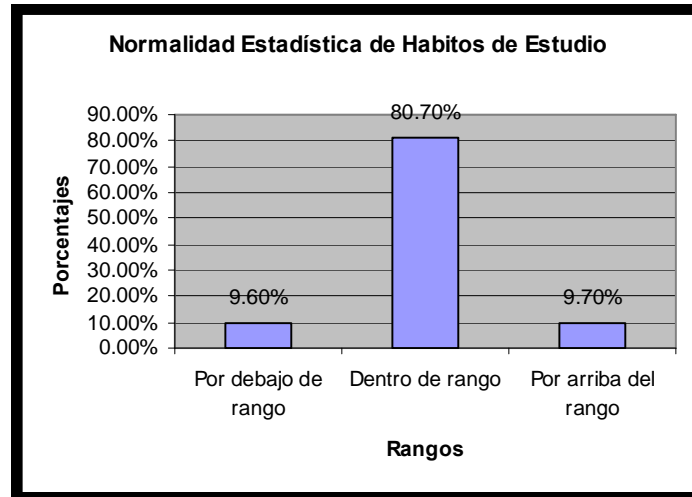
Edad de los encuestados



Analizando los datos por género, en hombres la media para Hábitos de Estudio fue de 19.68, con una desviación estándar de 2.58; el rango de normalidad estadística es de 17.1 y 22.26. Los resultados muestran que el mayor porcentaje de la población está dentro del rango, lo cual significa que no presentan problemas en relación a los Hábitos de Estudio. (Ver Figura 5)

Figura 5

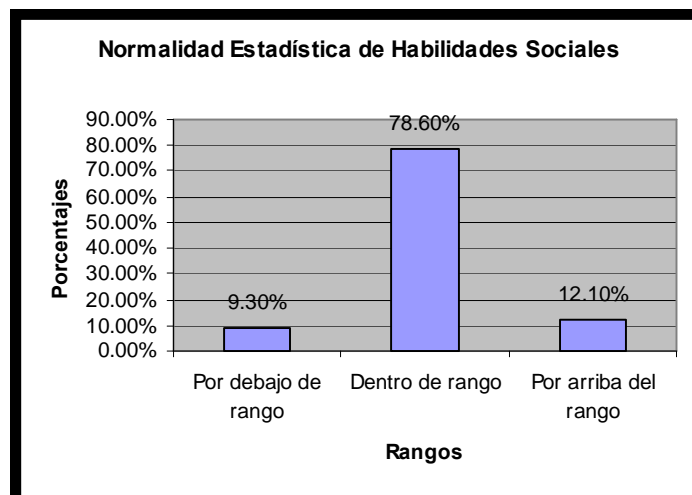
Distribución de los participantes en la conducta Hábitos de Estudio.



Para Asertividad la media fue de 20.71, con una desviación estándar de 3.43; el rango de normalidad estadística es de 17.28 y 24.14. Al igual que los anteriores resultados, en el rubro de Asertividad encontramos a la mayoría de los sujetos dentro del rango que nos indica que los sujetos no presentan problemas de Asertividad como se puede ver. (Ver Figura 6)

Figura 6

Distribución de los participantes en la conducta Habilidades Sociales.

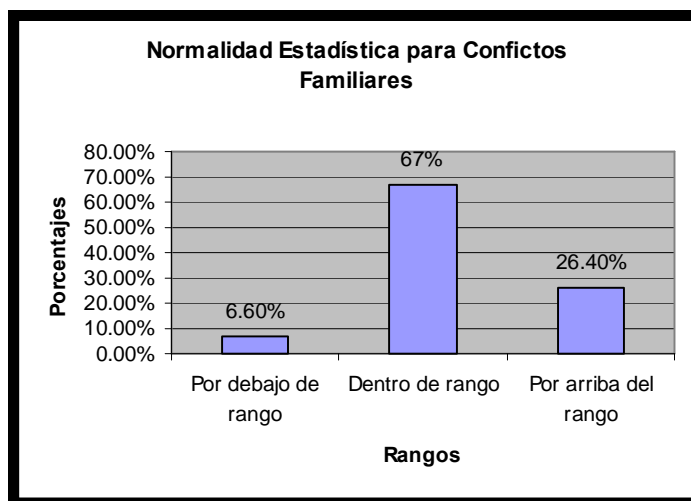


Para Conflictos Familiares la media fue de 22.03 y la desviación estándar de 2.60; el rango de normalidad estadística es de 19.43 y 24.63. Dentro de la normatividad estadística es donde encontramos el porcentaje más alto de los participantes, sin embargo se observa que un porcentaje importante presentan más conflictos familiares que la población.

(Ver Figura 7)

Figura 7

Distribución de los participantes en la conducta Conflictos Familiares.



Además de manera general en cuanto a la correlación ente los procesos psicológicos, se encontraron correlaciones significativas entre dos de ellas (Hábitos de Estudio y Habilidades Sociales, y Habilidades Sociales y Conflictos Familiares) como se puede ver en la Tabla 1

Tabla: 1

Correlaciones generales en escuela pública y privada en Cuernavaca, Morelos 2005.

		Suma-Habi	Suma-Habs	Suma-Fami
Suma-Habi	Pearson Correlation	1.000	.167*	.006
	Sig. (2-tailed)	.	.012	.929
	N	236	224	197
Suma-Habs	Pearson Correlation	.167*	1.000	.375**
	Sig. (2-tailed)	.012	.	.000
	N	224	236	200
Suma-Fami	Pearson Correlation	.006	.375**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.929	.000	.
	N	197	200	236

\* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed)

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

En cuanto a las correlaciones por sexo, en Hombres, Hábitos de estudio correlacionó significativamente, con Asertividad: Asertividad con Conflictos Familiares. El promedio escolar no correlacionó con ninguna otra variable de interés. (Ver Tabla 2)

Tabla: 2

Correlación en cuanto genero masculino de los aspectos evaluados en escuela pública y privada en Cuernavaca, Morelos 2005.

Sexo = Masculino

Aspectos	r de Pearson	gl.	p (α)
Habi Estu – Habi Soci	.288	98	.004
Habi Soci – Pro Fami	.305	87	.004

En Mujeres, Hábitos de Estudio no correlacionó con ninguna variable de interés; Asertividad correlacionó de manera significativa con Conflictos Familiares. El promedio escolar correlacionó significativamente en forma negativa con Asertividad, como se muestra en la siguiente tabla:

Tabla: 3

Correlación en cuanto género femenino de los aspectos evaluados en escuela pública y privada en Cuernavaca, Morelos 2005.

Sexo = Femenino

Aspectos	r de Pearson	gl.	p (α)
Habi Soci – Pro Fami	.427	103	.000
Habi Soci – Promedio	-.184	119	.044

Se aplicó una prueba Anova para comparar las diferencias entre los tres procesos de estudio, no encontrando diferencia alguna que reportar.

Con la finalidad de establecer diferencias entre los diferentes sexos, se aplicó una prueba t de Student en la que, de manera general sólo se encontró una diferencia estadísticamente significativa ente hombres y mujeres.

Realizando el contraste entre los dos grupos de escuelas (públicas y privadas), con respecto a los Hábitos de estudio se encontró que sí existen diferencias significativas entre ellas. (Ver Tabla 4)

Tabla: 4

Prueba t en cuanto a escuelas públicas y privadas en Cuernavaca, Morelos 2005.

Aspectos	T	gl.	p (α)
Hábitos de estudio	-3.023	234	.003

En el contraste realizado entre los participantes (femeninos y masculinos) se encontró una diferencia significativa en el rubro de Hábitos de estudio. (Ver Tabla 5)

Tabla: 5

Prueba t en cuanto a tipo de escuela (pública y privada) en Cuernavaca, Morelos 2005.-

Aspectos	t	gl.	p ( $\alpha$ )
Hábitos de estudio	1.038	227	.300

# **DISCUSIÓN**

Al analizar los resultados obtenidos en esta investigación, encontramos que los encuestados no presentan problemas importantes en ninguno de los tres rubros de estudio.

En el caso de los Hábitos de Estudio la gran mayoría sí tiene hábitos, no como debiesen, pero han sido funcionales para su vida (promedio escolar de entre 7.5 y 8.5).

En cuanto a los problemas familiares, los resultados se presentaron de la misma forma; es decir, no presentan muchos indicadores de la percepción del conflicto, encontrándose dentro del rango de normalidad estadística, representando que aún cuando existen, no son de gran importancia o sobrepasan los límites de una distribución normal.

Para la Asertividad el resultado es el mismo, dando a entender que ésta no es la óptima, pero está presente en sus interacciones diarias.

Si nos basamos en los resultados que se dan al efectuar los diferentes análisis, podemos observar que en las escuelas privadas, en el caso de los hombres, existen más indicadores de Hábitos de Estudio que en las públicas, lo cual reafirma lo señalado por Aguilar (1980) quien encontró que existen notables diferencias de Hábitos de estudio, en alumnos cuyos padres se encuentran en situaciones económicamente precarias, siendo también sus expectativas más modestas, con respecto al rendimiento de los hijos.

Con respecto a la variable sexo, en las mujeres se encontró que tienen mejores Hábitos de Estudio que los hombres, lo cual pareciera que es de conocimiento popular, aunque esto no se ha encontrado en la bibliografía revisada.



Con base en los resultados de la prueba t, donde se encontró que los estudiantes de las escuelas privadas tienen mejores Hábitos de Estudio que los de las escuelas públicas, como lo mencionaron Izquierdo y cols. (1979), podemos partir del supuesto de que esto puede deberse a diferentes aspectos, entre los cuales pudiéramos encontrar que los Hábitos de Estudio desarrollados en las primarias privadas dieran una base firme para continuar con ellos durante toda su vida como estudiantes, en contraste con los desarrollados en las escuelas públicas, como bien es conocido por nosotros.

Los Hábitos de Estudio se ven relacionados con la Asertividad, indicándonos que entre mayor puntaje obtenido en Hábitos de Estudio, mayor fue el puntaje de Asertividad, tal como lo dice Araus (2001), que en su estudio encontró que si los estudiantes tienen dichos hábitos tendrán pensamientos asertivos para un futuro, que se verían reflejados en el presente. Lo cual nos da una respuesta afirmativa a nuestra pregunta de investigación, ¿Los Hábitos de estudio son fuente importante de creación de mejoras en la conducta Asertiva?

Además para hombres y mujeres se encontró una correlación positiva entre Habilidades Sociales y los Conflictos Familiares, dando respuesta afirmativa a otra de nuestras preguntas de investigación, ¿La asertividad da como resultado mejores relaciones familiares?. Caballo (1991) argumenta que, entre mas Asertividad se posea, menor será la cantidad de problemas que se tengan o que se puedan presentar. Solis (2001) reporta que el 31% de los Adolescentes responden que los padres son comprensivos e intentan siempre orientarlos, aunque generalmente estas pláticas derivan en enojos mutuos.

Por esto, la Asertividad debe ser un componente importante para la prevención de problemas a que se pueden enfrentar los adolescentes; en este estudio se observó que en el caso de las niñas, la falta de habilidades sociales adecuadas puede influir en su percepción de los Conflictos Familiares; aunado a esto, en los varones durante la Adolescencia se proporcionan más libertades e

independencia de la familia, lo cual pudiera influir en su baja percepción de Conflictos Familiares, comparada con la de las niñas, lo cual es establecido por Solís, al referir que en hombres y mujeres, ante sus cambios físicos, emocionales y de comportamiento, sus padres cambiaron la forma de relacionarse con ellos, empezando a tratarlos de diferente manera y a solicitarles conductas que regularmente no hacían, como tomar parte en discusiones familiares. Para los hombres fue más fácil entrar en dinámicas familiares, recibiendo más protección. Asimismo estos resultados encuentran espejo, como en los encontrados por Fraser (1960) y Torres, (1994), en diferentes décadas anteriores, quienes confirman que esta relación no ha cambiado y nos podemos aventurar a decir que seguirá existiendo de la misma forma. Así, esto responde a nuestras preguntas de investigación sobre Asertividad, señalando la importancia de ésta dentro de la adolescencia, ya que como se dijo anteriormente, ésta facilita la adaptación y aceptación a los cambios de la vida, permitiendo resolver y evitar complicaciones futuras, dando las herramientas necesarias para una interacción social adecuada.

En la población femenina, se encontró que la Asertividad tiene una correlación negativa con el promedio escolar, lo cual no se tenía contemplado; esto nos pudiera indicar que a mejor promedio, menor será la interacción con los grupos sociales de su alrededor.

En cuanto al objetivo de este trabajo, se encontró que de alguna forma los tres conceptos (Hábitos de Estudio, Problemas Familiares y Asertividad) están relacionados pero, al parecer, los Hábitos de Estudio y la Asertividad dependen en mayor medida de una buena relación familiar.

Por lo tanto, podríamos retomar a modo de conclusión, lo mencionado dentro del capítulo tres, con respecto a que la familia es parte fundamental del ser humano, ya que ésta será el modelo para futuras interrelaciones y comportamientos del adolescente.

Una vez realizado el presente estudio, podemos sugerir que se debe continuar y profundizar en las investigaciones sobre la familia y los elementos que la benefician, por ejemplo: en los factores que incrementan la convivencia, la fraternidad, la comunicación y el respeto; para, de esta forma, comenzar a tener resultados concretos. De la misma manera, el resultado mencionado antes sobre la Asertividad y su efecto en el promedio escolar en las mujeres, deberá ser estudiado más a fondo, sobretodo en cuanto a la existencia de factores determinantes que pudieran estar incluidos en esta relación, puesto que en vista de los triunfos obtenidos por las mujeres en estas fechas, pareciera dudoso este resultado.

# **BIBLIOGRAFÍA**

1. Ackerman, N. (1996) Diagnostico y tratamiento de las relaciones familiares. Argentina, Edi. Home.
2. Ackerman, N. (1996) El conflicto del adolescente. Argentina, Edi. Home.
3. Aguilar, M. (1980) Estudios recientes sobre la cultura urbana en México. México, Edi. Paza y Valdez.
4. Aguilar, E. y Kubli S. (1993) Asertividad, ser tu mismo sin culpas. México, Edi. Pax,
5. Arauz, S. (2001) como son y como se dan los hábitos de estudio en los adolescentes. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala
6. Arteaga, F. (2004) Los estudios durante la adolescencia. [En Red] Disponible en: <http://www.usr.es/~ve/pdf/estudios.pdf>
7. Ballesteros, E. (1979) La educación en los adolescentes. México, Edi. Patria.
8. Bandura, (1982) Teoría del aprendizaje social. Madrid, Edi. Alianza Universitaria.
9. Bandura, A. y Walter, R. (1980) Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad. Madrid, Edi. Alianza Universitaria.
10. Beauchamp, S. (1985) La asertividad como camino. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM.
11. Bellack, A. y Hersen, S: (2002) International handbook of behavior modification and therapy. New York, Edi. Plenum.
12. Bujanda, P. (2002) La adolescencia [En Red] Disponible en: [http://www.urbasnexts/uiuc/succeed\\_sp](http://www.urbasnexts/uiuc/succeed_sp)
13. Burton, y col. (1995) El adolescente de hoy. Madrid, Edi. Pirámide.
14. Caballero, R. y Rodríguez, O. (2004) Problemas de conducta en niños Mexicanos: su relación con la familia. Sesión de cartel presentado en el IV congreso iberoamericano de Psicología clínica y salud. Edi. Pax.
15. Caballo, V. [comp] (1991) Manual de Evaluación en Psicología Clínica y de la Salud. España, Edi. Siglo XXI.
16. Cabrera, M. (2003) Los Hábitos de Estudio. México, Edi. Nuevo Mundo.

17. Calvo, M. y Soria, M. (2003) La familia y el adolescente fármacodependiente Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
18. Castellano, E. (1971) relaciones de autoridad en el adolescente en sus medios, familiar, escolar y social. Tesis para obtener el título de Psicólogo. UNAM.
19. Castellanos, J. (1987) Psicología de la adolescencia. Madrid, Edi. Morata.
20. Castellanos, S. (1992) La crisis de la adolescencia. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
21. Chapela, U. (1997) Los adolescentes y la familia. México, Edi. Nuevo Mundo.
22. Clark, A., Clemens, H. y Bean, R. (1999) La autoestima en los adolescentes. Edi. Siglo XXI. México.
23. Clemens A. y Bean, A. (1994) La adolescencia. Argentina, Edi. Prax.
24. Corbella, R. (2001) Padres e hijos, una relación. España, Edi. Barcelona.
25. Damon, W. y Eisenberg, N. (1998) Handbook of chile psychology: social, emocional, and personality development. New York, Edi. J. Wiley and Sons.
26. Dionea M. y Reig A. (1996) La asertividad [En Red] Disponible en: <http://www.psicoterapia.com/asertividad>.
27. Dweck , C. y Elliott, E. (1983) Archivement Motivation. Edi. Handboock of Child Psychology. Vol 4 NY: John Wiley and Sonds
28. Entorf, M. (1992) El Adolescente. Argentina, Edi. Prax.
29. Erikson, E. (1972) Sociedad y adolescencia. México, Edi. Siglo XIX.
30. Etzioni , A. (1989) Mixed scanning: a third approach to decision making Public administration Review, Vol 27.
31. Fernández A. (1999) “La inteligencia atrapada: abordaje psicopedagógico clínico del niño y su familia. Buenos Aires, Edi. Nueva visión.
32. Fleming, S. y Wilgosh, P. (2001) Los Buenos Hábitos de Estudio México, Edi. Pax,

33. Flores, J. y González, I. (2003) Identidad psicosomática del adolescente mexicano urbano. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
34. Fonseca, P. (2000) Adolescencia, un estudio comparativo. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
35. Fraser (1960) Home environment on the school. Psychology in the schools, Pp.80-98 Vol. 2, No. 11, November
36. García, M. (2004) Perspectiva a futuro: una habilidad social para las personas próximas a la jubilación” Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
37. García J. (2003) Las habilidades sociales Tesis Para obtener el grado de Maestro en Psicología. UNAM.
38. González, J. (1997) La vida en las escuelas. México, Edi. Siglo XXI: UNAM, Centro de Estudios Sobre la Universidad.
39. González, L. (2001) signos y cultura de la violencia: una investigación en el aula. España, Edi. Universidad de Córdoba.
40. González, K. (2002) Prevención de la idea suicida en adolescentes mediante las redes de apoyo en la familia Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
41. González, M. (2004) Las problemáticas mas frecuentes de los adolescentes en los inicios del siglo XX Tesis para obtener el título de Psicólogo. UNAM.
42. Grajales, R. y col. (2002) Como mejorar los hábitos de estudio [En red.] Disponible en: [http://www.esguayamas.inter.edu/habitos\\_de\\_estudio.htm](http://www.esguayamas.inter.edu/habitos_de_estudio.htm)
43. Grajales, T. (2002) Los Hábitos de Estudio de Estudiantes Universitarios. España, Centro de investigación educativa.
44. Greenfield, S. (1985) La conducta adolescente. Argentina, Edi. Paidós.
45. Grygielski, W. (2003) La comunicación en al adolescente. Edi. Paidós.
46. Hadfield, W. (2002) Adolescents mobility histories and present social adjustment. Psychology in the schools. Vol. 39, No. 1, Janury.
47. Hernández, (2000) Importancia del grupo familiar en la adquisición y reincidencia de la conducta transgresora de menores infractores. Reporte

de investigación para obtener el grado de Licenciatura en Psicología.  
UNAM: FES Iztacala.

48. Hernández, (2002) Los adolescentes y los medios de comunicación. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
49. Horrocks, S. (1986) Psicología del adolescente. México, Edi. Trillas.
50. Hurlock, E. (1979) La psicología de la adolescencia. Argentina, Edi. Paidós.
51. Izquierdo, S. (1979) Depresión y bajo rendimiento escolar Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM.
52. Jackson, P. (1990) Teoría de la Comunicación Humana: Interacciones. Patologías y Paradojas. Barcelona, Edi. Herder.
53. Jeif, B. y Delay, M. (1999) Estrategias para enseñar a aprender: un enfoque cognitivo para todas las áreas y niveles. Argentina, Edi. Aique.
54. Jones, H. y Slate, R. (1992) Manual de técnicas para los hábitos de estudio. E.E.U.U., Edi. Arkansas State University.
55. Jones, H. Slate, R., Blake, P, y Sloas, S. (1995) Relación entre los hábitos de estudio y el IQ, en estudiantes de nivel secundaria. Journal of Psychology. Pp. 14-25 Vol. 25, No. 3, February.
56. Jones, H. Slate, R., Bell, A. y Sadler, U. (1991) Habitos de estudio en estudiantes de nivel preparatoria. Journal of Psychology. Pp. 14-22. Vol. 15, No. 8, August.
57. Jones, H. Slate, R., Marini, I. y Dewater, B. (1993) Academic skills and attitudes toward intelligence, and grade level in secondary school Students. Journal of Psychology. Pp. 36-41 Vol. 21, No. 4, March.
58. Kornblit, A. (1987) Los adolescentes: detección de grupos familiares vulnerables. Boletín de investigación. CONANAD.
59. Kovach, A., Fleming, S. y Wilgosh, R. (2001) La adolescencia normal. un enfoque psicoanalítico México, Edi. Paidós.
60. Kovach, K., Wilgosh, L. y Stewin, L. (1999) Relación entre habilidades de estudio y el concepto de inteligencia en Adolescentes. Universidad de Granada. España
61. Leaver, L. (1997) El Adolescente en Problemas. Argentina, Edi. Prax.



62. León, P. (1998) El Autoestima en los Adolescentes. Sesión de cartel presentado en el IV congreso iberoamericano de psicología clínica y salud. Edi. Pax.
63. León, S. y Medina, R. (1998) Programa de autoinstrucción para elevar el bajo rendimiento en alumnos de secundaria. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
64. Llorente, V. y Sampayo, (1999) Enciclopedia Océano multimedia. México, Ed. Océano.
65. Madera, H. (2000) La familia como mediador con la sociedad. En los adolescentes de nivel medio superior. Tesis para obtener el título de Psicólogo. UNAM. FES Iztacala.
66. Madera R. y Sánchez O. (2001) Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales para la Disminución de Fobia Social en Adolescentes” Tesis para obtener el título de Psicólogo. UNAM.
67. Maldelbaum J. (1988) La Adolescencia. España, Edi. Madrid.
68. Mander, O. (1984) El adolescente en la actualidad. México, Edi. Patria.
69. Martínez, I. (1995) La influencia de la autoestima y asertividad en un programa de educación sexual en la actitud hacia la sexualidad y los métodos anticonceptivos” Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM.
70. Molina L. (2000) Estudio descriptivo de la influencia del ambiente familiar en las manifestaciones agresivas de un grupo de adolescentes. Tesis para obtener el título de Psicólogo. UNAM.
71. Musen, A. (1978) Psicología del Adolescente. Argentina, Edi. Paidós.
72. Musen, A. (1987) Pensar y Razonar. Argentina, Edi. Paidós.
73. Nava, J. (2001) La problemática psicológica en el adolescente: su estructura y dinámica familiar. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
74. Navarro, M. (2001) Asertividad y teoría de decisiones: El rol del orientador escolar. Tesis para Obtener el Título de Maestro en Psicología. Centro de Desarrollo Educativo Universidad Pedagogía de Durando

75. Negrete, M. (2002) El apoyo del psicólogo a padres de estudiantes de la secundaria técnica. Reporte de Trabajo Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
76. Noller, S. y Callan E. (1999) El papá, la mamá y el hijo. España, Edi. Madrid.
77. Norford, R. y Medway, Y. (2002) Nuestro adolescentes Argentina, Edi. Paidós.
78. Papalia, D. y Olds, E. (1985) Psicología del Desarrollo : de la infancia a la adolescencia. México, Edi. McGraw-Hill.
79. Portillo, U. y Fernández, C. (1988) El adolescente y la familia. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
80. Powell, D. (1980) Como es el adolescente y como educarlo. Buenos Aires, Edi. Paidós.
81. Rappoport, L. (1978) La personalidad desde 16 a los 26 años: el adolescente. Buenos Aires, Edi. Paidós.
82. Reyes, G. (1992) Enfrentamiento a los Problemas Cotidianos en adolescentes y Jóvenes de la Ciudad de México. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
83. Rivera y Garduño (2004) Una revisión teórica de la adolescencia y su problemática. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM. Fez Iztacala.
84. Rodríguez, M., Romero, B. y Coelo, Y. (2004) Los padres como modelos de comportamiento social: un estudio de caso del análisis contingencial. Revista Electrónica de Psicología Iztacala Vol. 6 No. 1, enero de 2003.
85. Rogers, C. (1997) “El Proceso de Convertirse en Persona. México, Edi. Paidós.
86. Salmuri, F. (1991) La asertividad, como un medio. México, UIA Golfo-Centro, Puebla.
87. Sánchez, J. (2003) Estudio comparativo de personalidad y rendimiento escolar en adolescentes de educación media básica. Tesis Para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. UNAM.

88. Santolalla, G. (1999) Relaciones familiares. Perú, Edi. Lima.
89. Sanz, F. 2005 El adólescete. [En Red] Disponible en:  
<http://www.padres.com/modules.hph?name>.
90. Silva, A. (1993) Aguascalientes: Los problemas psicológicos de sus jóvenes. Investigación y Ciencia. Vol.2 (1)
91. Silva y col. (1993) Estudio preliminar del perfil psicológico del adolescente: caso hermosillo, sonora. Salud y Sociedad. Vol. 2 (1)
92. Solís, G. (2002) Adolescencia y fantasía. Tesis para obtener el título de Psicólogo. UNAM.
93. Solana, E. (2002) Relación entre el método de disciplina que apliquen los padres y el logro de independencia del adolescente. Tesis para obtener el título de Psicólogo. UNAM.
94. Sthepen, C. (1995) El camino a la asertividad. México, Edi. Paidós.
95. Stormont, M. (2002) “Externalizing Behavior Problems in Young Children: Contributing Factors and Early Intervention” Psychology in the Schools, Vol. 39(2), March 2002. Wiley Periodicals, Inc.
96. Tharter, S. (1998) Las Habilidades Sociales. México, Edi. Nuevo Mundo.
97. Torres, M. (1994) Programa para el manejo de tendencias depresivas en adolescentes. Tesis para obtener el título de Psicólogo. UNAM.
98. Truscott, W. (1992) La familia y el adolescente. Argentina, Edi. Paidós.
99. Vilches, F. (1989) Conflictos matrimoniales y comunicación. España, Edi. Narcea.
100. Yerena M. (2001) Factores que influyen en el bajo rendimiento escolar de los alumnos de CONALEP Iztapalapa II. Tesis para obtener el título de Psicólogo. UNAM. FES Iztacala.
101. Zamora, A. (1976) Las relaciones interpersonales del adolescente en el medio escolar. Tesis para obtener el título de Psicóloga. UNAM.

# **ANEXO**

## INTRODUCCION

Este cuestionario es parte de un estudio que se está realizando en diferentes lugares de tu ciudad.

Para que este estudio sea provechoso es muy importante que contestes a todas las preguntas con el mayor cuidado y sinceridad posible. Todas las respuestas son estrictamente confidenciales y ninguna persona podrá ser identificada. Es por esto que no preguntamos ni tu nombre, ni el nombre de tu escuela. Muchos jóvenes han contestado el cuestionario y les ha gustado cooperar con nosotros, esperamos que a tí también te guste.

Con este cuestionario pretendemos saber qué es lo que piensan los jóvenes de tu edad, por lo que te pedimos que lo contestes con la mayor sinceridad posible, pues de lo contrario éste no tendrá validez. Para garantizar el anonimato de tu información, insistimos en que no es necesario que pongas tu nombre.

Asimismo, es totalmente voluntaria tu participación.

## INSTRUCCIONES

Esto **NO** es un examen, **NO** hay respuestas correctas o incorrectas, pero por favor contesta con cuidado.

Para cada pregunta, busca la respuesta que para tí sea la mejor. **En todas las preguntas deberás elegir sólo una opción.** En algunas te pedimos que escribas tu respuesta en las líneas correspondientes.

De las alternativas que se te dan, escoge la que más se acerque a tu manera de pensar, marcando con una X el número que corresponda.

### EJEMPLO.

a) ¿Acostumbas cocinar tus propios alimentos?

1    2     3

1) Frecuentemente

2) Algunas veces

3) nunca

**GRACIAS POR TU COOPERACIÓN**

## DATOS SOCODEMOGRÁFICOS

Lugar de origen                      Secundaria: \_\_\_\_\_

Tipo de secundaria	Turno	Sexo
1. Pública	1. Matutino	1. Masculino
2. Privada	2. Vespertino	2. Femenino

Grado:                      Edad en años cumplidos: \_\_\_\_\_

Promedio general: \_\_\_\_\_

8. ¿Con quién vives?

1 2 3 4

- |                    |             |
|--------------------|-------------|
| 1) Padres hermanos | 2) Hermanos |
| 3) Familiares      | 4) Otros    |

9. ¿El estado civil de tus padres es?

1 2 3 4

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1) Casados     | 2) Unión libre |
| 3) Divorciados | 4) Viudo (a)   |

10. ¿Cuántos hermanos tienes? \_\_\_\_\_

11. ¿Qué lugar ocupas por edad entre tus hermanos?  
En orden descendente (del mayor al menor):

1 2 3 4

- |               |                |
|---------------|----------------|
| 1) El primero | 2) El segundo  |
| 3) El tercero | 4) Otro ¿Cuál? |

12. ¿Quién sostiene los gastos de tu casa?

1 2 3 4

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1) Tu padre | 2) Tu madre |
| 3) Ambos    | 4) Otros    |

13. ¿Qué religión profesas?

1 2 3 4

- |             |                 |
|-------------|-----------------|
| 1) Católica | 2) Protestante  |
| 3) Mormona  | 4) Otra, ¿Cuál? |

## HÁBITOS DE ESTUDIO

14. ¿Realizas tus tareas y trabajos que te asignan en la escuela? 1 2 3 4
- 1) Frecuentemente    2) Algunas veces    3) Nunca
15. ¿En dónde estudias? 1 2 3 4
- 1) En el camión                      2) En la casa  
3) En la biblioteca                  4) En el parque
16. ¿Cuando estudias, lo haces? 1 2 3 4
- 1) Acostado                          2) Recostado  
3) Sentado                            4) Otros, ¿Cuál?
17. ¿Tienes dificultad para expresar tus pensamientos por escrito? 1 2 3
- 1) Frecuentemente    2) Algunas veces    3) Nunca
18. ¿Tu asistencia a clases es? 1 2 3
- 1) Constante                          2) Irregular  
3) Otro
19. ¿Cuándo acostumbras estudiar? 1 2 3 4
- 1) Antes de examen    2) Sólo cuando me dicen que lo haga  
3) Diario                                4) Otro, ¿Cuál?
20. ¿Cuando estás estudiando, ¿realizas alguna otra actividad? 1 2 3 4
- 1) Comer                                2) Oír música  
3) Ver televisión                      4) Solo estudio
21. ¿Cómo acostumbras estudiar? 1 2 3 4
- 1) Memorizando                      2) Leyendo muchas veces lo mismo  
3) Razonando                         4) Otro, ¿Cuál?
22. Durante las clases: 1 2 3
- 1) Tomas apuntes    2) Memorizas    3) Otro, ¿Cuál?

23. ¿Cuándo vas a presentar un examen, en qué materiales estudias?  
1) Tus apuntes 2) Libros sobre la materia  
3) Apuntes y libros sobre la materia 4) No estudio

#### HABILIDADES SOCIALES

24. ¿Sientes que eres equivocado?  
1) Frecuentemente 2) Algunas veces 3) Nunca
25. ¿Estás siempre dispuesto(a) a expresar tu opinión?  
1) Frecuentemente 2) Algunas veces 3) Nunca
26. ¿Te pones nervioso al presentarte en público?  
1) Frecuentemente 2) Algunas veces 3) Nunca
27. ¿Qué haces cuando estás con tus amigos?  
1) Te dedicas a escuchar 2) Dejas que te hagan  
3) Te integras a las bromas
28. ¿Cuando te hacen un cumplido sabes qué decir?  
1) Frecuentemente 2) Algunas veces 3) Nunca
29. ¿Te cuesta trabajo entablar una conversación con alguien?  
1) Frecuentemente 2) Algunas veces 3) Nunca
30. ¿Si la petición inicial de algo que tú quieres es rechazada,  
la pides para una ocasión posterior?  
1) Frecuentemente 2) Algunas veces 3) Nunca
31. ¿Te gusta hacer amigos cuando vas a lugares nuevos?  
1) Frecuentemente 2) Algunas veces 3) Nunca
32. ¿Si un amigo te hace una petición que consideras no  
razonable, eres capaz de negarte a hacerla?  
1) Frecuentemente 2) Algunas veces 3) Nunca



33. ¿Cuándo sientes que un amigo te está ofendiendo se lo haces saber?

1 2 3

1) Frecuentemente 2) Algunas veces 3) Nunca

34. ¿Cuándo estás discutiendo con tus padres te dejan decir lo que piensas?

1 2 3

1) Frecuentemente 2) Algunas veces 3) Nunca