



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA**

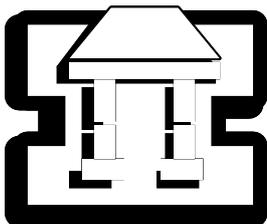
**“HUMANIZANDO LAS RELACIONES PADRE – HIJO,
DESDE UN ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA”**

T E S I S

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A N :
PÉREZ MORENO MA. ERIKA
SANTOS RAMÍREZ ALICIA**

**DIRECTOR DE TESIS:
MTRO. ÁNGEL CORCHADO VARGAS**

**DICTAMINADORES:
DR. MIGUEL ÁNGEL MARTÍNEZ RODRÍGUEZ
DR. MA. ANTONIETA DORANTES**



TLALNEPANTLA, EDO. DE MÉXICO

SEPTIEMBRE 2007



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS

Una vez más he sentido el infinito amor que hay en Ti para mí, gracias por sostener mi vida, mis sueños y mis anhelos, sin Ti esto no habría sido posible, Gracias **Dios** pues Tú eres la luz que ilumina mi camino...

La base de mi vida son ustedes mi **Familia**, Gracias por hacer este sueño realidad, Gracias por cada desvelo, por cada oración, por cada esfuerzo, por cada palabra de aliento, por el amor que sin condiciones me brindan, Gracias por existir y estar Siempre conmigo...

WBB... sólo ustedes hacen mágico este paso por la vida, han sido una bendición para mí, he aprendido a través de ustedes que el amor, la amistad y la magia se pueden mezclar para formar los cuatro elementos... gracias amigas

MA. ERIKA PÉREZ MORENO

AGRADECIMIENTOS

Porque la vida está llena de miles de obstáculos y siempre es más fácil superarlos con su apoyo, gracias **Papás** sé que no siempre podré tenerlos junto a mí pero gracias por brindarme un arma poderosa para continuar mi camino: mis estudios.

Porque siempre es más grato andar un camino largo en compañía, gracias a mis **amigas** por su apoyo y comprensión pero sobre todo por su amistad y por creer siempre en mí, las quiero.

ALICIA SANTOS RAMÍREZ

ÍNDICE

Resumen	7
Introducción	8
Capítulo 1: ¿Qué es la Psicología Social?	10
1.1 <i>Teorías De Explicación</i>	13
1.2 <i>Psicología Social Y Otras Ciencias</i>	15
1.3 <i>Antecedentes Principales De La Psicología Social</i>	16
1.4 <i>Niveles De Interacción</i>	18
Capítulo 2: Psicología Social Comunitaria	21
2.1 <i>Definición De Comunidad</i>	21
2.2 <i>Psicología Comunitaria Y Sus Antecedentes</i>	24
2.2.1 <i>¿Cómo Origina La Psicología Comunitaria En América Latina?</i>	26
2.3 <i>Definición Y Objeto De Estudio De La Psicología Comunitaria</i>	27
2.4 <i>Características De La Psicología Comunitaria</i>	30
2.5 <i>Objetivos De La Psicología Comunitaria</i>	32
2.6 <i>Niveles De Intervención</i>	32
2.7 <i>Áreas De Intervención</i>	35
2.8 <i>Métodos De Investigación</i>	38
2.8.1 <i>La Investigación Cuantitativa En Psicología Comunitaria</i>	38
2.8.2 <i>La Investigación Cualitativa En La Psicología Comunitaria</i>	39
Capítulo 3: La Psicología Humanista O Tercera Fuerza	42
3.1 <i>Cómo Surge La Psicología Humanista</i>	42
3.1.1 <i>Principales Influencias</i>	43
3.2 <i>Los Principios De La Psicología Humanista</i>	48
3.3 <i>Principales Exponentes Del Humanismo</i>	50
3.4 <i>Actitudes Básicas Para Fomentar El Desarrollo En Las Relaciones Humanas</i>	55
3.4.1 <i>Aprecio Positivo Incondicional</i>	55
3.4.2 <i>Congruencia O Autenticidad</i>	56
3.4.3 <i>Empatía</i>	57
3.4.4 <i>Atención Y Escucha</i>	57
3.5 <i>Técnicas Utilizadas En El Acompañamiento</i>	58
3.5.1 <i>El Reflejo</i>	58
3.5.2 <i>Concretización</i>	60
3.5.3 <i>Uso De Metáforas</i>	60
3.5.4 <i>Conflicto Mayeutico</i>	61
3.5.5 <i>Manejo De Silencios</i>	62
3.6 <i>Los Aportes De La Psicología Humanista En El Campo De La Educación</i>	63
3.6.1 <i>La Educación Humanista</i>	64
3.7 <i>El Enfoque Humanista En El Trabajo Con La Familia</i>	67

Capítulo 4: La Etapa Adolescente	71
4.1 Desarrollo Emocional	74
4.2 Desarrollo Cognitivo	75
4.2.1 El Egocentrismo Adolescente	77
4.3 Desarrollo Físico Y Sexual	78
4.4 Desarrollo Psicosocial	79
4.4.1 El Camino Hacia La Identidad	81
4.5 Conductas De Riesgo En La Adolescencia	82
4.5.1 Drogadicción En La Adolescencia: Formas De Prevenir	82
4.5.1.1 Drogas: Curiosidad O Alternativa	83
4.5.2 Depresión	85
4.5.2.1 Cómo Afecta La Depresión Al Adolescente	86
4.5.2.2 Las Causas De La Depresión	87
4.5.3 El Suicidio	88
4.5.4 Anorexia Y Bulimia	90
4.5.4.1 Anorexia Nerviosa	91
4.5.4.2 Bulimia Nerviosa	93
Capítulo 5: Taller Para Padres	94
5.1 El Ser Padre	94
5.2 Los Modelos De Comportamiento: Padres, Maestros ¿Héroes De Televisión?	96
5.3 El Rol De Los Padres	97
5.4 Padres Vs Hijos	99
5.4.1 Condiciones Que Ayudan En La Relación Padre-Hijo Adolescente	100
5.5 Errores Más Comunes Que Cometan Los Padres	102
5.6 Escuela Para Padres	104
5.7 Algunos Temas Para Un Taller Para Padres	107
Metodología	117
Resultados	130
Descripción Global	143
Acompañamiento	145
Discusión Y Conclusiones	175
Referencias	184

Índice De Figuras Y Tablas

<i>Figura</i>	<i>Página</i>
Figura 1: <i>Psicología Social</i>	12
Tabla 1: <i>Diferencias entre Psicología Social y otras Ciencias</i>	15
Figura 2: <i>Niveles de interacción</i>	18
Figura 3: <i>Desarrollo Comunal</i>	23
Figura 4: <i>Principios de la Psicología Comunitaria</i>	30
Figura 5: <i>Rol Psicológico Comunitario</i>	33
Figura 6: <i>Niveles de intervención de la Psicología Comunitaria</i>	35
Figura 7: <i>Características que definen al Hombre</i>	46
Figura 8: <i>Sistema Emocional - Cognitivo</i>	64
Figura 9: <i>Etapas de la Adolescencia</i>	73
Figura 10: <i>El Yo falso</i>	80
Figura 11: <i>Errores que no favorecen la expresión de cariño</i>	103

RESUMEN

Se implementó un Taller Humanista a treinta padres de familia de entre treinta a cuarenta años de edad, ambos sexos, nivel socio económico medio y que tuvieran hijos adolescentes estudiantes de la escuela secundaria “Moisés Saenz”. En dicho taller se trabajó bajo dos líneas: 1) los temas propios de la adolescencia como: cambios físicos, emocionales y conductuales, conductas de riesgo, depresión, suicidio, anorexia y bulimia; 2) los temas propios de los padres de familia, como son: límites, reglas, permisos. Se trabajaron cinco sesiones de dos horas cada una, donde a través de actividades, vivencias, relatos, experiencias, recuerdos, información, exposiciones y representaciones se les enseñó las tres actitudes básicas de Rogers: empatía, congruencia y aprecio positivo incondicional. Durante el taller para padres se pudo observar una asimilación e integración de los temas vistos durante el mismo, los padres de familia llegaron a reportar dudas sobre las conductas de riesgo de los adolescentes, así como del manejo de la autoridad, el futuro escolar de sus hijos, los programas de televisión que ven, la sexualidad, el manejo de su mal humor, los permisos, por mencionar algunos de ellos. Las dudas de los padres siguen enfocadas hacia las mismas temáticas que cualquier padre de familia tiene respecto al comportamiento de sus hijos; fue gracias al trabajo de las actitudes básicas que se logró orientar a los padres de familia a que sean ellos mismos quienes valoren y aprendan a ser padres autosuficientes, capaces de dar solución a las problemáticas que pueden llegar a enfrentar con sus hijos adolescentes. Además se proporcionó acompañamiento tanto a alumnos asignados por parte de la institución de distintos grados de ambos turnos como a padres que así lo requirieron. En cuanto al acompañamiento individual se obtuvieron resultados similares, ya que la mayoría de los alumnos y padres de familia lograron ser orientados en los aspectos en los que ellos lo solicitaron, donde pudimos observar que los temas del acompañamiento con los padres eran similares a las dudas reportadas en el taller.

INTRODUCCIÓN

Uno de los campos abordados por la Psicología es el desarrollo humano, en este encontramos la etapa de la adolescencia, la cual según Lehalle (1986) es una de las etapas más importantes del ser humano, pues marca la transición de niño a adulto y una de las características principales es el cambio físico que presentan, así como cambios emocionales y sociales. Esta etapa se caracteriza por cierto estado de inestabilidad y crisis, el grado depende del contexto de la persona y de características subjetivas. Es en este grado de inestabilidad donde resulta necesario poner especial atención, pues la manera en la que se oriente a los adolescentes a vivir estos cambios determinará la manera en la que superaran los múltiples riesgos a los que se encuentran expuestos.

Es aquí donde encontramos la importancia del papel que juegan las personas adultas cercanas a ellos, como son los maestros, orientadores y familiares, de los cuales podemos resaltar a los padres, puesto que son ellos los que se encuentran en contacto directo con sus hijos, sin embargo, la mayor parte de los padres se encuentran desorientados en cuanto a los cambios que sus hijos están experimentando, por lo que les resulta difícil entender su comportamiento y esto da como resultado que la relación de padres e hijos sea en muchas ocasiones poco empática. Encontramos que lo anterior representa un problema, pues muchas veces esto impide a los padres que brinden a sus hijos la orientación adecuada tan necesaria para los jóvenes en esta etapa de su vida.

Es por ello la importancia de brindar orientación especializada a los padres de familia, la cual está fundada en el trabajo psicológico, puesto que es a través de este que se puede proporcionar a los padres las herramientas necesarias que pueden representar una gran ayuda para la educación, convivencia y orientación de sus hijos.

En el presente trabajo podemos encontrar referencias teóricas partiendo desde la Psicología Social hasta la elaboración de talleres para padres como una intervención del Psicólogo a la sociedad. El primer capítulo se centra en la Psicología Social, la cual

describe los fenómenos que suceden en la sociedad junto con sus objetivos, áreas de intervención y teorías que en ella tienen lugar. En el siguiente capítulo se describe la Psicología Social Comunitaria como una manera de intervención más particular que va desde la familia hasta la comunidad en sí. El tercer capítulo nos habla de las herramientas que ha desarrollado la Psicología Humanista para la intervención en la comunidad, donde una de las problemáticas que le atañen son las relaciones interpersonales, por ejemplo la relación padre-hijo. Es por ello que el cuarto capítulo habla de la etapa adolescente, mencionando cambios físicos, emocionales y conductuales con la finalidad de entender como se da la relación antes mencionada. Finalmente el quinto capítulo nos informa acerca de las herramientas con que cuentan los padres para optimizar las relaciones con sus hijos y de esta manera la Psicología guía la obtención de éstas.

Es en este punto donde el presente trabajo encuentra su propósito al crear un taller para padres con la finalidad, como ya se mencionó, de ofrecer alternativas para relacionarse con sus hijos, las cuales a su vez están fundamentadas en el enfoque humanista donde se enfatizan tres características: empatía, congruencia y aprecio positivo incondicional.

1. ¿QUÉ ES LA PSICOLOGÍA SOCIAL?

Cuando se habla de Psicología Social, de inmediato se puede pensar en todos aquellos problemas de drogadicción, alcoholismo, delincuencia, niños de la calle, por mencionar algunos ejemplos. Y es aquí cuando se piensa que el papel del psicólogo no se limita únicamente al área clínica, ya que las personas que están inmersas en dichas problemáticas no necesariamente irán a buscar ayuda al psicólogo. Sin embargo la Psicología Social no solo se detiene a estudiar aspectos específicos de la conducta de las personas, más bien amplía su campo dirigiéndose en una forma más general al estudio de las relaciones entre las personas y cómo estas relaciones influirán en la conducta, pensamientos y sentimientos de las mismas.

En palabras de Rodrigues (1991), se describe el estudio de las relaciones a las que se hizo referencia anteriormente. Él expresa que la Psicología Social estudia las manifestaciones de comportamiento que se dan en la interacción entre personas, o también, la simple expectativa de tal interacción. Los seres humanos vivimos en un constante proceso donde se manifiestan las relaciones de dependencia e interdependencia que tenemos con nuestros semejantes. Dicha interacción social se da con un simple apretón de manos, una sonrisa, una reprimenda, etc., que una persona dirige a otra, creando un circuito donde una persona X expresa una conducta social a otra persona Y, la cual responderá con otro comportamiento social. Dicho fenómeno es lo que conocemos como “interacción social”.

De igual forma este autor explica que además de estudiar la relación entre las personas, la Psicología Social, se adentra a analizar los procesos cognitivos que se dan por las relaciones de las personas, las cuales están constantemente sometidas a un proceso de interdependencia entre ellas. Dichos procesos cognitivos que se originan por la interacción social han recibido el nombre de *pensamiento social*. Es así como los psicólogos sociales encuentran su *objeto de estudio* en la interacción humana y las consecuencias cognoscitivas

de la misma, el cual es estudiado a partir del método científico. Éste tiene por objeto conducir al descubrimiento de un nuevo acontecimiento guiado por una serie de pasos:

- ❖ Teoría
- ❖ Elaboración de hipótesis
- ❖ Comprobación empírica de las hipótesis elaboradas
- ❖ Análisis de los datos recogidos
- ❖ Confirmación o rechazo de las hipótesis
- ❖ Generalización

Así se pueden observar dos procesos fundamentales que se incluyen en el concepto de psicología social: *la interacción humana*, como unidad de análisis del psicólogo social y *el método científico* como herramienta creadora de conocimiento empírico dentro de esta ciencia.

Rodrigues (1991), acierta al afirmar que la Psicología Social necesita el método científico para poder llevar a cabo dicho estudio, ya que la Psicología como una ciencia necesita herramientas con las cuales pueda poner a prueba todas las bases teóricas que han surgido y de ahí llegar a conclusiones verídicas con la cuales se puedan formular teorías sólidas.

Sin embargo hay un tercer proceso fundamental en el campo de la Psicología Social: *el carácter latitudinal*. Éste se refiere al papel que desempeñan los factores situacionales (también entendidos como estímulos sociales), en la conducta de los seres humanos, ubicándolos como seres sociales.

Por supuesto cuando se habla de “social” no se puede dejar de lado el sitio o medio en el cual los individuos llevan a cabo dicha interacción entre ellos, porque como se sabe las sociedades y todo lo que en ellas se integra, como por ejemplo: las reglas, tradiciones, lenguaje, comida, hábitos, etc., son diferentes incluso en un mismo país. Es por ello que resulta importante señalar cómo Rodrigues aborda el estudio de la Psicología social

basándose en estos tres aspectos: *interacción humana*, *método científico* (como herramienta) y *el carácter latitudinal*.

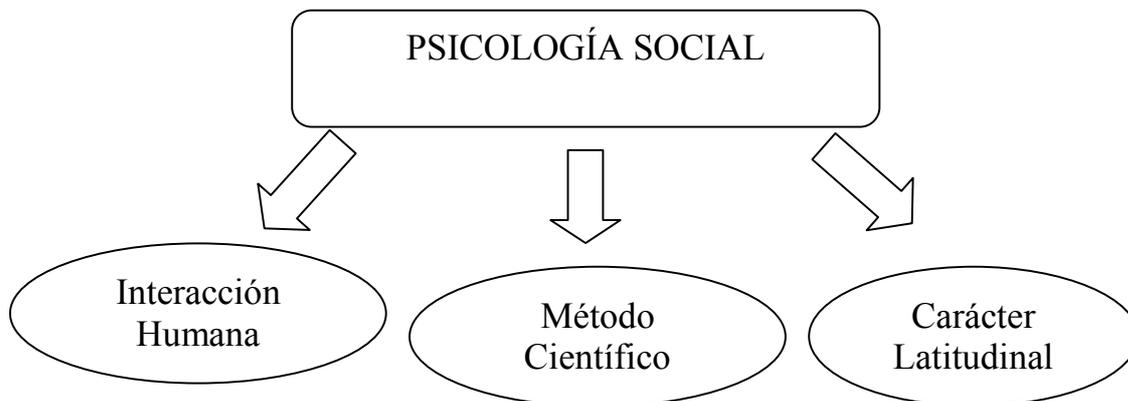


Fig. 1. Se muestra los tres componentes fundamentales en los que la Psicología Social basa su estudio.

De tal forma, integrando los componentes anteriores, se puede estructurar una definición más amplia de Psicología Social, la cual, sería:

“... psicología social es el estudio científico de las manifestaciones de comportamiento de carácter situacional suscitadas por la interacción de una persona con otras personas o por la mera expectativa de la interacción, así como de los estados internos que se infieren lógicamente de estas manifestaciones” (Rodríguez, 1991, p. 21).

Por otra parte Páez (1992) define la Psicología Social como una ciencia que busca explicar la conducta de los sujetos mediante tres elementos: situación, representación que la persona tiene de ella y las tensiones de los sistemas socioculturales y psicológicos. La situación se refiere a la posición que tiene el Hombre y cómo ésta lo orienta a actuar de forma determinada, el segundo elemento se refiere a cómo es percibida la situación en la que se encuentra las personas y cómo dicha percepción lo llevará a tener una interacción social particular, finalmente las tensiones son estados dados por la cultura que determinan las formas de comportamiento de los seres humanos entre sí. Así tomando en cuenta dichos elementos es como se debe definir la Psicología Social como una ciencia que se encarga del estudio de la relación persona-sociedad y todo lo que ello conlleva.

En esta misma línea Correa (2003) menciona que la Psicología Social es un conjunto de saberes y producciones teórico-prácticas que posibilitan lectura sobre la relación entre individuo y sociedad, en la realidad de la vida cotidiana.

Es así como la Psicología Social se puede definir como: una ciencia que estudia a través del método científico las manifestaciones de comportamiento que se dan entre individuo-sociedad, centrándose en investigar las causas que originan los problemas en dicha interacción; esto conlleva tomar en cuenta el medio en el que la persona se encuentra inmerso y la manera en que el individuo percibe la interacción hacia otra persona. Es así como la Psicología Social estudiará los procesos psicológicos que el Hombre tiene al relacionarse con los distintos factores que lo afectan en la sociedad.

Una vez que se ha definido el término Psicología Social, es necesario adentrarse en el objeto de estudio de ésta ciencia. Morales (2002), considera que hablar del objeto de estudio de la Psicología Social es hablar de un objeto de estudio complejo, ya que no se trata de un “objeto”, sino de una serie de procesos y relaciones que se determinan y afectan entre sí. Estudia las modalidades con las que los sujetos producen, desarrollan, sostienen o transforman esas relaciones sociales, instituciones, formas de organización, representación y comunicación. La Psicología Social, tiene presente que se estudia seres concretos productores de un orden social, material y simbólico, que recíprocamente, los instala, produce y constituye.

1.1. Teorías De Explicación

Una vez descrito lo anterior, los autores intentan explicar cómo se da dicha interacción social y qué es lo que guía a las personas a tenerla. Es así como se han desarrollado varias teorías que tratan de explicar estas situaciones, donde las explicaciones psicosociales más relevantes según Páez (1992) son las motivacionales, motivacionales intencionales y de intercambio, del aprendizaje, cognitivas y de roles. A continuación se describen cada una de ellas:

- a) **Teorías motivacionales automáticas.** Aquí la motivación es entendida como la internalización de valores, normas y creencias culturales que guían y orientan la conducta hacia una determinada interacción social.
- b) **Teorías motivacionales de decisión consciente.** En esta teoría la motivación va orientada de acuerdo a las expectativas y valoraciones que la misma persona hace de su conducta, es decir, las personas se guían de acuerdo a los beneficios que obtendrán por realizar determinada conducta, dicho beneficio está en función de lo que otras personas aporten o lo aceptado que sea por parte de la sociedad.
- c) **Teoría del aprendizaje.** Primeramente esta teoría explica que las personas aprenden a comportarse de acuerdo a los castigos y recompensas asociados a conductas ensayadas que han tenido, así como también a la imitación de conductas recompensadas y castigadas por otros, con la finalidad de evitar el dolor y aumentar el placer (hedonismo).
- d) **Teorías cognitivas.** Se basan en el supuesto de que la conducta social de las personas está dada por la estructura y el contenido de los pensamientos de los Hombres, aquí se toman en cuenta los procesos de percepción, memorización, recuperación de la información y juicio, los cuales son los que dirigen la interacción social entre las personas.
- e) **Teorías del rol.** Otra explicación sobre cómo se da el comportamiento social se explica a partir del papel que de acuerdo a las sociedades es asignado a cada tipo de persona (como son hombre, mujer, madre, padre, hijos, esposos, etc.) por lo que la manera en que se relacionará estará determinada por el papel que juega en la sociedad.
- f) **Teorías socioculturales.** Aquí se explica que el tipo de comportamiento social será orientado por todos los rasgos que la cultura marca en el individuo (ejemplo: la familia, la clase social, los valores, las creencias, las tradiciones, etc.).

1.2. *Psicología Social Y Otras Ciencias Afines*

Por otra parte, al hablar de Psicología Social se hace inevitable cuestionar el trabajo que se lleva a cabo desde un campo psicológico, comparado con el de otras disciplinas como son: la Sociología u otras ciencias afines tales como la Antropología, la Filosofía social e incluso con otros sectores de la misma Psicología. Sin embargo (Sánchez, 2002) menciona que la diferencia entre Psicología Social con las ciencias mencionadas se puede describir de forma convincente. A continuación se describen dichas diferencias en la siguiente tabla:

Diferencias entre Psicología Social y otras Ciencia Afines

<i>Sociología</i> Es una ciencia que se encarga de estudiar a la sociedad, las instituciones y las relaciones; considera al individuo a partir de la cultura o la sociedad a la que pertenece. Estudio más de tipo grupal.	<i>Psicología Social</i> Estudia al individuo en sí mismo, estudiando sus reacciones ante los factores ambientales en los cuales se desenvuelve diariamente. Estudio más de tipo individual.
<i>Antropología cultural</i> Estudia lo que ha hecho el Hombre a lo largo de su existir, las características étnicas de los pueblos que ha formado, sus formas de expresión, etc.	<i>Psicología Social</i> Su estudio está basado en el individuo así como en su comportamiento ante los estímulos sociales a que está expuesto.
<i>Filosofía Social</i> Basa su estudio en especulaciones pero no comprueba experimentalmente tales especulaciones.	<i>Psicología Social</i> Trabaja de forma empírica comprobable su estudio sobre el individuo.
<i>Otros sectores de la Psicología</i> A pesar de que los psicólogos deben tener ciertos conocimientos básicos y comunes en su formación, dentro de la misma Psicología existen diversas filosofías que guían la especialidad de cada psicólogo.	<i>Psicología Social</i> En el caso de la Psicología Social se basa específicamente en el estudio de las situaciones de comportamiento interpersonal.

Tabla 1. Se muestran las diferencias entre la Psicología Social y otras ciencias afines.

1.3. Antecedentes Principales De La Psicología Social

Según Muchnik (citado en Morales, 2002), es necesario saber de dónde nace la Psicología Social y sobre todo por qué emerge una ciencia como ésta. La Psicología Social nace con la modernidad, cuando la problemática de la historia y la organización social son el foco de atención en la reflexión filosófica. Paralelamente emergen otras disciplinas que encaran éstas temáticas humanas, como son: la Sociología y la Economía Política; surgen por cambios sociales como el fenómeno de masas, los procesos revolucionarios, los cambios en las instituciones y las formas de organización. Dichos cambios tienen la necesidad de replantear la relación sujeto-sociedad. Es así como surge el estudio del Hombre como creador e impositor de la sociedad y las relaciones que en ella se dan.

La forma como Muchnik aborda el surgimiento de la Psicología Social resulta muy apropiado y perfectamente definido de acuerdo a la historia de la humanidad, en la cual el hombre cambia el papel que representaba al modificar las formas de producción y organización del trabajo. Cuando se cambia el sistema de producción al capitalismo, surge una nueva clase social: la clase media. Esta además tendrá la oportunidad de ascender a niveles sociales altos lo que le permitirá llegar a poderes políticos y cambiar el papel que jugaba el hombre de ser esclavo a ser dirigente. Es en el siglo XIX donde nacen las ciencias sociales, un momento donde la sociedad experimenta cambios de estructura y fisonomía, además en este momento histórico, la modernidad irrumpe con los valores de subjetividad, autonomía e individualismo. Así el Hombre adquiere independencia e identidad en el fenómeno social, la vida privada brinda al entorno social nuevos modelos donde las relaciones interpersonales adquieren una nueva dimensión. Todo este cambio trae consigo una nueva estructuración en lo que ya decía Muchnik la relación hombre-sociedad.

Entre los primeros autores que definieron al Hombre en relación con la interacción que tiene con otros sujetos, Hegel fue uno de estos pensadores quien instituye la idea del hombre tomando en cuenta “la conciencia individual” pero en relación con el otro, ya que

según Hegel se necesita una vida de relación con el otro pero nunca ser radicalmente el otro. Dicha interdependencia asegura para el hombre el orden ético en el mundo.

Por su parte Durkheim y Wundt, afirmaron la realidad de lo social al sostener que las mentes individuales estaban de algún modo integradas en la mente colectiva. Sin embargo Durkheim rechazó la posibilidad de una Psicología Social al afirmar que no existe continuidad entre Psicología y Sociología, ya que los hechos sociales no pueden ser explicados por hechos psíquicos e individuales. Así Durkheim explica que la sociedad como producto colectivo no debe identificarse con la suma de elementos individuales.

Se considera que Durkheim se centraba únicamente en el individuo y todos los procesos que en él se manifestaban, sin tomar en cuenta que la expresión de dichos procesos se debe en gran medida a la influencia social que de otros sujetos tiene el individuo. No alcanzó a visualizar la relación entre individuos centrándose únicamente en una unidad, la cual no le útil para explicar todo un fenómeno social.

Finalmente fueron Thomas y Znaniecki quienes establecieron formalmente la posibilidad de crear una Psicología Social, el cual fue expresado en su libro *El campesino polaco* publicado en 1918. Este libro fue considerado el primer trabajo de carácter empírico en este campo. Su análisis se basó en el estudio de la noción de actitud con la que pretendieron darle una posible explicación a la relación individuo-sociedad.

Así la Psicología Social como disciplina, nace de la Psicología e intenta mostrar la presencia de lo social en la formulación de la subjetividad. La Psicología define al sujeto individual como su objeto de estudio. Al agregarle lo social hace referencia a fenómenos de otra naturaleza, tales como, los problemas emocionales y cómo éstos, en el interior de la persona, afectan en la esfera de las relaciones sociales entre las personas (Muchnik, citado en Morales, 2002).

1.4. Niveles De Interacción

Fisher (1982, citado en Sánchez, 2002), especifica niveles de interacción y cada uno de ellos presenta características diferenciadas como un modo de influir en la conducta humana, dichos niveles son:

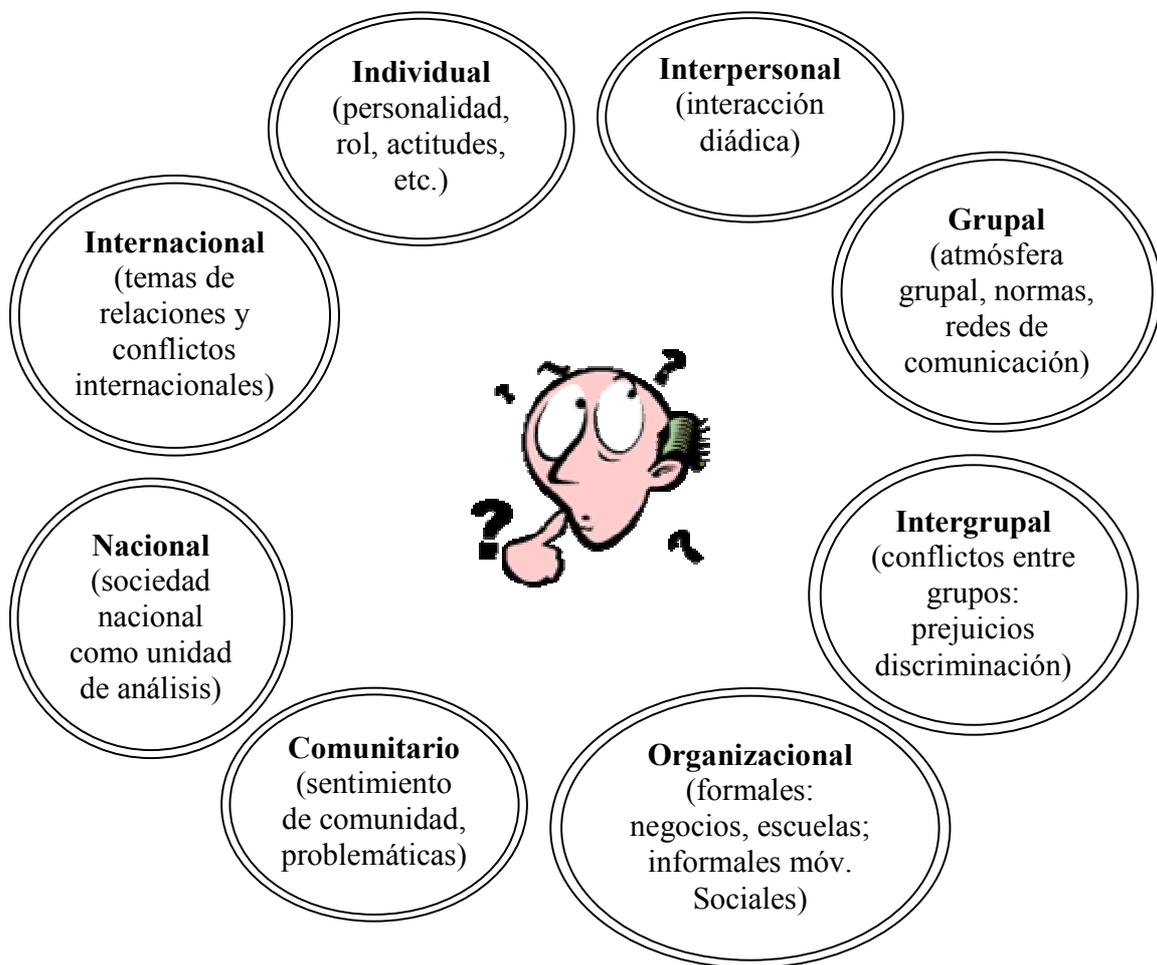


Fig. 2. Se muestran los niveles de interacción que influyen en la conducta de las personas.

Estas cualidades arriba mencionadas no son exclusivas de cada nivel, puesto que pueden afectar a otros niveles, y aunque muchos procesos sociopsicológicos (como la comunicación) operan en varios niveles, otros (como las normas sociales) surgen a un cierto nivel y solo “operan” por encima de él.

Una vez descritos los orígenes de la Psicología Social, se hace necesario abordar el tipo de problemas en la que dicha ciencia tiene que intervenir. Salazar (1978), manifiesta que la Psicología Social se ocupa prácticamente de estudiar el proceso de socialización, el cual permite al hombre desempeñar sus debidas funciones dentro de la sociedad. Dicho proceso de socialización abarca cómo el hombre interactúa en el contexto social, cómo interactúa con otras personas, de qué manera funciona como receptor y emisor en un plano grupal, individual, a nivel organización y a nivel sociedad.

Salazar (op. Cit), describe las diversas manifestaciones que el sujeto pueda llevar a cabo dentro de una sociedad, por ello se desprenden y describen ciertos fenómenos que la Psicología Social puede y debe abordar:

- Ψ **Estudio de los grupos:** aquí se describe el componente vivencial, el cual pone énfasis en la experiencia individual la cual es adquirida a través de la participación del individuo en grupos, el objetivo de ella es buscar el cambio social por medio de los cambios en el individuo.

- Ψ **Cognición social:** la manera como las personas perciben su realidad, influirá en su conducta y la convivencia social.

- Ψ **Actitudes y valores:** estos también son componentes que son determinantes en la descripción de la estructura actitudinal de los sujetos, por ello se necesita de su estudio.

- Ψ **La comunicación:** ésta puede estudiarse en dos dimensiones, lo relativo a la comunicación de las masas y la comunicación interpersonal.

- Ψ **Carácter nacional:** aquí se plantea que siendo la personalidad resultante de un proceso de aprendizaje social, enmarcado dentro de un contexto cultural variante, se hace necesario identificar patrones de personalidad que sea diferentes cuando se comparan culturas, sociedades o naciones.

Estas son algunas problemáticas a las que la Psicología Social debe enfrentar para cubrir el objetivo de su objeto de estudio: la relación hombre-sociedad, cubriendo todas las manifestaciones que en dicho proceso tienen lugar. Sin embargo Salazar (1978), plantea las problemáticas a abordar por la Psicología Social de una forma muy específica dejando de lado problemáticas que son muy importantes como: la violencia, la drogadicción, delincuencia, discriminación, por mencionar algunas.

La Psicología Social aplica diversos métodos para comprobar las teorías y así elegir la mejor estrategia para investigar determinado problema, (Worchel, Cooper, Goethals y Olson, 2002) mencionan que algunos de los métodos de investigación más utilizados en ésta ciencia son: el método correlacional, el estudio de campo, la encuesta, el experimento de campo y el experimento de laboratorio. Sin embargo el mismo autor explica que aunque dichos métodos son reconocidos por varios investigadores, algunos otros se han basado en otros “métodos alternativos” de naturaleza más cualitativa.

2. PSICOLOGÍA SOCIAL COMUNITARIA

Uno de los niveles de interacción de la Psicología Social es la “comunidad”, dicha interacción se refiere a los diversos módulos en los que la Psicología Social se basa para entender el comportamiento de las personas. Es así como la Psicología Comunitaria surge como una necesidad en la intervención de las necesidades que la comunidad presenta, ya que la Psicología Social queda en un nivel de descripción de dichas problemáticas sin darle una solución satisfactoria.

2.1. Definición De Comunidad

La palabra Comunidad es un concepto que resulta difícil de definir debido a que según Ander-Egg (1991), es un término que se utiliza tanto en un lenguaje científico como en el lenguaje común; esto da como resultado que al encontrarse dentro del lenguaje común las personas le dan un significado a dicha palabra, de acuerdo a la idea que ellos tienen de ella. Por lo que la mayoría de las veces dichas definiciones comunes son parcial o totalmente diferentes de las definiciones científicas y esto conlleva a una mala aplicación del término. Así tenemos que la palabra Comunidad se utiliza como sinónimo de pueblo, sociedad, tribu, población, etc. Es por lo anteriormente dicho que Ander-Egg considera que la definición que se pretende dar de la palabra comunidad debe estar determinada a partir de la descripción de sus principales elementos, así define a la comunidad como “... *una agrupación organizada de personas que se perciben como una unidad social, cuyos miembros participan de algún rasgo, interés, elemento, objetivo o función común, con conciencia de pertenencia, situados en una determinada área geográfica en la cual la pluralidad de personas interacciona más intensamente entre sí que en otro contexto*” (p. 45).

Dicho autor realiza una definición muy amplia que integra una serie de elementos necesarios con la finalidad de que al aplicar el término se aplique de forma adecuada a lo que se pretende dar el nombre de comunidad, dicha definición se considera muy particular y restrictiva a la hora de querer nombrar a la comunidad a partir de ella. Sin embargo el autor remarca que dicha amplitud y restricción se hacen necesarias para reconocer el sujeto de la comunidad y el objeto de desarrollo de la comunidad, este último considerado el proceso de mayor importancia en el estudio de la comunidad.

El desarrollo de la comunidad es considerado como un proceso de suma importancia ya que en él se sostiene que dicho desarrollo se da como resultado de la acción conjunta e iniciativa de las personas que conforman a la comunidad. Éste es un término reciente, debido a que desde principios de la humanidad se ha procurado el bienestar comunitario a partir del trabajo conjunto y la participación activa. Así, desarrollo de la comunidad es definido por Ander-Egg (1991), como *“un proceso destinado a crear condiciones de progreso económico y social para toda la comunidad con la participación activa de ésta y la mayor confianza posible de su iniciativa”* (p. 49).

Y además de los componentes de la definición, el autor considera necesario resaltar otros elementos necesarios para que se dé el desarrollo comunal, estos se describen a continuación:

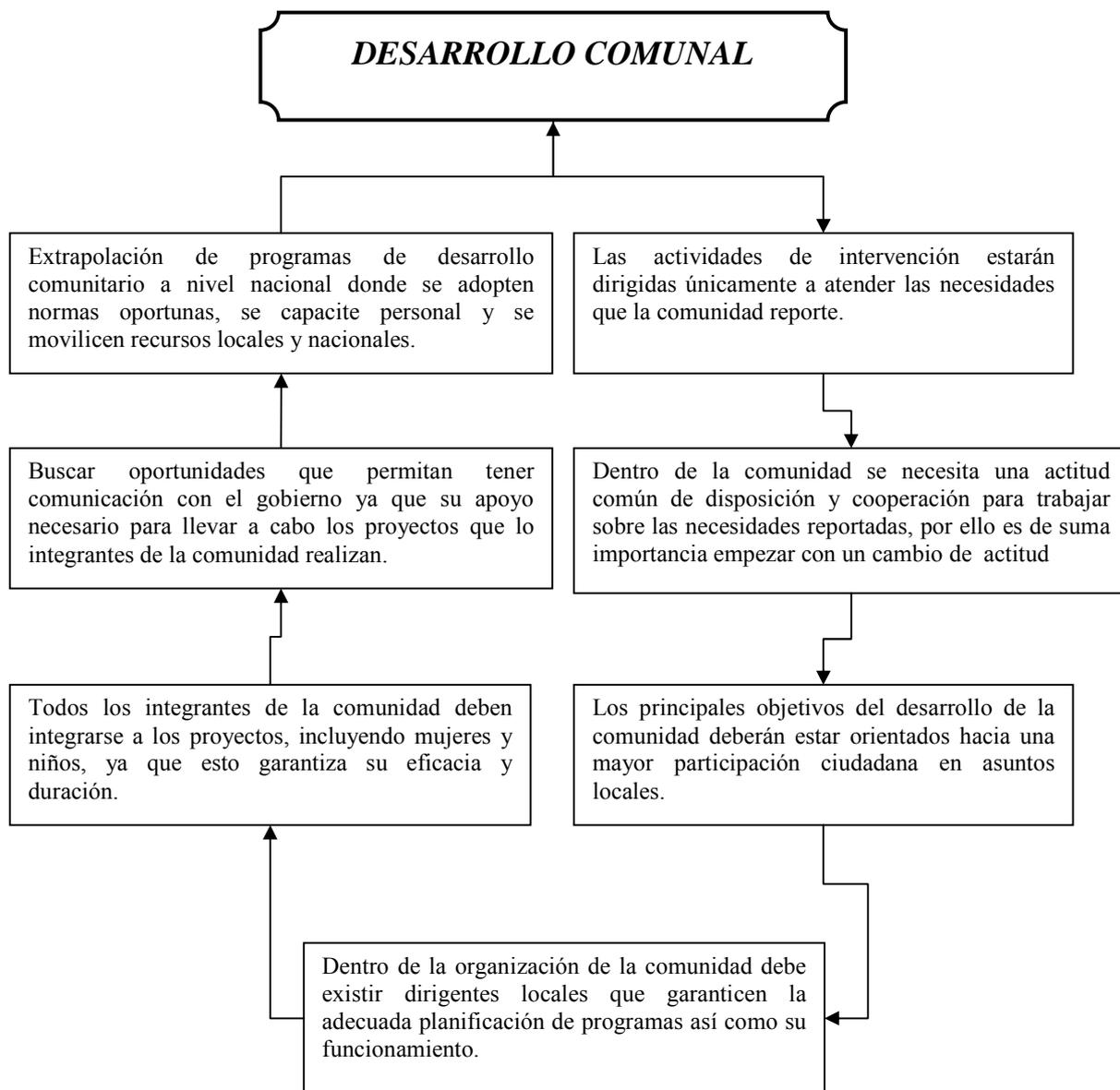


Fig. 3. Componentes necesarios para que se de el Desarrollo Comunal

Fue en el año de 1954 cuando la ONU aparece la expresión “Desarrollo de la Comunidad”, para designar un medio instrumental designado al logro de determinaos objetivos orientados a la elevación de los niveles de vida.

Sin embargo, los inicios del Desarrollo de la Comunidad, se enfocaron principalmente a poblaciones desfavorecidas sobre todo en ambientes rurales. Fue años después cuando se nota la importancia de aplicar dichos proyectos de desarrollo comunitario a las ciudades debido a las nuevas problemáticas que presentaron por el fenómeno migratorio hacia las ciudades.

Así mismo se empezó a ver la importancia que tenían los proyectos orientados a la Comunidad por dos razones principalmente:

1. La Comunidad propiciaba que las personas fueran socialmente productivas, debido a que al resolver problemas, como por ejemplo el analfabetismo, lograba hacer productivas a personas que no lo eran.
2. Ligado a lo anteriormente dicho, el gobierno se percató que el desarrollo comunitario promueve y orienta, al mismo tiempo, el desarrollo económico y social que produce un crecimiento económico y social.

Los principales servicios a los que se deben apegar los proyectos de desarrollo de la comunidad son: educación fundamental, promoción de pequeñas industrias, fomento de cooperativas, extensión agrícola (si se trata de una zona rural), economía doméstica y saneamiento rural.

2.2. Psicología Comunitaria Y Sus Antecedentes

Cuando se habla de Psicología Comunitaria se hace referencia a la primera vez que se utilizó este término que fue en Mayo de 1965, en una conferencia celebrada en Swampscott Massachussets, ya que ésta se realizó como iniciativa de un grupo de psicólogos del instituto nacional de Salud Mental de los Estados Unidos.

Otros autores como Palmonari y Zani (1990), exponen que la Psicología de la Comunidad nació oficialmente en 1965 en Estados Unidos, específicamente en Boston donde tuvo lugar una conferencia para analizar la formación de psicólogos en los servicios de higiene mental de la comunidad. Dicho surgimiento se da porque el trabajo comunitario se reducía prácticamente al trabajo de la higiene mental y la psiquiatría social.

Sin embargo el estado en el que se encontraban los pacientes en los hospitales psiquiátricos era deshumano, ya que en ellos existía un carácter no terapéutico sumado a un clima de violencia hacia ellos, además de que el trato que recibían estaba determinado por la posición social que tenían. Aunado a los problemas a nivel salud, existían otros problemas que según los autores Palmonari y Zani (op. Cit), destruían la falsa idea que se tenía de Estados Unidos de ser un país nuevo con iguales oportunidades para todos. Dichos problemas eran: las luchas por los derechos civiles de los negros, las luchas de los estudiantes y las manifestaciones por la guerra de Vietnam.

Ante este contexto de cambios y renovaciones se tiene que replantear el trabajo del psicólogo, debido a que se tenía que abordar los problemas sociales desde otra perspectiva, generando nuevas teorías y metodologías de intervención que permitieran, en primer lugar, analizar los problemas sociales y cómo éstos afectan el comportamiento de las personas y, en segundo lugar, crear los métodos adecuados para poder afrontar dichos problemas sociales. De esta forma surge un nuevo interés por pasar de estudiar los problemas individuales y estudiar los socio-culturales, de metodologías diagnósticas y terapéuticas basadas en un modelo intrapsíquico a pasar aquellas basadas en modelos conductistas, humanistas y socioambientales. Con ello se vio la necesidad de generar estrategias de prevención y nuevas técnicas de intervención.

Fue en 1962 cuando el Congreso en Estados Unidos destacó la importancia de la comunidad como un recurso terapéutico para afrontar las nuevas problemáticas que se presentaban. Sin embargo en un principio dicho trabajo comunitario se basó en grupos marginados, posteriormente se establece la necesidad de ser puesta a prueba en zonas urbanas.

2.2.1. ¿Cómo Se Origina La Psicología Comunitaria En América Latina?

La Psicología Comunitaria surge ante la incapacidad de una Psicología social, basada en el individualismo y en la intervención fragmentada de problemas macro-sociales. Ante los diversos cambios que se dan en la sociedad y con ello la aparición de nuevas problemáticas, la Psicología Social no responde como se espera y ante la presión ejercida por las personas surge una subdisciplina que además de tratar de describir los problemas sociales tal y como se dan, realizará intervenciones en dichas problemáticas, al mismo tiempo que las estudia.

Y con la Psicología Comunitaria surge además, otras corrientes dentro de la Psicología que le permite a dicha subdisciplina trabajar de forma global en las comunidades. Este es un punto a resaltar, ya que según Montero (2004), la diferencia y al mismo tiempo la causa por la que surge la Psicología Comunitaria, es el hecho de construir nuevos paradigmas, teorías y métodos adecuados que permitieran una intervención eficaz que diera solución a problemas reales, demandados por las mismas personas, tomando en cuenta la realidad total y no interviniendo únicamente a conveniencia de unos cuantos. Esto debido a que las teorías existentes en esos momentos (década de los 70's) eran inadecuados y muchas de las veces tardíos a la hora de querer resolver problemas sociales, es por ello que surgen nuevos modelos y se empiezan a considerar otras alternativas para el trabajo comunitario.

Así fue como en la década de los setenta empieza a generarse en América Latina una necesidad de abordar las problemáticas sociales desde un nuevo enfoque, debido a que aquel que se utilizaba en ese momento no respondía de forma adecuada a los problemas que se presentaban. Por lo que tuvo que redefinirse el papel que jugaba el psicólogo en ese momento y a partir de ello generar una práctica que permita la adecuada intervención de los conflictos que se daban en la sociedad latina, además de producir un lenguaje científico que apoye dicha práctica así como sus metodologías.

De manera tenue se fueron cambiando los roles tanto de los psicólogos como de las personas con las que trabajaba, esto debido a que además de cambiar la noción de enfermedad, originada por el modelo médico que gobernaba dentro de la Psicología Social en sus inicios, también se cambió el modo de ver a las personas con las que se trabajaba, éstas pasaron de ser pasivas y receptoras del trabajo del profesional, a ser activos y capaces de tener la iniciativa para resolver los problemas que los aquejan. Es así que en vez de centrarse en los problemas de las personas como una enfermedad, ahora se resaltaban las capacidades y los aspectos positivos de los individuos y con los cuales se podían potenciar su trabajo hacía un beneficio propio (entendido como un beneficio hacia la comunidad).

En palabras de Montero (2004), los aspectos que marcaron a la Psicología Comunitaria en sus inicios en América Latina, fueron:

1. La búsqueda de teoría y metodologías que permitieran combatir la crisis por la que atravesaba la Psicología Social y así abordar los problemas sociales con los que se enfrentaba los países latinoamericanos.
2. La creación de una definición de Psicología Comunitaria, la cual se obtendría de forma propiamente académica y profesional a principios de la década de los 80's.
3. El cambio de concepción de las personas, de ser individuos sujetos a la investigación del profesional, a ser agentes activos pertenecientes a la comunidad donde se trabaja, en la cual tendrán derechos y deberes relacionados con ella.
4. La redefinición del rol de los psicólogos como profesionales que integran todas las variantes en el estudio de la relación que las personas tienen con la comunidad y los problemas que en ellos enfrentan.

2.3. Definición Y Objeto De Estudio De La Psicología Comunitaria

Sin embargo la Psicología Comunitaria también es definida como una nueva Psicología Aplicada, que desarrolla métodos de intervención en los sistemas sociales con el objetivo de crear cambios y no solo de producir conocimientos. Así la Psicología

Comunitaria es definida como “... una ciencia que estudia el conjunto de relaciones entre individuos y entre grupos territoriales en el seno de sistemas sociales; que desarrolla y evalúa métodos de intervención dirigidos a mejorar la relación entre persona y ambiente tratando de incrementar las oportunidades psicosociales del individuo” (Palmonari y Zani, 1990, p.136).

La Psicología de la Comunidad representa una postura de protesta ante el descuido o ignorancia de ciertas áreas por parte de la Psicología Aplicada y Bender (1981, citado en Gómez del Campo, 1999) la define “como un intento de hacer los campos de la Psicología Aplicada más efectivos en la práctica de sus servicios, y más sensibles a las necesidades y deseos de las comunidades a las que sirven”.

Murrell (1973, op. Cit) define a la Psicología Social Comunitaria como “área dentro de la ciencia de la Psicología que estudia las transacciones entre la estructura del sistema social, las poblaciones y los individuos, que se desarrolla y evalúa métodos de investigación que mejoran la adaptación persona ambiente; que diseña y evalúa nuevos sistemas sociales; y que a partir de tales conocimientos y cambios busca incrementar las oportunidades psicológicas del individuo”

Para Newbrough (1970, citado en Gómez del Campo) la Psicología Social Comunitaria es el área de trabajo para los psicólogos interesados en la aplicación del conocimiento científico a la solución de problemas sociales tales como la pobreza y educación.

Rappaport (1977, op. Cit) destaca la importancia de la búsqueda de alternativas distintas para abordar el problema de la desviación de las normas establecidas por la sociedad, que por lo general se considera patológica, propone un enfoque que evite la concepción de las diferencias como algo necesariamente negativo y que deba sujetarse al control social.

Tomando en cuenta lo descrito anteriormente por los autores mencionados, se puede definir a la Psicología Comunitaria como: área de la Psicología en la que se trata de hacer campos de la Psicología Aplicada más efectiva y sensible a las necesidades y deseos de la comunidad, ésta desarrolla y evalúa métodos de investigación para la solución de problemas para así mejorar las oportunidades de desarrollo del individuo dentro de la sociedad. De esta manera la Psicología Comunitaria es un intento de apoyar el derecho que cada persona tiene de ser diferente sin correr el riesgo de ser objeto de sanciones materiales o psicológicas.

A la Psicología Comunitaria le interesa el derecho de todas las personas de obtener los recursos materiales, educativos y psicológicos que se encuentran disponibles en su grupo social. Es al respecto que la Psicología Comunitaria es un movimiento de reforma dentro del campo de la Psicología Aplicada, cuyos simpatizantes abogan por una distribución equitativa de los recursos que la Psicología y otras profesiones de ayuda tienen bajo su control.

Una vez establecido cómo se dio el trabajo psicológico comunitario, se debe delimitar su objeto de estudio el cual es, según Palmonari y Zani (1991), la intervención sobre los sistemas sociales, más que con los individuos, debido a que si dichos sistemas tienen un buen funcionamiento, entonces los individuos que pertenecen a ellos tendrán buenas experiencias, sin embargo es tarea de la Psicología abordar los cambios en las instituciones sociales para que ellas estén en condiciones de responder mejor a las necesidades de los individuos. Dicho trabajo que tiene la Psicología es con la finalidad, según Iscoe (op. Cit), de desarrollar comunidades competentes capaces de utilizar y adquirir recursos, incluidos los humanos, de manera que sus miembros puedan tomar decisiones razonadas sobre los problemas que les incumben.

2.4. Características De La Psicología Comunitaria

Algunos de los principios fundamentales de la Psicología Comunitaria (Vasconcelos, 1985) son:

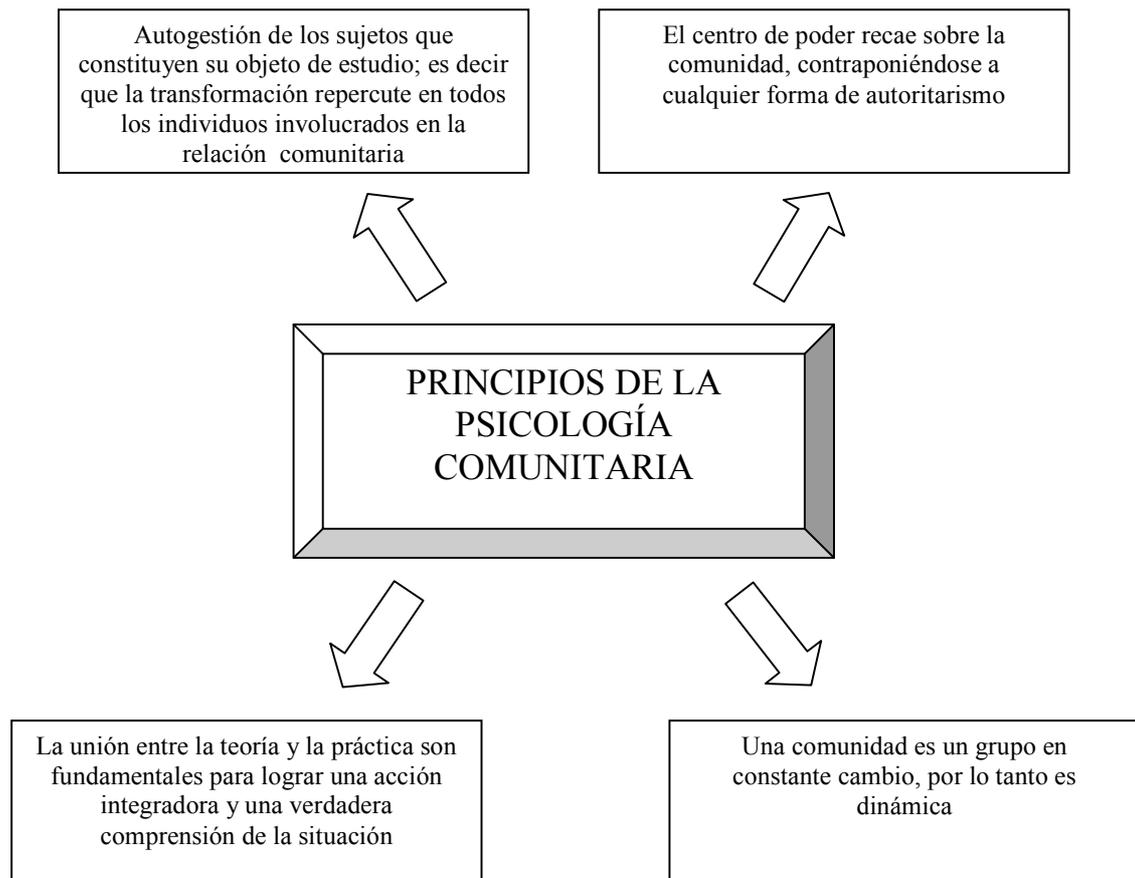


Fig. 4. Se muestran los principios fundamentales de la Psicología Comunitaria.

En la psicología comunitaria, los investigadores y sujetos están del mismo lado en la relación de estudio, pues ambos forman parte de la misma situación y evolucionan en conjunto en la intervención.

Por su parte Montero (2004), menciona que las características de la Psicología Comunitaria son las siguientes:

- Se ocupa de fenómenos psicosociales que acontecen en la comunidad, considerando el contexto y la cultura en la cual surgen, es decir, la psicología comunitaria describe las situaciones que suceden en la comunidad, tomando en cuenta el contexto y el tipo de cultura en el que nace dicho fenómeno.
- Ve a la comunidad como un sistema activo con agentes dinámicos capaces de construir su propia realidad y generar cambios en el lugar donde se desenvuelven.
- Hace énfasis en las capacidades y fortalezas más que en las debilidades e incapacidades.
- Toma en cuenta la influencia cultural.
- Considera la diversidad con que se encuentra para intervenir diferencialmente.
- Estudia las relaciones entre las personas y el medio ambiente en el que viven.
- Se preocupa por propiciar un cambio personal a partir del estudio individuo-comunidad.
- Propicia que la comunidad tenga el control y el poder sobre los problemas que la afectan.
- Fomenta la participación ciudadana y además la genera a partir de ella misma.
- Es ciencia aplicada, debido a que hacen intervenciones sociales.
- Produce, teoría, método y práctica.

2.5. *Objetivos De La Psicología Comunitaria*

- *Toma de conciencia:* de los problemas, de su situación, su identidad y de sus recursos y de su utilización colectiva para resolver problemas comunes.
- *Desarrollar elementos de tipo motivacional:* de tal manera que las personas sean capaces de organizarse en torno a lo que perciban como meta de cambio.
- *Autogestión:* utilizar los recursos de la propia comunidad de forma independiente.
- *Socialización:* en el sentido de trabajo organizado.

Para los efectos de los programas de intervención comunitaria, el concepto de comunidad se debe entender también en términos de estratos o niveles de intervención: individual, pareja y familia, grupal, organizacional, institucional, comunitario y social, indicando el grado de complejidad de las diferentes estructuras sociales en las que se pretende influir.

2.6. *Niveles De Intervención*

La intervención psicosocial comunitaria es general, flexible, interdisciplinar y social, ésta hace hincapié en la prevención y la educación, en la promoción y optimización, en el fortalecimiento de los recursos y potencialidades de los grupos y colectivos sociales (Musitu, Herrera, Cantera y Montenegro; 2004)

La conferencia de Boston (1965) define que el papel del profesional de la Psicología Social Comunitaria; destacando las funciones de agencia de cambio, análisis de sistemas sociales, investigación de la relación del ser humano con su entorno y consultoría sobre asuntos comunitarios.

En la segunda conferencia de Austin (1975) incide en elementos como la articulación teórico- práctica, la atención a la pluralidad de problemáticas sociales, la adaptación de las metodologías de análisis y actuación a la especificidad de los campos

abordados y la extensión desde el ámbito de la salud mental comunitaria hacia otros como los servicios sociales, educativos, jurídicos o penitenciarios.

Sánchez (1991, citado en Musitu, Herrera, Cantera y Montenegro; 2004) denomina siete componentes del Rol Psicológico Comunitario:



Fig. 5. Se muestran las principales acciones que un Psicólogo tiene que llevar a cabo dentro de la Psicología Comunitaria.

El trabajo psicológico consiste en facilitar la identificación, evaluación y jerarquización por parte de la comunidad de sus propias necesidades, así como de sus recursos y posibilidades de satisfacerlas, en función de los objetivos que la misma se ha establecido.

El rol a desempeñar por el profesional en psicología social comunitaria estará determinado por el nivel de intervención elegido, así como por los valores, metas y premisas asumidos con relación al mismo. Un ejemplo de lo anterior sería, cuando se elige un nivel de intervención individual y se parte de la idea de que “la sociedad está clara y correctamente definida” y de que “los problemas sociales actuales son el resultado de una falta de ajuste individual a sistemas que están saludables”, las estrategias de intervención individualizadas conducen al desempeño de roles como terapia, consultoría y consejo.

Sin embargo, cuando se adopta el grupo pequeño como nivel de intervención y se presupone que los problemas sociales resultan de conflictos Inter e intragrupal, se adoptan estrategias como la terapia de familia grupal, el adiestramiento en relaciones humanas o los talleres de resolución de conflictos; lo que da lugar, según Serrano García (1998 op. Cit) al ejercicio de roles como investigación, consultoría, educación. De esta manera, en el nivel de intervención sistémico, en el supuesto que las organizaciones no logran sus objetivos por sus propias ineficiencias, se trata de implementar estrategias de desarrollo organizacional o de consultoría, mediante el ejercicio de roles profesionales como los de la psicología industrial, consultoría o evaluación de programas. Finalmente si se adopta el nivel de intervención institucional o comunitario y suponiendo que la fuente real de los problemas sociales y la base para el cambio social son las actitudes, valores y metas, se trata de organizar y movilizar a la comunidad adoptando el rol profesional o para profesional de defensor.

Los niveles de intervención han sido objeto de clasificación en las más diversas disciplinas, en el siguiente esquema se observan algunas de estas topologías, es decir, en el primer nivel se incluye a la persona y sus interacciones con su entorno inmediato; en el segundo los microsistemas sociales en los que se desarrollan parte de las interacciones socioefectivas de las personas; en el tercer nivel abarca la vertiente más inmediata de la dimensión pública de la vida social, el ámbito comunitario por excelencia y el cuarto nivel remite al macro mundo físico, social, político y cultural (Musitu, Herrera, Cantera y Montenegro; 2004).

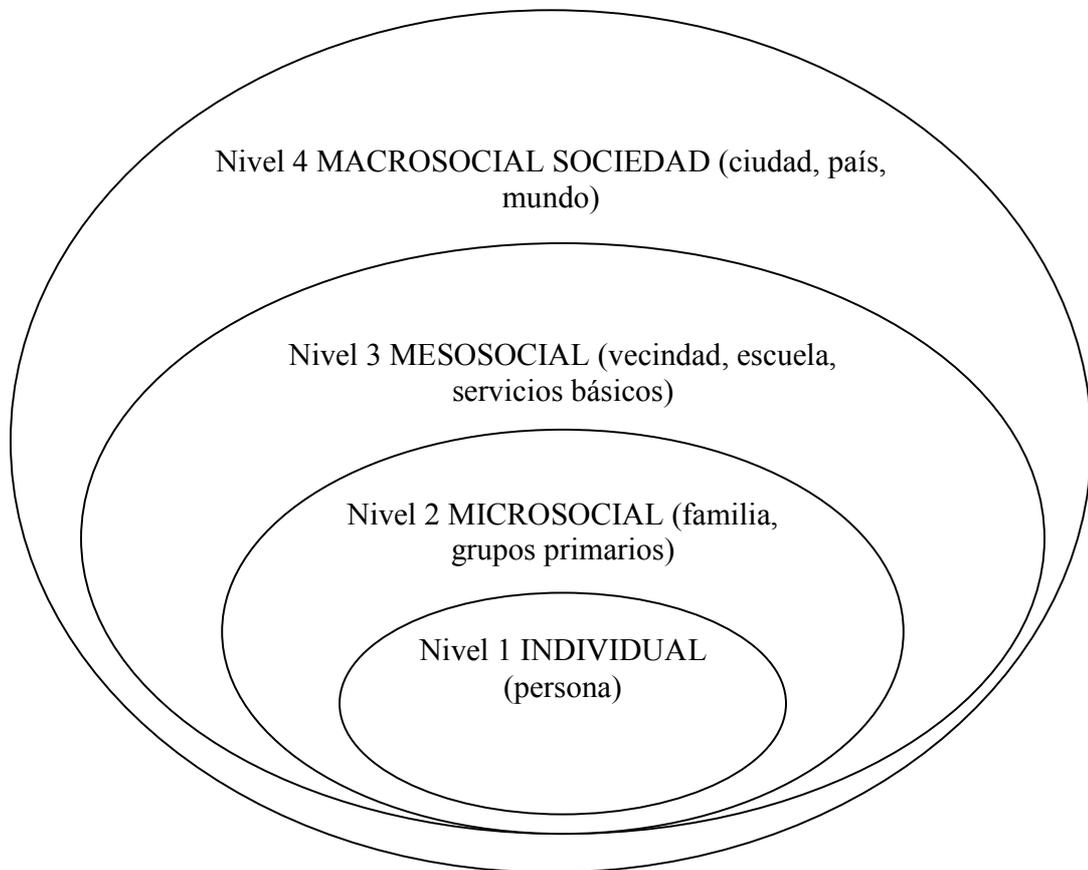


Fig. 6. Niveles de intervención de la Psicología comunitaria.

2.7. Áreas De Intervención

Los conceptos de bienestar social y calidad de vida han sido trabajados en el ámbito de la intervención, ya que funcionan como indicadores de cuáles son las condiciones de vida que según los estándares de cada sociedad, deben tener las personas, además de cuáles son los grados de satisfacción de la población con respecto a dichas condiciones. Algunos de los conceptos que se relacionan con bienestar social y calidad de vida son (Musitu, Herrera, Cantera y Montenegro, 2004):

- **Problemas Sociales:**

Según los autores antes mencionados, problema social se refiere a la definición de una situación que representa una falta de armonía con los valores de una sociedad, es decir, una situación que altera las normas generales compartidas en un sistema social se define como un fenómeno que tiene impacto negativo sobre la vida de un segmento de la población.

Para el entendimiento de los problemas sociales existen dos tendencias: 1) El objetivismo que consiste en el estudio sistemático de las condiciones de vida de las personas para detectar las problemáticas que les envuelven, para esta tendencia los problemas sociales surgen en diferentes condiciones, por ejemplo, la desviación de grupos sociales con respecto a las normas mayoritarias, la transformación o evolución de ciertas prácticas sociales, los desacuerdos con respecto a las reglas de convivencia o los conflictos de valores e intereses entre grupo; 2) El subjetivismo que consiste en que un grupo significativo de la sociedad percibe y define algunas condiciones como problema y a la vez pone en marcha acciones para resolverlo, para esta perspectiva existe un problema cuando un grupo de influencia es consciente de una condición social que afecta sus valores y que puede ser remediada mediante una acción colectiva, según esta perspectiva son necesarias ciertas condiciones para que algo se vea como un problema social, entre las cuales están, la conciencia de un grupo de que hay un problema que les afecta; la influencia de este grupo para conseguir que el problema ubicado sea considerado como tal por otros agentes sociales; la posibilidad de actuar para buscar la solución, es decir, la posibilidad de la transformación de la condición problemática.

- **Necesidades**

Las necesidades son aquellos elementos económicos, sociales y culturales fundamentales para un desarrollo razonable de la vida de las personas en las sociedades actuales. En este sentido existen dos grandes categorías de necesidades; las básicas que

están relacionadas con la supervivencia, como puede ser comer, dormir; y las necesidades culturales que tiene relación con el desarrollo educativo, social y cultural.

Para Musitu, Herrera, Cantera y Montenegro (2004) la relación de las necesidades con los problemas sociales se establece cuando se postula que los problemas afectan a la sociedad; tales como la exclusión, la marginación, la pobreza, entre otros, impiden cubrir las necesidades de estos colectivos y para la sensibilización del resto de la comunidad hacia una integración de sus miembros.

Dentro de la literatura se encuentra una clasificación de las necesidades sobre intervención social:

- *Necesidad normativa*: tiene que ver con aquellas necesidades que definen un valor normativo compartido en la sociedad, usualmente son establecidas a partir del conocimiento experto de administradores, profesionales o científicos sociales que definen algo como necesidad en un momento determinado.
- *Necesidad percibida*: son aquellas que la población percibe, es decir dependen del grado de información que la población tenga sobre sus propios problemas, estas son conceptualizadas como necesidades sentidas, que son aquellas necesidades que los miembros de la comunidad como propias de su contexto comunitario.
- *Necesidades expresadas*: son aquellas necesidades que son percibidas o que son manifestadas por la población al contacto con organismos que dicha población cree competentes para su resolución
- *Necesidades compartidas*: son aquellas necesidades que se fundamentan en la comparación que hace un sector de la población con otro grupo similar, es decir, son necesidades que surgen cuando el grupo que las percibe entiende que están satisfechas para otro grupo y no para ellos.

- Demandas

Éstas se refieren a la petición que algún actor social, por ejemplo un grupo comunitario, hace a otro agente público o privado, por ejemplo alguna institución u organismo, estas pueden ser formuladas en una relación directa entre quien tiene el problema y el agente social definido como capaz de intervenir en una solución. Existen dos tipos de demandas:

- Las demandas directas: que son las que provienen del grupo comunitario que percibe una necesidad en un momento dado.
- Demandas indirectas: son aquellas que no son formuladas a partir del grupo que siente la necesidad, sino que son establecidas por otros agentes sociales que funcionan como intermediarios entre dicho grupo y los agentes que pueden colaborar para su satisfacción

2.8. Métodos De Investigación

2.8.1. La Investigación Cuantitativa En Psicología Comunitaria

Lo básico para realizar una investigación es saber cómo se llevará a cabo, para esto es fundamental la metodología, y esta se puede definir como el conjunto de normas y pautas para convertir en científico el procedimiento investigador. Según Martín (1998) el procedimiento se convierte en científico cuando se consiguen los siguientes requisitos: que cualquiera pueda re aplicar la investigación, siguiendo los mismos pasos que se han seguido; que los resultados que se han obtenido sean fiables y sean válidos. De igual forma es importante que la problemática a investigar sea clara, concisa, relacionarse con variables y de ser posible estar formulado de manera interrogativa.

Entre los elementos de la metodología a especificar encontramos:

- Población y muestra: La elección del tamaño de la muestra depende de tres parámetros: el tamaño de la población, el nivel de confianza que se escoge para efectuar la inferencia (normalmente igual o superior al 95%), el nivel de error que se está dispuesto a permitir al recoger los datos (habitualmente igual o inferior a $\pm 3\%$).
- Las variables: son aquellas que influyen sobre los resultados que se recogen en la investigación, es decir, tienen efecto causativo de los fenómenos sociales.
- La instrumentación: toda investigación se lleva a cabo con una instrumentación y esta es necesaria para manipular la variable independiente, a veces para controlar las posibles variables contaminadoras.
- El diseño y el procedimiento: el diseño es el plan de acción, es la estrategia que se va a seguir, la forma de hacer intervenir las variables independientes, de controlar y medir las dependientes. El procedimiento es la “personalización” del diseño, es la explicación de cómo una pauta se puede llevar a cabo para estudiar un tema en concreto.
- Las técnicas de recogida de información: en toda investigación se recoge una serie de informaciones y para ello es necesario utilizar técnicas, éstas recogen la información de la realidad, que siempre es cualitativa y la transforma en números; normalmente las técnicas son la forma de medir las variables dependientes e incluso de formar grupos diferentes con las variables independientes.

2.8.2. La Investigación Cualitativa En La Psicología Comunitaria

Las técnicas cualitativas son un instrumento tan válido como el de las cuantitativas; en la investigación con técnicas cualitativas el proceso de desarrollo es básicamente idéntico al de cualquier otra investigación de naturaleza cuantitativa, proceso que se desenvuelve en cinco fases (Martín, 1998).

1. Definición del problema:

Esta definición se orienta a encontrar lo que constituye el foco central de todo análisis cualitativo: la búsqueda del significado. La definición de este significado es una demarcación conceptual abierta; ésta se lleva a cabo concretando al máximo el “Estos – Aquí- Ahora” o “contexto” en el que se desarrolla un comportamiento; la definición es situacional más que operacional.

2. Diseño del trabajo

Éste es solo provisional y sometido a probables cambios, ésta es una característica fundamental de este tipo de diseño su flexibilidad y su provisionalidad. Dos características más de este método; la primera, la que obliga a una visión holística y global del fenómeno a estudiar en su totalidad. La segunda es la que impulsa a esta investigación a no perder contacto con la realidad inmediata; la proximidad es un requisito indispensable.

3. Recogida de datos

En una investigación cualitativa puede recogerse la información utilizando cualquiera de los siguientes seis instrumentos (Martín, op. Cit).

- La contemplación: es aquel método de recoger información en la que el investigador observa directamente una situación, bien desde fuera como simple observador, bien desde dentro como integrante; está es también conocida como observación participante y no participante.
- La proyección: es el método de recoger información en la que el investigador observa las explicaciones que los actores dan de una situación de su propio comportamiento.

- Conversación conceptual: es el método en el que se utiliza una conversación sistemática en la que el investigador, utilizando la técnica mayéutica, ayuda y colabora con el actor a que éste reproduzca la realidad social tal como ha sido producida.
- Intercambio metafórico: es la técnica de recoger información a base de utilizar las funciones ilustrativas, heurísticas y constitutivas del significado que se atribuye a una realidad social.
- La lectura: es el modo de recoger información por el que la realidad social es atendida como un texto contextualizado en el que puede descubrirse un sistema gramatical, un soporte léxico y un conjunto de significados. La lectura equivale a un análisis sistemático de su contenido.
- El palimpsesto: es el modo de recoger información en el que el texto es visto como una redacción estratificada en la que los contenidos y sus significados respectivos no tienen por qué coincidir y deben ser leídos e interpretados separadamente. Éste es un análisis de contenido proyectado fuera del propio texto.

4. Análisis de datos

En el método cualitativo se analizan los datos mediante narraciones, viñetas y relatos cuyo ideal es la denominada por Gilbert Ryle (1968, citado en Martin, 1998) “descripción densa”, es decir, la interpretación de las interpretaciones de los sujetos que toman parte en una acción social. Este análisis se lleva a cabo básicamente a través de una descripción de rasgos característicos que son: interpretativa, que interpreta el flujo del discurso social y que es interpretación consiste en tratar de rescatar lo dicho en ese discurso y fijarlo en términos susceptibles de consulta.

5. La validez

El grado de validez equivale al grado de refinamiento del debate o nivel de coherencia.

3. LA PSICOLOGÍA HUMANISTA O TERCERA FUERZA

La Psicología Social describe las manifestaciones de comportamiento que se dan en la interacción entre personas, por su parte la Psicología Comunitaria evalúa métodos de intervención dirigidos a mejorar la relación entre persona-ambiente tratando de incrementar las oportunidades psicosociales del individuo; por su parte la Psicología Humanista aporta nuevas propuestas y metodologías de estudio para llevar a cabo dicha intervención con el objetivo de incrementar el potencial humano.

3.1. Cómo Surge La Psicología Humanista

La psicología humanista apareció en parte como una alternativa contra la reducción psicoanalítica del Hombre a nada más que un vínculo, a menudo enfermo, entre los instintos caóticos y las fuerzas sociales represivas; y contra la fría deshumanización del Hombre que realizaban los conductistas (Kopp, 1999).

Esta tercera fuerza es más una actitud que una posición, más una amalgama que un grupo; este movimiento consiste en un grupo libremente constituido de personas que forman parte de una alianza social que postula (Kopp, op. Cit):

“Una centralización de la atención en la persona que experimenta... Un énfasis de cualidades tan específicamente humanas como la opción, la creatividad, la evaluación y la realización personal... Una fidelidad al sentido común en la selección de los problemas a estudiar... y un interés y valorización de la dignidad y valía del hombre y en el desarrollo del potencial inherente a toda persona” (p. 205).

Se trata de gente cansada del pesimismo del énfasis psicoanalítico en la neurosis, los complejos universales y los logros que no son más que resoluciones de compromiso de

conflictos inconscientes profundos; también de gente que desconfía de la promesa conductista de un mañana brillante a través de la manipulación científica de sus mentes.

3.1.1. Principales Influencias

Dentro de las corrientes que influenciaron a ésta terapia están:

El Psicoanálisis:

Para el psicoanálisis la concepción del Hombre se basa una idea más Darwiniana, en la cual se descubrió que la conducta de éste podía ser movida desde adentro. Más explícitamente esta concepción dice que el individuo no puede ser una masa viva movida por agentes externos, más bien es un organismo autopulsado, con sus propias metas establecidas y que se adapta a un ambiente que él mismo, directa o indirectamente, ha seleccionado. Años más tarde, Freud retoma estas ideas diciendo que el Hombre era el producto de fuerzas biológicas gobernadas por la historia pasada de cada persona.

Uno de los aspectos en los que Rogers coincidía con el psicoanálisis es que el niño introyecta las normas paternas, las hace propias y se rige por ellas; en otras ocasiones, por rechazo del padre, rechaza las normas paternas.

Rogers establece tres tipos de conductas defensivas que son similares a las descritas por Freud y éstas son: la racionalización, la fantasía y la proyección. Todos estos mecanismos de defensa tienen la finalidad de deshacer la incongruencia entre el self y la conducta, o entre el self y el self ideal. Otro punto en el que concuerdan es en el papel que juegan el conflicto, la ansiedad y la defensa en la dinámica de la conducta. Para ambas teorías, la persona normal no padece tanto los efectos de estos procesos, mientras que la neurótica, por el contrario, sufre todo el peso de los mismos (Campos, 1982)

Las diferencias se perciben desde el momento en que el “paciente”, según Freud, y el “cliente”, según Rogers, llegan a la terapia. Uno intentaría tener una entrevista con el paciente para diagnosticarlo, el otro comenzaría de manera inmediata la terapia con el

cliente. Uno mandara al paciente se acueste en el diván, el otro invitará a su cliente a que se siente frente a él. Rogers centra su atención en el cliente, mientras que para Freud lo más importante es la actividad del terapeuta, es decir, la situación de jerarquías es inversa en una y otra. Según Rogers en la terapia freudiana lo que el terapeuta pretende es romper las defensas del paciente, mientras que en la rogeriana es liberar el cliente de sus angustias

El Conductismo:

El conductismo ha retomado lo que Martínez (2004) ha llamado la concepción newtoniana del hombre, donde ha expuesto que los discípulos de Newton intentaron reducir los fenómenos psíquicos a fenómenos que son regidos por las leyes físico-químicas que rigen al organismo. Fue John Locke quien concibió “la mente humana como una realidad compuesta de partículas (las ideas) que existen en un espacio y tiempo determinados y que se funden, amalgaman o cambian por la acción de fuerzas externas a ellas mismas”.

Es así como la ciencia ha definido al Hombre reduciéndolo a elementos, los cuales estarán regidos por ciertas leyes que les permitirán una interacción conductual.

Para Matson (1984) el modelo conductista del desarrollo humano se basa en premisas deterministas; los hombres pueden ser libres de hacer lo que quieran, pero sus elecciones se gobiernan por el impulso o el hábito.

Sin embargo uno de los aspectos del conductismo por los que Rogers siente gran admiración es el que se refiere a la utilización del método científico y a la predicción de la conducta.

La Terapia de la Relación:

El ambiente psicológico en que se desarrolló Rogers en los primeros años de su actividad como psicólogo estaba formado por la terapia de relación.

Las repercusiones de la terapia de la relación aporta a Rogers una “formulación práctica” del derecho que tiene el cliente a su independencia. Íntimamente relacionado con la independencia de la persona se sitúa la relación que debe existir entre el terapeuta y el cliente, ya que si existe una relación de subordinación, no se logrará tal independencia.

Tanto Otto Rank, fundador de la terapia de la relación como Carl Rogers afirman que no es necesario realizar un diagnóstico previo a la psicoterapia ya que el mismo cliente se irá diagnosticando a sí mismo durante el proceso.

Rogers no está conforme con las pretensiones “míticas” de la terapia de la relación, ni tampoco con su desprecio del rigor y métodos científicos; tampoco le complace su poca insistencia en técnicas concretas, ya que, al descansar sobre las actitudes del terapeuta y no sobre las técnicas universales, su aplicabilidad es restringida y sólo útil para aquellos consejeros que posean una determinada orientación filosófica.

Rogers oponiéndose a la terapia de la relación, pretende hacer una terapia científica y universal, para ello crea una técnica que pueda ser utilizada por hombres de cualquier ideología y efectúa unas mediciones objetivas.

El existencialismo:

La corriente Humanista demuestra las bases teórica-filosóficas a partir de las cuales surgen y definen sus concepciones sobre el Hombre, el cual será su objeto de estudio, y a partir del cual surgirán las metodologías necesarias para trabajar con él.

Es por ello que se hace necesario defender los sustentos teóricos que el Humanismo retoma para crear sus propios principios y lenguaje. Una de dichas filosofías es el existencialismo la cual es explicada por Sartre (1999) como “*una doctrina que hace posible la vida humana y que, por otra parte, declara que toda verdad y toda acción implica un medio y una subjetividad humana*” (p. 8). Dicha doctrina explica la existencia del hombre a partir de ciertas cualidades muy particulares y por las cuales se puede remitir a las personas

con la denominación de Hombre, dichas cualidades que posee lo hacen único e irrepetible. A continuación se mencionarán cuales son estas características que, según el existencialismo, definen al Hombre:

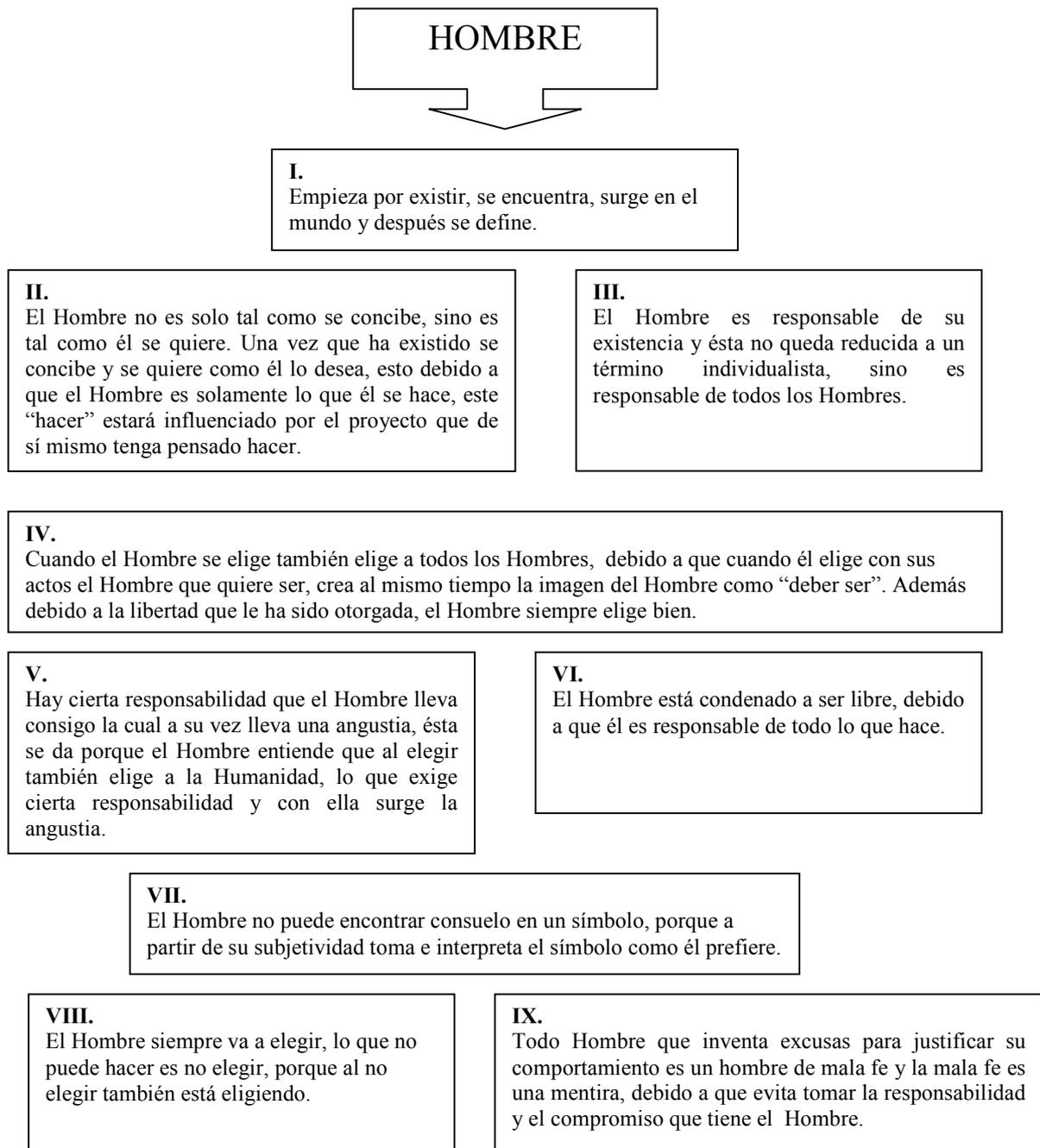


Fig. 7. Características que según la filosofía existencialista definen al Hombre.

Al haber mencionado los principios antes descritos, se puede decir que el existencialismo es una doctrina opuesta al quietismo, donde el Hombre al ser responsable de sí mismo, no es más que el proyecto que ha hecho de él mismo, sus actos van a determinar su existencia y por lo tanto su vida. Sartre (1999) también explica que el existencialismo no puede ser descrito como una doctrina del quietismo debido a que define al Hombre a partir de su acción, dejando su destino en sus propias manos y permitiéndole vivir a partir del acto.

Finalmente el autor concluye que el existencialismo es un Humanismo debido a que el hombre no está inmerso en el mismo, al contrario está dentro de un universo o realidad humana, que es lo que se llama humanismo existencialista; humanismo porque el Hombre es quien decide que hacer consigo mismo y es buscando un fin particular afuera, a partir de sus actos, lo que le permitirá realizarse en cuanto a lo humano.

Dicha corriente de la Psicología ejerció influencia en Rogers, quien entró en contacto con Soren Kierkegaard y Martin Buber gracias a las insinuaciones de los estudiantes de Chicago.

El terapeuta rogeriano, antes del giro hacia el existencialismo, era un personaje en cierto modo aséptico que se refugiaba en unas técnicas concretas para ocultar su auténtica personalidad. Después del cambio se mostrará como una persona auténtica en su relación con el cliente. Esta autenticidad también es la exigida al cliente, y de ese modo la terapia se convierte en una relación entre dos personas auténticas. La terapia se convierte en una auténtica relación interpersonal en el aquí y el ahora, olvidándose de la vida pasada

Los tres líderes de esta llamada tercera fuerza son: Abraham Maslow quien fue uno de los primeros psicólogos que vio que había sido un error estudiar únicamente gente “enferma”; situaciones problemáticas e infelicidades. Optó por estudiar la cara creativa y a favor de la vida del Hombre, en parte para reajustar el desequilibrio derivado del anterior énfasis en lo patológico, de igual manera se interesó por la persona como ser singular y

único cuya humanidad no debía perderse al servicio de alguna concepción científicamente previsible y objetiva.

3.2. Los Principios De La Psicología Humanista

La Psicología Humanista surge como una nueva forma totalmente diferente de concebir al Hombre y con nuevas propuestas y metodologías de estudio, tomando en cuenta los procesos complejos de éste (como son la creatividad, los valores, la libertad, el goce, etc.), esto con el objetivo de presentar otras opciones además de las que ya eran conocidas por las corrientes dominantes en el siglo XX. Es por ello que Martínez (2004), presenta ciertas cualidades del individuo, llamándolas: la riqueza de la naturaleza del hombre.

- ☞ ***El Hombre vive subjetivamente.*** Debido a que como primera experiencia, toma conciencia de su mundo interno (sus pensamientos, valores, emociones, etc.) y a partir de estos asimilará y percibirá el mundo exterior. Es decir, a partir de sus valores, creencias, deseos, metas, etc., que son su realidad personal, tendrá una percepción muy suya del mundo. Es decir, este es un enfoque que las personas realizan “de adentro hacia fuera”.
- ☞ ***La persona está estructurada por un núcleo central estructurado.*** Este núcleo es el *yo o el sí mismo* de la persona, lo que le permite autorrepresentarse. Es una capacidad única del Hombre que le permite tener conciencia de sí mismo.
- ☞ ***El Hombre está impulsado por una tendencia hacia la autorrealización.*** Así como las personas tienen una tendencia hacia un pleno desarrollo físico, también tienden hacia un pleno desarrollo psíquico. Hay un paralelismo entre ambos aspectos, con el objetivo de actualizar, mantener y mejorar el desarrollo y la vida del organismo viviente.

- ☛ ***El Hombre es más sabio que su intelecto.*** Porque las respuestas que el hombre da, va más allá de lo racional y lo irracional, es lo que se ha llamado “arracional”. Dicho procedimiento arracional le permite al Hombre no dejarse llevar únicamente por la razón o solamente por los sentimientos, sino que observa las reacciones de todo su organismo, éstas han sido denominadas *intuiciones*. Incluso en estudios recientes de neurociencia se afirma que tanto el sistema cognitivo (los hemisferios del cerebro) como el afectivo (sistema límbico), trabajan de forma conjunta y no son mutuamente excluyentes.

- ☛ ***El Hombre posee capacidad de conciencia y simbolización.*** Conciencia de sí mismo, lo que le permite distinguirse del mundo exterior, le permite vivir en un tiempo pasado y futuro, poder hacer abstracciones y utilizar símbolos con un significado individual. También le permite apreciar la belleza, la verdad, tener ideales y sobre todo amar a sus semejantes y tener empatía con ellos.

- ☛ ***Capacidad de libertad y elección.*** Contrario al determinismo, que explica que el Hombre lleva a cabo sus acciones porque así está determinado por fuerzas externas superiores que lo guían, el hombre tiene clara conciencia de su propia libertad y a partir de ella tomará la responsabilidad de elegir y con ello elegir a todos los Hombres. Dicha elección estará determinada con la cantidad de conocimientos que se tenga sobre la situación, debido a que si se posee poca información se tendrán menos grados de libertad para elegir, que sí se cuenta con más información.

- ☛ ***El Hombre es capaz de una relación profunda.*** Los individuos buscan estas relaciones profundas en el sentido que le permiten tener una relación persona a persona, donde pueden ser ellos mismo, sin máscaras, ni impresiones falsas, únicamente siendo las personas que son auténticos, sencillos, sinceros y donde simplemente pueda ser como él es. La búsqueda de estas relaciones profundas es lo que hace al Hombre un verdadero humano.

- ☛ ***El Hombre el capaz de crear.*** Dicha característica creadora es una cualidad única del ser Humano, con ella pone a prueba una de sus destrezas más extraordinarias y con la cual ha construido, en gran parte, su vida y existencia en el mundo.

- ☛ ***El Hombre busca un sistema de valores y creencias en el mundo.*** Esto se debe a que cada persona necesita un motivo para trabajar, estudiar o poder alcanzar alguna meta, sin embargo cada individuo se da de forma diversa, cada uno busca su motivo, lo evalúa de forma interna y posteriormente se convierte en parte de su personalidad y/o en la filosofía que guía su vida. Dicha búsqueda de valores es una búsqueda de significados profundos para los individuos que afirman su personalidad y permiten definir sus compromisos y responsabilidades.

- ☛ ***Cada persona es un sistema de unicidad configurada.*** Debido a que cada hombre es único e irrepetible, y esto es consolidado por la genética que nos dice que de acuerdo a la cantidad de genes que cada persona posee y las combinaciones que se realizan al formarse un nuevo ser, resulta imposible crear dos personas exactamente iguales. Es por ello que se forma una unicidad y con ello se puede observar infinidad de diferencias entre las personas, ésta diferencia es también a nivel psicológico creándose una amplia gama de diferencias en motivación, inteligencia, emociones, sentimientos, memoria, creatividad, miedos, aptitudes, habilidades, ansiedades, etc.

3.3. Principales Exponentes del Humanismo

Maslow sintetizó su visión de salud psicológica, de creatividad, del ser, en su concepto de “autorrealización”. La gente con problemas está motivada por déficit, por una necesidad de suplir lo que carecen; cuanto más madura es una persona cuyas necesidades básicas están satisfechas, ya no lucha de la misma manera para enfrentar las situaciones.

En cambio, la persona autorrealizada da una imagen de tranquilidad, espontaneidad y autoexpresión, para este autor eran importantes las experiencias cumbre, las cuales eran momentos pasajeros de autorrealización.

Las personas autorrealizantes están sin excepción, involucradas en una causa exterior a su propio cuerpo, están dedicadas a trabajar en algo, que es muypreciado por si mismos; algo así como vocación en el viejo sentido, en el sentido sacerdotal. Todos de una manera u otra, dedican su vida a la búsqueda de lo que se ha llamado los valores del “ser”, a los valores últimos que son intrínsecos y no pueden ser reducidos a otra cosa más fundamental.

La existencia de estos valores del ser agrega una serie de complicaciones a la estructura de la autorrealización, estos valores del ser funcionan como necesidades, a esto se le ha denominado *metanecesidades*, pues su ausencia produce cierto tipo de patologías. De una manera empírica, es necesario que el hombre viva en la belleza en lugar de en la fealdad, así como necesita alimento para su estómago hambriento y descanso para su cuerpo cansado.

Para Maslow (1999) existen ocho conductas que conducen a la autorrealización:

Primera: Autorrealización significa experimentar plena, vívida y personalmente, una total concentración y abstracción. Significa experimentar sin la autoconciencia del adolescente; la palabra clave aquí es el “abandono”.

Segunda: la autorrealización es un proceso progresivo, significa hacer cada una de las elecciones entre mentir o ser honesto, robar o no robar, es decir, esta elección estará encaminada hacia el desarrollo, esto es un avance hacia la autorrealización.

Tercera: hablar sobre la autorrealización implica que existe un yo a realizar. El ser humano es algo que ya esta ahí, cuando menos como una especie de estructura “cartilaginosa”; existe un yo, y lo que en ocasiones se ha llamado “escuchar las voces del

impulso” significa permitir la salida de ese yo, la mayoría de la gente no se escucha así mismos, sino que escucha la voz introyectada de mamá o de papá, o bien de alguna autoridad.

Cuarta: buscar dentro de uno muchas de las respuestas implica tomar una responsabilidad y esto es en sí mismo un gran paso hacia la autorrealización.

Quinta: cada uno puede elegir sabiamente su propia vida a menos que se atreva a escucharse a sí mismo, a su propio yo, en cada momento de su vida, y a decir con toda calma “no, no me gusta esto ni aquello”, esto significa que hacer una declaración sincera implica atreverse a ser diferente, impopular, inconforme.

Sexta: la autorrealización no sólo es un estado final, sino también es un proceso de realización de las propias potencialidades en cualquier momento y en cualquier lado. La autorrealización significa utilizar la propia inteligencia. Cada uno debe desear ser de primera categoría o tan bueno como se pueda.

Séptima: las experiencias cumbre son momentos pasajeros de autorrealización. Son momentos de éxtasis que no pueden compararse, no pueden garantizarse e incluso no pueden buscarse, cada uno debe ser sorprendido por la dicha, sin embargo, cada uno puede preparar las condiciones necesarias de tal manera que las experiencias cumbre sean más probables o puede, perversamente establecer condiciones para que las hagan menos probables.

Octava: Descubrir quién es uno, qué es, qué le gusta, qué le disgusta, qué es bueno y malo para uno, hacia dónde se dirige y cuál es su misión significa identificar las defensas, y una vez que éstas han sido identificadas significa encontrar el valor para vencerlas. Esto resulta doloroso debido a que las defensas se edifican contra algo desagradable.

Todos tenemos un impulso de mejorarnos, un impulso hacia una mayor realización de nuestras potencialidades, hacia la autorrealización, hacia la plena humanidad o a la plenitud humana, o cualquier término que sea agradable a cada uno.

El ser Humano tiene potencialidades no utilizadas o no desarrolladas de manera total, pues con frecuencia huye de las responsabilidades dictadas por la naturaleza, por el destino, e incluso en algunas ocasiones por accidente, pues por lo general se tiene miedo de llegar a ser aquello que se ha vislumbrado en los momentos perfectos o en las más perfectas condiciones o en las condiciones de mayor valentía y aun cuando el Hombre disfruta de estas posibilidades, tiene miedo o se asusta de esos momentos cumbre.

El tratar de comprender por qué las experiencias cumbre son transitorias y breves, la respuesta es clara para Maslow (1999) “*¡Simplemente no somos lo suficientemente fuertes para soportar más!*, es decir, es demasiado estrujante y temible, pues con frecuencia las personas en estos momentos cumbre dicen: “esto es demasiado” o “no lo puedo soportar”; la felicidad delirante no se puede soportar por mucho tiempo”. El organismo es demasiado débil para cualquier gran dosis de grandeza.

El termino “experiencia cumbre” se puede definir como la emoción aguda climática y momentánea y debe dar lugar a una serenidad sin éxtasis, a una felicidad más tranquila y a los placeres intrínsecos de la cognición clara y contemplativa de los más elevados bienes. La emoción del clímax no puede durar, pero la cognición – S (cognición del Ser) si puede.

En parte el complejo de Jonás hace referencia al temor justificado a ser desgajado, a perder el control, a ser destrozado y desintegrado, incluso a ser muerto por la experiencia, después de todo, las grandes emociones pueden *de hecho* abrumar.

Carl Rogers, la mayor contribución de éste autor a la Psicología Humanista es la Psicoterapia Centrada en el Cliente. Rogers veía al cliente y al terapeuta como iguales, y fue así que pensó que la actitud del analista debía ser respetuosa, abierta y permisiva. Su orientación debía ser fenomenológica en el sentido que debía abrirse al mundo tal como lo

experimentaba el cliente. Éste autor pensaba que cualquier diagnóstico sobre el cliente era presuntuoso y negativo, sin embargo, el analista no directivo trata al paciente con una incondicional consideración positiva y respeta los sentimientos del cliente.

Es a partir de la propia experiencia de este autor que describe lo que llamó las tres actitudes básicas que son: Empatía, Congruencia y Aprecio positivo incondicional; a continuación se describe cada una de ellas.

El aprecio positivo incondicional, según Tausch y Tausch (1987), es un “afecto” sumamente intenso hacia la otra persona pero que no lo limita individualmente, es decir, este afecto permite en la otra persona la autonomía e independencia y por ello alcanza a apreciarla como una persona capaz de lograr el desarrollo en ella misma. Dicha actitud se ofrece de forma total, esto quiere decir que el terapeuta aprecia a la otra persona de forma “total”, ya que no puede aceptar y/o apreciar algunos sentimientos y rechazar algunos otros.

La congruencia es de suma importancia debido a que según Tausch y Tausch (op. Cit), la mayoría de las persona vivimos casi todo el tiempo enmascarando nuestros sentimientos y demostrando una fachada externa que no corresponde con el mundo interno que vivimos. Es por ello que las personas que no son capaces de mostrar externamente lo que sienten desde su interior, son aquellas personas que tratan de ocultar dichos sentimientos externos y a los cuales no se les quiere enfrentar para resolverlos. Es por ello que la importancia de ser congruente radica en que al externar el mundo interno tal y como se vive, se consigue que la persona acepte y reconozca aquellos sentimientos con la finalidad de recapacitar y trabajar sobre ellos.

Los mismos autores Tausch y Tausch expresan que es sumamente difícil llegar a desarrollar la congruencia como una actitud básica en la vida de cualquier persona, sin embargo tampoco es imposible y en la relación facilitador- cliente se hace necesaria para lograr la autorrealización de este último. Ahora, cuando una persona es realmente congruente, además de lo anteriormente dicho en la definición, se puede apreciar dicha actitud de la siguiente manera:

1. La persona congruente expresará sus sentimientos y preocupaciones de la mejor forma posible, es decir, al decirlos será de una manera en la que lastime lo menos posible a las demás personas.
2. También hará sus comentarios a partir de una expresión suya, sin juicios de valor o hablando en forma general o por todas las personas (esto si la psicoterapia fuera grupal).
3. Una persona autentica podrá ver más fácilmente sus defectos y además podrá externarlo al mismo tiempo que les hace frente para trabajarlos.

Fritz Perls fue el fundador de la terapia Gestalt, él trabajaba a menudo con un grupo en el que invitaba a un participante con un grupo a sentarse en la silla conocida como “asiento caliente”; el fin de esto era tratar de elaborar algún problema personal. Para Perls era importante tomar conciencia de *cómo* rechazamos el ser libres y no importa nada el *por qué*; esto se ve reflejado en lo que él decía “Nada existe sino aquí y ahora”. Algunas de las contribuciones se perciben en su técnica de análisis de sueños, esto lo hacía a través del asiento caliente, pues le pedía a una persona que ocupara dicho lugar y que narrara un sueño, posteriormente le solicitaba que lo volviera a contar interpretando cada parte del mismo en sus diferentes aspectos.

La psicología humanista sigue siendo una gran promesa; y parte de la fortaleza humanista estriba en el optimismo del enfoque de Maslow acerca de la creatividad y la trascendencia, y en la promoción del crecimiento de Rogers a través del auto aceptación.

3.4. Actitudes Básicas Para Fomentar El Desarrollo Personal En Las Relaciones Humanas

3.4.1. Aprecio Positivo Incondicional

El aprecio positivo incondicional significa que no existen condiciones para la aceptación; es decir; que cuando la persona se siente apreciada incondicionalmente está

cada vez más dispuesta a seguir explorando su mundo y puede comunicar estas exploraciones con cada vez menos pena.

La actitud personal le dice al otro que yo no lo condeno, sino que le respeto y le aprecio porque su naturaleza es un don del ser, y que este don es fundamentalmente bueno y por tanto respetable, no importa que tan velado pueda estar por sentimientos y actitudes con las que básicamente no estoy de acuerdo. La actitud aceptante es fundamental para tener la esperanza de que opere el cambio en otra persona.

El aprecio positivo incondicional se parece a la actitud de un padre o de una madre que aprecia y ama a su hijo como persona, sin hacer caso del comportamiento particular que en ese momento se tenga; el amor y el aprecio de que se habla aquí, no es posesivo, sino que busca el crecimiento del otro y contemplar sus ricas potencialidades (Lafarga y Gómez del Campo, 1982)

Muchas veces nuestro desarrollo se frena cuando alguien ha puesto obstáculos o condiciones para querernos y valorarnos; el aprecio positivo incondicional no se debe fingir, esto resulta más nefasto que el mismo rechazo.

3.4.2. Congruencia O Autenticidad

Esta actitud permite el crecimiento del otro cuando eres el o la que eres, cuando en la relación eres honesto, sin dobleces, abierto. Esto implica que te des cuenta de tus sentimientos, que puedes vivirlos y comunicarlo si resulta apropiado, este tipo de relación es de persona a persona y no se ocultan detrás de ningún rol; es decir la congruencia es no escudarse en ninguna máscara.

Autenticidad no es impulsividad ni una franqueza que hiera al otro, sin detenerme en lo que esta pasando conmigo, es hablar francamente de los sentimientos propios haciéndose responsable de lo que se dice y no atribuírselo al otro, esto permite que la

relación crezca, pues los sentimientos reales salen con mayor facilidad. Sin embargo, la autenticidad no debe fingirse pues esto resulta más nefasto que la falsedad abierta.

3.4.3. Empatía

Para Rogers (citado en Lafarga y Gómez del Campo, 1982) la empatía sería el “sentir del mundo privado de la otra persona como si fuera el propio, pero sin nunca perder la cualidad del “como si””; es como ponerse en los zapatos del otro, pero siempre diferenciando que no son propios, sino como si fueran míos, fingir comprensión puede ser más nefasto que emitir un juicio abiertamente.

Ser empático es comprender al otro desde su propia manera de ver y vivir sus experiencias, tratando de comprender sus significados, ideas, sentimientos y conductas desde su marco personal de referencia. Para que la empatía le sea útil al otro es necesario que yo pueda comunicarle mi comprensión de un modo claro y comprensible.

Algunas técnicas para comunicar empatía:

- 1 La Reiteración o Reflejo de contenido
- 2 Reflejo del sentimiento

3.4.4. Atención Y Escucha

Por una relación interpersonal es importante prestar atención y escuchar; entendiendo por ésta última a la capacidad indispensable para el crecimiento personal (escuchar- ser) y revela una actitud abierta hacia los demás y el deseo de establecer una relación significativa y justa con ellos (Rodríguez, 1982).

En una auténtica relación personal implica siempre que “estoy, al menos durante unos instantes, completamente presente a otra persona, que estoy lleno de ella”. Es esta escucha respetuosa y cercana al llamado que el otro me hace, dejando a un lado mis

preocupaciones personales y mi interés en la impresión que voy a causarle, es éste estar para el otro más importante que mis conocimientos y habilidades

3.5. Técnicas Utilizadas En El Acompañamiento

3.5.1. El Reflejo

Es la instrumentalización característica de la actitud rogeriana, se apoya en la hipótesis básica que sostiene la capacidad del paciente para encarar y resolver por sí mismo sus problemas, ayudado por la relación psicoterápica; el reflejo se articula sobre lo que el paciente percibe en sí mismo y comunica al terapeuta, quien lo “refleja” actuando como un “cálido espejo” (Lerner, 1974)

El reflejo expresa la empatía del terapeuta, de esta manera devuelve al paciente una realidad que surge del marco de referencia interno y es con esto que la dinámica del proceso psicoterápico tiende a centrarse en el paciente mismo; un reflejo oportuno tiende a proyectar luz sobre las conexiones marginales, permitiendo así una nueva perspectiva del problema.

El reflejo, en el contexto de la relación psicoterápica libera una cadena asociativa y catártica de experiencias ideo-emocionales, es decir, que no sólo van haciendo aflorar contenidos significativos sino que tienden a centrar la indagación en el propio paciente, especialmente en sus conflictos.

↪ Tipos de reflejo

El objetivo de todo reflejo no es develar un contenido latente desde “afuera”, sino favorecer indirectamente la toma de conciencia desde “adentro”, es decir en el propio paciente.

- Reflejo simple o reiteración: busca resumir la esencia de lo comunicado por el paciente o destacar algún aspecto significativo o simplemente “dar pie” para que el paciente siga expresándose. Estos objetivos se procuran mediante una repetición más o menos literal de lo expresado. Los reflejos simples obran puntuando el texto de la comunicación del paciente, “encarrilándolo” sutilmente hacia una mayor coherencia y significación, tiene la ventaja que se articula pura y exclusivamente sobre el material provisto por el paciente, que de esta manera es acompañado y no observado, es tal experiencia la que lo motiva en forma natural a penetrar progresivamente y por propia iniciativa, en su problemática.
- Reflejo del sentimiento: esta variedad procura que el paciente tome conciencia del sentimiento o intención implícitos en su comunicación, esto significa arrojar más luz sobre el “fondo” giestáltico de lo expresado para que el tema central, la “figura”, se realce y complete. Mientras el reflejo simple, estabiliza la “figura”, el reflejo del sentimiento la amplía. El terapeuta se esfuerza por captar y reflejar empáticamente el contenido emocional de la comunicación, procurando que sus reflejos transmitan comprensión y respeto genuinos por los sentimientos del paciente, cualesquiera que estos fuesen.
- Elucidación: esta es la forma de reflejo que acusa un mayor grado de esclarecimiento de origen “externo”. Debido a que implica un proceso deductivo, presenta un matiz intelectual más definido que las otras dos variedades, puesto que la deducción nunca se hace a partir de un marco de referencia “externo”, como sucedería al interpretar en función de determinada teoría sino que el terapeuta procura siempre explicitar lógicamente los sentimientos y actitudes, que ya están contenidos en la comunicación del paciente. Por ello se acerca en cierto modo a la interpretación.

3.5.2. Concretización

Es la manera en la que el facilitador lleva al cliente a la autoexploración para que hable clara y ampliamente sobre sus sentimientos. Ser concreto implica incluir además de los sentimientos, experiencias y conductas dentro de una situación específica. Para ayudar al otro a ser concreto es importante:

- Hablar concretamente; es decir, sin generalidades y sin divagar.
- Intervenir activamente; algunas veces el otro necesita ser escuchado sin interrupción, en otras ocasiones es necesario que haya diálogo para que el facilitador pueda responder con cierta frecuencia y así el cliente se vaya centrando en aspectos concretos.

La búsqueda de la concreción debe ir acompañada de las tres actitudes básicas: aceptación, autenticidad y empatía.

3.5.3. Uso de metáforas

La metáfora como una técnica de trabajo grupal se utiliza para obtener un conjunto de ideas que acerque al grupo de forma objetiva al diagnóstico de la situación actual o al estado deseado del objeto de estudio y su implementación no es más que describir como se sienten o como perciben un fenómeno utilizando un estilo asociativo, donde se entremezclan las normas, creencias y valores de los miembros del grupo, de forma que afloren sus valoraciones y criterios, pues la metáfora condiciona que la mente manifieste su poder para expresar relaciones que trascienden lo habitual.

La utilización de metáforas condiciona en las personas de forma inconsciente la posibilidad de expresar realmente lo que sienten, con total libertad de criterios, sin sentirse limitados por las normas y políticas existentes, y esto no viene dado sólo por el anonimato.

Se puede utilizar fundamentalmente como un mecanismo de retroalimentación rápido y veraz que permite acercarse a la percepción que tiene un conjunto de personas sobre determinado asunto, poniendo de manifiesto sus creencias más legítimas.

Un aspecto novedoso del uso de esta técnica, es que cuando las personas comienzan a ejemplificar sus vivencias, se convierte la plenaria en un estudio de casos en vivo, donde el resto de los participantes fertilizan las ideas enunciadas, exponen experiencias similares y en reiteradas ocasiones se brindan soluciones sumamente interesantes (En red: 1 <http://www.gestiopolis.com>)

Las metáforas son sustituciones de sentidos de una idea a un sentido figurado con el fin de hacer una comparación. La metáfora se utiliza para llevar a cabo una ejemplificación del sentimiento, emoción o idea que el cliente reporta al facilitador con la finalidad de que el cliente comprenda de forma más clara el contenido de lo que él mismo está reportando.

3.5.4. Conflicto mayéutico

Se utiliza un proceso mayéutico para llevar a la persona a realizar un análisis crítico y comparativo, para así desarrollar las destrezas y habilidades para la resolución de los problemas que a diario deben enfrentar en los procesos socializadores a nivel personal, familiar, laboral y nacional, de modo que se pueda evaluar la vida humana en sus diferentes facetas (En red 2: <http://graduado.sagrado.edu>)

El método mayéutico consta de dos momentos sucesivos y complementarios: la ironía y la mayéutica. La primera consiste en mediante el diálogo con el discípulo a interlocutor, ir mostrando las incongruencias y contradicciones a las que conducen aquellas opiniones que ellos consideran indudablemente verdaderas. A medida que avanza el diálogo el interlocutor o discípulo queda tan perplejo que tiene, finalmente, que reconocer que desconoce la verdad sobre aquello acerca de lo cual Sócrates le pregunta. Este es el momento en el que, también de forma dialogada, Sócrates muestra el camino hacia la verdad.

Mediante la ironía quedaban excluidas las supuestas verdades que no eran en realidad los prejuicios del interlocutor. Con ello quedaba libre el camino hacia la mayéutica, que consiste en la actitud de Sócrates que ayuda con sus preguntas a que el propio discípulo encuentre por sí mismo la verdad. Dicha verdad está constituida por un conjunto de conceptos universales que están innatamente presentes en el alma humana y que sólo la razón liberada de prejuicios procedentes tanto de los sentidos como de las opiniones ajenas puede llegar a encontrar. Este es el sentido de la mayéutica como asistencia al parto de la verdad. La verdad, dormida en el interior del alma, innatamente presente, debe ser dada a luz, es decir, expresada y reconocida como tal por el discípulo.

El método mayéutico es un instrumento socrático que se aplica de manera única a un objetivo: la búsqueda de los “conceptos universales morales” como los de bien y justicia sobre los que plantear una reflexión ético-política-filosófica

Consiste en hacerle una serie de preguntas al cliente para que él por su propia cuenta llegue a la solución de su propio conflicto. Lo que se pretende es confrontar al cliente consigo mismo, haciéndole preguntas como: ¿qué piensas hacer?, ¿cómo lo piensas hacer?

3.5.5. Manejo de silencios

Es necesario que cuando se lleva a cabo en el proceso de la psicoterapia, entre las respuestas del cliente y las respuestas que el facilitador da, se ven ciertos espacios de silencio que ayudarán a que el cliente reflexione sobre su propio comportamiento.

Según López, Urkía y Rodrigo, (2003) en un manejo de silencios adecuado es importante dejar a la persona pensar y reflexionar, así como tomar decisiones sin sentirse presionada, respetando el ritmo de cada una; a veces el silencio acompañado de silencio es la mejor ayuda.

El silencio no es sólo el contrapunto necesario a la palabra, sino un elemento de comunicación en sí mismo, cuyo valor puede llegar a equipararse al de la palabra. El

manejo del silencio en la comunicación interpersonal, tanto en el ámbito profesional como en el particular, puede ayudarnos a mejorar nuestra forma de relacionarnos y, por ende, facilitarnos la consecución de nuestros fines. No en vano el silencio es, después de la palabra, el segundo poder del mundo.

3.6. Los Aportes De La Psicología Humanista En El Campo De La Educación

El Humanismo como una corriente relativamente reciente dentro de la Psicología, desarrolla una serie de concepciones y teorías en las cuales fundamenta sus principios y leyes que permiten estudiar de forma íntegra al ser humano. Uno de sus principales fundadores Rogers, describe tres actitudes básicas que se han descrito anteriormente y las cuales deberían estar presentes en toda relación humana con la finalidad de crear el clima psíquico adecuado que lleve a la persona hacia su autorrealización.

Las actitudes que son descritas por este autor, fueron originadas a partir de las experiencias que Rogers tuvo en el área clínica, fue aquí cuando observó que las técnicas de las corrientes dominantes que se utilizaban en este entonces, no funcionaban de forma adecuada, debido a que no generaban los cambios esperados por los pacientes. En cambio observó que “las actitudes” que el psicólogo tenga hacia su paciente, son factores más determinantes en el éxito o fracaso de la terapia. Y por ello describió cuáles deberían ser dichas actitudes que el terapeuta convendría ofrecer en su trabajo terapéutico a sus clientes.

Sin embargo Rogers enfatiza un aspecto muy importante, y es que el hecho de crear un clima adecuado en la psicoterapia, es crear un clima adecuado hacia la autorrealización de un tipo de relación humana facilitador-cliente, pero el objetivo del Humanismo no es sólo el de proporcionar a sus clientes los medios para que logren su propio desarrollo personal, sino que la autorrealización se pueda lograr en cualquier tipo de relación humana, como por ejemplo, la relación: padre-hijo, maestro-alumno, jefe-empleado, etc. Es por ello que el Humanismo intenta implementar sus principios en otras áreas aparte de la clínica,

como la educativa y la laboral. Por consiguiente en el siguiente apartado se describe la manera en que el Humanismo ha introducido sus principios en la educación y de que forma lo ha justificado.

3.6.1. La Educación Humanista

Dentro de la Psicología Humanista se parte de la idea de que la educación en las escuelas debe considerar la parte racional de los estudiantes así como la afectiva; los alumnos tienen un aprendizaje más significativo cuando se les permite sentir además de razonar.

De acuerdo con Martínez (2004), anteriormente se creía que el sistema cognitivo y el afectivo eran dos sistemas independientes y diferentes que trabajan de forma aislada uno del otro, es decir, que una persona puede dejar de lado sus sentimientos para dedicarse a una tarea intelectual. Sin embargo los descubrimientos de la neurociencia ha demostrado que esta idea es errónea, debido a que el sistema límbico, encargado de la parte emocional, y el neocórtex prefrontal, encargado de la parte cognitiva, están unidos por una serie de canales de circulación, es decir que trabajan de forma conjunta, unidos. Incluso se habla de un solo sistema denominado estructura emocional-cognitiva.

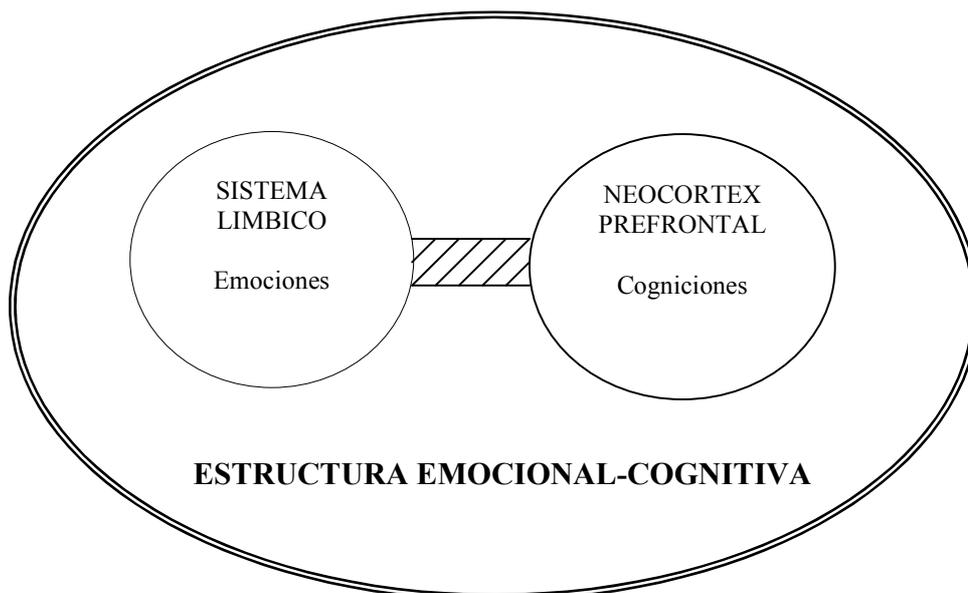


Fig. 8. Se muestra un esquema de los componentes del Sistema Emocional- Cognitivo

Al tomar en cuenta lo emocional en las personas, entonces se admite que además de proporcionar los conocimientos necesarios a los alumnos en las escuelas, también se debe de poner atención en darle un clima emocional óptimo para que se de dicho aprendizaje. El crear un clima óptimo quiere decir que los docentes logran un clima de serenidad, lejos de la tensión, el estrés, la ansiedad o la amenaza. Cuando no se logra dicho ambiente, entonces lo que sucede a nivel fisiológico es que el sistema endocrino-vegetativo y el sistema límbico inhiben gran parte de su actividad mental del córtex prefrontal y orientan esa energía ideando la manera de protegerse de la inseguridad que experimentan; en cambio cuando no hay razones para temer o angustiarse, toda esa energía mental se dirige a la mejor captación de lo que se le enseña.

Así la Psicología Humanista, ha desarrollado una serie de principios aplicados a promover el clima óptimo en las aulas de las escuelas, a continuación se describen los principios *centrales de la educación humanista*:

1. ***Atención a la persona total.*** Es la primicia de que se debe considerar tanto las destrezas intelectuales de una persona, como otras habilidades relacionadas con los sentimientos, valores, intereses, creencias, capacidad imaginativa, creatividad, etc.
2. ***Desarrollo de las potencialidades humanas.*** La educación humanista pone énfasis en las potencialidades de cada ser humano, las identifica y trabaja sobre ellas para desarrollarlas al máximo.
3. ***Énfasis en las cualidades típicamente humanas.*** La educación humanista destaca las cualidades propias del ser humano, como son: la creatividad, el poder de elección, la libertad y la autorrealización, por mencionar algunas. Así mismo manifiesta que el aprendizaje experiencial y vivencial son más significativos para las personas.

4. ***Desarrollo de la naturaleza interior personal.*** El humanismo pretende que la naturaleza personal en cada individuo sea descubierta por el mismo para que sea capaz de hacerse conciente de ella (aceptar su propia naturaleza) y potenciar su crecimiento.
5. ***Gran relevancia al área afectiva.*** El área afectiva es tomada muy en cuenta por los educadores humanistas, ya que se considera que el intelecto y el sentimiento van juntos. También se le da esta importancia porque cuando una persona es conciente de sus sentimientos (de su interior), puede comprenderse mejor y comprender, al mismo tiempo, su exterior (por consiguiente a los demás).
6. ***Cálidas relaciones humanas.*** Con la empatía, el aprecio y la congruencia, el humanismo pretende enseñar a las personas a desarrollar óptimas relaciones con otras personas, es decir, a establecer relaciones interpersonales que desarrollen la personalidad de cada individuo. Esto se debe a que para el humanismo lo esencial no es la persona particular, sino la relación de ésta con sus semejantes; es por ello que se enseña la confianza, la aceptación, la honestidad, el aprecio, etc.
7. ***Desarrollo del potencial creador.*** Una persona creativa para Szent-Gyôrgyi (premio Nóbel de Medicina) es aquella que "... ve lo que todo el mundo ve y piensa lo que nadie piensa". Sin embargo para que la creatividad emerja se necesita de un clima propicio, lleno de libertad mental, estimulante, tranquila, global que promueva el pensamiento divergente y autónomo.
8. ***El educador como persona y modelo.*** El educador humanista debe tener la capacidad para generar en sus alumnos el ansía de aprender y descubrir nuevos conocimientos, tan solo con su presencia. Generar en sus alumnos el clima adecuado para establecer una relación que favorezca el aprendizaje de los alumnos.

Sin embargo los principios del humanismo que se pretenden incluir en los programas de educación en las escuelas, están siendo bloqueados por una enorme barrera antigua y poderosa: los programas de educación tradicionales con los que se ha venido manejando las instituciones a lo largo de la historia.

Según Lafarga y Gómez del Campo (1991), la formación que se les brinda a los profesores para impartir clases a cualquier nivel educativo, está regido por primicias donde se les enseña a brindar una enseñanza con una serie de temas a priori establecidos, con una asistencia obligatoria, cubriendo cierto número de horas y estableciendo a través de un número (calificación) el aprendizaje que el alumno tiene.

Es decir, se toma en consideración únicamente lo cognoscitivo también en la formación de los profesores. Es por ello que estos autores consideran que se necesita una renovación drástica desde la misma formación que se les da a los profesores para lograr que éstos enseñen en un nivel donde puedan considerar de forma conjunta lo cognitivo y lo afectivo. Cuando en su formación quede incluido la estructura emocional-cognitiva, entonces podrán lograr el clima óptimo para el proceso enseñanza-aprendizaje en las aulas y además podrán transmitir dicho conocimiento a sus alumnos.

Además Sanlle (1988), también explica que la educación cambiará en la medida que los profesores también cambien cuando se den cuenta y tomen conciencia de sus propios procesos psicológicos que incluyen en su forma de enseñanza. Además cuando los profesores empiezan a conocerse a sí mismos podrán empezar a generar empatía hacia sus alumnos y optarán por mejores e innovadores métodos de aprendizaje que sean efectivos en el aprendizaje de sus alumnos.

3.7. El Enfoque Humanista En El Trabajo Con La Familia

Rogers (1997), explica los cambios que se dan en diversos ámbitos, al introducir los principios de la psicoterapia centrada en el cliente, como son: el educativo, empresarial y también en la familia. A partir de los sorprendentes resultados en el ámbito clínico con la

psicoterapia, Rogers llegó a la conclusión que el clima adecuado para lograr la autorrealización en las personas, se puede dar más allá de la relación facilitador-cliente, es más se puede crear dicho clima en cualquier relación humana, y como lo seres humanos vivimos continuamente en relaciones con otras personas, entonces las actitudes que propicien optimas relaciones humanas, deben de tomarse como una forma de vida donde se pongan a prueba en todo momento.

Es por ello que los principios de la psicoterapia centrada en el cliente se han generalizado a otros ámbitos debido a que se intenta mejorar las relaciones interpersonales. Dentro de las relaciones interpersonales tenemos las que se dan dentro de la familia y es que ahí también se pueden crear ambientes adecuados que permitan a los integrantes de la misma llegar a la autorrealización. Según Sanlle (1988), los padres y las madres juegan un importante papel en dichos procesos y aunque no recibieron una preparación especial para formar hijos o llevar una relación armoniosa con su pareja, las relaciones padre-hijo son la base para formar la personalidad de los individuos.

Sin embargo no se deja de lado los avances que se hacen ver en el ámbito clínico y es por ello que Rogers (op. cit.) los describe en la vida familiar. A continuación se mencionan los cambios que se han observado a partir de la posterior experiencia en la psicoterapia centrada en el cliente:

- Las personas tienden a no expresar sus sentimientos en el momento en que los sienten, de esta forma se van a acumulando como varias piedritas en un costal, hasta que ya no le entran más y empiezan a desbordarse, así ocurre también con los sentimientos, que al no ser expresados en el momento adecuado se van a acumulando hasta que la persona ya no puede más y estalla de forma inesperada e intensa. En la familia es muy común que se de esta situación, ya que algunas veces las personas creen que no deben de sentirse de una forma determinada respecto a otro integrante de la familia. Con la psicoterapia centrada en el cliente se pudo observar que los familiares se dan el permiso de sentir y expresarse con los otros miembros de su familia cuando experimentan ciertos sentimientos positivos o negativos, en lugar de

dejar que se acumulen y salgan en una situación tal vez ajena en la que no se entiende porque se dicen.

- Otra mejora que se ha encontrado en las familias, después de haber asistido a la psicoterapia centrada en el cliente, es que las personas prefieren basar su relación familiar en sentimientos reales, sean positivos y negativos, en lugar de una farsa. Se ha encontrado que uno de los temores de las personas es creer que si expresan sus verdaderos sentimientos, pueden destruir relaciones dentro de su familia, esto lo han comprobado las mismas personas y se han dado cuenta que expresar sus verdaderos sentimientos lleva hacia una mejora en las relaciones familiares en lugar de un caos. De esta forma empezar a expresar los sentimientos reales, significa empezar a reconocerlos como propios, es decir, empezar a admitirlos: *“me doy cuenta que cuando eres impuntual me siento irritada, porque creo que juegas con mi tiempo y por lo tanto siento que no te importó”*.
- Al facilitarles a los miembros de la familia las actitudes básicas de empatía, congruencia y aprecio, se logra con ello, una adecuada comunicación bidireccional, es decir que se de en las dos personas que se están comunicando, esto tiene un gran efecto debido a que cuando la persona es escuchada y comprendida por el receptor, entonces ella podrá escuchar y comprender cuando ella sea receptora, es decir cuando se intercambian los papeles pueden dejar de lado las defensas para empezar a escuchar verdaderamente a la otra persona.
- También se ha encontrado un cambio en permitir que cada integrante de la familia pueda expresar sus verdaderos sentimientos, ya que las personas pueden influir de manera decisiva para que los demás experimenten o estén de acuerdo con los sentimientos de una sola persona manipulativa, dicha manipulación no necesariamente tiene que ser conciente, ya que la mayoría de las veces simplemente se tiene una gran influencia para lograr que los demás miembros de la familia acepten o estén de acuerdo con los sentimientos de una sola persona. Es así como se

observan cambios muy marcados en personas que han tomado la psicoterapia centrada en el cliente, dichos cambios se observan en cómo las personas presentan un respeto hacia los demás integrantes de su familia permitiendo que expresen sus sentimientos y deseando que ellos tengan sus propias impresiones.

- Finalmente, y concluyendo de forma general, se ha observado que cuando a un miembro de la familia se le permite ser auténtico, ser él mismo, entonces se le permite también prepararse para aceptar a los demás miembros de la familia tal como son. Es así como en la familia se identifican los miembros como seres únicos, con objetivos individuales pero unidos por sentimientos reales que se dan en un ambiente de comprensión y aceptación mutua.

El Humanismo es un estilo de vida que está ahí para ser utilizado, pero hasta que la gente tome plena conciencia de su dimensión psicológico-social y de la importancia que tiene su aportación para construir la sociedad del futuro, hasta ese momento podrá haber un reconocimiento en masa del pleno desarrollo humano para una convivencia cooperante y pacífica (Sanlle, 1988).

4. LA ETAPA ADOLESCENTE

Como se mencionó uno de los niveles de intervención de la Psicología Social es el individual donde se describen características como rasgos de personalidad que van a influir en la interacción del individuo, al ser la adolescencia una de las etapas más relevantes en la vida del Hombre define la identidad de las personas influyendo en los cambios psicológicos y por lo tanto la interacción con los otros. De esta manera la Psicología Comunitaria en su intervención a nivel individual trabaja con la persona y las interacciones en el ambiente inmediato, donde la Psicología Humanista aporta las actitudes básicas para lograr el desarrollo personal en las relaciones humanas.

La adolescencia es una etapa relevante de la vida del hombre, es una etapa en la que el adolescente va definiendo su personalidad, identidad sexual y roles que desempeñará en la sociedad, como también, un plan de vida para decidir qué orientación va a tener, de esta forma, cuando ya haya logrado estas metas, constituirse en adulto.

Es la etapa en que el individuo deja de ser un niño, pero sin haber alcanzado aún la madurez del adulto. La adolescencia inicia con la pubertad, es decir, con una serie de cambios fisiológicos que terminan en la maduración de los órganos sexuales, y la capacidad para reproducirse y relacionarse sexualmente.

De manera general a continuación se describen algunas definiciones de adolescencia:

ψ Es el periodo de crecimiento y desarrollo humano que transcurre entre la pubertad y la edad juvenil. Su aparición está señalada con la pubertad, pero la aparición de este fenómeno biológico es solamente el comienzo de un proceso continuo y más general, tanto en el plano somático como en el psíquico, y que prosigue por varios años hasta la formación completa del adulto. Aparte del aspecto biológico de este fenómeno, las

transformaciones psíquicas están profundamente influenciadas por el ambiente social y cultural. (Merani, 1982)

ψ Para, Hurlock (1980) adolescencia se deriva de "adolescere", que significa crecer y desarrollarse hacia la madurez. La OMS la define como un lapso de edad que va desde los 10 a los 20 años, con variaciones culturales e individuales. Desde el punto de vista biológico, se inicia cuando aparecen los caracteres sexuales secundarios y la capacidad de reproducción, y termina con el cierre de los cartílagos epifisarios y del crecimiento. Socialmente es el periodo de transición, que media entre la niñez dependiente y la edad adulta autónoma, económica y socialmente.

ψ Con lo anterior se puede entender que la adolescencia es un periodo de crecimiento y desarrollo humano, transcurre entre la pubertad y la edad juvenil. La edad en la que se presenta dicho periodo es aproximadamente entre los 11 – 12 años y 18- 20 años. En la adolescencia se presentan cambios físicos, biológicos y psicológicos. Ésta en algunas ocasiones estará determinada por influencias por lo social y lo cultural

El intervalo temporal en que transcurre la adolescencia inicia aproximadamente a los 11-12 años y se extiende hasta los 18-20. Es por ello que, no podemos comparar a un chico de 13 con uno de 18 años; es por ello que se habla de un primer periodo que es el de la “adolescencia temprana” entre los 11-14 años y que coincide con la pubertad, y luego de un segundo periodo de “juventud” entre los 15-20 años; su prolongación hasta llegar a la adultez, dependerá de factores sociales, culturales, ambientales, así como de la adaptación personal. (Hurlock, op. Cit)

Para Berryman, Hargreaves, Herbert, y Taylor (1994) la etapa adolescente puede dividirse en subperiodos los cuales facilitan el manejo de las etapas por las cuales va pasando el adolescente desde que inician los cambios hasta su adaptación como adultos. Las etapas a las que los autores hacen referencia son las siguientes:

Adolescencia

Temprana: (aproximadamente entre los 11 y 14 años de edad), en esta etapa se da el comienzo del cambio puberal, el aumento en los niveles de hormonas y los visibles y no tan visibles cambios físicos. El adolescente compara su nuevo cuerpo y sus nuevas capacidades. Comienza la separación de los padres, la formación del grupo de iguales del mismo sexo, los cuales interactúan con grupos del sexo opuesto. Empieza el cambio hacia el pensamiento abstracto.

Media: (aproximadamente entre 15 y 17-18 años de edad), esta etapa se asocia con algún tipo de conflicto con la independencia de los padres. Los grupos de iguales tienden a consistir en chicos y chicas de los cuales forman una relación de pareja, las amistades son normalmente del mismo sexo con pensamientos y sentimientos compartidos.

Tardía: (aproximadamente entre los 17 y los 21-22 años de edad), durante esta etapa la identidad del joven esta normalmente más integrada, y la imagen corporal y el rol de género son más seguros. En las relaciones hay una mayor preocupación por las otras personas que en los años anteriores. Los grupos tienden a consistir en parejas. Se desarrolla la comunicación de sentimientos y expectativas y la toma de decisiones.

Fig. 9. Se muestran las etapas de la adolescencia

En la adolescencia no solo se presentan los cambios físicos y biológicos sino que también y con la misma importancia se presentan los cambios psicológicos dentro de los cuales encontramos el desarrollo emocional, social, cognitivo.

4.1. Desarrollo Emocional

En la adolescencia el sentimiento deja de ser predominante sobre la razón, y la gran emotividad presente en la pubertad disminuiría, llegando incluso al letargo del sentimiento, exceptuando el periodo del primer amor. Esto también hace que los estados de ánimo sean más constantes, con un marcado optimismo.

Sin embargo en la crisis juvenil, existen altas probabilidades de presentar una depresión, lo cual puede adoptar una de dos formas. La primera se expresa como "un sentimiento vacío, una falta de autodefinición, que se asemeja según su descripción verbal, a un estado de despersonalización", lo que genera un alto grado de ansiedad. La segunda clase de depresión tiene su fundamento en repetidas experiencias de derrota a lo largo de un espacio de tiempo.

Esto puede deberse a los numerosos cambios que presenta al mismo tiempo la vida de un adolescente. La depresión tiene su índice más alto entre los 16 y 19 años. En general es dos veces más frecuente entre las muchachas que entre los muchachos adolescentes, pues si tienen trastornos se inclinan más a dirigir sus síntomas al interior y se deprimen (Mussen, 1985)

La extroversión propia del adolescente lo induce a notar la diferencia que existe entre él y los ideales que impone la sociedad. En relación con la depresión, influyen los ideales de belleza, que traen un desprecio a su apariencia física y consecuente malestar (Mussen, op. Cit)

El suicidio en esta etapa aumenta considerablemente, transformándose en la segunda causa de muerte entre los adolescentes. Los suicidios reales son más comunes entre los hombres, con una proporción de 3 a 1, en relación a las mujeres, y emplean métodos más activos, como armas de fuego; las mujeres utilizan métodos más pasivos, drogas e intoxicaciones con pastillas para dormir, por lo que muchos no llegan a

concretarse, catalogándose de "intentos de suicidio", cuyo índice resulta ser significativamente mayor que el que se presenta en los varones (Craig, 1997)

Entre los factores inmediatos que precipitan al suicidio, están el rompimiento amoroso, embarazo, conflicto con los padres, fracaso escolar, etc. pero por lo general, es la culminación de una serie de dificultades crecientes. Las drogas y el alcoholismo pueden aumentar las probabilidades de que estos factores lleven al adolescente a suicidio (Mussen, 1985)

Es así como el desarrollo emocional se caracteriza por:

- ✦ Gran intensidad de emociones y sentimientos.
- ✦ Hay desproporción entre el sentimiento y su expresión.
- ✦ Las manifestaciones externas son poco controladas y se traducen en tics nerviosos, muecas, refunfuños, gestos bruscos, gritos extemporáneos.
- ✦ Pasa con facilidad de la agresividad a la timidez.

4.2. Desarrollo Cognitivo

Así como la adolescencia se caracteriza por presentarse una serie de cambios fisiológicos, muy notables en los chicos, también se da un cambio en la forma de pensar acerca de ellos mismos, su familia, su mundo, en fin en todo lo que les rodea.

Según Berger (2004) el pensamiento adolescente se da de tres maneras diferentes: 1) se continúan desarrollando las habilidades cognitivas básicas, 2) aparece la lógica como parte de su pensamiento y 3) el pensamiento intuitivo se agiliza y se vuelve más preciso. Son estos tres procesos los que determinarán el desarrollo cognitivo dentro de la adolescencia de cualquier persona. También se menciona una mejor atención selectiva que permitirá que el adolescente pueda realizar tareas escolares con ruidos moderados (como música) o con la presencia de otras personas mientras las realiza.

Este desarrollo se puede apreciar al comparar la cognición de los niños con las de los adolescentes que se inician en esta nueva aventura de su vida, y es que ahora ellos pueden aprehender, conectar y refutar ideas mucho más rápido que los niños. Así mismo aumenta la memoria y el lenguaje se enriquece de palabras y tecnicismos que van aprendiendo en la escuela secundaria, con ello mejora la gramática además de que pueden usar determinadas reglas y utilizar las excepciones cuando se requiera.

Algo que caracteriza fundamentalmente el desarrollo cognitivo de un adolescente es la aparición del **pensamiento hipotético**, aquí entran las posibles soluciones que se pueden dar y que puede que no estén sujetas a la realidad; es decir, el adolescente empieza a analizar lo que podría ocurrir fuera del aquí y el ahora. En comparación un niño no puede razonar de forma hipotética sin dejar de tomar la realidad tal y como él la ve; el adolescente es capaz de hacer críticas hacia “cómo son las cosas” porque puede imaginar “cómo podría ser” o “debería ser” el mundo, separándose del “aquí y el ahora”, visualizando el futuro.

De la misma forma otra característica que distingue esta etapa es el **pensamiento deductivo** donde a partir de una teoría general razona hacia una serie de pasos lógicos que le permitan deducir una conclusión específica y además poder comprobar dicha conclusión; es decir razona de lo general a lo específico. Es así como en el pensamiento adolescente hay una capacidad de pensar tomando en cuenta las *posibilidades* en lugar de tomar únicamente las *realidades*. Este tipo de razonamiento es parte de lo que Piaget llama etapa de las operaciones formales, la cual es la última dentro del desarrollo del ser humano. Sin embargo ya se habla de una quinta etapa llamada **pensamiento formal** que además de manejar el pensamiento lógico, intenta conciliarlo con la experiencia de la persona. La etapa del pensamiento formal surge de la necesidad de entender por qué un adolescente a pesar de razonar de forma lógica no aplica este conocimiento prácticamente en todos los aspectos de su vida. Y es que esto se explica a través de las investigaciones de Fischer y Vides (1998, citado en Berger, 2004) y Case y Okamoto (1996, op. cit.), en ellas han encontrado que las experiencias, habilidades, intereses y motivaciones del individuo, afectan la forma de actuar de éste. Es por ello que se empieza a destacar la importancia de las relaciones humana y los contextos culturales como influencia en el comportamiento de las personas que las lleva hacia un pensamiento operacional formal.

4.2.1. El Egocentrismo Adolescente

En la adolescencia es normal que los jóvenes piensen acerca de sí mismos, se preocupan por lo que los demás piensen de ellos, cómo los perciben, etc., esta es una característica propia de la adolescencia: centrarse en sí mismos, sin embargo a veces estos pensamientos se pueden distorsionar por el egocentrismo adolescente el cual le hace pensar que ellos son mucho más significativos, socialmente hablando, de lo que en realidad son.

Estas ideas falsas que caracterizan el egocentrismo adolescente tienen nombres, los cuales se describen a continuación:

- ***Fábula de la invencibilidad.*** Esta es la idea de que ellos no pueden ser vencidos por nada ni por nadie, dicha idea lleva a que los adolescentes se inicien en conductas peligrosas como el tabaquismo, alcoholismo, drogadicción o conductas sexuales de riesgo. Ellos piensan que no se volverán adictos o que nada les pasará y por ello toman el riesgo y se adentran en dichas conductas peligrosas.
- ***Fábula personal.*** Aquí los adolescentes piensan y sienten que sus vidas son únicas, heroicas o legendarias. Se perciben como seres excepcionales, que tiene habilidades y experiencias extraordinarias. De hecho llegan a comparar la importancia de su vida con la de un personaje histórico o algún artista del momento, al percibirlo de esta manera si alguien llega a argumentarles que su vida es como la de cualquier otra persona, se llegan a sentir ofendidos y se indignan fácilmente.
- ***Audiencia imaginaria.*** Es la idea que tienen los chicos de que las demás personas están sumamente interesadas en su vida tanto como ellos mismos lo están; por ello fantasean acerca de la manera en que los demás reaccionarán si se visten o actúan de una u otra forma. Esto los lleva a obsesionarse demasiado por su forma de vestir, hablar, actuar, etc.

Por otra parte el pensamiento de cualquier ser humano se da en dos formas diferentes: el pensamiento analítico y el pensamiento experiencial; Berger (2004) explica que el primero de ellos se utiliza en las clases de ciencia y el segundo en la resolución de problemas de la vida personal de cada individuo. Esta forma de utilizar ambos pensamientos tiene un fin de supervivencia, sin embargo lo ideal sería que las personas aprendan a utilizar ambos de forma armoniosa y cuando llegan hacerlo entonces se habla de un **pensamiento social**, dicho pensamiento social se busca de forma más constante en la etapa adolescente, donde los chicos empiezan a desarrollar un razonamiento hipotético-deductivo pero además utilizan también su intuición para sus problemas personales. Así, la manera en que los adolescentes intentan utilizar de forma equilibrada tanto la intuición como la razón es la siguiente: el chico reacciona de primer momento de forma espontánea y fácil ante un problema (utiliza su pensamiento intuitivo-personal) sin embargo si un adulto o un amigo lo orienta a recapacitar puede hacer que evalúe las diversas opciones que tiene y analizar cual le conviene más, es entonces cuando lo lleva hacia un pensamiento más deductivo y analítico. Así se utilizan ambos pensamientos sin evitar excluir a alguno de ellos.

4.3. Desarrollo Físico Y Sexual

Uno de los aspectos que producen mayor controversia en el periodo adolescente es el sexual, puesto que, como se sabe este periodo se caracteriza por una serie de cambios en la maduración sexual, se producen cambios hormonales que influyen en los cambios en la apariencia física: el cuerpo del niño se transforma paulatinamente en el de un adulto, alcanzando la madurez sexual femenina con la menarquía, y la masculina con la presencia del semen en la orina, así mismo se da un aumento del tamaño corporal, tanto en su estructura como en su peso; cambios en las proporciones corporales, aparecen las características sexuales primarias que son aquellas que están directamente relacionadas con los órganos sexuales, tales como el aumento gradual de los ovarios, el útero y la vagina femeninos y los testículos, la glándula prostática y las vesículas seminales masculinas; las características sexuales secundarias que incluyen otros signos fisiológicos de maduración

como el crecimiento del vello púbico, facial, axilar y corporal, el desarrollo de los senos y caderas femeninas, el cambio de voz, un mayor desarrollo muscular y el cambio de textura de la piel (Ruano y Serra, 2001). Estos cambios se ven siempre acompañados por cambios actitudinales y conductuales lo cual ocasiona que el adolescente se preocupe por su imagen y por su sexualidad, por la cual sienten gran curiosidad, aunque no por poseer la madurez reproductiva quiere decir que el adolescente se encuentre preparado para ejercer su sexualidad de manera responsable (y es por ello que existe una preocupación generalizada entre los adultos por este aspecto).

Caballed, Comellas, y Mardomingo (1998) opinan en este aspecto que es una etapa donde se sobre valora el aspecto físico y que las modas pueden ser una fuerte influencia en el joven adolescente, puesto que son muy susceptibles a ellas, por lo que proponen que éste también es un punto de interés en cuanto al riesgo que corren los adolescentes, puesto que las consecuencias por dejarse llevar pueden ser hasta fatales como el desarrollo de trastornos alimenticios, que como bien sabemos esta situación representa uno de los principales problemas entre los jóvenes de nuestra sociedad, cada vez se observa una mayor tendencia a exaltar a los modelos que se presentan en los medios de comunicación que tienen que ver principalmente con el capitalismo y el consumismo propios también de la modernidad de la época.

4.4. Desarrollo Psicosocial

Según Grotevant (1998, citado en Berger, 2004), el aspecto que más identifica cuando un adolescente a dejado de ser niño para convertirse en adulto es su ***madurez social***. Dicho autor explica que ser adulto poco tiene que ver con el aspecto físico o la inteligencia de los chicos, más bien son los cambios sociales los que determinan la categoría de persona adulta, estos cambios psicosociales son: la independencia que marcan hacia los padres, la relación más estrecha con sus iguales, la preocupación hacia los problemas de su sociedad y el mundo en general y su preocupación hacia su propia persona y la manera de desenvolverse en cierto contexto.

Esta madurez social se da mediante un proceso en la adolescencia que busca responder la pregunta ¿quién soy?, es decir es la búsqueda de comprenderse así mismo: buscar su propia identidad. De esta forma para lograr establecer la identidad se tiene que formar en primer lugar la personalidad del adolescente considerando sus emociones, sentimientos y conductas. Es así como se empieza con la búsqueda de su **yo verdadero**.

Sin embargo dicha búsqueda hacia su yo verdadero no es fácil y lleva a que los adolescentes adopten un **yo falso**, el cual son una serie de conductas que adopta la persona para evitar el rechazo y ser agradable para los demás. Harter y col (1996, op. Cit), describen tres tipos distintos de yo falso:

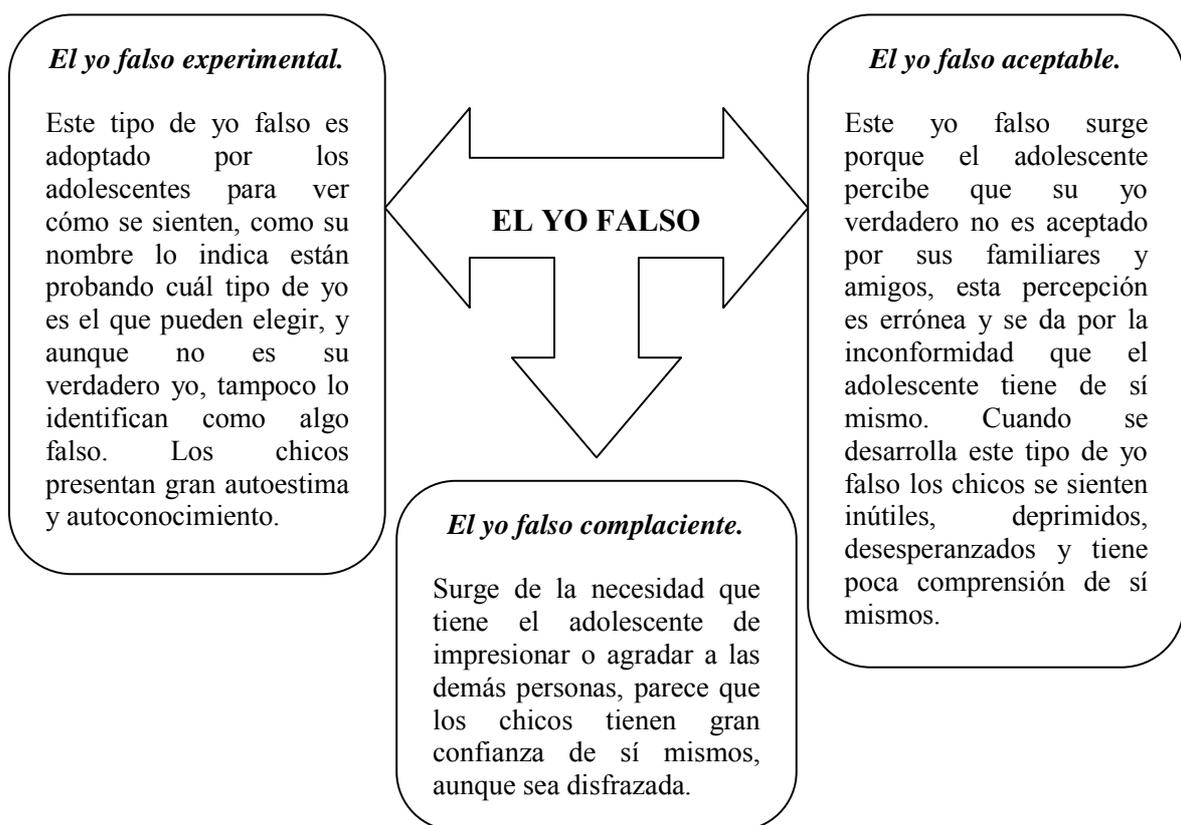


Fig. 10. Describe los tres tipos de yo falso

Caer dentro de los yo falsos es necesario en la etapa adolescente, ya que de ahí podrán experimentar y aprender cual será entonces su yo verdadero, todos los chicos los viven y es parte de la etapa, ya en la adolescencia tardía estos “yo” falsos se volverán “yo” más coherentes hasta convertirse en “yo verdaderos”.

4.4.1. El Camino Hacia La Identidad

La identidad es una etapa del desarrollo humano, que se presenta en la etapa adolescente, y en la cual el individuo intenta comprender “quien es”. Para responder a esta pregunta los chicos se describen a sí mismo a partir de sus habilidades, sus sentimientos, su moral y la aceptación que reciben tanto de sus padres como de sus iguales; también comienzan a considerar las opciones profesionales, los temas políticos, sus creencias religiosas y los temas sobre la sexualidad. Ellos empiezan a asimilar cómo estos valores encajan con la educación que han recibido y con las expectativas que tienen a futuro. Es por ello que Erikson (1968, citado en Berger, 2004) ha denominado la vocación, la política, la religión y el sexo, como los cuatro aspectos de la identidad de una persona. Es así que los adolescentes que logran establecer su propia identidad llegan a reconocer los objetivos y valores que les han establecido sus padres y la cultura, rechazar algunos y aceptar otros, es decir siguen vinculados a la educación que les dieron pero no implica que tengan que seguir atados a ellos toda su vida sin modificarlos.

Sin embargo no todos los adolescentes pueden llegar a comprender fácilmente su identidad de forma aceptable, en consecuencia atraviesan por algunos tipos de identidad prematura que no les permiten llegar a un logro de identidad ideal. A continuación se describen dichos tipos de identidad desacertadas:

1. **Identidad hipotecada.** Aquí los adolescentes se dejan llevar por los valores que les han marcado sus padres o la sociedad y no buscan otras alternativas que les permitan formar su propia identidad. Ejemplo de ello cuando los jóvenes tienen que ser lo que sus padres fueron, es decir, si su padre fue médico entonces tiene que estudiar la carrera de medicina.

2. **Identidad negativa.** En este tipo de identidad los jóvenes no ven atractivos los roles que sus padres o la sociedad les inculcaron pero tampoco buscan otras alternativas, es por ello que no cumplen con lo que se espera de ellos. Ejemplo cuando el hijo de un maestro se rehúsa a ir a la escuela, la hija de un religioso se vuelve promiscua, etc.
3. **Difusión de la identidad.** Aquí los jóvenes aceptan los valores que les han impuesto sus padres o la sociedad pero están pocos comprometidos con ellos. Ejemplo: cuando los adolescentes les cuesta terminar su tarea, encontrar trabajo o simplemente pensar en su futuro.
4. **Moratoria de la identidad.** Este tipo de identidad es una especie de receso donde los adolescentes experimentan identidades diferentes antes de decidirse por una definitiva.

La investigación de Grotevant (1998, citado en Berger, 2004) y Marcia y col (1993, op. cit.) confirma que la mayoría de los adolescentes atraviesan en primer lugar por un periodo de hipoteca o de difusión, posteriormente el de moratoria para llegar a la identidad madura. Dicho proceso se puede durar 10 años o más.

4.5 Conductas De Riesgo En La Adolescencia

4.5.1. Drogadicción En La Adolescencia: Formas De Prevenir

Hoy en día hablar del problema de la drogadicción es hablar de un problema mundial, catalogado por la OMS como una epidemia, que afecta a toda clase de personas sin distinguir clases sociales, razas, edad, escolaridad, etc. Sin embargo es en la adolescencia la etapa de mayor vulnerabilidad para que un individuo caiga en la adicción a los fármacos.

Los autores además de preocuparse por brindar información acerca de las principales drogas, sus efectos y clasificación, aportan además conocimientos para lograr la prevención de dicho mal que afecta a los jóvenes; es decir se enfocan más en decirle al público cómo se puede prevenir el uso de drogas. Y para ello abordan temáticas

relacionadas con las diversas esferas que conforman la sociedad, como por ejemplo: la familia, la escuela, la comunidad, por mencionar algunas.

En palabras de Falke (1998), la familia es el elemento de mayor influencia para los jóvenes que atraviesan por la adolescencia, esto debido a que los padres, junto con otros profesionales como los maestros, son los encargados de apoyar y optimizar el desarrollo integral de los jóvenes. Es por ello que se requiere estimular a las familias para hacerlas lo suficientemente autorreguladoras, capaces de crear y hallar sus propias soluciones que perduren y ayuden a solucionar las problemáticas a las que se enfrentan.

Cuando las familias descubren sus propias capacidades, las desarrollan al máximo y aprenden a utilizarlas para generar resultados positivos y minimizar los aspectos negativos, crean una fortaleza que van fortaleciendo día con día. Ese es el objetivo que los profesionales deben seguir de manera conjunta y multidisciplinaria.

4.5.1.1 Drogas: Curiosidad o Alternativa

En primer lugar autores como Falke (1998), explican que se debe definir ¿qué es una persona adicta?, una persona adicta es aquella que consume de manera compulsiva algún tipo de droga (incluidos el alcohol y el tabaco) y sin el cual fisiológicamente no se siente estable. El adolescente que consume algún tipo de droga también afecta las diferentes esferas de su vida, como son: la física, emocional, cognoscitiva, social, familiar, escolar.

Las consecuencias que tiene el consumo de drogas son: alteraciones sensoriales, funciones motoras alteradas, formación de conceptos erróneos, pérdida de la memoria (en diversos niveles), falta de atención, cambios de tipo perceptual que obstaculizan el estudio y el desempeño escolar, además de alucinaciones, agitación, delirio de persecución y trastorno de las funciones mentales. El principal problema de la drogadicción en la etapa adolescente es que al alterar los estados psicológico, intelectual y emocional, no le permite tener un pleno desarrollo que lo lleven a la madurez adecuada para la etapa adulta.

Algunas de las causas que llevan a los adolescentes a inmiscuirse en dicha práctica son la disfunción familiar, el aumento de la población, el fácil acceso a las diferentes sustancias (legales e ilegales) en el mercado, la modernización, las tendencias, la pérdida de valores, por mencionar algunos ejemplos. Ante esto el adolescente que no puede soportar las presiones, tensiones y problemas que lo afecta o abruma (desde un problema de violencia intrafamiliar, hasta la presión por parte de los amigos para consumir drogas), trata de olvidarse por un momento de la realidad, evadiendo los problemas y sumergiéndose en un nuevo mundo que lo relaja y hace olvidar de sus problemas, este mundo lo consigue drogándose.

Entre las principales drogas, Falke (op. Cit), hace la siguiente clasificación:

Narcóticos	Estupefacientes	}	Opio Morfina Heroína Meperidina
	Hipoanalgésicos		

Hipnóticos o Somníferos	Barbitúricos	}
	No barbitúricos	

Tranquilizantes o ansiolíticos (benzodiazepínicos)

Psicoanalépticos (Estimulante SNC)	Cocaína	}
	Anoréxicos	
	Anoréticos	
	Anfetaminas	

Psicodislépticos (Anomalías de SNC, Alucinógenos)	Marihuana	}
	LSD (dietilamida del ácido lisérgico)	
	Hongos y plantas alucinógenos	
	Solventes volátiles	

Las conductas que más se han observado en adolescentes que ingieren algunas de las drogas antes mencionadas son: cambios de actitud drástica, inasistencia escolar, aspecto desalineado y descuidado, uso de lentes oscuros, piden dinero o empiezan a robar dinero o pertenencias en el hogar o la escuela.

Para poder afrontar el gran problema que es la drogadicción es necesario empezar por casa, es decir trabajar en primer lugar en la familia, qué pasa dentro de la familia, cómo se encuentran los canales de comunicación, las alianzas, los problemas, de qué forma se están enfrentando y cuál es la conclusión a la que llegan para darle una solución. En pleno siglo XXI a los padres se les olvida que los sentimientos de amor, comprensión, responsabilidad, escucha, fortaleza, disciplina, educación, buen humor y paciencia son fundamentales y formadores de autoestima en los hijos. *Empezar a ocupar el “papel” de cada quien es empezar a darle solución al problema*, es decir, los padres tienen que asumir su rol de papá, el cual tiene que ser amoroso, educar, ayudar, comprender, estimular, dar confianza a sus hijos; por su parte los maestros tienen que asumir su papel de educadores de chicos que se encuentran en una etapa vulnerable y a los cuales se les puede dar información y apoyar a su crecimiento no solo intelectual sino personal-experiencial. Si cada quien hiciera su papel formarían jóvenes con confianza, informados, apoyados, que cuando se les invitara a probar alguna droga no dudarían en decir que NO por toda la formación que se les ha dado. Ayudar a los adolescentes a no caer o ha salir de las drogas, es ayudarlos a encontrarse a sí mismos y esto sólo se logra con la ayuda de personas que los orienten a sacar sus temores que los han orillado a caer en las drogas, cuando no tengan temores y se sientan queridos y apoyados no tendrán ningún motivo para caer en la drogadicción (Falke, 1998).

4.5.2. Depresión

En los últimos tiempos la palabra depresión se ha hecho presente en el lenguaje cotidiano; en general como sinónimo de tristeza, aunque desde el punto de vista médico de ninguna manera es lo mismo, puesto que la tristeza es un estado transitorio que no equivale a una depresión, y además, la tristeza no es la única forma de expresar una depresión.

Según los manuales de psiquiatría, los síntomas de la depresión son (Guelar y Crispo, 2002):

- Sentimientos sobrecogedores de tristeza, sentir que se “está en el pozo”
- Pérdida de interés en casi todo lo que antes resultaba placentero; desesperanza hacia el futuro
- Aislamiento social e introversión, aun en personas que han sido sociables y extravertidas
- Ideas recurrentes de autoagresión, ideas de suicidio o desaparición
- Nivel de energía disminuido; fatiga desproporcionada en relación al ejercicio que se realiza
- Imposibilidad de concentrarse, disminución de la capacidad de pensar
- Dificultades para conciliar el sueño.

4.5.2.1 Cómo afecta la Depresión al Adolescente

La depresión afecta negativamente diversas áreas de la personalidad; influye en lo que las personas sienten, en lo que piensan sobre sí mismas y sobre los otros, y en su manera de actuar, los sentimientos de tristeza invaden la vida cotidiana.

La depresión en los adolescentes con frecuencia se manifiesta con irritabilidad, de ahí que resulta importante diferenciar las explosiones o bruscos cambios de humos transitorios, habituales de la etapa, de la irritabilidad persistente e intensa que forma parte del proceso depresivo.

Según Guelar y Crispo (2002) las señales que da un adolescente que está deprimido se manifiestan en una serie de conductas y actitudes diferentes de las habituales, por lo general, deja de hacer cosas que hacía habitualmente, se muestra sin ganas de cumplir con sus obligaciones, apático, alternando esta actitud con explosiones de violencia, sale menos con los amigos, puede pasar mucho tiempo encerrado en su cuarto escuchando música o aislado, expresa con más frecuencia ideas negativas sobre sí mismo, sobre el mundo y puede escuchársele decir a menudo “nadie me quiere, no sirvo para nada”; se queja de sentirse cansado y su rendimiento escolar disminuye notablemente. Suele hablar de angustia, que se expresa como “un nudo en la garganta” o “una opresión en el pecho” o mostrarse muy inquieto, constantemente en movimiento.

Otro síntoma corriente de la depresión se evidencia en la dificultad para sentir placer, el adolescente deprimido, cuando sale con sus amigos, no lo disfruta, está abstraído, aislado, en su mundo, es habitual que los chicos en esta etapa se comporten de formas muy diferentes dentro y fuera de su casa. Es por ello que es importante que los padres y adultos a cargo de adolescentes puedan averiguar cómo es su comportamiento social.

4.5.2.2. Las Causas de la Depresión

- Predisposición en adolescentes cuyos familiares directos han sufrido de depresión, esto habla de factores hereditarios.
- Conductas aprendidas; cuando la depresión de los padres ha funcionado como modelo de resolución de problemas; el adolescente de manera probable también incorpora este modo de responder al mundo.
- Problemas familiares; en estos casos puede funcionar como un modo de denunciar algo que no está bien en casa, o como un modo de intentar evitar que sucedan cosas peores.

La depresión, como toda situación de crisis, brinda una oportunidad para el cambio por que los síntomas aparecen evidencian que existe un malestar y motiva a preguntarse acerca del problema que lo provoca. En los casos en que la crisis no logra resolverse, la consulta permite reconstruir y entender la historia que precede a los síntomas, para darles un sentido diferente y comprensible que abra el camino para nuevas conductas y nuevas formas de relación, de allí que resulte de una gran ayuda la inclusión de los familiares y otras personas significativas en el tratamiento.

4.5.3. El Suicidio

De alguna manera el suicidio tiene vinculación con la estructura de la sociedad y la cultura en la que se vive.

Para Durkheim (citado en García, 2003), el famoso sociólogo, destaco como una causa importante del suicidio a una ira introyectada. Por su parte Trout (citado en García, 2003) destacó en este fenómeno la importancia del aislamiento; por otro lado Barter y cols (citado en García, 2003), se refirieron a la importancia del consumo de drogas y alcohol. Sin embargo de manera independiente del autor o tendencia teórica existe una misma constante: La depresión.

La depresión es un fenómeno humano que ya sea que se manifieste abiertamente o se exprese de manera encubierta a través de diversas formas como la negación, siempre está vinculada a cualquier historia de suicidio (García, op. Cit).

Otro factor importante en el suicidio son las dificultades familiares, según García (2003) los adolescentes suicidas tienen malas relaciones y modelos propicios, que les permitan enfrentar los problemas por los que están atravesando.

Dentro de las dificultades familiares el punto clave parece ser la existencia de un conflicto marital o de fuertes tensiones padre- hijo o madre-hija como factor fundamental del suicidio adolescente.

Comúnmente las familias disfuncionales y violentas, con atmósferas muy inestables, le hacen muy difícil al adolescente manejar cualquier presión externa al hacer que éste las perciba como más catastróficas de las que son en realidad.

La función del psicólogo debe estar orientada a crear un marco de relaciones familiares en el cual la familia sirva de amortiguador de tensiones y proveedor de seguridad para el adolescente. Recordando que el suicidio es el último recurso para una situación ante la cual ya se han ensayado muchas otras tácticas de descarga y búsqueda de apoyo emocional.

Para García (op. Cit) existen algunos elementos importantes de la dinámica familiar que están asociados con el comportamiento suicida:

- **Triangulación:** ésta consiste en que dentro de las rutinas familiares existen frecuentes contradicciones entre las directivas básicas que el adolescente recibe por parte de sus padres, el origen de esta contradicción reside en el desacuerdo entre los padres, que puede ser muy abierto hasta lo opuesto, un verdadero y sutil entramado de señales y chantajes emocionales contradictorios, en los cuales cada uno de los padres descalifica lo que el otro considera importante, es de esta manera en la que el adolescente toma partido por alguno de los padres, ya se en forma sistemática o de manera alternada. El mensaje de la triangulación para el adolescente es que el mundo no es un lugar seguro.
- **Sistema prematuramente desligado:** existen muchos casos en los que los adolescentes tienen actitudes y comportamientos no propios de su edad ya que parecen como “demasiado maduros”, como si se adelantaran en su desarrollo. Ésta manera de encubrir inseguridad, adaptando una serie de “poses” de madurez fingida, sin embargo detrás de una fachada de madurez física a menudo existe un niño que requiere una buena dosis de supervisión, guía y apoyo emocional. La frustración y el conflicto entre los padres a menudo tiene como resultado que éstos

“se alegren” de que su hijo ya hay madurado, liberándolos de su responsabilidad hacia él.

- La familia perfecta: en términos generales se puede afirmar que en todos los casos de adolescentes suicidas, éstos se enfrentan a familias que tienen formas de funcionar extremadamente rígidas, poco flexibles, por tanto, sin capacidad de adaptarse a las condiciones variables de cualquier experiencia humana. Estos sistemas familiares son incapaces de cambiar su forma para adaptarse a los nuevos requerimientos determinados por el desarrollo de sus miembros. El mensaje clave es “debes ser feliz”, “debes ser siempre el mejor”. Estos sistemas son extremadamente opresivos para el adolescente.

Es así como la tarea del psicólogo es orientar a los padres y a los jóvenes acerca de las situaciones en las que día con día se vive la relación familiar para que tomen conciencia de ellas y mejorar el desarrollo de la adolescencia.

4.5.4. Anorexia Y Bulimia

A pesar de que la anorexia y la bulimia son problemas de tiempo atrás, es en estos tiempos cuando se han presentado con mayor frecuencia, según Falke (1998), dichos desordenes alimenticios se diagnostican hoy con más frecuencia que hace 30 años, siendo la clase alta la de mayor incidencia, lo cual se debe al apego por el estilo de vida moderno y el tener que adaptarse a las tendencias de la moda donde la belleza es sinónimo de flaqueza. Es así que la anorexia y la bulimia tienen mayor incidencia en un tiempo donde el ideal de belleza tiene un cambio de robusto a delgado.

Sin embargo todas las clases de una sociedad están expuestas a enfrentar este grave problema de los desordenes alimenticios, esto se debe a la influencia de la publicidad y al fácil acceso que los jóvenes ahora tienen a ella; la televisión, el cine, la revistas, la radio y el internet contribuyen a difundir un estereotipo de “persona” (hombres y mujeres) que tienen que cumplir con ciertas características que permitan definirlos como personas *bellas*.

Este estereotipo es adaptado por cualquier joven que se encuentre dentro de la población que recibe la influencia masiva lo cual hoy en día es más factible de tener debido al fácil acceso de los medios de comunicación.

A continuación se describirán los desordenes alimenticios que son considerados por la ONU como una de las epidemias del siglo.

4.5.4.1. Anorexia Nerviosa

Es definida por Falke (1998) como una enfermedad que puede causar la muerte y que las personas que la padecen son incapaces de querer comer y/o para de aceptar el deseo de comer. Se caracteriza por la pérdida de peso corporal, amenorrea constante en la mujer y oligospermia en el varón. La mayoría de la gente piensa que la anorexia es la pérdida de peso, sin embargo está más vinculada a la deficiencia que la persona tiene para reconocer el hambre, falla en reconocer la necesidad de nutrirse.

Otra característica de las personas que padecen anorexia es el exceso de actividad física, ya que ésta ocasiona inapetencia por la acidosis que genera en el cuerpo además de que psicológicamente los deseos de actividad física contrastan los signos de fatiga y desnutrición que le permite seguir sin reconocer el hambre en su cuerpo. Así mismo otras características que se han observado a nivel físico y fisiológico en los jóvenes que padecen este desorden alimenticio son: piel pálida o ligeramente pigmentada cuando la desnutrición es excesiva, cabello seco que se cae fácilmente, hematomas de contacto en las apófisis espinosas; en casos graves edemas pretibiales y en tobillos y aliento cetónico.

Además de un síndrome hipometabólico que consiste en temperatura baja, extremidades frías, mamas atroficas, vello pubiano conservado. Es importante hacer notar que tienen una escasa alteración en los estudios de rutina, salvo en casos donde la enfermedad esté ya muy avanzada, donde se puede encontrar: anemia, hipoglucemia leve, colesterol aumentado, caroténo sérico aumentado, proteinograma alterado con cetosis ligera e hipoalbuminemia.

Una vez que se ha revisado las principales características que marcan una anorexia en los jóvenes, ahora Falke (1998), explica cuales son los motivos que llevan a que una persona se inicie y logre desarrollar dicho trastorno alimenticio. La pregunta es ¿por qué un joven cae en la anorexia? Lo que se ha observado es que los pacientes con anorexia nerviosa tienden a ser menos maduras de lo que parecen, viven a expensas de lo que los demás piensan de ellos cumpliendo las exigencias de los demás por encima de las que quieren para sí mismos, son ignorantes acerca de sus verdaderos sentimientos y puntos de vista.

Por otro lado también se ha observado las perturbaciones psicológicas que la familia provee a la persona que padece anorexia, en ella se ha visto que: las madres tienen depresiones crónicas lo cual les impide transmitir a sus hijos un sentimiento positivo hacia su maduración como hombres o como mujeres, en el momento que los hijos empiezan a buscar su independencia los padres se aferran a ellos impidiendo su normal crecimiento.

Sin embargo la sociedad también aporta su influencia para lograr que los jóvenes de hoy caigan en enfermedades como la anorexia, entre estas encontramos: la cultura establece el ideal de la mujer en lugar de que cada persona lo construya desde adentro, el alimento se valora como un bien económico en lugar de considerarse como un momento de intercambio afectivo familiar, la publicidad define que lo bello es lo eternamente joven por lo cual se debe de ser adolescente lo más que se pueda para no llegar a ser adulto ni mucho menos viejo, por lo tanto la estética joven debe de ser delgada y de buen aspecto. Es así como los adultos de nuestros tiempos buscan ser jóvenes el mayor tiempo posible desvaneciendo el modelo de adulto que sus hijos adolescentes necesitan para identificarse con dicho rol y aceptarlo para que quieran y lleguen a aceptar la adultez y la vejez.

Dentro de la crisis adolescente se es muy vulnerable a caer en dichas enfermedades mortales, Falke (op. Cit), nos dice *“no hay otra edad, ni otro grupo más preocupado por su físico, por su apariencia que el adolescente”*.

4.5.4.2. Bulimia Nerviosa

La bulimia es también considerada un trastorno alimenticio que ataca principalmente a las mujeres de nuestros tiempos, sin embargo también se han encontrado incidencias en los varones. Se caracteriza por atracones de comida seguidos por mecanismos compensatorios como son vómitos provocados utilización de laxantes, dietas extremas o ejercicios vigorosos a fin de prevenir el aumento de peso. Dichos atracones se dan en un periodo de tiempo muy corto ingiriendo una gran cantidad de comida que la mayoría de la gente no puede comer en situaciones similares.

La bulimia lleva a disminuir el peso corporal de la persona, sin embargo no presenta trastornos físicos o desordenes psiquiátricos evidentes que estén causando la enfermedad.

Las principales características que se han detectado al examinar a pacientes con bulimia nerviosa son:

- **A nivel de piel:** lesiones de tipo escoriaciones en el dorso de la piel (Signo de Russell) ocasionadas por los dientes al autoprovocarse el vómito.
- **A nivel de glándulas salivales:** Aumento del tamaño de las mismas produciendo facies peculiar, debido al aumento de la secreción salival por autoinducirse el vómito.
- **A nivel aparato digestivo:** sensación de distensión abdominal, síntomas de reflujo gastroesofágico y perforación gástrica o esofágica asociada por el episodio de atracón y vomito.
- **A nivel cardiovascular:** hipotensión arterial, arritmias y recientemente se ha encontrado un aumento en incidencia de prolapso de válvula mitral.

5. TALLER PARA PADRES

Siendo la familia la base de la sociedad y por lo tanto de una comunidad, es importante la intervención en las interacciones de ésta para lograr relaciones personales óptimas. Es así como se adoptan estrategias como la terapia de familia grupal, el adiestramiento en relaciones humanas o los talleres, que serán la base para el cambio social en las actitudes que logran organizar y movilizar a la comunidad.

5.1. *El Ser Padre*

El ser padre no es una tarea fácil, no es una vocación con la que nacen algunos seres humanos y otros no, es siendo padre como se aprende a ser padre, y sólo alguien que ha pasado por la experiencia de ser padre, sabe que esta no es una tarea fácil. Las personas que han sido padres y que comentan como es esta experiencia, a menudo suelen decir, que ser padre es una de las experiencias más bonitas que se pueden vivir, sobre todo si se le pregunta a una madre, ella podría decir que no hay experiencia que se le parezca.

Conforme avanza el tiempo y los hijos van creciendo, los padres se enfrentan a nuevos retos y a nuevas experiencias, “los hijos dan alegrías y satisfacciones” mencionan algunos orgullosos padres, pero a veces también dan problemas, preocupaciones, esto ocurre, cuando en una familia no se está preparado para enfrentar nuevos retos, o cambios, y el ser humano vive en un proceso de constante cambio, por lo que el crecimiento de los hijos, afecta la dinámica familiar generando crisis.

La mayoría de los padres, se crean expectativas cuando nacen los hijos, desde recién nacidos, e incluso antes, los padres ya le atribuyeron una profesión, “mi bebé patea duro, porque seguramente será buen futbolista, si es niña, será una gran bailarina”, cuando nacen y van creciendo, los padres buscan cualidades de ellos mismos en el niño, intentan identificarse o reflejarse en los talentos del niño, “aprendió a leer rápido porque es tan inteligente como su mamá”.

Los padres no nacen sabiendo ser padres, y llega una etapa, en la que sus propios hijos les parecen seres extraños, y por momentos dejan de ser causa de “alegrías y satisfacciones”. Ese momento es, la terrible adolescencia (Goldberg, 2001).

Lamentablemente, muchos padres caen en el error de querer dirigir la vida de los hijos, aunque en realidad no tengan ni idea de lo que “es lo mejor para el niño” o lo que no lo es, esto es un error muy común, puesto que para los padres, es difícil admitir cuando se ha equivocado con los hijos, o hasta tener que admitir que no se tiene el conocimiento; menciona Goldberg (op. Cit), que un prejuicio muy arraigado lleva a los padres a considerar que deben saber mucho más de lo que saben sus hijos. El adolescente por su parte, al entrar a esta difícil etapa, parece que solo por fastidiar la vida perfecta de los padres, adopta una postura contraria a la que los padres consideran que es lo mejor.

Se sabe que la adolescencia es una etapa difícil para quien la vive en ese momento, también los padres pueden llegar a sentirse deprimidos, desorientados y perdidos, además de presionados por la difícil tarea de “tener que ser los padres perfectos”, los que todo lo saben, y siempre saben cuales son las actitudes inteligentes y las palabras útiles que deben ofrecer al hijo que pasa por esta etapa de crisis.

A este “drama” que viven los padres con los hijos, se debe agregar todo tipo de dramas que afectan a los padres, la relación de pareja, las relaciones laborales, los problemas económicos, la presión, el estrés, la salud, ese remolino de la vida cotidiana que lleva a todo tipo de situaciones y estados anímicos, suelen ser factores que influyen y afectan la calidad de vida de los padres con los hijos.

El ser padre, no suele ser tarea fácil, pero se complica aún más cuando se tiene un hijo adolescente, es en esta etapa cuando el niño comienza a tener otros deseos, inquietudes y gustos diferentes a los de sus padres, lo cual genera choques, discrepancias, discusiones, alejamientos, y toda clase de situaciones que son desfavorables para el desarrollo de la familia completa.

5.2. Los Modelos De Comportamiento: Padres, Maestros, ¿Héroes De Televisión?

Cuando somos adolescentes, generalmente se busca ser únicos, ser irrepetibles, tener algo especial y distinto que los diferencia de los demás. En la búsqueda de identidad, intentan todo tipo de locuras, hablar como el personaje de moda, vestirse como un actor o actriz famoso o comportarse como el personaje principal de la novela juvenil de moda. Este proceso, puede llegar a desconcertar a los padres, ¿Qué sucedió con el niño que quería ser como yo? ¿Qué sucedió con la niña que admiraba a mamá?

Los padres, son el primer modelo con que cuenta el niño, los niños comienzan a transitar por un proceso de identificación e imitación con los padres, ensayan respuestas emocionales similares y acordes a las actitudes observadas en los progenitores (Sandino, 2004)

En la búsqueda de sí mismos, los adolescentes tienden a copiar las frases, la ideología, los movimientos, la forma de vestir de personajes que para ellos son “originales”, esto lo hacen para sentirse “únicos”. En determinado momento, los padres pueden llegar a sentir, que todas esas nuevas formas de expresión que están adquiriendo los hijos, no van de acuerdo con los valores que ellos les han enseñado, lo cual puede causar un conflicto entre padres e hijos.

En los primeros años, los niños realizan juegos de imitación y es a través de estos juegos que logran identificarse con las personas de su mismo género o con sus padres. Las niñas se identifican con el rol femenino de la madre y los niños con su padre, de esta manera, van construyendo y apropiándose de valores, de costumbres.

Posteriormente, los niños al entrar a la edad escolar, se identifican con los maestros, que son figuras de autoridad, que son representantes de la primera figura de autoridad, o sea de los padres.

Goldberg (2001), menciona que en la adolescencia, el humano responde a un fenómeno llamado metonimia, que implica tomar “la parte por el todo”, esto quiere decir, que el adolescente toma alguna característica de su personaje favorito y lo convierte en el rasgo distintivo de su personalidad. Se presenta un problema en el momento en el que el adolescente no distingue entre sólo tomar un rasgo para parecerse a ese personaje o ser ese personaje y hacer todo lo que ese personaje hace.

Este suele ser uno de los principales temores de los padres, ese cambio y la influencia que ejercen los factores externos en el adolescente, sin embargo, este fenómeno, es común en ellos, pues tienen la necesidad de buscar una identidad propia, de sentirse libres e independientes, y por lo general, adoptan hábitos que los hagan desapegarse o desprenderse de los padres para sentirse libres.

5.3. EL ROL DE LOS PADRES

Habitualmente, la adolescencia de los hijos, sorprende a los padres cuando ellos atraviesan la “crisis de la mediana edad”, los padres se preguntan si en ese momento de su vida han logrado construir lo que anhelaban cuando jóvenes, si eso los ha dejado satisfechos, hacen una evaluación de los logros y fracasos. Puede suceder que la pareja de padres que funcionó bien para la crianza de los niños esté pasando por un momento de crisis, quizá la pareja está separada o tal vez nunca se unió.

Como quiera que sea la situación actual, no se debe perder de vista que para el hijo adolescente es importante sentir la presencia de sus padres, el adolescente sigue necesitando a sus padres, aunque ya no de la misma forma, el ya no necesita al superhéroe que le resolvía todos los problemas y le evitaba cualquier experiencia dolorosa, sino como un adulto protector y responsable, que sea capaz de dudar, errar y volver a intentar tantos caminos como fuese necesario para apoyarlo y contenerlo en esta etapa (Crispo y Guelar, 2002).

Sandino (2004), menciona que la familia es la primera escuela para el aprendizaje emocional, ya que en su seno se aprende como sentirse con respecto a sí mismos y cómo los demás reaccionarán ante las conductas y emociones.

Mencionan Crispo y Guelar (2002), que siempre hay una familia detrás de un hijo adolescente, con esto se refieren, a que independientemente de la conformación particular de la familia (unidos, separados, divorciados, viudos, madre solteras, etc.), la familia transmite valores, da sostén emocional y afectivo, promueve el desarrollo adecuado de sus miembros, prepara y entrena para la convivencia, es el laboratorio de las relaciones futuras, enseña a tolerar la frustración y a reconocer los procesos.

Cualquiera que sea la situación que viven los padres en ese momento, no se debe de perder de vista que los hijos siguen y seguirán necesitando siempre el cariño, respeto y cuidado.

A los padres les puede parecer por un momento que su hijo se ha convertido en un extraño, e incluso, suelen temer que todos los valores que les han enseñado se les estén olvidando, pero si el adolescente recibió una buena educación, muy difícilmente abandonará sus valores.

Y es que la manera en que el adolescente se desarrolle, crezca y se vuelva independiente, depende en gran medida, de cómo se haya construido la relación padre-hijo desde la infancia, tanto aquello que puede ser considerado positivo como lo negativo, pudo haber sido transmitido desde la infancia, por ello, desde esta etapa los padres deben procurar darle a los hijos las herramientas necesarias para enfrentarse a las situaciones adversas y la posibilidad de entender, que el ser humano toma decisiones y que es necesario asumir las consecuencias de dichas situaciones.

5.4. Padres Vs Hijos

El ver a los hijos entrar a la adolescencia significa muchos cambios, y no sólo cambios físicos que habrá de sufrir el adolescente, sino cambios en la relación y en la manera de tratarlo.

Y es que al entrar a esta etapa, a menudo los hijos se vuelven desafiantes y de pronto los padres llegan a sentir que los hijos han rebasado la barrera de lo permisible, y que tienen una actitud de rebeldía insoportable, esto cobra dimensiones todavía más escandalizantes cuando el adolescente, insulta, hace rabietas, intenta humillar, esto colma la paciencia de los padres creando una escena digna del fin del mundo. (Doménech, 2005).

Esto hace que se conciba a la adolescencia de una manera muy negativa, pero esta concepción depende de la actitud que tomen los padres ante este tipo de situaciones, esta etapa es sin duda alguna una etapa de crisis, pero el amor, la paciencia, el respeto, la tolerancia y la comprensión juegan un papel fundamental en la superación positiva o en convertir esta etapa en un ciclo desgastante con un fin desastroso y sobre todo hiriente.

Mencionan Crispo y Guelar (2002) que el “terremoto” de la adolescencia no sólo afecta al hijo, sino a la familia, que esta envuelta en la transformación.

El adolescente está aprendiendo a realizar y a asumir sus propias elecciones, ensayando un nuevo rol, nuevos valores y responsabilidades. Los padres pronto se verán obligados a despedirse del niño que era su hoy adolescente, habrá que decirle adiós al niño para el que los padres eran modelo y paradigma y prepararse para darle lugar y bienvenida a un adolescente que cuestiona todo lo que hacen los padres, su pasado y se opone y rebela a prácticamente todo.

Pero no es desventaja el decirle adiós al niño, puesto que este cambio en la vida del hijo, implica una evolución en la relación con este.

La adolescencia, más que ser una catástrofe podría ser tomada como una crisis que lleva a un cambio, que al final, puede resultar satisfactorio tanto para los padres como para los hijos.

5.4.1. Condiciones Que Ayudan En La Relación Padre-Hijo Adolescente

Ya se ha mencionado anteriormente que el paso de niño a adulto, es un proceso muy complicado por el que atraviesa no sólo el adolescente sino también su familia o las personas que le rodean, sin embargo son los padres quienes deben ejercitar especialmente cuatro condiciones que según Mier y Sierra (1995), les ayudará a entender y saber orientar a su hijo, estas condiciones son:

- ❖ Paciencia
- ❖ Cariño
- ❖ Comunicación
- ❖ Autoridad

Cuando se habla de ***paciencia***, no quiere decir que se debe de dejar que los adolescentes hagan lo que quieran, más bien tiene que ver con el hecho de que los padres cuando quieran ayudar a sus hijos adolescentes traten de hacerlo al estilo de ellos, ya que siempre deben tener en cuenta que el que tiene el problema es su hijo y no el padre, por lo tanto se debe guiar en la manera como el adolescente puede y debe resolverlo más que cómo deba hacerlo el padre. Así mismo cuando los padres descubren que sus hijos hacen cosas indebidas, como ver pornografía o salirse por la noche sin avisar, padres: ¡No es el fin del mundo!, deben de hacer notar el error, corregirlo y tal vez reprender, pero ¡No es el fin del mundo! se debe de tener paciencia para hablar en primer lugar, hacer ver el error, tratar de solucionarlo y poner una sanción si fuera necesario.

El ***cariño*** es de suma importancia, como se ha venido recalando en subtemas anteriores, dicen Mier y Sierra (op. Cit.) “...*la mejor regla para educar es el cariño; no es la única, pero es la mejor.*”, pero para poder darle cariño a los jóvenes los padres necesitan

tiempo y dedicación, así con tiempo pueden ofrecer cariño y con cariño se les puede educar, esto se resume en la siguiente fórmula:

$$E = A + T$$

Donde:

E = educación

A = amor

T = tiempo

La mejor manera de educar es a través del cariño, pero para haber cariño también se necesita de tiempo y dedicación. Algunos detalles que pueden utilizarse en esta nueva forma de educar a los adolescentes son:

- ✧ Dar siempre un buen ejemplo a los hijos
- ✧ Saber la hora en que los hijos van a una fiesta y la hora en la que regresan, es decir, preocuparse por ellos.
- ✧ Cancelar cualquier actividad para asistir a otra relacionada con los hijos
- ✧ Sentarse con él a ver el programa que le gusta, sin juzgarlo
- ✧ Pensar en los gustos de los hijos más que en los de los propios padres
- ✧ Que los padres sepan y aprendan a pedir perdón cuando se han equivocado con ellos
- ✧ Organizar las vacaciones tomando en cuenta los gustos y preferencias de los hijos
- ✧ Perdonar a los hijos siempre
- ✧ Que los padres reconozcan las virtudes de sus hijos siempre y los feliciten por ellas
- ✧ Que los padres cambien y traten de ser siempre mejores por sus hijos.

Con respecto a la **comunicación** es importante que los dos padres aprendan a entablar una adecuada comunicación primero entre ellos, ya que cuando no existe empiezan los problemas respecto a lo que uno le dice a su hijo y es contrario de lo que el otro piensa,

esto se puede observar comúnmente en los permisos. Es por ello que ni la decisión de papá es buena, ni la de mamá sino la de ambos en acuerdo, cuando se logra establecer una decisión entre los dos hacia su hijo lograrán establecer también una comunicación con él que les permitirá conocerlo, orientarlo y ganarse su confianza. Sin embargo para que se puedan ganar la confianza de su hijo, es necesario que los padres también confíen en su hijo, le platique sus gustos, problemas, deseos para que haya congruencia entre la confianza que se habla y lo que se hace.

Por ultimo la **autoridad** es de suma importancia debido a que los jóvenes necesitan límites que les permitan guiarse en la vida y aprendan de la mejor manera posible, establecer autoridad no quiere decir que no se les permita vivir la vida, sino que hay que darles el equilibrio adecuado para que no caigan en los extremos de la balanza. Mier y Sierra (op. cit.) dicen que hay que evitarse el autoritarismo, aquel que impone su razón sin justificarse y sólo porque los padres lo dicen; pero al mismo tiempo los padres no deben tener miedo de ejercer la autoridad. En casa debe procurarse la democracia donde todos los participantes den su punto de vista, una democracia donde todos los integrantes establezcan reglas sencillas, como la hora de llegada de la fiesta, para que se comprometan a cumplirlas. También debe fomentarse la libertad en los hijos de hacer lo que ellos quieran, de esta forma se les enseña que ya no son niño que obedecían porque mamá o papá les ordenaba, ahora son jóvenes que obedecen porque razonan y quieren hacerlo.

5.5. Errores Más Comunes O Frecuentes Que Cometan Los Padres

Es difícil decir o jerarquizar cuales son los errores o aciertos que se cometen al educar a los hijos, el decir qué es “bueno” o qué es “malo” es entrar en la jungla del “deber ser” que ha creado la sociedad en la que difícilmente algo que se ha hecho o cualquier acto llevado a cabo.

Los hijos sobre todo durante la adolescencia cuestionan todo lo que hacen los padres y son pocos los que reconocen en sus padres la difícil labor que han realizado e incluso, que gracias a los “errores” cometidos por sus padres, son lo que en ese momento deciden ser.

En este apartado, se define como “errores”, aquellos que crean una relación que no favorece la expresión de cariño y afecto entre los padres e hijos, puesto que es difícil definir que es un error y que no lo es.

Según Sandino (2002), son cuatro los errores que más destacan:

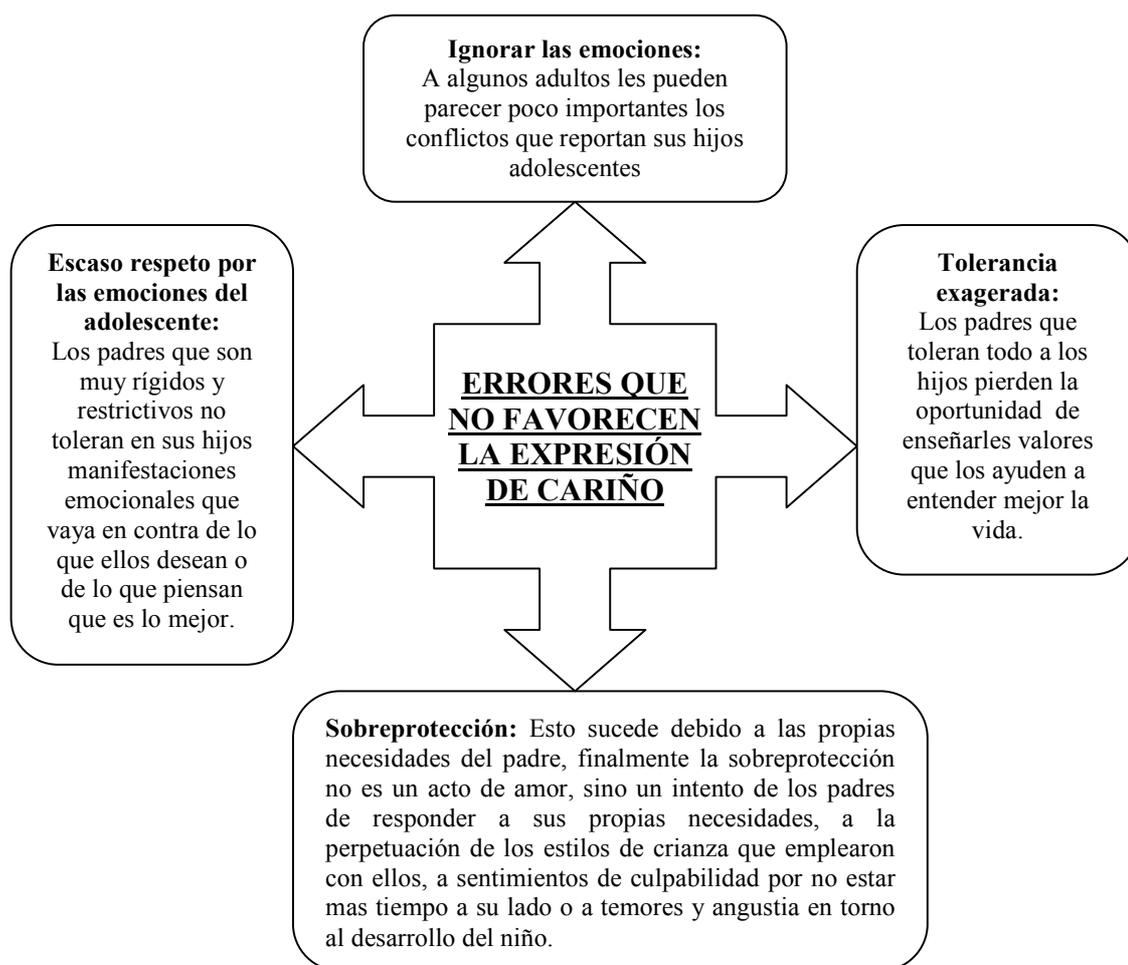


Fig. 11. Se muestran los errores que no favorecen la expresión de afecto y cariño entre padres e hijos.

Es importante que desde la niñez más temprana los padres generen un ambiente de amor, para que cuando los hijos lleguen a la difícil etapa de la adolescencia el ambiente que perciban sea de amor y protección, no un ambiente donde se sientan ahogados y asfixiados, un ambiente propicio que les brinde la oportunidad de poder tomar sus decisiones y de ir aprendiendo a través de su propia experiencia en donde sus decisiones serán respetadas, un ambiente donde ellos aprendan a escuchar a los demás y a tomar en cuenta las otras opiniones.

5.6. Escuela Para Padres

En la actualidad, las familias viven situaciones particulares que afectan la dinámica familiar, la degradación del ser humano, la pelea de unos con otros por la satisfacción de los intereses personales, el egoísmo, el materialismo, la ambición, el deseo de poder, han llevado al ser humano a la separación, no sólo de los seres humanos, sino de sí mismos, de sus emociones, de sus necesidades afectivas, de su intuición, de sus valores. La sociedad capitalista te vende los ideales de éxito que los seres humanos con valores débiles se apuran en adquirir perdiendo el verdadero sentido de su vida (Gordillo, 1993).

Los adultos, principales guías de aquellos más jóvenes, perdidos en las tinieblas de la vida y de sus emociones, marcan un camino equivocado para los jóvenes inexpertos vulnerables ante los vicios del mundo.

La escuela para padres, surge ante la necesidad de la comunidad por saber de sus hijos y de saber sus aciertos y carencias respecto a su función de padres. La familia solicita a la autoridad la satisfacción de ciertas condiciones necesarias para la seguridad y desarrollo de los niños y los jóvenes, como puede ser estabilidad económica, seguridad, espacios para el adecuado esparcimiento, espacios para la cultura, espacios para la educación, y los servicios básicos (médico, psicológico, etc.). El gobierno está obligado a proporcionar estos espacios, lamentablemente la realidad nos habla de familias inmersas en sociedades donde no ven cubiertas sus necesidades.

En las escuelas, los maestros deben enfrentarse al producto de toda esta adversidad, los estudiantes que reflejan en su actitud y comportamiento las experiencias de vida.

La inexperiencia de los maestros para tratar este tipo de problemáticas vuelve complicada la convivencia maestro-alumno, lo cual afecta la relación maestro-padres, en donde se culpan los unos a los otros por el inadecuado desenvolvimiento de los estudiantes.

En las escuelas se han propuesto opciones para tratar de solucionar el problema, ante las demandas de los padres y las necesidades de los alumnos se crearon las escuelas para padres. Para la creación de los talleres, ha sido necesario:

- Explicar a los padres las necesidades de los integrantes de la familia en las etapas del desarrollo de sus hijos y la proporción de información y conocimientos a los hijos.
- Proporcionar un espacio para que los padres puedan reflexionar y establezcan el diálogo.
- Partir de las necesidades y de los casos reales realizar un plan de trabajo tomando en cuenta las necesidades de las familias y las necesidades que tienen los padres con sus propios hijos
- Desarrollar diversas estrategias para informar a los involucrados de manera adecuada
- Fortalecer y promover relaciones positivas en la familia para que de esta manera se fortalezcan las relaciones sociales.

Los padres generalmente convocan los mismos temas, es decir, tienen dudas parecidas, los temas según Gordillo (op. Cit) Son los siguientes:

1. Cuestiones de conocimiento y aprendizaje
2. Problemas del niño en aspectos bio-psico-sociales
3. Situaciones familiares que influyen en el comportamiento de los niños.

En el caso de los adolescentes, las dudas de los padres están enfocadas a los cambios que sufren los hijos a nivel psicológico, se preocupan por temas tales como drogas, sexo, alcohol, aislamiento, violencia, convivencia y socialización, los amigos, las relaciones sentimentales, los límites, los permisos, el aprendizaje, la orientación vocacional entre otros.

Según Sánchez, (1993) para organizar un taller para padres, es necesario de primer momento evaluar o indagar las necesidades específicas de esa comunidad para que a partir de lo reportado por la comunidad se pueda formular un adecuado tratamiento, que cubra las necesidades específicas de la población.

La necesidad de crear talleres para padres o escuelas para padres se puede observar en los estudios realizados por Guevara (2001), donde en una Escuela Telesecundaria de la ciudad de San Marcos, Loreto en Zacatecas, trabajó con los estudiantes de dicha institución y con los padres de los jóvenes impartiendo talleres a ambos grupos de manera separada. El manejo de los talleres se llevó a cabo a través de un coordinador y donde las principales temáticas para ambos grupos fue: la adolescencia como un proceso normal que tanto los adolescentes cómo los padres deben saber afrontar. Por su parte los resultados obtenidos se analizaron de forma cualitativa donde se tomaron en cuenta los siguientes elementos: comunicación, juego de roles, cooperación, competencia, aprendizaje y tarea. Los resultados que reporta Guevara (op. Cit.), son que tanto los padres como los adolescentes tuvieron una actitud positiva hacia los talleres donde agradecieron la información proporcionada debido a que gracias a ella pudieron aprender nuevas cosas para saber cómo sobrellevar esta etapa tan difícil, además de que pudieron expresar sus sentimientos, pensamientos, ideas y emociones, lo cual no pueden hacer todos los días.

Otro estudio realizado por Pérez (2003), es el dirigido hacia padres de familia donde la principal preocupación es la prevención de la inadecuada interacción familiar que repercute en el comportamiento de cada individuo que la integra. Se trabajó con una muestra de padres casados que tienen entre 35 y 44 años de edad, se les repartió en dos grupos uno experimental y otro control para evaluar los conocimientos adquiridos en el taller, así como la actitud que presentaron hacia el mismo. Los resultados que se observaron

fueron que los padres del grupo experimental que recibieron información tuvieron mejores actitudes que los padres del grupo control a lo que no se les brindó ninguna información. Es así como este estudio mostró la falta de orientación en un gran número de padres, los cuales mantienen conductas y actitudes desfavorables que promueven numerosos problemas psicológicos en sus hijos.

Respecto a la corriente u orientación que se retoma para llevar a cabo la aplicación de un taller, ya sea para adolescentes o para padres, algunos se basan en más de dos corrientes para la interpretación y el análisis de los resultados, este es el caso de un taller para adolescentes aplicado por Flores (1995), donde retoma a la escuela Biogenética, a la escuela Psicosocial y a la escuela Psicoanalítica para explicar los resultados que obtuvo en su taller para adolescentes, en éste le dieron mayor peso a la teoría Psicosocial explicando que la cultura y el espacio en el que se desenvuelve los individuos son fundamentales para que llegue a la madurez total.

Debido a la falta de referencias empíricas sobre la aplicación de talleres para padres desde un enfoque humanista se hace necesario diseñar y aplicar talleres desde dicho enfoque, donde los padres a través las vivencias desarrollen las tres actitudes que según Rogers son básicas en toda relación interpersonal, las cuales son: empatía, aprecio positivo incondicional y congruencia. Además los talleres que se han aplicado con anterioridad hace hincapié en que la manera de prevenir es informando a las personas y que dicha información logra concientizarlos para lograr un cambio de actitud, sin embargo nos parece insuficiente la manera de lograr esa sensibilización por lo cual creemos necesario hacer *vivencial* el presente taller, con la finalidad de sensibilizar a los padres de las emociones y sentimientos de sus hijos adolescentes.

5.7. Algunos Temas Para Un Taller Para Padres

Si bien es cierto que no existen escuelas especializadas a donde pueda acudir la gente para aprender la forma “adecuada” de criar a los hijos y llevarlos por el buen camino, hoy en día infinidad de autores se preocupan por proporcionarles a las personas información y herramientas que les permitan ayudarlos a llevar la ardua y complicada labor de ser padres.

Como se mencionó anteriormente, a partir de los cambios tan drásticos que se dan en el mundo como el avance de la tecnología, los nuevos descubrimientos científicos, la apertura de nuevas ideologías y la libertad de expresión; han propiciado también que los adolescentes se enfrenten a nuevos retos y descubrimientos que tal vez en décadas pasadas no se veía o no era tan notorio, por ejemplo: hablar con libertad acerca de temas relacionados con la sexualidad. El inesperado cambio que traen los nuevos tiempos propicia que las personas tengan que estar constantemente en actualización para no desfasarse del nuevo siglo XXI, sin embargo la actualización requiere de una valiosa inversión de tiempo y esfuerzo que la mayoría de los padres de familia no están dispuestos a dar. Es a partir de esta serie de problemas que los expertos, preocupados por esta situación, buscan la forma de abordar la problemática tratando de ofrecer información a los padres de familia para que comprendan y “ayuden” a sus hijos adolescentes a pasar de la manera más armoniosa posible por esta etapa, una manera de hacerles llegar la información es a través de la implementación de *talleres para padres*, donde además de información se les ofrezcan herramientas que ayuden el óptimo desarrollo de sus hijos.

Autores como Mier y Sierra (1995), consideran que algunos temas de suma importancia que se deben tratar en los talleres para padres son los relacionados con las problemáticas que afectan negativamente a los adolescentes. Para estos autores uno de los principales factores que ayuda a la madurez de un joven es el desarrollo de su intimidad, ya que en ella se encuentra a sí mismo y empieza a razonar, sentir, reflexionar y analizar los nuevos cambios (tanto físicos como psicológicos) por los que está pasando y la manera cómo los afrontará y solucionará; cuando un adolescente se da el tiempo de estar consigo mismo, es decir de conocerse, será más fácil que también se acepte tal y como es. Es en “este espacio para sí mismo” donde empieza a pensar sobre lo que quiere ser, cómo lo va a lograr, qué espera de la vida, qué hará en el futuro, qué estrategia empleará para conseguirlo, etc. Es la intimidad un factor determinante para el desarrollo de cualquier adolescente, pero Mier y Sierra (op. cit.) explican que hay cinco enemigos principales que afectan dicha intimidad. A continuación se hablará de cada uno de ellos:

○ La soledad

Cuando un adolescente está solo es porque no se conoce a sí mismo. Esto es, un adolescente está en constante actividad haciendo una y otra cosa, como: escuchando música, saliendo a ver a sus amigos, hablando por teléfono, viendo la televisión, jugando video juegos, entre otras cosas, piensa que es entretenido pero realmente el aburrimiento aparece en cualquier momento y ahora las evasiones ya no son la música o los amigos, sino que se convierten en evasiones más fuertes como el alcohol, las drogas y el sexo. Esta forma de estar haciendo cualquier cantidad de actividades lleva a que el joven está en el exterior, en lo que le rodea pero le impide llegar a la raíz del problema: estar dentro de sí mismo, conocerse y aceptarse. Sierra y Mier (po. cit.), lo sintetizan en la siguiente frase: ***“Si la intimidad significa poseerse, para poseerse es condición necesaria conocerse”***. El conocimiento de uno mismo consiste en que la persona dialogue consigo mismo para conocer sus aspiraciones y conductas que marcan su vida, esto es necesario en momentos de silencio e intimidad. Es por ello que los autores marcan la importancia de este proceso, ya que sin él la persona no podrá conocerse, por lo tanto no podrá poseerse y terminará en la soledad. Siempre se debe tener en cuenta que la principal compañía del hombre es el hombre mismo.

Así las soluciones que marcan estos autores es que los padres de familia reconozcan y ayuden a sus hijos a que ellos se conozcan, que acepten sus errores y procuren corregirlos además de que sepan cómo son y se acepten tal cual son. Entre los aspectos que los jóvenes necesitan conocer en ellos son:

- Aptitudes y habilidades
- Intereses, preferencias, motivaciones
- Tipo carácter y personalidad
- Criterios y conducta moral

Aunado a lo anterior es importante que los padres hagan conciencia en sus hijos adolescentes que deben aceptarse tal y como son: listos o no, bonitos o no, ricos o pobres, etc. Los adolescentes deben aprender a apreciarse por lo que son y no por lo que tienen, esto evita a que los jóvenes no carguen con complejos que la mayoría de las veces los llevan a la soledad.

○ **La Des-familiarización**

Es decir, que las relaciones interpersonales propias de una familia estén rotas, deterioradas y simplemente no exista comunicación. Cuando se habla de familia, hogar se habla también de calor, cariño, amor; los cuales son necesarios en la vida de cualquier persona e indispensables para un adolescente. Autores como Falke (1998), decían que la gran solución de todos los males de los adolescentes es: "... que los padres sean padres", es una respuesta tan sencilla pero tan acertada como el hecho de aceptar que hoy en día a los adultos se les olvida su rol de padres, el cual es simplemente proporcionar "amor y cariño" a sus hijos, este papel se ha olvidado y es fundamental para cualquier joven recibir amor en su familia, así él se sentirá a gusto en casa y preferirá estar en ella que en la calle. Por ello se resalta la importancia de una plena vida familiar con comunicación y relaciones confortables; así mismo tiene que haber una intimidad familiar que favorezca la intimidad de cada integrante de la familia y de sus relaciones. Según Sierra y Mier (1995) el principal motivo de que las personas construyan casas no es para resguardarse del frío, sino para tener una intimidad.

Algunas consideraciones importantes para lograr un ambiente en el que el adolescente se sienta a gusto en casa, son:

- ✧ Procurar hacer las comidas, juntos en casa, con la televisión apagada.
- ✧ Preguntar sobre lo que cada miembro cuente sus anécdotas sin dejar de lado a nadie.
- ✧ Festejar cumpleaños, navidad, año nuevo. etc.

- ✧ Que todos los miembros de la familia se saluden durante el día y preocuparse por los asuntos de los demás, como por sus amistades, novios, etc.
- ✧ Que los padres de familia sepan donde está cada integrante.
- ✧ Saber a qué hora salen y llegan sus hijos, sobre todo si sale de noche.
- ✧ Ver poca televisión y realizar más actividades familiares como algún juego de mesa o mímica.
- ✧ Preocuparse por la salud de cada uno
- ✧ Tener detalle aunque sea pequeños
- ✧ Que reine más el optimismo y menos los regaños, pleitos y discusiones.

○ **El Aburrimiento y Ruido**

Comúnmente los adolescente confunden diversión con ruido, esto es fácil de observar cuando se les ve en las calles paseando en sus autos con el stereo a todo volumen o en sus casas, encerrados en sus cuartos y las bocinas a punto de reventar. Sin embargo la mayoría de estos jóvenes realmente no se están divirtiendo al contrario es parte de su rutinaria vida donde no encuentran un verdadero entretenimiento y esto se debe de nueva cuenta a esta falta de conocimiento de sí mismo, de sus aspiraciones, de sus deseos.

Lo que Sierra y Mier (1995) recomiendan es darles opciones sobre otro tipo de actividades a los jóvenes, actividades que los llevan de manera indirecta a momentos de intimidad en los que pueden recapacitar sobre sí mismos, dichas actividades pueden ser:

- ψ Lectura
- ψ Buen cine; buena música, teatro
- ψ Tocar algún instrumento musical
- ψ Fotografía artística
- ψ Clases de baile
- ψ Oratoria, poesía, escribir
- ψ Deporte
- ψ Labor social, ayuda en la iglesia o instituciones de beneficencia

○ **El Borreguismo**

Según Sierra y Mier (1995), lo que influye para que a un adolescente le importe más lo que los demás piensan y no lo que él mismo quiere, es en parte la sociedad en la que vivimos, donde de cada mil personas cuenta más lo que las 999 digan que lo que ella misma piense.

Es así donde el aparentar se ha vuelto el estándar de los adolescentes que los lleva a un falseamiento de ellos mismos y a la inseguridad. Esto se debe a la falta de intimidad que no les ha permitido descubrir quienes son o quienes quieren ser, al no saber lo que son no pueden apoderarse de una imagen propia, no pueden proyectarse, por lo que lo único que les queda es imitar y hacer o seguir lo que dicen los demás. Es así como los jóvenes buenos finjen ser malos y se dejan llevar por la presión del grupo de amigos para realizar conductas de las que realmente no están seguros querer hacer, esto es muy común en los adolescentes.

Algunas recomendaciones que hacen los autores es:

- Que los padres inviten a sus hijos a ser originales, es decir, que den origen a algo en lugar de solo copiar y seguir.
- Invitarle a rebelarse de forma acertada, exponiendo su punto de vista, escribiendo sobre alguna inconformidad para que se publique en la gaceta de la comunidad.
- Animarle a elaborar sus propios proyectos, como por ejemplo: qué va a estudiar, en qué escuela, qué tipo de esposa (o) quiere, etc.
- Tener ideales altos, terminar una carrera, para qué, qué sigue después, etc.
- Desanimarlo a estar siempre en el mismo grupo, que continúe, conozca más gente, etc.

- Que participe en temas relacionados con su país o el mundo, que opine sobre política, ecología, etc. Generarle compromiso social.
- Crearle compromiso con algo que le guste, por ejemplo: que se meta algún equipo de fútbol o que estudie inglés, siempre algo que a él le guste y lo motive.
- Darle la oportunidad de que tome sus propias decisiones y cuestionarle sobre ellas obteniendo argumentos bien fundamentado

○ **Las evasiones: sexo, drogas, alcohol**

Como ya se mencionó anteriormente cuando los adolescentes tratan de evadir la oportunidad de conocerse a sí mismos, de entenderse o de otras cuestiones que los aturden como los problemas familiares o las malas notas en la escuela, se refugian en el sexo, las drogas o el alcohol.

En las películas es normal presentar al sexo, las drogas y el alcohol como paraísos en donde los jóvenes disfrutan estar, sin embargo en la vida real estos vicios dañan terriblemente a los adolescentes que acuden a ellos, sujetándolos de forma fuerte sin permitir que salgan de ellos, pues los jóvenes al probarlos no se dan cuenta que son vicios que los marcan de forma definitiva y de los cuales será muy difícil salir.

En primer lugar abordemos el tema del sexo, hoy en día conviene que los padres de familia orienten a sus hijos a edades tempranas, alrededor de los 10 u once años, edad en la cual puedan entender lo que se les informa y al mismo tiempo estén enterados antes de que se inicie la pubertad, que es la etapa en la que se desencadenaran los cambios físicos y hormonales en los adolescentes. El motivo de que se hable con los adolescentes a edades tan tempranas es al avance de la tecnología en nuestros días y al acceso tan fácil que los jóvenes tienen hacia la información sobre la sexualidad, sin mencionar los bombardeos publicitarios a los que también están expuestos y los cuales influyen en despertar la curiosidad sobre este tema. El hecho de que los padres hablen primero con sus hijos

ocasiona que se informen de forma adecuada y no que le pregunten primero a amigos o investiguen en internet donde muchas de las veces no buscan la información más adecuada y se mal informan.

Al mismo tiempo que los padres informan sobre la sexualidad en un punto de vista fisiológico, también se hace necesario que platicuen con sus hijos sobre los sentimientos, el amor, la inteligencia y la voluntad que deben ir de la mano junto con las relaciones sexuales; es decir, no basta con prepararlos para tener relaciones sexuales adecuadas, sino hablar también sobre la forma cómo se llevan a cabo: por curiosidad, por presión de los amigos, por moda, por amor, etc. Así se debe promover la adecuada madurez afectiva de los adolescentes logrando que reconozcan sus sentimientos y una adecuada orientación de sus emociones. Cuando a los jóvenes se les habla de tener relaciones sexuales con amor, ellos empiezan a tener otro concepto de sexualidad la cual no solo tiene que ver con un acto fisiológico. Por ello es importante que en casa se hable del asunto incluso antes que en la escuela les den información, ya que en la escuela tocarán el tema sólo desde un enfoque fisiológico (Mier y Sierra, 1995).

Dentro del manejo del alcohol, los autores recomiendan que se le enseñe al hijo adolescente a tomar de manera moderada, esto se puede empezar a instruir en reuniones familiares donde se le pueda supervisar, sin embargo también es importante que si los adolescentes no tienen el menor interés sobre las bebidas alcohólicas no se les incite tampoco a probarlas. El mejor aprendizaje que un padre puede darle a su hijo es el que proporciona a través del ejemplo, es más probable que un adolescente que tiene un padre que siempre toma de forma moderada delante de él retome la misma conducta, que el adolescente que tiene un padre que toma en exceso pero a él siempre le dice que lo haga con medida.

Finalmente el consumo de drogas es un problema que afecta cada vez más a los adolescentes, los padres deben hablar con sus hijos acerca de todos los tipos de drogas que existen y las consecuencias que trae usarlas. Es conveniente que los padres expliquen a sus hijos que no tiene caso llegar a usarlas, que existen otras soluciones a los problemas y que

la familia siempre lo apoyará en cualquier conflicto que llegue a tener por muy severo que éste sea, darles a los adolescentes apoyo y otras formas de solucionar los problemas les ayuda a tener confianza en ellos mismos y en su familia, así acudirán primero a los padres antes que a las drogas.

○ **Orientación Vocacional una gran Preocupación**

Una de las preocupaciones que tienen los padres respecto a sus hijos adolescentes es la elección del futuro que éstos tengan, incluido el hecho de elegir una vocación dentro de la cual podrán decidir la carrera que quieren seguir estudiando. La preocupación de los padres llega a tal punto que anteponen sus deseos y frustraciones para influir en la decisión de sus hijos, sin permitirles tomar la decisión adecuada.

Goldberg (2001), explica que, por un lado, los padres de familia anteponen sus expectativas personales y familiares para orientar a sus hijos en la elección de su vocación. A partir de los casos que ha tratado en su consultorio, esta autora nos explica que la falta de apoyo por parte de los padres hacia lo que los adolescentes se quieren dedicar se debe en parte a sueños frustrados donde aquella profesión u oficio que los padres quisieron hacer y no se les permitió porque a ellos también se les impuso lo que deberían realizar, lo imponen ahora ellos a sus hijos adolescentes. O contrariamente aquella profesión que pudieron desarrollar voluntariamente y que no les ha cubierto las expectativas que tenían de ella, lo que los lleva a sentirse frustrados, no permiten que sus hijos la estudien por temor a que lleguen a sentirse igual que ellos. Por otra parte también se debe a prejuicios y falta de información que algunos adultos tienen sobre ciertas carreras lo cual propicia que alejen a sus hijos de esas decisiones.

La edad en la que los adolescentes tienen que elegir a lo que se dedican el resto de su vida es un momento de crisis, donde se dice muy bien que los adolescentes todavía no saben quienes son y ya tiene que decidir a lo que se van a dedicar. Y como momento crítico los jóvenes tienden a cambiar constantemente de vocación, esto resulta incomprensible para los padres y terminan diciendo que sus hijos simplemente no saben lo que quieren; sin

embargo Goldberg (op. cit.) nos explica que la vocación es un don recibido una sola vez y que se lleva para siempre, al contrario la vocación se construye a lo largo de la vida, por lo que es dinámica, en ella se pueden ir encontrando nuevos intereses y la posibilidad de elegir entre algunas vocaciones posibles, ya será cuestión de los adolescentes elegir la que más les convenga. Es por ello que los adolescentes deben de tener una buena preparación para elegir su carrera, en la cual cuenten con una verdadera orientación de sus padres y maestros de la escuela. Es así como la vocación hace posible una replantación de la misma a lo largo de la vida de cualquier persona, así que los padres de familia no deben sentirse confusos por los constantes cambios en los gustos e intereses que sus hijos adolescentes tengan hacia una determinada carrera.

METODOLOGÍA

Se trabajó con un grupo de treinta padres de familia de ambos sexos, en su mayoría madres de familia, de entre treinta a cuarenta años de edad, de nivel socio económico medio que tenían uno o más hijos adolescentes. Entre dichos padres se seleccionó a dos de ellos para darles acompañamiento individual (Sra. Silvia y Sra. Esther).

También se trabajó con trece jóvenes de entre 12 a 14 años de edad (Iván, Alexis, Vanesa, Armando, Alicia, Juan Carlos, Karina, Carla, Jorge) que estudiaban en la Escuela Secundaria “Moisés Saenz” ubicada la calle Lisboa en el fraccionamiento Valle Dorado, Tlalnepantla Edo. de México.

El taller se llevó a cabo en las instalaciones de la Escuela Secundaria “Moisés Saenz”, cuatro sesiones se trabajaron en el auditorio de la escuela y la última en un aula de juntas. El auditorio contaba con butacas y escenario al frente, iluminación y ventilación adecuados. El aula contaba con espacio amplio, iluminación y ventilación adecuados.

Los aparatos que se utilizaron a lo largo de las sesiones fueron:

- computadora portátil
- cañón
- reproductor de música
- pantalla de proyección
- grabadora de cassette
- micrófono

Como instrumento se utilizó el inteligentómetro (ver anexos) en la sesión tres del taller para padres.

OBJETIVOS DEL TALLER

GENERAL

Que los padres de familia conozcan a través de un taller con visión humanista las características de la adolescencia y las actitudes básicas descritas por Rogers, con el fin de mejorar las relaciones con sus hijos; además de facilitar acompañamiento individual a los padres y a los adolescentes logrando así una intervención global, donde identifiquen sus propios comportamientos y de esta manera lleguen a un proceso de autorrealización.

PARTICULAR

Padres

- 1 Que los padres de familia conozcan y discutan las tres actitudes básicas descritas por Rogers: empatía, congruencia y aprecio positivo incondicional, a través de actividades de rol playing y de sensibilización para lograr la identificación de dichas actitudes.
- 2 Que los padres de familia identifiquen los cambios físicos y psicológicos que se presentan sus hijos en la etapa adolescente.

PARTICULAR

Adolescentes

- 1 Que los adolescentes identifiquen sus habilidades y gustos con la finalidad de orientarlas a su desarrollo vocacional.
- 2 Que los jóvenes aprendan a expresar sus necesidades y sentimientos de manera asertiva para lograr relaciones interpersonales óptimas.
- 3 Que los chicos logren aceptarse con cualidades y defectos para que así desarrollen su autoestima.

DISEÑO DE INTERVENCIÓN

En un primer momento el diseño utilizado para la realización de este trabajo es el **Cuasiexperimental** ya que de acuerdo con Hernández (1998) este tipo de diseño indica que los sujetos no son asignados al azar a los grupos, ni emparejados; sino que dichos grupos ya estaban formados antes del experimento; es decir, son grupos intactos, además de que no será manipulada ninguna variable.

El método utilizado en la presente investigación es el método fenomenológico debido a que éste es empleado por aquellos estudiosos que comparten la idea de que las realidades son de tal tipo que sólo pueden ser captadas desde el marco interno del sujeto que las percibe. Este método permite estudiar, no “la realidad externa” que es igual para todos, sino otra realidad individual cuya esencia depende del modo en que es vivida por el sujeto, una realidad totalmente personal que le corresponde exclusivamente y de manera unitaria a la persona.

De esta manera se entiende que la fenomenología es el estudio de los fenómenos tal como son experimentados, vividos y percibidos por el hombre. Para Yontef (2003) la fenomenología es la búsqueda de comprensión basada en lo que es obvio o revelado por la situación, más que en la interpretación del observador.

La fenomenología trabaja entrando vivencialmente en la situación y permitiendo al Darse Cuenta sensorial descubrir lo que es obvio/ dado; la actitud fenomenológica es reconocer y poner entre paréntesis los conceptos preconcebidos acerca de lo revelante.

Una descripción fenomenológica integra la conducta observada y las comunicaciones personales, vivenciales. La exploración fenomenológica apunta a una descripción clara y detallada de lo que ES, desincentivando lo que fue, será, podría o debería ser.

El método fenomenológico consiste en escuchar detalladamente muchos casos parecidos, para posteriormente ocuparse de encontrar una estructura común a todos ellos. De acuerdo con Gurwitsch (1979), los objetos y factores que encontramos en el medio externo, son percibidos a partir de la conciencia de las personas a través de la percepción. Es gracias a la percepción que se pueden tomar las cualidades de los eventos para describirlos y estudiarlos, sin embargo la interpretación fenomenológica nos dice que el todo es el sistema de las partes que lo constituyen, dichas partes tienen un significado diferente al que tienen cuando forman una estructura, esto debido a la afectación entre ellas y su dependencia.

Así el mundo real es creado por la conciencia del Hombre, por la forma en que lo percibe, de forma conciente y por la descripción que hace de dichas percepciones, con la finalidad de nominarlo y estudiarlo para darle orden y coherencia.

Es importante que el investigador conozca sus propios postulados desde los cuales estará partiendo y que trate de hacer a un lado sus creencias, hipótesis o suposiciones para tratar de captar toda la magnitud de las vivencias del otro. Se descarta en este método cualquier tipo de experimento porque se considera que en él se crean realidades nuevas y artificiales que alteran precisamente lo que se quiere conocer.

Este tipo de método es adecuado en la presente investigación debido a que la descripción de los resultados se da de manera cualitativa, de tal forma que se describa el fenómeno en dos partes una de manera individual enunciando las características que en ella tienen lugar y otra de manera global, encontrando el nuevo significado que dichas características tienen al encontrarse en una misma situación

El procedimiento de este trabajo se dividió en dos partes: una de ellas consistió en el trabajo grupal, es decir en el taller para padres y la otra parte en un trabajo individual que consistió en un acompañamiento individual para los padres que lo requieran, así como a los alumnos que se asignaron por parte de las autoridades de la escuela. A continuación se presenta el desarrollo de las sesiones del taller para padres.

Título“¿Qué es la adolescencia?”

Propósito	Eje temático	Actividades	Retroalimentación
<p>Que los padres reconozcan las características físicas y emocionales de sus hijos durante la adolescencia.</p> <p>Sesión 1</p>	<p>La adolescencia es una etapa en la que se dan cambios fundamentales en la vida de los seres humanos, desde los más visibles (como los del cuerpo) a los más sutiles (la manera de sentir, de pensar y de relacionarte con los demás). La sensación que quizás se perciba más claramente es que todo se modifica y no se puede impedir. Y no se sabe qué hacer.</p> <p>No hay una fecha de inicio de la adolescencia ni una fecha de finalización. Su llegada y su culminación serán algo que el adolescente siente él mismo, como una transformación en su interior. En la adolescencia se producen cambios igualmente importantes que en el primer año de vida par un bebé, sólo que ahora tiene que ver con otras cuestiones.</p> <p>Muchos padres al no estar informados sobre los cambios que sufren los adolescentes, no son capaces de entender a sus hijos cuando pasan por esta etapa. Es por ello que se hace necesario que los padres busquen y les proporcionen información para que aprendan a ser un padre de un chico adolescente (Crispo y Guelar, 2002).</p>	<p>1.Cambios Físicos.</p> <p>Exposición de 15 minutos aprox. de los cambios físicos.</p> <p>Posteriormente se llevó a cabo una dinámica donde se promovió el desarrollo de la empatía de los padres hacia los hijos, a través de representar los cambios físicos que sufre el adolescente por medio de caracterizaciones; para lo cual se les proporcionó a los padres materiales como: globos, pelucas, maquillaje, postizos, etc. La dinámica se llevó a cabo de la siguiente manera:</p> <p>I. Se colocó en círculo a los padres y fueron pasando en pequeños grupos al frente del círculo, ya caracterizados como adolescentes, esto con la finalidad de que experimentarán los cambios que sus hijos están viviendo en ese momento.</p> <p>II. Posteriormente se les pidió que compartieran sus experiencias.</p>	<p>Se espera que los participantes puedan experimentar sentimientos como: frustración, incomodidad, incomprensión, incompetencia, etc., que se esperan ver reflejados en ellos al finalizar la dinámica.</p>

Título: “La importancia del contacto físico”

Propósito	Eje temático	Actividades	Retroalimentación
<p>Sesión 2</p> <p>Que los padres identifiquen cuáles son los principales problemas que se pueden presentar entre ellos y sus hijos.</p> <p>Así como lograr que muestren afecto en presencia de otras personas y reconozcan la importancia de mostrar afecto a sus seres queridos.</p>	<p>En palabras de Goldberg (2001), se podría decir que el adolescente es ese ser con pelos o absolutamente sin ellos, con jeans rotos, renuente al baño y, a juzgar por el volumen al que escucha la música, también sordo. Es posible además que su vista no sea muy buena ya que le cuesta reconocer los medios tonos porque para él el mundo está integrado por cosas blancas y cosas negras. El lugar que más frecuente es a heladería y la respuesta que más practica es el gruñido. Se resiste a nuestro intento de organizar la vida y, en contra de nuestros más profundos deseos, duerme hasta las tres de la tarde de la tarde de cada sábado y se acuesta o más tarde que puede. Admira a quienes son capaces de vivir en el filo de la navaja como el líder de Nirvana, y él mismo querría caminar una cornisa y sentir el vértigo del abismo debajo de sus pies. Afortunadamente priva su sentido de realidad y no lo hace.</p>	<p>I. Se jugó a la lotería del adolescente típico donde cada tarjeta tuvo las actitudes típicas que se viven en la adolescencia y los padres pusieron una piedra si su hijo cumplía con alguna de las conductas que se mencionaron.</p> <p>II. Se discutieron para que los padres las características referidas en la lotería así como los problemas comunes que se presentan en torno a dichas características.</p> <p>III. Los padres se sentaron en círculo y en medio se pusieron varios peluches, posteriormente se les indicó que tomaran el peluche que ellos prefieran y se que se volvieran a sentar, mientras estuvieron con sus peluches se les contó una aneodota que hiciera referencia a la adolescencia pero que tuviera una tendencia afectiva.</p>	<p>Que los padres hablen de los problemas que se presentan en sus hogares con sus hijos y que planteen posibles soluciones a los mismos. Así como mostrar su lado afectivo y que expresaran las emociones experimentadas.</p>

Muchas veces se ha tratado el tema de la educación que deben tener los padres hacia sus hijos, y la mejor regla para hacerlo es el cariño; no es la única pero es la mejor. El cariño al hijo es más útil para educarlo que el mejor best seller de la educación.

Autores como Mier y Sierra (1995), expresan dicha idea a través de una formula:

$$E = A + T$$

Donde:

E= Educación

A= Amor

T= Tempo

Posteriormente se les pidió que le pusieran un nombre a su peluche y que lo presentaran diciendo: qué edad tiene, a qué se dedica, qué le gusta, qué no le gusta y otros datos que quisieran proporcionar.

Titulo: “Padres al borde de un ataque de nervios”

Propósito	Eje temático	Actividades	Retroalimentación
<p>Sesión 3</p> <p>Que los padres identifiquen sus propias aptitudes según el inteligentometro*, de tal manera, que ellos aprendan que hay diferentes modalidades de inteligencia en sus hijos y de esta manera comprendan las posibles fallas en su rendimiento académico e impulsen sus habilidades y aptitudes para encausar su vocación.</p> <p>Por otro lado se pretendió:</p>	<p>La adolescencia es una etapa difícil para padres y profesores pero todavía lo es más para los propios jóvenes, ya que su rendimiento está condicionado por los vaivenes emocionales que presenta durante esta etapa (Doménech, 2005).</p> <p>Uno de los aspectos más difíciles en la vida de un adolescente es encontrar y decidir qué le gusta, qué quiere estudiar, qué quiere hacer. En ocasiones si bien saben lo que les gusta, se encuentran con la desconfianza de los padres que encuentran “improductiva” o “riesgosa” la carrera que al chico le interesa. Así la orientación vocacional requiere el reconocimiento de las habilidades, deseos, preocupaciones, gustos sueños posibilidades y aptitudes (Crispo y Guilar, 2002).</p> <p>Como un globo que se va hinchando y está a punto de explotar, a menudo los padres se desesperan ante las actitudes desafiantes de sus hijos.</p>	<p>I. Se les repartió a cada uno de los padres un inteligentometro y una pluma, indicándoles que lo contestarán de acuerdo con sus propias características e intereses, posteriormente se les explicó de manera general la finalidad del inteligentometro así como la utilidad que tiene para ubicar las habilidades en las que destacan.</p> <p>II. Para la segunda actividad, dirigida a la tolerancia de los padres, se les indicó que se sentaran en círculo y que recordarán aquellas características de sus hijos que les molestaban. Posteriormente se realizó una dinámica al estilo “silla vacía” con la finalidad de que expresaran dicha molestia a sus hijos, para lo cual una facilitadora fungió como representación de sus hijos para que ellos se lo expresaran.</p>	<p>Que los padres reporten que el desempeño escolar no está necesariamente relacionado con la inteligencia y un alto promedio. Además de expresar cuáles son los sentimientos que experimentaron en las situaciones en las que se pone a prueba su tolerancia.</p>

- ✓ Que los padres identifiquen las situaciones problemáticas que tengan que ver con la educación y la disciplina de sus hijos. Cuando la rebelión sobrepasa la barrera de lo permisible (si deriva, por ejemplo, en insultos, humillaciones o en una rabieta que parece no tener fin) (Doménech, 2005).
- ✓ Que aprendan a identificar sus reacciones ante tales circunstancias.
- ✓ Se den cuenta de la importancia de la tolerancia.

Título: “Lo que pienso y lo que digo”

Propósito	Eje temático	Actividades	Retroalimentación
<p>Sesión 4</p> <p>Que los padres conozcan las posibles conductas de riesgo que pueden presentar sus hijos así como que se hagan susceptibles a detectar posibles mensajes que indique que sus hijos están involucrados con dichas conductas. Y por otro lado, que los padres se hagan conscientes de la importancia de ser congruente entre los que piensan, hacen y dicen.</p>	<p>La adolescencia es una etapa de la vida particularmente “fértil” para la experimentación con drogas. Los estados de ánimo cambiantes, la búsqueda de una identidad, la incomodidad física y psíquica propia de esta edad, el aspecto ritual y mágico de las drogas, alcohol y conductas sexuales de riesgo, la presión social de los grupos de amigos y compañeros, son todos factores que contribuyen al joven a probarlas. En el origen de esta conducta se entrecruzan también las características individuales de cada chico y su historia familiar. Así mismo el contexto social, económico y cultural de nuestras sociedades tiene una incidencia creciente en el consumo de drogas entre los jóvenes.</p>	<p>I. Se llevó a cabo un maratón con los padres donde se abordaron los temas de drogadicción, alcoholismo y conductas sexuales de riesgo, con la finalidad de que aprendieran a distinguir los indicadores que podrían presentar sus hijos si se encontraran inmersos en dichas problemáticas. Se dibujó el camino del maratón en el piso, donde los padres movieron sus fichas conforme fueron contestando las preguntas que se les hicieron. Las preguntas tuvieron como temática los principales indicadores que podrían manifestar que su hijo podría estar en algún problema de drogadicción, alcoholismo o conductas sexuales de riesgo.</p>	<p>Que los padres alcancen a distinguir los indicadores de acuerdo con las conductas de riesgo así como que se hagan susceptibles a detectar posibles mensajes que indique que sus hijos están involucrados con dichas conductas que se vieron en el maratón, así como el que propusieran alternativas ante las problemáticas presentadas. Además de que lo padres identificarán las incongruencias de cada representación.</p>

Para confrontarse con la realidad, para lograr que las dudas y cuestionamientos que acechan al adolescente no se vuelvan demasiado angustiantes, algunos jóvenes necesitan encontrar un medio que los prepare, dicho medio será la orientación de los padres basado en la escucha y la comprensión (Guelar y Crispo, 2002).

Por otro lado, una de las tres actitudes básicas según Rogers (1986) podría denominarse autenticidad, legitimidad o congruencia, se refiere a tener una actitud sin disfraces profesionales ni personales. Significa abrirse al conjunto de sentimientos y actitudes que fluyen en nuestro interior en un momento dado.

II. Se les pidió a los padres de familia que se organizaran en tres equipos de trabajo, los cuales se integraron por los padres que perdieron durante el maratón, el resto de los padres fueron espectadores. Una vez formados los tres equipos se les indicó a cada uno las problemáticas que debían representar, las cuales demostraban situaciones en las que los padres suelen ser incongruentes entre lo que hacen y enseñan a sus hijos.

III. Por último se les repartió una hoja en blanco en la cual debían escribir aquellas actitudes que les molestaban de sus papás cuando ellos eran adolescentes de tal manera ellos pudieran reflexionar cuales estaban repitiendo con sus hijos. Enfatizando así la congruencia entre el hacer, decir y pensar.

Título: “Cierre: Recordando mi adolescencia”

Propósito	Eje temático	Actividades	Retroalimentación
<p>Sesión 5</p> <p>Que los padres recuerden su época de adolescencia de tal manera que se sensibilicen y comprendan los cambios que experimentan sus hijos y a partir de las actividades establezcan comunicación, empatía y aprecio positivo incondicional con sus hijos.</p>	<p>El ser padre, no suele ser tarea fácil, pero se complica aún mas cuando se tiene un hijo adolescente, es en esta etapa cuando el niño comienza a tener otros deseos, inquietudes y gustos diferentes a los de sus padres, lo cual genera choques, discrepancias, discusiones, alejamientos, y toda clase de situaciones que son desfavorables para el desarrollo de la familia completa. Dicha diferencia suele romper la relación estable que tienen padre e hijo, debido principalmente a la falta de comprensión de los padres hacia todos los cambios que sufren sus hijos (Crispo y Guelar, 2002).</p>	<p>I. Se les dejó ver la película “A los trece” para que se discutiera en el grupo, abordando temas como la depresión, la drogadicción, trastornos alimenticios, la auto-flagelación, alcoholismo, etc. Explicando las posibles razones por las que los adolescentes inciden en ellas.</p> <p>II. Se les pidió una sesión anterior a os padres que llevaran un objeto que les recordara su adolescencia, con el propósito de que contarán un momento significativo de su adolescencia en esta sesión y que pudieran recordar como fueron de adolescentes.</p>	<p>Se tomará en cuenta que la sesión cumplirá con el propósito si los padres comparten sus sentimientos y pensamientos que tengan que ver con la comprensión hacia sus hijos, así como que compartan sus propias experiencias de la adolescencia, por ultimo se tomarán en cuenta las expresiones verbales y no verbales que presenten en la elaboración de la carta hacia sus hijos, así como la confianza de compartir un alimento con otra persona.</p>

III. Posteriormente se les pidió que hicieran una carta a sus hijos en la que expresaran sus sentimientos hacia ellos. Al terminar se les pidió que voluntariamente la leyeran en voz alta.

IV. Se les había pedido la sesión pasada que llevaran un patillo para compartir con los demás, la actividad consistió en que en silencio cada uno se sirviera lo que quisiera y de esa comida le compartiera a otra persona ofreciéndoselo en la boca.

Humanizando Las Relaciones Padre - Hijo Desde Un Enfoque Centrado En La Persona

RESULTADOS

A continuación se describen los resultados del taller para padres y del acompañamiento individual, complemento del mismo.

Sesión 1: “¿Qué es la adolescencia?”

Aspectos relevantes durante el proceso

La sesión dio inicio cuando las facilitadoras hicieron la presentación del taller indicando el número de sesiones y la duración de las mismas. Las cuales fueron cinco con una hora y media de duración aproximadamente, la sesión transcurrió de acuerdo a lo planteado en el programa. En esta primera sesión hubo una asistencia aproximada de 50 padres. Dicha sesión dio inicio con una breve exposición sobre lo que es la adolescencia y los cambios físicos, emocionales y conductuales que en ella tienen lugar; con ello se pretendió dar una introducción sobre una de las temáticas principales del taller y captar la atención de los padres sobre un tema que a ellos les interesaba mucho en ese momento.

Posteriormente la primera actividad estuvo orientada a generar en los padres de familia la empatía hacia sus hijos adolescentes tratando de recordar cuáles eran los cambios físicos que ellos habían vivido a esa edad y cómo se sentían al respecto. Todos los padres de familia participaron de forma activa y entusiasta en dicha actividad, la cual consistía en caracterizarse como adolescentes con la ayuda de maquillaje, pelucas, postizos, globos, etc.; una vez que se habían caracterizado tenían que adoptar el papel de adolescentes y pasar a presentarse como tal, sin embargo sucedió un aspecto muy relevante ya que los padres al abrirse a la experiencia lograron generar tal empatía con los adolescentes que la mayoría de ellos asumieron el papel de sus propios hijos (sin que se les diera ninguna instrucción al respecto), mencionando el nombre de éste y las características que más lo definen. Posteriormente cuando se dio la retroalimentación sobre el ejercicio

que acababan de hacer los adultos mencionaron haberse sentido incómodos, avergonzados, ridículos y apenados como verdaderos adolescentes, lo cual era el objetivo de la dinámica. El ambiente durante la sesión estuvo rodeado de risas, caras contentas, participación, iniciativa, comentarios, preguntas (las cuales eran contestadas por los mismos padres), cooperación, ayuda, disposición y entusiasmo.

Al finalizar la sesión las facilitadoras retroalimentaron haciendo hincapié en los cambios físicos, emocionales y conductuales que tienen sus hijos durante esta etapa de la adolescencia y la empatía que deben mostrar hacia ellos, la cual se les trató de enseñar mediante la dinámica de caracterización sin necesidad de imponerla de forma directiva en su papel de padres.

Retroalimentación:

Se observó que los padres de familia experimentaron los sentimientos de incomodidad, incompreensión y frustración. Esto se pudo constatar cuando los padres mencionaron su experiencia en las representaciones; algunos mencionaron “me siento avergonzado con esta apariencia”; “me siento raro”, “no entiendo por qué está cambiando mi cuerpo”

Otro de los factores que nos permitió concluir que el objetivo de esta sesión se cumplió, no solo fue lo expresado por los padres de familia, también pudimos observar el cumplimiento del mismo, en la actitud y el lenguaje no verbal que manifestaban al pasar al frente de los demás padres de familia, por ejemplo, las posturas las cuales eran encorvadas, hombros caídos, cabeza agachada, la mirada viendo al piso

Incidencias:

En un primer momento la sesión se inició con una facilitadora, puesto que la subdirectora del turno vespertino, solicitó acompañamiento inmediato para una alumna la cual tuvo que ser atendida de emergencia.

Otra de las incidencias se presentó al finalizar la retroalimentación, cuando los padres expresaron su inconformidad hacia la actitud del director (puesto que el director manifestó su decepción con respecto a la asistencia al taller) razón por la cual se alargó el término de la sesión.

Sesión 2: “La importancia del contacto físico”

Aspectos relevantes durante el proceso:

Al inicio de esta sesión se llevó a cabo la actividad de la lotería como complemento a la sesión anterior, en esta se incluían características de los adolescente que a los padres les pudieran parecer anormales, con la finalidad de que ellos se dieran cuenta de que estas se presentan en la mayoría de los adolescentes. Cuando se les preguntó a las madres de familia a qué les sonaba dichas características dos de ellas mencionaron que a sus hijos, ya que en los dos casos las madres mencionaron que la mayoría de las características descritas en la lotería definían perfectamente a sus hijos. Otras madres comentaron que esas características les sonaban a la adolescencia y con ello a la etapa por la que atravesaban sus hijos.

Al finalizar la actividad se dio una breve retroalimentación haciendo hincapié en que dichos comportamientos son parte del desarrollo del adolescente y cuando se empiezan a identificar pueden empezar a comprender y a generar empatía con sus hijos. La finalidad era que las madres estuvieran informadas sobre todos los cambios y comenzaran a comprender a sus hijos dejando de lado el creer que dichas conductas las hacen sus hijos para molestarlos o llevarles la contraria.

Posteriormente se llevó a cabo una segunda actividad que hace referencia al título de esta sesión, la importancia del contacto físico y con ello brindarles la siguiente actitud básica: el aprecio positivo incondicional. En ella se pusieron a su disposición diversos peluches, una vez que eligieron el suyo, una de las facilitadoras comentó una anécdota de la adolescencia (con la finalidad de que los padres se familiarizaran con el peluche). Al

finalizar el relato, se eligieron algunas mamás para que presentaran a su peluche diciendo su nombre, edad y gustos. Se pudo observar que cuando presentaban los peluches, lo hacían como si presentaran a sus hijos, expresando que habían escogido ese peluche porque se parecía a su hijo, siendo que no se les dio ninguna indicación al respecto. Ejemplo de esto fue cuando una madre agarró un osito café y mencionó que ese osito se parecía a su hijo el cual era morenito, bajito y gordito, la madre tuvo una experiencia cumbre al decirle al peluche todo aquello que no le había podido decir a su hijo y que en su mayoría eran sentimientos de amor y cariño. Otra madre de familia expresó que había agarrado un oso de peluche de Winnie Poo porque su hijo era así de gordito y tierno y que era un niño que a pesar de tener un problema físico le echaba muchas ganas a la escuela y ella se sentía muy orgullosa de él; la madre no pudo seguir hablando por la emoción tan grande y el llanto tan fuerte, sin embargo a pesar de apoyar a su hijo y sentirse orgullosa de él no le había expresado lo que sentía.

Con la participación de la segunda mamá, quien al presentar a su peluche comenzó a llorar, las demás madres lloraron también, lo cual prosiguió hasta finalizar la actividad. Otro dato importante es que después de presentar su peluche las madres se dirigían a ellos como si fueran sus hijos, expresándoles sentimientos de enojo y cariño; algunas otras únicamente lloraron y no quisieron presentar a su peluche o expresar verbalmente aquello que quisieran decirle al mismo. La mayoría de las madres se abrieron a la experiencia y pudieron dejar salir aquellos sentimientos, de cariño o enojo, que tenían hacia sus hijos.

En la retroalimentación se enfatizó la importancia de que lo llevado a cabo en la sesión lo realizaran también en casa, es decir, que se dieran la oportunidad de expresar sus sentimientos hacia sus hijos y de mostrarle el aprecio y cariño que les tienen incondicional.

Retroalimentación:

Los padres expresaron su lado afectivo y sus emociones, eso lo pudimos ver cuando las madres comenzaron a llorar y cuando expresaban sus sentimientos de amor y cariño al peluche.

El objetivo de esta sesión, era inducir en los padres una de las tres actitudes humanistas, el aprecio positivo incondicional, esto se logró cuando presentaron los peluches describiendo las características de sus hijos, depositaban en ellos sus muestras de afecto, lo acariciaban, lo veían y las madres que pasaban a presentarlo, mencionaron el parecido que tenían con sus hijos, lo cual les permitió a la gran mayoría mencionar el cariño incondicional hacia sus hijos

Incidencias:

En esta sesión, se presentaron algunas incidencias, problemas referidos a la organización de los tiempos por parte de los directivos de escuela. El director tenía contemplada un actividad con un supuesto “conferencista”, el director nos pidió que cedieramos tiempo de nuestro taller para esta persona, lo cual de primer momento no nos pareció una idea viable, se contempló determinado tiempo para el cumplimiento de un objetivo y no se podía dejar a medias una sesión tan importante. Finalmente obligadas, cedimos tiempo al “conferencista”, que se daba tintes de psicólogo, esta persona dijo cosas que no eran coherentes con el enfoque trabajado en el taller, por lo que al iniciar nuestra sesión inmediatamente intervenimos haciéndolos reflexionar con la finalidad y el interés que tenía esta persona al decirles su discurso (vender material). Por lo que se les invitó a que reflexionaran y tomaran solo lo más importante de todos los discursos.

Otra de las incidencias a la que nos enfrentamos, fue que al finalizar la sesión, por la carga emotiva de la misma, hubo personas que no alcanzaron a cerrar el ciclo, esto se observó cuando no podían dejar de llorar, por lo que al finalizar, tres de ellas esperaron ser atendidas, se les dio acompañamiento para que pudieran cerrar el ciclo.

Sesión 3: “Padres al borde de un ataque de nervios”

Aspectos relevantes durante el proceso:

Como primera actividad se aplicó a los padres de familia el inteligentómetro, instrumento que tiene como objetivo enseñar que existen diferentes tipos de inteligencia de las cuales algunas están más desarrolladas que otras. En base a las repuestas de los padres se hizo una retroalimentación, haciendo hincapié en que así como ellos tienen alguna inteligencia más desarrollada que otra, de igual forma sus hijos tienen más desarrolladas cierto tipo de ellas y que ser inteligente no sólo implica sacar solamente diez en las materias. Con esta actividad se pretendía que los padres generaran empatía acerca de la situación académica que viven sus hijos. Se les incitó a que observaran cuáles eran las inteligencias que sus hijos pueden potenciar al máximo y orientarlos hacia una vocación.

Con respecto al punto anterior se les mencionó a los padres que pueden apoyar y dar libertad a sus hijos para que elijan su profesión, estando concientes que como seres humanos podemos errar el camino y siempre hay tiempo de corregir, lo importante es que como padres brinden el apoyo necesario. Aquí una madre de familia preguntó cómo podía hacerle para que su hija retomara la “caminata” que era una actividad que ella disfrutaba mucho y la cual dejó de manera repentina. Las facilitadoras le retroalimentaron haciéndole notar que si su hija dejó dicha actividad fue por razones que en ese momento a su hija le parecieron correctas y que si no ha vuelto a retomar esa disciplina es porque no ha encontrado razones que la convengan de volverla a retomar. Es precisamente aquí donde mayor hincapié se hizo en la libertad que se les debe de dar a los hijos, sin caer en el extremo del libertinaje y además el importante papel que juegan los padres como portadores de apoyo incondicional a sus hijos.

Como segunda actividad se realizó una dinámica en donde se les pidió a los padres que recordaran algún evento que les provocará ira y que estuviera relacionado con sus hijos.

Este ejercicio se trabajó bajo la modalidad de silla vacía. Es importante mencionar que no fue una silla vacía como tal, sino que una de las facilitadoras se encontraba sentada representando una actitud del típico adolescente, no todas las madres hicieron la representación, sin embargo la primera que pasó a hacerla dejó explícito que se le dificultaba expresar sus sentimientos de ira, se les mencionó que es importante dar lugar a todas las emociones, no intentar controlarlas, esto incluye las emociones positivas y negativas, hacer conciente la ira ayuda a manejarla de manera más efectiva.

La primera madre que pasó a realizar la representación no pudo controlar a su hija rebelde y dejaba que fuera ella quien la dominara, cuando se hizo la retroalimentación entre los mismos padres de familia comentaron que le hizo falta carácter y mayor rigidez para ponerle límites a su hija, también se mencionó que una cosa era tratar de comprender a sus hijos y otra muy distinta dejar que hagan lo que ellos quieren.

Por su parte la segunda madre expresó abiertamente su ira e incluso jaló a la facilitadora de la misma manera que lo hace con su hija. Los padres que retroalimentaron expresaron que debe tenerle más confianza a su hija para no llegar a esos extremos y también que debe controlar más su enojo. En este momento los padres de familia empezaban a manifestar sus propios medios de solución ante las actitudes que tenían sus hijos, sin necesidad de ser orientados directamente por las facilitadoras.

Con las dos madres se pudo ver los extremos de las reacciones que tienen los padres ante las conductas de rebeldía de sus hijos, se analizaron los pros y los contras de cada polaridad y se llegó a la conclusión que es necesario, en primera, hacer conciente la emoción para saber controlarla de mejor manera y también buscar el equilibrio para no caer en dichas extremidades. Así mismo también se realizó una retroalimentación por parte de las facilitadoras donde se les explicaba a los padres que la tolerancia es un factor de suma importancia para lograr una adecuada relación con sus hijos y que dicha tolerancia no debe ser confundida con el autoritarismo, sino que se deben buscar otras alternativas para convivir como el respeto y la confianza entre ellos.

Retroalimentación:

Como la sesión estuvo dividida en dos partes, el objetivo de la primera parte se cumplió cuando observamos a través de la manifestación de los padres una comprensión total de lo que es la inteligencia y su aporte al desarrollo de la sesión contando experiencias propias.

En la segunda parte de la sesión el objetivo estaba encaminado a que los padres sintieran las emociones que tienen en aquellas situaciones que ponen a prueba su tolerancia, además que reflexionaran acerca de cómo expresaban la misma y qué es lo que ellos hacían en su vida cotidiana para manejarla, de tal forma que con la ayuda de dos participantes se observaron dos diferentes maneras de reaccionar, calificadas como polaridades. Posteriormente se observaron los pros y los contras de las diferentes actitudes y que se consigue con cada una de ellas.

Incidencias:

En esta sesión no se presentaron incidencias, el desarrollo de la misma se llevó a cabo de acuerdo al programa.

Sesión 4: “Lo que pienso y lo que dijo”

Aspectos relevantes durante el proceso:

En un primer momento se trataron temáticas como el alcoholismo, la drogadicción y la delincuencia a través de un maratón en donde los padres, formados en tres equipos diferentes, contestaban preguntas relacionadas con los temas anteriores, según la respuesta que daban correcta o incorrecta avanzaban en el tablero. Mientras se jugaba en el maratón se les brindó la información necesaria para aclarar sus dudas y también se les preguntaba porque creían ellos que esas eran las respuestas correctas a lo que los padres daban sus argumentos sobre las respuestas que ellos creían eran las más convenientes. Uno ejemplo

significativo fue cuando una madre de familia respondió, cuando los padres se preguntaban qué tipo de programas deben ver sus hijos en la televisión, ante esto ella contestó que no necesariamente tiene que ver todo el tiempo programas culturales ya que no se puede negar que sus hijos también tienen ganas de ver programas de moda, comentó que más bien lo importante es que tu cómo padre orientes a tu hijo y te pongas a ver la televisión para que puedas ver cualquier programa pero bajo tu supervisión. Todo lo anterior se llevó a cabo en un ambiente de competencia y convivencia sana. Al finalizar el maratón se les brindó una retroalimentación orientada a la gran importancia que es hablar de estos temas con sus hijos antes de que ellos los investiguen por otros lados en donde pueden ser mal informados.

Posteriormente se trabajó la congruencia con los padres de familia donde se hicieron representaciones de tres situaciones diferentes, las cuales fueron planteadas por ellos mismos, la única condición para las mismas fue que incluyeran una situación de incongruencia. En ellas se retomaron temas de mentira, como la clásica actitud incongruente de los padres donde exigen a sus hijos que no mientan pero cuando llega la vecina a la que le deben el abono del mes, les dicen a sus hijos que no le digan que está en la casa. O la típica llamada telefónica donde los padres les piden a sus hijos mientan al decir que no se encuentran en casa. Los padres de familia están concientes de las incongruencias que tienen con sus hijos, por ello cuando terminó la actividad se les retroalimentó haciendo hincapié en lo importante que es aprender ser un adecuado modelo para sus hijos, sin incongruencias, ya que el ejemplo es la mejor manera en la que los padres pueden enseñarles conductas apropiadas a sus hijos.

En la actividad mencionada los padres participaron de forma al hacer las representaciones, es una de las cosas que más disfrutaban y con la que más sonrientes se les podía ver. La actitud de los padres era muy buena ya que cuando se trataba de divertirse y hacer representaciones las hacían con mucho gusto y al finalizar éstas, cuando se trataba de reflexionar, los padres ponían atención hacia todo lo que se decía y sus caras hacían notar cierta reflexión sobre el tema.

Otra de las actividades realizadas, consistió en que los padres escribieran en una hoja, una especie de lista con las cosas que no les gustaban de sus padres, esto con la finalidad de reflexionar acerca de lo que ellos estaban repitiendo y que no les había gustado que sucediera cuando ellos eran hijos de familia o adolescentes, la mayoría de las personas presentes en esta sesión, participaron de manera activa. Además aquellas que participaron se dieron cuenta que hay ciertas conductas que a ellos les molestaban que les hicieran y ahora ellos vuelven a repetir con sus hijos. Es por ello que en la retroalimentación se les hizo hincapié en el “darse cuenta” de las actitudes y conductas molestas que mis padres me hacían y que ahora yo como padre las repito en mis hijos.

Además las madres de familia que compartieron sus experiencias, también expresaron que han tratado de no repetir esos comportamientos con sus hijos aunque de forma indirecta si los llegan a utilizar y también compartieron como fueron reprimidos por sus padres en diversos aspectos de su vida. La mayoría de los padres de familia expresaron que respecto a la represión, ellos han tratado de no ser iguales con sus hijos y al contrario de darles libertad.

Retroalimentación:

Esta sesión tenía como una de sus tareas informar a los padres acerca de los riesgos que corren los adolescentes en el marco de la modernidad que se vive hoy en día, ellos sienten una gran preocupación por la manera en que sus hijos se acercan o tienen contacto con ciertas personas que pueden de alguna manera “inducirlos” a poner en riesgo su integridad física y mental, con el maratón, se trato de cubrir este objetivo, sin embargo se les invitó a buscar información acerca de cualquier duda que pudiera surgir a lo largo de la adolescencia de sus hijos, para poder orientarlos.

Con respecto a la segunda dinámica, se pretendió con la realización de la misma, que los padres comprendieran la importancia de ser congruentes y enseñar con el ejemplo, la tercera actividad, estaba encaminada al mismo objetivo, por lo que fue complemento de la actividad anterior. Expresaron, no sólo de manera verbal, sino durante las

representaciones, lo que podría suceder si no son coherentes, y cada uno expresó porque es importante ser congruente.

Incidencias:

La única incidencia que se presentó en esta sesión, fue que en determinado momento se monopolizó el diálogo, convirtiéndose en un monólogo por parte de una de las mamás que no permitía la palabra a los demás padres de familia.

Sesión 5: “Recordando mi Adolescencia”

Aspectos relevantes durante el proceso:

Esta sesión, fue la que se pensó y planeó para el cierre del taller. A los padres se les había dejado una tarea, pidiéndoles que llevaran algún objeto que les recordara su adolescencia, aunque sólo dos o tres de ellos llevaron el objeto, fue la experiencia que compartió una de las mamás, la que dio pie a seguir con las siguientes actividades, en dicha anécdota la madre nos comentó la felicidad que había vivido a lo largo de su adolescencia y que concretamente había sido en la etapa en la que había cursado la secundaria, mencionaba que los amigos que se hacían en la secundaria son amigos verdaderos de esos que sigues viendo toda tu vida y los cuales ella sigue frecuentando. Mientras la madre de familia comentaba su anécdota tuvo una experiencia cumbre cuando, mostrando las fotografías, discos, dibujos y cartas, recordó que ella siempre se hacía una pequeña trenza al frente de su cara y la cual a ella le simbolizaba su etapa de la secundaria; nos comentó, con lagrimas en los ojos y voz quebrada, que cuando supo que estaba embarazada a muy corta edad se cortó su trenza porque sabía que aquella etapa de niña había terminado y que ahora así como dejaba su trenza tenía que dejar la vida que hasta entonces había llevado para convertirse en una mujer madura capaz de afrontar un embarazo no planeado. La madre de familia comentó que aquella trenza simbolizaba una de las etapas más bonitas y felices de su vida y ésta había sido parte de su adolescencia.

Con la anécdota que comentó dicha madre de familia logró sensibilizar a otro padres de familia, algunos de los cuales también lloraron y otro tenían caras de seriedad y con la mirada perdida como si estuvieran reflexionando acerca de los que habían oído. Con esto los padres se sensibilizaron para abrirse a la experiencia de escribirles una carta a sus hijos adolescentes, esta fue la siguiente actividad que se realizó.

Se les dio la indicación de que podían escribirla a quien ellos quisieran. La mayoría se la escribió a sus hijos, sólo en el caso de una de las mamás, se la escribió a sus padres. Mientras los padres escribían sus cartas, las facilitadoras observaban cómo se comportaban al estarlo haciendo. Se retroalimentó haciendo mención de lo que se pudo ver al estar fuera del círculo observándolos al escribir, se les mencionó que en sus rostros se veía preocupación y tristeza, lo que tal vez podía deberse al miedo que tienen de acercarse a sus hijos para hablar y quererlos. Algunos padres de familia leyeron sus cartas donde principalmente les expresaban a sus hijos cuánto los amaban. Se les retroalimentó diciéndoles que esa carta era para ellos y que hicieran lo que ellos consideraran lo más adecuado, pero que nunca olvidarán que así como con tanta facilidad se enojan con ellos, del mismo modo deben demostrarles y decirles todos los demás sentimientos que les tienen, incluido el afecto.

La escritura de la carta tenía la finalidad de que se dieran cuenta de que tanto les había servido el taller, para desarrollar la empatía, la aceptación positiva incondicional y la congruencia.

Posteriormente se dio inicio a la convivencia para cerrar el ciclo, en esta cada padre tenía que servirse el platillo que más le gustara y en silencio ofrecerle a otro padre de familia de su comida dándosela en la boca; con ello se quiso reafirmar el aprecio positivo incondicional que si bien es importante desarrollarlo con los hijos adolescentes, también se puede lograr con cualquier otra persona. El ambiente fue de cordialidad y de aceptación, se dieron lazos afectivos y entre los padres comenzó una manera de relacionarse más empática. La ayuda entre padres puede llegar a hacer que los éstos acepten que ciertos eventos o acontecimientos no nada más les suceden a ellos, al contrario que hay quienes

vivieron las mismas experiencias y las han superado efectivamente, de esta manera se pueden sentir identificados y hasta apoyados por otros padres de familia.

Retroalimentación:

El objetivo de esta última sesión, era desarrollar aún más las tres actitudes humanistas, reafirmarlas y resaltar su importancia, no sólo de los padres con sus hijos, también para con las demás personas.

Se observó en las cartas leídas por los padres, que la mayoría expresó lo que sentía de manera sincera, honesta y amorosa, por lo que nos dimos cuenta que en la mayoría, el taller tuvo efecto positivamente. Con respecto a la primera actividad se les señaló lo que estaba pasando al no traer ningún objeto de su adolescencia. Se les señaló que debían poner atención al tiempo que le dedicaban a ciertas cosas u obligaciones, se les dijo que es bueno darnos tiempo para todo.

Al final de la sesión se escucharon los comentarios de todos ellos, lo que se llevaban del taller y la crítica hacia el mismo, a los cual mencionaron que era una nueva forma de aprender, que era muy diferente a los talleres en los que ya habían trabajado, por lo que sentían que les había ayudado mucho. Parte de las sugerencias que hicieron fue que se hubiera hecho más largo y que también se les diera a los adolescentes.

Incidencias:

Una de las incidencias que se nos presentó esta última sesión, fue que se nos cambió el lugar que teníamos asignado para el trabajo. A la larga resultó benéfico, puesto que se nos asignó un espacio mas adecuado para la dinámica. Otra de las incidencias fue que durante la lectura de la carta, una de las mamás entró en crisis pero fue atendida por una de las facilitadoras.

DESCRIPCIÓN GLOBAL

De manera general, dentro del taller para padres se observó que la asistencia fue de aproximadamente treinta padres de familia, que participaron de manera activa en cada una de las actividades propuestas por parte de las facilitadoras.

Por ser un taller con experiencias vivenciales más que de carácter teórico, los padres mencionaron que el aprendizaje adquirido por ellos era muy significativo, puesto que en ningún taller habían prestado atención a como se sentían y a lo que ellos necesitaban para sentirse mejor con ellos mismos y de esta manera ser mejores padres.

Siempre que una situación de enseñanza está relacionada con experiencias emocionales, el aprendizaje queda fijo en la memoria por mayor tiempo, de esta manera se justifica más que ellos hayan aprendido ciertos conceptos que eran básicos en el transcurso del taller. Hubo cambios cualitativos en cuanto a la comprensión de los mismos, quizá en algún otro taller o por algún material que llegó a sus manos tenían ligeras nociones de los conceptos, tal como es el de empatía, que si bien tenían comprendido, se llevó a la práctica y la gran mayoría de ellos reportaron cambios importantes en su percepción, mencionando que “yo lo llevé a la práctica, me puse en el lugar de mi hijo y su actitud ha cambiado”. Como ya sabemos, la empatía es una cualidad difícil de desarrollar y no todos lo lograron, sin embargo la gran mayoría se benefició con su aprendizaje.

Aprendieron que parte del aprecio positivo incondicional, requiere un esfuerzo por tratar de valorar las cualidades en los otros, aunado a esto, la importancia de las expresiones de cariño para todos los seres humanos sin importar la edad. Se les invitó a apoyar a sus hijos y a no tener miedo a las expresiones afectivas.

La congruencia también fue tema de gran relevancia para los padres, sobre todo, porque está relacionado con sus dudas respecto a la disciplina y el manejo de límites, finalmente llegaron a la conclusión de que gran parte de la educación que reciben sus hijos, está influenciada por lo vivido en casa y el ejemplo que toman es de sus principales modelos: los padres.

Una vez finalizado el taller, se les invitó a tomar acompañamiento individual para aquellos que consideraran lo necesitaban, aún cuando la invitación fue abierta sólo dos de ellas se presentaron a recibir el acompañamiento.

No sólo se estableció una atmósfera cordial entre los padres y las facilitadoras, este taller sirvió para fortalecer los lazos de comunicación entre ellos, se les mencionó una metáfora: cuando las personas tenemos un problema sólo centramos nuestra atención en el mismo, el tratar de que nada perjudique a mi familia, es como cuidar que no se apague la flama de una vela, esto muchas veces provoca mucha angustia cuando las personas piensan que si esa veladora se apaga ya no tienen más motivo para vivir o ser felices; este taller encendió más velas haciendo que se dieran cuenta que hay otras personas en el mundo con las que se pueden relacionar, es decir, sirvió para encender más luces.

Se les escuchó y se prestó atención a sus necesidades e inquietudes, no sólo como padres, también como pareja y como hijos; se dieron cuenta que todo a su alrededor es importante para que se de un ambiente propicio para el desarrollo de los hijos. Lograron decir lo que les preocupaba y expresar sus sentimientos, aquel padre que hablaba se le escuchaba y los que escuchaban, prestaban atención, se retroalimentaron entre ellos buscando apoyo y comprensión y porque no decirlo, a veces, una sacudida para reaccionar y comprender que responsabilidad tiene cada uno de ellos en los problemas.

ACOMPañAMIENTO

Usuario: Iván

Facilitadora: Alicia Santos

Antecedentes:

Iván tiene 12 años de edad y estudia el 1^{er} año de secundaria, vive en una colonia cercana a la escuela con sus padres, sus dos hermanos y sus dos hermanas, el lugar que ocupa dentro de su familia es como el hijo varón menor. El motivo por el que fue asignado al acompañamiento es por haber golpeado dos días antes a un compañero de salón a la salida de la escuela, al cual le rompió la nariz.

Aspectos relevantes durante el proceso:

Iván comentó tener una buena relación con su familia, en especial con sus padres, quienes le han expresado que debe proteger a sus hermanas de las personas que quieran agredirlas de cualquier forma, es decir, tanto física como verbalmente. En un principio percibí que Iván se sentía incomodo por la situación que había tenido de golpear a uno de sus compañeros y que por ello estuviera tomando el acompañamiento conmigo. Me expresó que no había tenido ningún incidente de este tipo en la escuela anteriormente, únicamente una vez golpeó a un compañero de su hermana quien la estaba molestando, pero esto sucedió precisamente afuera de la escuela de su hermana.

Sin embargo esta conducta agresiva que reporta Iván está dirigida por las exigencias que sus padres le han dado, ya que Iván mencionó que sus padres le han dicho que cuide a sus hermanas menores aunque sea necesario llegar a los golpes. Pero cuando se suscitó el problema de la agresividad de Iván con un compañero de su escuela, sus padres lo regañaron y le dijeron que las cosas no se arreglan a golpes, sino es necesario primero hablar para tratar de solucionar las cosas. De acuerdo a lo que Iván reporta, se puede

encontrar conductas de incongruencia en lo que sus padres le dicen, ya que por una parte Iván debe llegar a los golpes, si es necesario, cuando una persona moleste a sus hermanas, pero cuando él tiene un problema debe solucionarlo primero mediante el diálogo; el mensaje que recibe Iván de sus padres puede ser confuso y no permitirle actuar de la manera más conveniente donde él no salga perjudicado. Aunado a esto el ambiente donde vive Iván lo expone constantemente a las “peleas callejeras” y a la violencia en las calles, incluso su hermano mayor se ha envuelto en peleas callejeras, sin embargo sus padres y su mismo hermano le han hecho hincapié a Iván en que no se involucre en dicha agresividad y trate de estar lo más posible al margen de esas situaciones. Así se puede observar la incongruencia que tienen los familiares de Iván respecto a la violencia, ya que en ciertas ocasiones la aprueban y en otras tantas la desaprueban.

Por su parte Iván comentó que el motivo que lo llevó a golpear a su compañero de salón fue porque éste lo molestaba quitándole la mochila, golpeándolo en la cabeza o quitándolo de su lugar. En el momento Iván no pudo ver todas las alternativas que tenía además de golpear a su compañero para que lo dejara de molestar, sin embargo cuando la subdirectora habló con él y le describió otras alternativas como ir con ella a darle la queja o a los profesores, Iván pudo concientizarse de las opciones que tiene para afrontar un problema y las cuales no se restringen a una sola y las más fácil como la agresividad.

Iván entendió que lo que hizo estuvo mal e incluso pensó en pedirle una disculpa a su compañero, además desde el inicio del problema Iván me comentó que estaba dispuesto a hacerse cargo de su responsabilidad sin ayuda de sus padres vendiendo una bocinas que había comprado para el automóvil de su papá, para pagar todos los gastos médicos del chico al que había golpeado. Así Iván logró darse cuenta de la responsabilidad que tenía que asumir por sus actos y mediante conflicto mayeúutico pudo ver otras alternativas que no le trajeran consecuencias y de esta manera lograr darle él mismo solución a su problema y llegar así a la autorrealización sintiéndose bien por hacer lo correcto.

Por otra parte Iván me comentó que tuvo un nuevo reporte por jugar en el salón de clases y ante lo cual estaba muy preocupado porque se acercaba una fiesta muy esperada

por él y a la cual su madre no lo dejaría ir por el reporte que había tenido. Trabajé con él reflejos de contenido y conflicto mayeúutico, con lo cual él pudo darse cuenta una vez más que tenía que asumir la consecuencia de sus actos y encontró otras alternativas para cuando quisiera realizar actividades ruidosas en el salón de clases mientras no estuviera su maestra, entre estas encontró que podría dibujar algo en su cuaderno, jugar algo en su mismo lugar, no gritar fuerte, no correr o incluso quedarse sentado tranquilo; dichas alternativas fueron descritas por él mismo cuando le pregunté que otras cosas podía hacer en el salón de clases que le gustaran pero no le trajeran problemas con los maestros.

Otra temática que trabajé con Iván fue la mala relación que lleva con su hermano el mediano, al cual no le tiene mucha paciencia y no convive mucho tiempo con él. Sin embargo después de un fin de semana, Iván me comentó que empezó a generar la empatía con su hermano y convivió todo el fin de semana con él y entendió que se podían relacionar de mejor forma si él contribuía y era más tolerante con su hermano, por su parte se sentía muy contento de haberse acercado a su hermano, lo cual se lo hice notar a través de un reflejo de sentimientos, y además trabajando conflicto mayeúutico pudo decirme lo que él debía hacer para mantener esa relación con su hermano, dentro de lo cual mencionó: ser más tolerante, pasar más tiempo con él, escuchar sus peticiones y acceder equitativamente a ellas, además de tratar de entender a su hermano para evitar los pleitos. Es decir Iván logró ser empático con su hermano y empezar a apreciarlo incondicionalmente para lograr una mejor relación con él.

Finalmente trabajamos la visualización, ya que otro problema que presenta Iván es que ha llegado a reprobado materias, por lo que traté de hacer hincapié en la importancia de estudiar para cumplir los sueños que Iván tiene. A través de un dibujo Iván me comentó que quería ser militar para ganar un sueldo bien remunerado y poder contribuir a los gastos económicos en su casa, además de que pretender darle a su padres y hermanas lujos que en la actualidad no tienen, como ropa de marca, automóviles, contribuir a la fiesta de quince años de su hermana menor, casas, etc. Para lograr su sueño, hablamos de los objetivos a largo y a corto plazo que tiene que alcanzar, Iván en un principio no tomaba en cuenta las escuela, más bien consideraba que todo lo que tenía que hacer para ser militar se encontraba

en aspectos de él mismo, como por ejemplo ser disciplinado, no tener miedo, arriesgarse, etc. También mencionó que estudiar es necesario para alcanzar su sueño pero cuando hablamos de los objetivos inmediatos, los cuales a través de conflicto mayeúutico pudo visualizar cuando le pregunté que necesitaba hacer para alcanzar su sueño, se dio cuenta de la importancia de ir paso a paso y acabar la secundaria, seguir estudiando en la preparatoria, internarse a la edad de 16 años, seguir escalando dentro del ejército y para lo cual necesitará seguirse preparando en el colegio militar y seguir estudiando dentro de esta institución.

Retroalimentación:

El motivo por el que Iván fue enviado al acompañamiento fue por su agresividad, así que esperaba que me dijera que los golpes no son la mejor salida para resolver los problemas e Iván lo expresó desde las primeras sesiones e incluso me dijo que ya sabía que tenía otras opciones para resolver los problemas que sobre todo se dan en la escuela. Ante los problemas Iván se guiaba por el camino más sencillo, cómo facilitador esperaba que Iván alcanzara a visualizar todas las alternativas que tenía para resolver un problema y además que me las mencionará, lo cual ocurrió de forma sutil en su persona. Además quería que reconociera que sus actos tienen ciertas consecuencias que es necesario que afronte, a lo cual pudo llegar con un poco de orientación por mi parte. Por otra parte Iván pudo tener actitudes de congruencia, empatía y aprecio positivo incondicional desarrolladas por sí mismo sin que se le mencionaran y las externalizó a través del cambio de relación que llevaba con su hermano.

Usuario: Alexis

Facilitadora: Alicia Santos

Antecedentes:

Alexis es un niño de 14 años de edad que cursa el segundo año de secundaria, él

vive con su abuelita paterna en una vecindad con otros de sus familiares. Sus papás se encuentran separados, su mamá actualmente trabaja en los Estados Unidos y su papá vive en uno de los cuartos de la vecindad pero con otra pareja y los hijos de su nueva esposa. El motivo por el que Alexis fue enviado al acompañamiento es porque la orientadora de la escuela reporta que es un niño indisciplinado, que no trabaja y que reprueba materias, todo lo anterior le es atribuido por los problemas que su familia vive en la actualidad.

Aspectos relevantes durante el proceso:

Durante la primera sesión pude notar por lo que Alexis mencionaba la gran necesidad que tiene de expresar los problemas que afronta en su casa, principalmente con su papá a quien Alexis estima mucho y de quien le duele mucho no ser atendido. La principal molestia de Alexis es el cambio que su papá a tenido con él, ya que Alexis me expresaba que no le pone la misma atención de antes y esto Alexis se lo atribuye a su nueva pareja y los hijos de ella, ya que según Alexis la señora le dice que hacer a su papá y es ella quien le prohíbe que esté con su hijo.

En un principio Alexis se encontraba muy negado a darle una solución a su problema, pues aunque le trataba de hacer ver las posibles soluciones él se aferraba a decir que no tenía sentido tratar de hacer algo porque su papá ni siquiera lo escuchaba; pude notar que Alexis había construido una barrera emocional muy grande entre él y su padre. Sin embargo cuando le di la opción de escribirle una carta a su papá para expresarle todo lo que él sentía, porque cabe mencionar que todo lo que me había platicado Alexis su papá no lo sabía, quiso hacerlo y de hecho lo hizo. Cuando leí la carta que Alexis le había escrito a su papá, lo cual pasó después de vacaciones de semana santa, Alexis describía algunas de las experiencias cumbre que había tenido con su padre durante esas vacaciones, en ellas expresaba lo contento y dichoso que se había vuelto a sentir a su lado y que eso era lo único que le pedía: atención. Le decía sentirse el niño más feliz del mundo por estar de nuevo con su papá jugando o haciendo cualquier actividad como bolear los zapatos juntos.

Alexis me comentó que este cambio tan repentino de su papá se debía a que sus tíos

y su abuelita habían platicado con él haciéndole ver que había descuidado la atención que tiene con él. En esa sesión pude percibir que Alexis se sentía realmente contento y motivado para darle la carta a su papá, pudo ver que sí se podían cambiar las cosas si él también ponía de su parte, además su actitud hacia el acompañamiento era muy diferente, no se mostraba tan inquieto, ya no se movía tanto, al contrario estaba muy atento a todo lo que yo le decía. En dicha ocasión tuve que decirle todo lo que podría pasar cuando él le diera la carta a su papá, podía aceptarla y hacerle caso o simplemente no cambiar su actitud; sin embargo Alexis me dijo que él lo seguiría intentado aunque ésta vez no consiguiera el cambio que él quería. Su actitud era muy positiva, percibí un Alexis capaz de ser tolerante con su padre y ser paciente para esperar y recibir ese aprecio que él quería.

Pero cuando le entregó la carta a su papá y no obtuvo completamente lo que él quería, su actitud volvió a ser la misma que cuando iniciamos las sesiones. Se comportaba muy distraído, como al principio de las sesiones, constantemente le hacia el reflejo se su actitud pero él siempre me decía que no sabía porque era así. Alexis siempre tuvo una actitud muy cómoda de no querer hacer nada por él mismo para que se resolviera la situación, esto se pudo comprobar cuando Alexis me pidió que fuera yo quien le dijera a su padre cómo se sentía ya que él dijo que sí quería que su padre supiera pero que no quería ser él quien se lo dijera. Sin embargo hizo un único intento: hacerle saber a su padre cómo se sentía a través de la carta pero cómo no obtuvo el resultado esperado entonces no volvió a intentarlo, a pesar de que ya había dicho que si no funcionaba esta vez, seguiría intentando.

La incongruencia de Alexis también se pudo notar cuando traté de que hablará con su padre en una dinámica de “silla vacía”, Alexis lo tomó a la ligera y me dijo que no tenía caso hacerlo porque su padre no estaba realmente ahí y posteriormente cuando le planteé la posibilidad de hablar directamente con él Alexis me dijo que él no quería hacerlo porque le daba pena y no sabía cómo hacerlo porque anteriormente no lo había intentado.

También he visto en Alexis una actitud poco empática hacia su papá ya que en lugar de tratar de comprender el porque su papá ya no le pone atención, lo único que quiere es

irse a E.U.A. con su mamá, ya que él mencionó que si se va su papá lo valorará más.

Cuando Alexis hizo la carta a su papá por un momento pudo derribar esa barrera emocional y abrirse a la experiencia, sin embargo el resultado que obtuvo no fue el esperado y eso ocasionó que volviera a levantar su muro y no querer hacer nada para tratar de solucionar el problema.

También trabajé visualización a través del dibujo para resaltarle la importancia de la escuela en sus sueños como futuros profesionistas, sin embargo Alexis quiere ser deportista y aunque me comentó que necesita terminar la secundaria, él sabe que realmente no se requiere estudios posteriores para ser lo que él desea, más bien lo que necesita es entrenar mucho y pertenecer algún equipo formal para ser un buen jugador y tener todos los bienes materiales que él desea.

Respecto a las materias en las que va mal, como Física, Química y Biología, Alexis me comentó que no le hecha ganas porque los maestros de dichas materias lo han etiquetado como un “niño problema” y le han dicho que aunque haga las tareas no se las van a revisar por ser un chico desastroso. Sin embargo está conciente de la importancia de terminar la secundaria para poder acceder a un equipo oficial de futbol y de esta forma cumplir su sueño de ser futbolista profesional.

Retroalimentación:

Cuando Alexis me comentó su problema, lo que yo esperaba era que me diera alguna alternativa para poder acercarse a su papá y tomar de algún modo la responsabilidad de solucionar su mala relación con su papá. Quería que él expresara la forma cómo él podía contribuir al buen desarrollo familiar en su casa, lo cual lo hizo a través de la carta dirigida hacia su papá, ya que el primer paso para solucionar su problemática era hacerle saber a su padre cómo se sentía. Sin embargo cuando no consiguió los resultados esperados hubo un retroceso en el poco camino que ya había avanzado y el cual le costó mucho andar. Sin embargo el acompañamiento le enseñó a Alexis que las cosas se pueden conseguir, ya que

cuando cambió repentinamente su padre con él y hubo un mayor acercamiento, Alexis se animó a hacer cosas por su parte porque vio que los cambios se pueden dar, esto lo animó a escribirle la carta a su papá, pero tuvo primero que ver una intención del otro lado para que él se animara hacer la suya. En general esperaba que Alexis lograra un acercamiento con su papá debido a que ésta falta de comunicación de los sentimientos de Alexis era lo que en cierta forma provocaba el problema.

Incidencias:

Alexis faltó a 3 sesiones por diversas situaciones, en una no le entregaron el permiso para salir de clase, en la segunda no lo dejaron pasar en la escuela por no llevar tenis blancos y en la última sesión no supe el motivo. Sin embargo Alexis había subido antes de su horario y me había dicho que si subiría pero a la última hora, por no haber subido en ésta última sesión no pude realizar un cierre con él ni retroalimentarle en todo lo que había avanzado en el acompañamiento. Así como hacer que note sus fallos y aciertos, así como retroalimentarlo sobre algunas temáticas importantes, como la empatía, la congruencia y el aprecio positivo incondicional.

Usuario: Vanesa

Facilitadora: Alicia Santos

Antecedentes:

Vanessa es una niña de 13 años que cursa el primer año de secundaria, vive con su madre únicamente, ya que reporta que su padre nunca se casó con su mamá. Su padre, quien trabaja como chofer de un camión, por lo cual tiene que hacer rutas fuera del estado de México, la visita frecuentemente aunque hay lapsos muy largos de tiempo en que no lo ve. Cabe mencionar que su papá de Vanessa no apoya económicamente a los gastos que ella tiene. En la misma colonia donde viven Vanessa y su mamá también viven cerca de ellas algunos familiares de la mamá de Vanessa. También las visitan constantemente los

abuelitos de Vanessa, padres del papá de ella.

Aspectos relevantes durante el proceso:

La principal molestia de Vanessa es la actitud de su papá ya que además de pasar largos lapsos de tiempo sin verla cuando lo llega a hacer, lleva consigo a algunas de sus novias, las cuales cambia constantemente según palabras de Vanessa, y eso le molesta a ella ya que opina que si la va a ver debería dedicarle todo su tiempo y su atención debido a que a veces pasa mucho tiempo sin verla. A través del trabajo de reflejos de contenido, ella me comentó que siente cierto resentimiento por su padre, ya que siente que realmente no está con ella, por el hecho de llevar a sus novias con el tiempo que debería compartir con su hija.

Vanessa es una niña que siente que su vida está bien, al principio de las sesiones ella expresaba que a pesar de que sólo vive con su mamá ella se siente bien anímicamente, lo que percibí es que trata de convencerse a sí misma que todo en su vida está bien, no es el hecho de mentir sino que ella misma quiere verlo así. Sin embargo al trabajar los reflejos de contenido y de sentimientos con ella pudo expresar el resentimiento que le tenía a su padre y posteriormente me comentó otros problemillas que tenía con sus primas y con sus amigas de la escuela, los cuales se reducen a envidias que según Vanessa le tienen. Cuando trabajamos con estos problemas Vanessa alcanzó a percibir las diversas alternativas de solución que tiene para afrontar los problemas y dentro de las cuales debe elegir aquella que le permita crecer y ser una persona auténtica entre lo que piensa, hace y dice.

Con respecto a la problemática centrada en su padre, trate de generar la empatía con su padre haciéndola que se pusiera en su lugar y haciendo que reflexionará sobre la vida de su papá así como los derechos que él también tiene: como tener otras parejas y rehacer su vida, claro sin olvidar las obligaciones que también tiene con ella y las cuales no cubre completamente. Cuando trabajamos el rencor a través de conflicto mayeútico ella me comentó que el rencor que le tiene a su padre lo podría trabajar diciéndole a su papá qué siente, lo cual lo

hará a través de una carta porque no sabe hasta cuando lo vuelva a ver y considera que así es mejor. Sin embargo dicho proceder se quedó en manos de Vanessa ya que cuando finalizó el acompañamiento su padre aún no volvía y no pude saber los resultados de dicha carta.

Vanessa se siente muy ligada a su mamá y siente que no le hace falta su papá, al contrario piensa que si estuviera con ellas les impediría hacer cosas como salir a pasear y llegar tarde o ir a visitar a sus tías. Cuando le hice reflexionar sobre todo lo que podría pasar con la carta, como que su papá cambiará sus conductas y que todo siguiera igual, Vanessa me comentó que si todo siguiera igual ella ya no haría otro intento y dejaría las cosas así porque en el fondo no le importa tanto porque tiene a su mamá y con ella es suficiente.

También trabajamos visualización a través del dibujo en el cual Vanessa me comentó que quería ser aeromoza, platicamos sobre los objetivos inmediatos, como la escuela y los objetivos a largo plazo, como el ser aeromoza; se realizó a través de una metáfora de la escalera en la cual le ejemplifiqué a Vanessa que los objetivos inmediatos es como subir al primer escalón y una vez que lo has alcanzado entonces puedes avanzar al siguiente y así sucesivamente hasta alcanzar el extremo más alto de la escalera, el cual sería su sueño de ser aeromoza. Es por ello que retroalimenté sobre la importancia de estudiar y continuar con estudios posteriores, sobre todo por el tipo de profesión que ella quiere, enfatizando que su prioridad en este momento es concluir la secundaria.

En el cierre Vanessa me expresó todo lo que había aprendido en el acompañamiento dentro de lo cual mencionó haber aprendido a ver de un modo diferente las cosas, a valorar a su familia, a no dejarse vencer por sus problemas y a ser lo que ella quiere.

Retroalimentación:

Cuando Vanessa me comentó su situación familiar y al verla tan incrédula ante la situación, esperaba que ella reconociera los sentimientos que tiene hacia su padre y la forma en que podría trabajar con ellos, como por ejemplo, diciéndoselos a su papá. Al ver su actitud de “todo está bien”, quería que alcanzara a visualizar los problemas que tiene y

cómo la hacían sentir, es decir, que reconociera sus propios sentimientos ante las problemáticas que se le presentan y esto se dio conforme avanzaron las sesiones. Cuando me platicaba los problemas que tenía con sus primas y amigas de la escuela y ante las cuales alcanzó a visualizar dos o más alternativas que tenía para solucionarlos. Aunque en las primeras sesiones Vane quería pensar que todo en su vida estaba bien, gracias a la empatía, la congruencia y el aprecio positivo incondicional que pudo visualizar en su facilitadora, pudo abrirse a la experiencia y empezar a reconocer los sentimientos de rencor que tenía hacia su padre; además empezó a visualizar la manera como trabajaría esos sentimientos los cuales le manifestaría a través de una carta, la cual ella misma propuso como solución.

Incidencias:

Las primeras dos sesiones no tuve acompañamiento con Vanessa porque en la primera no se le notificó de dicho acompañamiento y en la segunda sesión tuvo un accidente leve en el transporte que la llevaba a la secundaria y ante lo cual su mamá tuvo que ir por ella.

Usuario: Armando

Facilitadora: Alicia Santos

Antecedentes:

Armando tiene 14 años de edad y cursa el segundo año de secundaria, vive con su madre y su padre, quien actualmente trabaja por periodos largos en Estados Unidos, tiene dos hermanas menores que él, ambas mujeres. El motivo por el que fue enviado al acompañamiento es por ser un niño indisciplinado, además de reprobar materias. Su papá además de aportar económicamente a su familia se encuentra muy al pendiente de ésta, ya que a través de llamadas telefónicas platica con sus hijos y los reprende cuando su mamá de Armando le notifica que se han portado indebidamente. Armando me comentó que su padre lo ha llegado a golpear físicamente en los periodos que regresa a México o que lo insulta

por teléfono cuando hace algo mal, que incluso le llega a decir palabras altisonantes. Sin embargo cuando termina de golpearlo o insultarle termina pidiéndole perdón diciéndole que ya no lo volverá a hacer.

Aspectos relevantes durante el proceso:

En el trabajo con Armando él admitió que su flojera y mal comportamiento le ocasionaban problemas con los maestros, lo que conllevaba malas calificaciones en las materias. Así mismo también manifestó una cierta desmotivación debido a que por ser un niño etiquetado por los profesores como “problema”, no le permiten demostrar que puede hacer las cosas y cuando las hace los maestros no lo reconocen, es por ello que no intenta siquiera realizar sus tareas o trabajos escolares. Además reconoció que su equipo de trabajo, integrado por sus amigos, no realiza las actividades adecuadamente y que esto lo lleva a no realizarlas él también. A través del conflicto mayeúutico se le motivó a que encontrara una solución ante su problemática de los trabajos en grupo, ante lo cual expresó dejar a sus amigos y hacer equipo con otros compañeros de salón que realizarán las actividades y donde él también pudiera hacerlas adecuadamente.

Con respecto a su padre, trabajamos la manera en que se comunicara con él sin que le gritara o insultara, ante lo cual le expresé que una buena manera era decirle que pueden hablar sin que utilice palabras altisonantes o alzando el tono de voz, que iniciará la conversación expresándole a su padre que tenía que comunicarle algo muy importante para él y en ese momento expresarle cómo se sentía cuando le hablaba de esa manera, se lo deje de tarea. En la siguiente sesión me platicó que todo salió muy bien y que su padre le prometió que no le volvería a gritar ni a presionar con las materias reprobadas que lleva, que al contrario que quiere que Armando esté bien, sin presiones, para que pueda pasar sus materias. Armando empieza a abrirse a la experiencia de reconocer sus sentimientos y hacérselos saber a su padre, a su vez su padre empieza a generar empatía con su hijo y apreciarlo incondicionalmente buscando una motivación que le sirva para sacar buenas calificaciones.

Los cambios en Armando se hicieron evidentes rápidamente ya que él me comentó

que los maestros le han dicho que ya tiene otra actitud y que ya le echa más ganas a las materias, lo cual les da mucho orgullo. Se empieza a ver en Armando una autenticidad que también es percibida por los maestros, esto logrará que él descubra sus capacidades y pueda potencializarlas para lograr un mejor desempeño académico.

En las siguientes sesiones trabajamos visualización a través de un dibujo ante lo cual Armando me comentó que quiere hacer una carrera corta en mecánica automotriz para poner su propio taller e invitar a trabajar a su papá y a su abuelo. Hablamos de los objetivos a largo y a corto plazo para poder cumplir su sueño, ante lo cual Armando comprendió que uno de sus objetivos inmediatos que lo llevarán a alcanzar su sueño, es terminar la secundaria con buenas calificaciones. Armando me comentó que su papá lo motiva demasiado y que cada vez que piense en la escuela pensará en su papá para poner todo de su parte y echarle ganas.

Armando comentó al finalizar el acompañamiento que esto le había servido para tener una mejor relación con su papá, aunque sea en sus pláticas telefónicas y para saber que no debe dejarse maltratar, que debe decirle a su papá lo que le hace sentir mal y de esta forma se podrá solucionar de alguna manera. Él comprendió que con una comunicación asertiva puede lograr que su papá sea empático con él y en lugar de regaños e insultos le de confianza y motivación para seguir adelante en la escuela.

Retroalimentación:

Cuando Armando me platicó los problemas con las materias reprobadas esperaba que me expusiera la manera cómo el podría solucionar su flojera ante las materias, lo cual hizo en una materia donde constantemente le piden hacer equipos de trabajo y con quien los forma no son las personas adecuadas para trabajar. También esperaba que le expresara a su padre que la forma como lo trata no es la correcta y con ello lograría un cambio, ya sea positivo o negativo, en la relación con su papá.

Incidencias:

Con Armando únicamente se trabajó 4 sesiones, sin embargo considero que trabajamos ciertos aspectos importantes como la relación con su papá y la importancia de la escuela, los cambios se vieron de forma inmediata y aunque fueron pocas sesiones Armando tuvo una autorrealización de manera inmediata al inicio del acompañamiento.

Usuario: Sra. Silvia

Facilitadora: Alicia Santos

Antecedentes:

La Sra. Silvia vive en una colonia cercana al fraccionamiento Valle Dorado, donde se encuentra la secundaria, vive con su marido quien trabaja de chofer. Tiene 2 hijas, ambas casadas, la mayor tiene 3 hijos de los cuales la señora Silvia tiene a su cargo al mayor el cual se llama Eduardo y quien cursa el primer año de secundaria en el turno vespertino. LA hija menor de la señora vive actualmente en Reynosa, mientras que su otra hija vive en el estado de México y la cual se encuentra separada del padre de sus hijos y tiene una nueva pareja la cual no es del agrado del resto de sus familiares, ya que consideran no encontrarse a la altura de ella. La principal preocupación de la Sra. Silvia y ante la cual aceptó el acompañamiento es la situación en la que se encuentra su nieto, ya que ha repetido el primer año de secundaria dos veces, los maestros reportan que no trabaja, que es muy rebelde y que les contesta de forma grosera. La Sra. Silvia reporta sentirse desesperada debido a que no sabe cómo actuar con él, ella atribuye los problemas de Eduardo a la mala relación que lleva con sus padres, los cuales lo maltratan tanto física como psicológicamente. Se intentó convencer a la madre de Eduardo para que tomara el acompañamiento pero la señora expresó no poder asistir por su trabajo.

Aspectos relevantes durante el proceso:

Durante las sesiones la señora admitió su responsabilidad en cuanto que Eduardo no le haya echado las ganas suficientes a la escuela, ya que la señora dice no haberle exigido lo suficiente a Eduardo en la escuela debido a que quería apapacharlo un poco para compensar los

malos ratos que había tenido en su casa con su mamá. Sin embargo la señora decidió ponerse más firme con su nieto y lograr que termine la secundaria, aunque sea en una secundaria abierta, después de eso lo meterá alguna carrera técnica que él decida, ya que la señora ha observado que su nieto es muy hábil para arreglar cosas de mecánica o electrónicos y quiere motivar a su nieto para que utilice esa habilidad para sacar una carrera técnica.

Por su parte la señora Silvia expresó tener una mala relación con su hija debido a que ella es muy directa para decir las cosas y su hija es muy “soberbia” porque no permite que las personas se acerquen para ayudarla. Sin embargo la señora Silvia a partir de que tomó el taller para padres, ha tratado de cambiar esta actitud con su hija, ha tratado de generar la empatía hacia ella y a tratado de ya no ser tan directa al decirle las cosas, sino al contrario cuando habla con ella les suaviza las cosas y reporta que esto le ha ayudado a ya no discutir tanto con ella.

Por otro lado, la Sra. Silvia reporta que no sabe cómo ayudar a Eduardo con sus problemas escolares, debido a que Eduardo es un niño que no expresa lo que siente, no dice lo que le molesta, todo se lo queda él, ni siquiera a ella le platica sus problemas que tiene con su mamá, a la cual visita constantemente. Sin embargo en las últimas sesiones la señora expresó que el acompañamiento que también está llevando Eduardo le ha servido mucho porque ha dejado de ser grosero con los maestros, que incluso las orientadoras le han dicho a la señora que le ha servido estar con la psicóloga; por otra parte ya no es contestón con su abuela y cuando le grita después le pide una disculpa. La Sra. Silvia también considera que el hecho de que su nieto Eduardo repruebe tantas materias se deba a querer llamar la atención de sus padres, pero ellos han decidido que si reprueba otra vez año lo van a mandar a trabajar o a una escuela militar.

Silvia ha comprendido que la actitud de su nieto, además de sus problemas con padres, se debe a la rebeldía de la adolescencia (lo cual aprendió en el taller para padres al cual asistió). También pudo aceptar, a través del reflejo de contenido, que ella no es la madre de Eduardo y que no está en sus manos cambiar la actitud de su hija, a la cual reprimió mucho durante su juventud y por lo cual considera la señora ahora quiere hacer todo lo que no le fue permitido en el pasado.

La señora ha encontrado la manera adecuada de llevarse bien con su nieto y no reñir tanto, ella me comentó que cuando empiezan a discutir ella empieza a reírse de la situación y Eduardo termina haciendo lo mismo y esto le da mucho gusto porque empieza a saber cómo debe tratar a su nieto para lograr que él se abra hacia ella. Ante algunos problemas que se han suscitado con Eduardo, donde ha mostrado ciertas actitudes que lo conllevan a conductas de robo, la señora comenta llegar hasta las últimas consecuencias y hacer que su nieto acepte su responsabilidad, sin embargo está segura que él no ha robado nada, aunque sospecha que su nieto se ha involucrado indirectamente a través del encubrimiento. Sin embargo en una ocasión donde se suscitó la desaparición de una navaja en casa de la señora Silvia, su esposo le dijo a Eduardo que esa navaja no era suya y que la regresara por favor, ante lo cual Eduardo jamás aceptó tenerla pero después de algunos días la navaja regresó a su lugar; la señora se sintió muy orgullosa de su nieto porque siempre ha dicho que es muy noble y decidió reconocerle su buena conducta ya que a través del reflejo de contenido la señora expresó querer enseñarle a su nieto que puede llamar la atención también por las buenas cosas que hace.

Al finalizar el acompañamiento Silvia expresó querer sacar a su nieto adelante, es lo único que le preocupa en este momento, para ello ha tratado de que su hija se vaya a vivir cerca de ella para que esté al pendiente de su nieto y lo pueda ayudar a terminar la secundaria. Expresó que seguirá llevando a su nieto con psicólogos que puedan ayudar que Eduardo se abra y logre así tener una buena comunicación con ella, de esta forma ella podrá saber cuáles son sus necesidades y sentimientos y pueda ayudarlo completamente. Silvia considera que con el acompañamiento su nieto ha empezado a dar esos primeros pasos para lograr esa buena comunicación.

Retroalimentación:

La Sra. Silvia asistió al taller para padres que impartimos en la secundaria donde asiste su hijo, es por tal motivo que en el acompañamiento esperaba que mencionara soluciones a su problemática principal (la relación con su nieto) utilizando temáticas vistas

en el taller. Es decir, durante el acompañamiento esperaba que Silvia pusiera en práctica la empatía, la congruencia y el aprecio positivo incondicional para solucionar ella misma sus problemas y llegar así a la autorrealización. Ella empezó a ser empática con su hija y empezó a comprender por qué su hija se comportaba de esa manera, al empezar a ponerse en su lugar pudo cambiar la manera como se comunicaba con ella y en lugar de gritarle, hablar con ella de forma sutil. Lo mismo sucedió con su nieto al cual pudo comprender gracias al taller para padres al que asistió y empezó a visualizar otras alternativas para tener una mejor comunicación con él. La Sra. Silvia empezó abrirse a la experiencia y saber que puede solucionar los problemas con sus propias alternativas.

Incidencias:

La Sra. Silvia acudió al taller para padres que se impartió en la secundaria donde asiste su nieto, esto ayudó a que el acompañamiento sirviera como parte de una intervención global a las relaciones familiares. En el acompañamiento Silvia pudo abrirse a la experiencia y saber qué quería hacer para ayudar a solucionar a su nieto los problemas escolares y familiares que tiene.

Usuario: Alicia

Facilitadora: Erika Pérez

Antecedentes:

Alicia es una chica de 14 años que cursa el segundo año de secundaria en el turno vespertino, en la secundaria Moisés Saenz que se encuentra en Valle Dorado, lugar en el que Alicia radica. Vive con su mamá (abuela), hermana y tío. La madre biológica de Alicia no vive con ella y su mamá es su abuela, no hace mención de su madre. El papá de Alicia vive en Estados Unidos y regularmente viene a velarlas una vez por año, pero esta situación a Alicia no le molesta pues a ella no le agrada vivir con su papá, para ella es mejor estar aquí con su mamá.

Alicia asiste a la orientación por petición de la orientadora el motivo es que la alumna tiene materias reprobadas y no quiere hacer nada, la profesora menciona que a Alicia le gusta socializar, pero no la escuela, no le echa ganas y no cumple con sus trabajos, que su mamá siempre esta pendiente pero que la alumna no hace caso.

Aspectos relevantes durante el proceso

El acompañamiento que se llevó a cabo con Alicia estuvo enfocado a los problemas que la alumna presenta en la escuela, así como a las diferencias existentes entre ella, su mamá y su hermana, personas con las que vive.

En un primer momento se realizó una entrevista con la mamá de la alumna, quien hizo referencia al comportamiento de Alicia, argumentando no saber que hacer para que la alumna tuviera mayor aprovechamiento en la escuela y así elevar las calificaciones que en la actualidad presenta, dentro de esta entrevista la señora pedía orientación para la educación de Alicia, pues ella decía que algunas veces no sabía que hacer con su hija, que era desobediente, que a ella solo le interesaba hablar con sus amigas y estar bien con ellas, que no hacía nada para subir las calificaciones en las que estaba reprobada o en las que tenía una baja calificación.

Una vez que las sesiones se realizaron con Alicia se le preguntaba sobre lo que su mamá comentaba y ella decía que todo estaba bien, que solo era cuestión de que ella se decidiera a hacer las cosas, pero que en ocasiones la escuela le aburría y no tenía ganas de hacer nada, a través de metáforas y cuestionamientos, Alicia se dio cuenta que si ella no ponía mas atención en la escuela una de las consecuencias sería que la dieran de baja, situación que le preocupaba mucho, misma que la alumna no quiere que suceda y que es por ello que le pondría más atención en la escuela.

Otro de los motivos que Alicia trabajó durante el acompañamiento fue el que su papá y su madre biológica no estuvieran con ella, respecto al papá Alicia mencionaba que

algunas veces sentía mucho enojo por que no estuvieran juntos pero que la mayoría de las veces ella se sentía bien con su mamá (abuela) pues no le gusta el carácter de su papá. En este sentido algunas de las técnicas utilizadas fueron reflejos de sentimiento, metáforas y manejo de silencios.

Con relación a la madre biológica Alicia no hace mucha mención de ella, lo único que menciona es que no la necesita y que espera que donde quiera que este ella se encuentre bien, que la única persona que le importa es su abuela. Cabe mencionar que cuando se hace referencia a su madre Alicia no menciona a su madre biológica, siempre sus comentarios son respecto a su abuela.

Retroalimentación:

El acompañamiento con Alicia fue un tanto difícil pues es una chica a quien le costaba expresar sus sentimientos, sin embargo, a través de metáforas y reflejos Alicia comprendió que es importante expresar lo que sentimos y queremos.

De esta manera se pudo notar un cambio en la alumna, Alicia se dio cuenta que los cambios se dan poco a poco y que las decisiones siempre llevan consecuencias, pero lo importante es expresar lo que se desea, de esta al finalizar el acompañamiento la alumna decidió poner todo su empeño y dedicación en la escuela. Así como intentar expresar lo que siente de la mejor manera.

Incidencias:

Las incidencias que se presentaron durante el desarrollo del acompañamiento fueron: en primera instancia en la clase de Educación física los alumnos estaban preparando algunas coreografías motivo por el que Alicia llegaba tarde y en una ocasión no asistió a la orientación, otra incidencia fue la suspensión de labores con motivo del festival del día de las madres.

Usuario: Juan Carlos

Facilitadora: Erika Pérez

Antecedentes:

Juan Carlos es un chico de 12 años de edad, sexo masculino; que cursa el primer año de secundaria la escuela Moisés Saenz, ubicada en Valle Dorado. Juan Carlos vive en ampliación San Lorenzo en el municipio de Tlalnepantla.

Juan Carlos vive con su mamá y con sus dos hermanos (hermana de 18 años y hermano de 15 años). Los papas de Juan Carlos están separados hace tres años, la convivencia con su papá en la actualidad es buena, según lo que Juan Carlos menciona, pues dice que cuando su papá se fue de la casa no se llevaban bien pero que ahora que su papá ya no vive con la otra señora ya se llevan mejor que los fines de semana en especial los domingos la pasan juntos y eso le hace sentir muy bien.

El motivo por el que Juan Carlos asiste a la orientación es que tiene materias reprobadas y la asesora consideró que era importante conocer el motivo que Juan Carlos tenía para no poner atención en la cosas de la escuela.

Aspectos relevantes durante el proceso

El acompañamiento que se llevo a cabo con Juan Carlos estuvo enfocado a la

petición del alumno, dicha petición hacía referencia a que no se sentía escuchado, que algunas veces se sentía triste, pues sus padres se habían separado hace tres años y que esto no le permitía concentrarse en la escuela, pues en algunas ocasiones en lugar de prestar atención a lo que el maestro decía él estaba pensando en sus papas, él mencionaba entender que sus padres se hubieran separado, pero la situación que le hacía sentir triste era que su mamá no era feliz, se le pregunto como se daba cuenta ello; a lo que el alumno respondió:

“Me doy cuenta en que mi mamá no es feliz pues no se ríe, a veces llora, no le gusta jugar, aunque las cosas ya están cambiando pues desde que mi papá ya no vive con la otra señora mis papas ya se hablan, ya se llevan mejor, mi mamá a veces le lleva de comer a mi papá”, a través de metáforas y reflejos Juan Carlos se dio cuenta que la situación que vivían sus padres no era su culpa y que los problemas que entre ellos existían, ellos los resolverían.

Con relación a la escuela y los problemas con las materias reprobadas que Juan Carlos tiene menciona que lo que él quería era echarle ganas para que sus calificaciones aumentaran, en esta parte se brindaron algunas estrategias de estudio tales como, la elaboración de resúmenes, notas, cuestionarios cuadros sinópticos, una vez que se le brindaron dichas estrategias se trabajó con la metas que Juan Carlos desea alcanzar donde la más importante en este momento para él obtener su certificado de secundaria. Así haciendo uso del conflicto mayéutico Juan Carlos llegó a la conclusión que necesitaba poner más atención en la escuela, hacer las tareas, cumplir con lo que los maestros piden, y estudiar más para llegar a la meta fijada.

Retroalimentación:

El acompañamiento con Juan Carlos respecto a la situación de sus padres consistió en que él hiciera insight en que los problemas de sus papás son de ellos y que él no tenía la culpa de ello, de igual forma lo que el alumno necesitaba era expresar lo que pensaba y sentía con respecto a esta situación, pues él mencionaba que le hacía mucha falta sentirse

escuchado pues con nadie había compartido lo de sus papás, que incluso sus amigos no conocían la situación y una vez que lo compartió el se sintió mejor esto se pudo observar a través de sus propias palabras. “Me siento muy bien por haberte contado lo de mis papás, no se lo había dicho a nadie y ahora me siento más tranquilo”

En relación a la escuela Juan Carlos mencionó que ahora que ya había expresado lo de sus padres ya pondría más atención y que eso le permitiría aumentar las calificaciones.

Incidencias:

El trabajo con Juan Carlos no fue concluido pues las ultimas cuatro sesiones el alumno no acudió al servicio, los motivos fueron que algunos maestros no permitían la salida del alumno en la hora indicada, por otro lado en algunas ocasiones los horarios se empalmaban con el horario de otro alumno, es decir, algunas veces les enviaban el citatorio para que acudieran al servicio a la misma hora, entonces se regresaba a su salón y después ya no le daban permiso salir; otro incidente fue la suspensión de labores por el festejo del día de las madres.

Usuaría: Karina

Facilitadora: Erika Pérez

Antecedentes:

Karina es una chica de 13 años que cursa el 1er grado de secundaria, en la escuela Moisés Saenz ubicada en Valle Dorado, asiste en el turno vespertino y vive en Atizapan de Zaragoza.

La familia de Karina esta compuesta por sus papás y sus tres hermanos (dos mujeres y un hombre). La relación existente entre los papás y Karina, según lo que ella reporta no es muy buena pues la mamá no hace mucho de los quehaceres de la casa y le

pide a Karina que ella los realice y que cuide de sus hermanos, con su papá la situación no es muy diferente pues según la alumna cuando las cosas no están hechas es a ella a quien regaña. Sin embargo al finalizar el acompañamiento Karina mencionaba que las cosas habían mejorado y que ahora su mamá ya no le pedía hacer todo a ella y que con su papá ya compartía más cosas y tiempo.

El trabajo con Karina se realizó de manera urgente pues la subdirectora de la secundaria hizo referencia a que la alumna necesitaba la orientación pues en días anteriores había tomado pastillas en dosis excesiva y sin prescripción médica, situación que alarmo a la profesora y pidió orientación para Karina.

Aspectos relevantes durante el proceso

En un primer momento la orientación estuvo encaminada a la situación que la subdirectora nos hizo referencia, el consumo de las pastillas por parte de Karina, se le preguntó a la alumna que había sucedido y ella comentó que solo se había tomado un par de pastillas para el dolor de cabeza que tenía, se le preguntó cual era el motivo del dolor y ella comentó que tenía algunos días sin dormir bien y que había estado llorando mucho pues su novio no la quería como ella esperaba y que incluso habían terminado y era esto lo que la hacía sentir muy triste y que aunado a ello estaba que en su casa no se sentía escuchada, pues cuando ella hablaba de su relación, sus padres le decían que estaba muy chica y que no sabía que era enamorase y mucho menos era cierto que ella amara al que era su novio. Karina en la mayor parte de las sesiones habló de la situación con su novio, siendo este el principal eje del acompañamiento.

Para Karina lo más importante era la relación que tenía, diciendo que por él daba la vida y que sin él la vida no valía la pena, haciendo uso de reflejos, metáforas y el conflicto mayeutico Karina llegó a la conclusión que era importante el sentimiento que ella tenía

pero que era más importante que ella estuviera bien sin depender de otro, al finalizar la orientación Karina mencionaba que aun no dejaba de querer al chico pero que había entendido que lo más importante era quererse ella para después poder compartir ese sentimiento con otro.

En relación a su familia, Karina mencionaba que lo único que les pedía era que la escucharan y que la aceptaran como es, pues tiene gustos diferentes y que eso no lo entendían sus papás. Con una serie de tareas, tales como: Sentarse a ver la televisión con sus padres, jugar con sus hermanos, recostarse a lado de su mamá; Karina intenta un acercamiento con sus padres y al ver que ellos no la rechazan ella se siente contenta expresando que sus papás la quieren y que solo necesita expresarles lo que piensa y quiere en el momento adecuado y que es importante que ella también entienda lo que sus papás viven.

Retroalimentación

El acompañamiento se dio por terminado cuando Karina comprendió y expresó que su vida vale mucho y que no quiere depender de otro para hacer o no hacer las cosas, de igual forma, en la relación con sus padres lo único que le hacía falta era comunicar sus sentimientos y deseos de manera adecuada.

Incidencias:

Lo único que se presentó como incidente fue la inasistencia de la alumna en una ocasión y la suspensión de labores.

Usuaría: Carla

Facilitadora: Erika Pérez

Antecedentes:

Carla es una chica de 13 años, que cursa el segundo grado de secundaria, la escuela Moisés Saenz, que se encuentra en Valle Dorado, sin embargo Carla vive en Atizapan de Zaragoza

Carla es hija única y su familia esta compuesta por su papá y su mamá; la ocupación de los padres es: su papá trabaja en una imprenta y su mamá es comerciante. La relación que Carla que tiene con sus padres de acuerdo a sus palabras es buena, solo que en algunas ocasiones les hace falta comunicación y comprensión por ambas partes. Es decir, algunas veces ella no se siente comprendida y escuchada por sus padres, otras es ella quien no entiende las razones que sus padres le dan para hacer o no hacer alguna cosa.

El motivo por el que Carla asiste a la orientación es que se siente insegura; menciona sentirse muy nerviosa, y por ello piensa que si en la escuela pregunta algo o dice algo todos se burlarán de ella, otro de los motivos por los que ella asiste es por que una de sus tías le dice que nunca podrá ser una médico forense (sueño que Carla anhela y desea), el argumento de la tía es que en este momento Carla tiene algunas materias reprobadas, sin embargo la chica menciona que es cuestión de que ella lo decida para pasar y elevar las calificaciones.

Aspectos relevantes durante el proceso

La orientación con Carla estuvo enfocada a que ella disfrutara de una autoestima que le permitiera decir y hacer las cosas que ella desea, así como mejorar la comunicación con sus padres.

A través del uso de reflejos Carla se dio cuenta que ella puede lograr lo que se proponga, aún cuando los demás digan que no puede. En específico ella hacía referencia a su tía quién le decía que no podría ser médico forense pues se necesita estudiar mucho y las calificaciones que Carla tiene eso es imposible, sin embargo la chica menciona que ella quiere demostrarles y demostrarse así misma que solo es cuestión de querer pues mencionaba: “Solo es cosa de que yo quiera y me decida a cumplir con las cosas de la escuela para mejorar mis calificaciones”. Cosa que según Carla ya estaba realizando pues

ya presentaba las tareas y ponía más atención en las clases.

En cuanto a la inseguridad que Carla decía que había notado, ella menciona que a partir de que salió del grupo de primeros auxilios de la Cruz Roja el nerviosismo había regresado, mencionaba que no le gustaba estar en equipo o con otras personas que no fueran sus amigos pues pensaba que si decía algo de manera incorrecta o preguntaba algo todos se burlarían de ella. Menciona: “Cuando estaba en Cruz Roja eso no pasaba, ahí todos éramos un equipo y si alguien preguntaba o decía algo los demás no se burlaban, solo nos preocupábamos por que las dudas fueran resueltas, ahí me sentía integrada”. Fue a través de conflicto mayeutico y reflejos con los que Carla se dio cuenta que por decir o hacer algo “incorrecto” no pasa nada que todos somos seres humanos y que así como tenemos aciertos de igual forma tenemos errores y que lo importante es que esos errores no ayuden a mejorar y no nos perjudiquen.

Retroalimentación

El trabajo con Carla fue muy grato pues es una chica que le gusta compartir y que solo es cuestión de que ella se sienta en confianza para que se abra y deje entrar al otro en “su” mundo, es decir, para que ella comparta sus sueños, anhelos, gustos, disgustos, en fin todo lo que a ella la hace especial y diferente.

Aun cuando hubo aspectos que por falta de tiempo no se trabajaron, con los que si se tuvo oportunidad de hablar, Carla hizo insight en las cosas que ella quiere hacer y en las cosas que no quiere hacer para que marchen de acuerdo a lo que ella espera.

Incidencias

El trabajo con Carla solo fue durante cuatro sesiones, razón por la que no se alcanzó a trabajar muchas de lo que ella deseaba. Otra de las cosas que influyo es que algunas veces Carla llegó tarde, pues la accesibilidad por parte de los maestros no era del todo positiva.

Usuario: Jorge

Facilitadora: Erika Pérez

Antecedentes

Jorge es un chico de 14 años que cursa el segundo grado de secundaria en la escuela Moisés Saenz ubicada en Valle Dorado, Jorge se encuentra en el turno matutino de dicha institución.

Jorge vive con sus padres, sus hermanas (17 años y 1 año respectivamente) y sus abuelos. Cabe mencionar que aún cuando viven en la misma casa, los abuelos tienen su propio espacio. La relación entre Jorge y sus papás según él lo menciona es buena aún cuando ambos padres trabajan y casi no están juntos. Su padre labora en una tornillería con un horario de 8am a 6pm y su madre trabaja en la compañía de luz con un horario de 3pm a 10pm. Las personas con las que pasa mayor tiempo son con los abuelos que son quienes están al pendiente de él y sus hermanas mientras sus padres trabajan. La relación entre Jorge y sus hermanas de acuerdo con lo que él menciona es buena pues se lleva bien con ellas. Le agrada jugar y hacer en cosas en compañía de sus hermanas.

Jorge asistió a la orientación por recomendación de su orientadora, quien hace referencia que Jorge tiene varias materias reprobadas y que esa situación la tiene preocupada pues de seguir así al alumno lo darían de baja.

Aspectos Relevantes durante el Proceso

El acompañamiento con Jorge estuvo enfocado al proceso de que él se diera cuenta que le hacía falta para poner empeño en las cosas de la escuela.

Lo que Jorge mencionó al inicio del proceso fue que le interesaba mucho asistir a las sesiones, pero que no quería descuidar las clases, pues tal vez eso podría hacer que bajara aún más de calificaciones, a lo cual se le dijo que estaba en todo su derecho de asistir o no asistir a las sesiones, Jorge decidió tomar al acompañamiento y de la misma manera que decidió poner todo su esfuerzo y dedicación en las clases.

Las sesiones a las que Jorge asistió fueron 4 en las cuales se trabajó a través de reflejos y conflicto mayeutico las maneras en las que él tenía para decidir sobre lo que quería o no quería hacer.

Como facilitadora el apoyo brindado hacia Jorge consistió en ofrecerle algunas estrategias de estudio que fueran efectivas en su desarrollo académico, se le sugirió la manera de organizar sus tiempos para realizar tanto actividades de la escuela como actividades que a él le gustaba realizar.

Retroalimentación

El trabajo con Jorge concluyó cuando él decidió llevar a cabo las estrategias de estudio que se le proporcionaron y que éstas eran efectivas en lo que él deseaba. La manera en que se pudo observar que dichas estrategias eran eficaces para el alumno, fue cuando él mismo mencionaba “hoy hice un resumen para estudiar lo que la maestra de historia nos dejó de tarea y esto me resultó, pues pude acordarme de más cosas de las que me acuerdo”.

Incidencias

Una de las incidencias que se presentaron dentro de este proceso fueron que Jorge no asistió a una de las sesiones y con regularidad llegaba tarde argumentando que los maestros no lo dejaban salir, aún cuando en un par de ocasiones en el horario que le correspondía asistir se le veía paseando por el patio de la escuela.

Otra de las incidencias es que en algunas ocasiones su horario se empalmo con algún otro compañero, es decir, asistían dos al mismo tiempo y alguno cedía regresar más tarde o no tomar por esa ocasión la sesión.

Usuaría: Esther

Facilitadora: Erika Pérez

Antecedentes:

Esther es una mujer de 65 años que vive en la colonia Valle Dorado en el municipio de Tlalnepantla. La señora Esther es una de las personas que asistieron al taller para padres ella vive con sus dos nietas a quienes ellas les llama hijas y con uno de sus hijos. Las nietas viven con ella desde hace un par de años cuando su madre las abandonó y su padre se fue a trabajar a Estados Unidos. Aún cuando el padre dice que quiere llevárselas con él la Señora Esther no acepta pues menciona que estando con él no van a estar bien. La relación entre las nietas y la señora es buena, aun cuando la señora menciona que hay veces que no sabe que hacer para corregirlas y llevar de manera adecuada su educación.

Como se menciona la señora Esther estuvo participando en el taller para padres, al finalizar éste se hizo la invitación a los padres para un acompañamiento individual a lo que la señora Esther se acercó con las facilitadoras para pedir ser una de las usuarias. El motivo

que la lleva a pedir esa ayuda es que no sabe que hacer con sus nietas y siente que se preocupa demasiado por ellas.

Aspectos relevantes durante el proceso

En este proceso la señora Esther a través del uso de técnicas humanistas tales como las metáforas, los reflejos y el conflicto mayéutico se dio cuenta que lo más importante es que ella esté bien y que las decisiones que tome en relación con sus nietas tienen propósitos y razones por las que son tomadas, la señora hizo insight en que no siempre ella puede estar al pendiente y a cargo de sus nietas y que llegara el momento en el que ellas decidan por si mismas y que si las cosas no salen como se espera no pasa nada, solo se aprende de los errores y de los aciertos y que es de seres humanos equivocarse y volver a empezar.

Retroalimentación

El trabajo con la señora Esther fue de mucha enseñanza personal pues el ser una persona mayor tiene muchas cosas que compartir y muchas experiencias que hacen que los de su alrededor crezcan, este proceso me permito crecer como persona y como profesionista pues muchas de sus experiencias vividas me permitieron ser empática y entender las razones por las que las personas mayores toman ciertas decisiones.

De la misma manera ella se dio cuenta en lo que quería entender de sus nietas pues fue con reflejos con lo que ella decide que la manera para educar a sus nietas es con amor, cariño, comunicación, asertividad, comprensión, congruencia en fin todo aquello que encierra la idea de orientar a un adolescente

Incidencias

Una de las incidencias que se presentó en este proceso es que el tiempo fue corto para el acompañamiento con la señora Esther esto aunado a la suspensión de labores en la

secundaria donde se llevaba a cabo el trabajo.

A N E X O S

INTELIGENTROMETRO: Descubre tus inteligencias múltiples

Lee con cuidado cada uno de los 8 cuadros, evaluando y escribiendo en cada línea del 1 al 10 según te guste o coincida contigo. Suma el total en cada cuadro. Al final anota cada valor en la línea circular que corresponda al total de cada cuadro y une los puntos.

INTRAPERSONAL:

- Disfrutas la soledad
- Te gusta la reflexión
- Analizas y observas sin criticar
- Conoces a la gente por dentro
- Tienes tus propias opiniones
- Te tomas tu tiempo para pensar y normar tu criterio
- TOTAL



VISUAL:

- Piensas en imágenes
- Asocias espacialmente las cosas
- Tienes buen gusto para los colores y los detalles
- Visualizas las soluciones
- Aprendes a través de la vista
- Te gusta dibujar y crear
- TOTAL



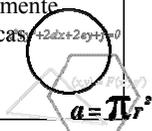
KINESTÉSICO:

- Tienes buena coordinación corporal
- Gesticulas y haces ademanes
- Aprendes haciendo
- Disfrutas actuando
- Disfrutas de los deportes y/o danzas
- Disfrutas de las experiencias corporales
- TOTAL



LÓGICO-MATEMÁTICA:

- Piensas en números, porcentajes o logaritmos
- Piensas analíticamente
- Aprendes con apego a la lógica
- Usas símbolos abstractos
- Resultes problemas fácilmente
- Eres bueno en matemáticas
- TOTAL



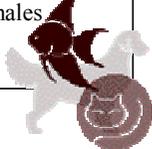
VERBAL:

- Aprendes a través de leer, debatir o escribir
- Comunicas afectivamente tus ideas
- Tienes un vocabulario amplio y adecuado
- Escribes expresando claramente las ideas
- Deletreas correctamente
- Piensas en palabras
- TOTAL



NATURISTA:

- Eres conciente del entorno natural
- Te interesa la flora y la fauna
- Eres bueno clasificando y seleccionando
- Tienes habilidad para observar lo que te rodea
- Entiendes de fenómenos naturales
- Amas las plantas y los animales
- TOTAL



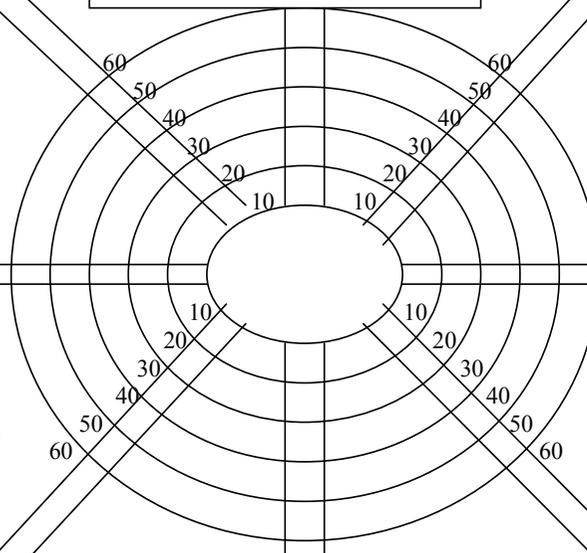
MUSICAL:

- Tienes sentido rítmico
- Te gusta cantar
- Disfrutas escuchando música
- Aprendes a través del ritmo
- Lees y escribes música
- Disfrutas componiendo música o canciones
- TOTAL



INTERPERSONAL:

- Te relacionas fácilmente con los demás
- Entiendes y respetas a las personas
- Eres buen líder
- Resuelves conflictos entre personas
- Aprendes interactuando
- Te gusta trabajar en equipo
- TOTAL



REFERENCIAS

- 1 Ander- Egg, E. (1991). *Metodología y práctica del desarrollo de la comunidad*. México: El Ateneo.
- 2 Berger, S. (2004). *Psicología del desarrollo. Infancia y Adolescencia*. México: Editorial Panamericana.
- 3 Berryman, J.; Hargreaves, D.; Herbert, M. y Taylor, A. (1994). *Psicología del desarrollo*. México: El manual moderno.
- 4 Caballed, J.; Comellas, M. y Mardomingo, M. (1998). *El entorno social, niño y adolescente*. España: Laertes.
- 5 Correa, A. (2003). *Notas para una Psicología Social; como una crítica a la vida cotidiana*. Argentina: Brujas
- 6 Craig, G. (1997). *Desarrollo psicológico*. México: Prentice Hall
- 7 Campos, A. (1982). *La psicoterapia no directiva: exposición y crítica del método rogeriano*. México: Herder
- 8 Doménech D. (2005). *Padres y Adolescentes. En: Padres y adolescentes ¿cuantas dudas!* México: Aguilar
- 9 Falke, G. (1998). *Adolescencia, familia y drogadicción*. Buenos Aires: Atlante.

- 10 Flores, S. (1995). *Taller de adolescencia: una alternativa para el manejo de los cambios que experimenta el individuo en esta etapa*. Tesis de licenciatura. UNAM. Psicología.
- 11 García, E. (2003). *Psicología de la infancia y la adolescencia*. México: Trillas.
- 12 Guelar D y Crispo R. (2002). El rol de los padres y la familia. En *La adolescencia: Manual de supervivencia, guía para hijos y padres*. España: Ed. Gedisa.
- 13 Guevara, E. (2001). *Taller para adolescentes, una propuesta teórica metodológica para trabajo con padres y adolescentes*. Reporte de trabajo profesional. UNAM. FES- Iztacala.
- 14 Goldberg, B. (2001). *Tengo un adolescente en casa. ¿Qué hago? Todas las respuestas para no desesperar*. México: Lumen
- 15 Gómez del Campo, J. (1999). *Psicología de la Comunidad*. México: Plaza y Valdés Cap. II y VII
- 16 Gordillo M. (1993). *El Asesoramiento a los padres*. En pedagogía familiar. Madrid, Ed. Lancea
- 17 Gurwitsh, A. (1979). *El campo de la conciencia*. Un análisis fenomenológico. Madrid: Alianza Editorial.
- 18 Hurlock, E. (1980). *Psicología de la adolescencia*. Madrid: Paidós
- 19 Kopp, S. (1999). *Gurú, Metáforas de un psicoterapeuta*. España: Gedisa. Cap. 14

- 20 Lafarga, J y Gómez del Campo, J. (1991). *Desarrollo de potencial humano. Aportaciones de una Psicología Humanista*. México: Trillas, Cap. 2
- 21 Lerner, M. (1974). *Introducción a la Psicoterapia de Carl Rogers*. México: Nueva Visión.
- 22 Lopez, A.; Urkia, C. y Rodrigo, J. (2003). *Servicios preventivos Modulo III: primeros auxilios psicológicos y apoyo humano*. Manual del monitor. Madrid: cruz roja española.
- 23 Martín, A. (1998) *Psicología Comunitaria: Fundamentos y aplicaciones*. España: Síntesis Psicología
- 24 Martínez, M. (2004). *La psicología humanista: un nuevo enfoque psicológico*. México: Trillas
- 25 Matson, F. (1984) *Conductismo y Humanismo ¿Enfoques antagónicos o complementarios?* México: Trillas
- 26 Maslow, A. (1999). *La amplitud potencial de la naturaleza humana*. México, Trillas
- 27 Merani, A. (1982). *Diccionario de psicología*. Barcelona: Grijalbo
- 28 Mier, P. y Sierra, T. (1995). *Adolescencia riesgo total*. México. Panorama
- 29 Montero, M. (2004). *Introducción a la Psicología Comunitaria. Desarrollo, conceptos y procesos*. Buenos Aires: Paidós.
- 30 Musitu, G.; Herrera, J.; Cantera, L. y Montenegro, M. (2004). *Introducción a la Psicología Comunitaria*. Barcelona; UOC

- 31 Mussen. P (1985). *Desarrollo de la personalidad en el niño*. México: Trillas
- 32 Paéz, D. (1991). *Psicología Social, cultura y educación*. Barcelona: Anthropos
- 33 Palmonari, A. y Zani, B. (1990). *Psicología Social de la comunidad*. Buenos Aires: Nueva visión.
- 34 Pérez, A. (2003). *Cambio de actitud en la escuela para padres*. Tesis de Licenciatura: Centro Cultural Universitario Justo Sierra. A. C.
- 35 Rodríguez, A. (1991). Concepto de Psicología social (15- 43) En: *Psicología social*. México: Trillas.
- 36 Rogers, C. (1986). *El camino del ser*. México: Cairos (59 – 79)
- 37 Rogers, C. (1997). *El proceso de convertirse en persona*. México, Paidós
- 38 Rogers, C. y Freiberg, H. (1996). *Libertad y creatividad en la educación*. México: Paidós.
- 39 Ruano, R. y Serra, E. (2001). *La familia con hijos adolescentes*. España: Octaedro.
- 40 Salazar, J. M. (1978). La Psicología social: una panorámica general (9- 31) En: *Psicología social*. México: Trillas
- 41 Sánchez E. (1993). La relación familia – escuela. En *Pedagogía familiar*. Madrid, Ed. Narcea.
- 42 Sánchez, V. (2002) *Psicología Social Aplicada*. México: Prentice Hall

- 43 Sandino C. (2004). Hogar, dulce hogar. En *Inteligencia Emocional para padres*. Chile: Ed. Planeta Práctico
- 44 Sartre, J. (1999). *El existencialismo es un humanismo*. Barcelona: Edhasa
- 45 Senlle, A. (1988). *Pedagogía Humanista. Lo que educadores y padres deben saber*. Bilbao: Mensajero.
- 46 Tausch, R y Tausch, A. (1987). *Psicoterapia por la conversación. Conversaciones empáticas individuales y de grupo*. México: Herder
- 47 Vasconcelos, E. (1985) *¿Qué es la Psicología Comunitaria?* Salamanca: Eudema
- 48 Yontef, G. (2003). *Proceso y Diálogo en Psicoterapia Gestáltica*. Santiago: Cuatro Vientos.

En red:

1. <http://www.gestiopolis.com>
2. <http://graduado.sagrado.edu>