



**UNIVERSIDAD DE
SOTAVENTO A.C.**



ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**“PROPUESTA DE PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES
PSICOAFECTIVAS EN ALUMNOS DE GERICULTURA DEL CETIS 79, PARA
EL ACOMPAÑAMIENTO DEL ADULTO MAYOR”**

TESIS PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

WILLIAM ROLDÁN ROSAS

ASESOR DE TESIS:

LIC. ADRIÁN PORFIRIO MÉNDEZ FERNÁNDEZ.



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.

“No eres más santo porque te alaben, ni más vil porque te desprecien. Lo que eres, eso eres; y por más que te estimen los hombres, no puedes ser, ante Dios, más grande de lo que eres. ”- Tomás de Kempis.

A mis padres por la confianza, amor y disciplina que me enseñaron para poder ser alguien en la vida y por todos sus esfuerzos para solventarme mis estudios gracias por todo los llevo siempre en mi corazón y mente.

A mis hermanos por ser un gran ejemplo en mi vida, por ser quienes son y por todas las sabidurías que me han compartido.

A Isis Roldán García por todo el amor, inocencia y ternura que a sus pocos años de edad me ha compartido .te amo.

A karime Elidet Hernández Ramos por su fidelidad, compañía y amor gracias por todo lo que me has enseñado eres muy especial en mi vida.

A la lic. En psicología y especialista en psicoterapia humanista Guadalupe Jiménez Sánchez le agradezco muy en especial por compartirme el corazón que da vida a la psicología, sus experiencias y comentarios que gracias a ello soy quien soy.

“GRACIAS A TODOS”

"El hombre superior gusta de ser lento en palabras, pero rápido en obras"

Dedicatoria.

A Ismael Rosas Abad. Q.E.P.D.

A mi familia.

INDICE

AGRADECIMIENTOS.....	I
DEDICATORIAS.....	II
	Página
1. INTRODUCCIÓN	
1.1.- Antecedentes.....	5
1.2.- Justificación.....	7
1.3.-Planeamiento del problema.....	8
1.4.-Objetivos.....	8
1.5.-Hipótesis.....	9
1.6.- Operacionalización de las variables.....	9
1.7.- Limitantes.....	11
II. MARCO TEÓRICO	
2.1 Marco teórico	
2.1. 1 Teoría del yo de Carl r. Rogers.....	12
2.1.2 - Teoría de la gestalt.....	18
2.1.3.- Teoría del aprendizaje significativo.....	36
2.2. Marco histórico	
2.2.1.- Precursores de la gericultura.....	41
2.2.2.- Inicios de la gericultura como especialidad.....	43
2.3. Marco geográfico	
2.3.1- Breve historia del CETis 79.....	45
2.4.- Marco conceptual	
2.4.1 Definiciones de los constructos de la teoría del yo.....	48
2.4.2.- El como, el aquí y el ahora, el contacto, y el funcionamiento del yo.....	56

III. Marco metodológico	
3.1.-Tipo de estudio.....	62
3.2.- Diseño.....	63
3.3 Muestra.....	64
3.4 Instrumentos.....	66
3.5.- Procedimiento.....	69

IV. PRESENTACIÓN Y ANALISIS DE RESULTADOS

4.1.- Análisis del cuestionario.....	70
4.2.- Análisis del TPG.....	102
Conclusión.....	129
Bibliografía.....	131

ANEXOS

I. Cuestionario.....	133
II. Test de psicodiagnostico gestalt de Salama.....	135
III. TALLER.....	138

CAPÍTULO I
INTRODUCCIÓN

1.1 ANTECEDENTES.

La humanidad de acuerdo con la actual tendencia demográfica, la población mayor de 60 años de edad, se ha incrementado en los países de alto desarrollo económico: nuestro país no es un país rico, pero cuando del tema salud se trata nos comportamos como tal.

Ha sido prioridad y voluntad política del estado establecer un sistema de acceso amplio y gratuito a los servicios de salud que ha permitido alcanzar indicadores del primer mundo, es explícito por ejemplo cuando vemos nuestras tasa de mortalidad infantil así como la esperanza de vida del humano al nacer y al alcanzar los 60 años.

Esta situación ha venido a enfrentar a la sociedad a una nueva problemática; la atención a este grupo poblacional en ascenso que tiene además sus características propias y que se acompaña de requerimientos de atención de todo tipo de necesidades, no solo de los enfermos ancianos, sino de la población sana de adultos mayores, ya que existe una enorme carencia de recursos y rezago en relación a las políticas sociales y económicas que se encargan de cubrir todas esas necesidades.

Hay que considerar al adulto mayor como una persona integral, es decir en un contexto holístico, con necesidades físicas o biológicas, psicológicas, sociales y espirituales, y propias.

Entender que el envejecimiento es un proceso individual de adaptación a las variables condiciones provenientes del propio organismo, del medio o de ambos, cuyo carácter depende de cómo se encaren y resuelven los problemas.

Aceptar y asumir las pérdidas inevitables permitirán al anciano sentirse satisfecho ante la vida.

Teniendo en cuenta el cambio demográfico que tiene que asumir la sociedad actual, representada fundamentalmente por un aumento de la población perteneciente al grupo del Adulto Mayor.

El Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia, como parte de sus acciones en beneficio de las personas de la tercera edad, mismas que promueve con liderazgo la Presidenta de este organismo, Rosa Borunda de Herrera, participó en la Exposición Feria del Adulto Mayor en la ciudad de

Coatzacoalcos, con la exposición de diversas ponencias enfocadas en aspectos de maltrato, derechos y enfermedades crónicas degenerativas.

Este encuentro sirvió como marco para mostrar que los adultos mayores son personas que al igual que cualquier ciudadano tienen los mismos derechos y facultades para ejercerlos, así como prevenir padecimientos que afecten su calidad de vida.

Este tema constituye una gran preocupación e interés para la Presidenta del DIF Estatal, Rosa Borunda de Herrera, quien a través de la Dirección de Asistencia e Integración Social, lleva a cabo programas específicos de desarrollo económico, físico y asistencial.

Por su parte, el encargado del programa de Orientación y Gestión Jurídica de la Subdirección de Atención Integral al Adulto Mayor, Juan Carlos Serrano García, destacó dentro de este foro que las personas de la tercera edad tienen derecho a los satisfactores más necesarios como alimentos, bienes y servicios, condiciones humanas o materiales para su atención integral.

A partir de los 60 años de edad, las personas también pueden recibir orientación e información en materia de salud, nutrición e higiene; así como todo aquello que favorezca su cuidado personal y mejoramiento en su calidad de vida, como el deporte, actividades recreativas y de esparcimiento.

Integrantes de los talleres de salsa, ballet folklórico y danzón, del Centro de Atención Integral al Adulto Mayor “La Quinta de las Rosas”, también formó parte de este foro y viajaron al sur del estado para convivir con otras personas de todo el Estado de Veracruz, a invitación de la Secretaría de Turismo y del Centro de Convenciones de Coatzacoalcos.

Con la intervención de organismos estatales, civiles y de la iniciativa privada, los asistentes a este encuentro pudieron apreciar el trabajo y esfuerzo de los integrantes del ballet folklórico “Huitzilli”, del grupo de salsa “Azúcar” y de danzón “Salón México”, de este centro de integración social.

1.2.- JUSTIFICACION.

De acuerdo al ciclo de vida todo ser vivo tiende a morir, el ser humano experimenta, siente, aprende y reflexiona. Sin embargo no ponemos especial atención a la estructura general del acto de muerte ni madurez y aceptación humana sobre ella. Ya que la muerte es un fenómeno irreversible que es la parte final de la vida, es un evento ineludible.

Es importante aprender a morir, ver morir y establecer entre el adulto mayor en tránsito de muerte, su familia y el personal médico que lo atiende, un lazo de confianza, esperanza y buenos cuidados que ayuden a morir con dignidad para tener una muerte adecuada. La calidad de vida del adulto mayor, toda la gama de cuidados y la ayuda a la familia del adulto mayor, son aspectos que deben ser atendidos de manera especial dándole la importancia adecuada para sobrellevar y elaborar el duelo producido por la muerte con valores, principios y respeto. La tanatología es una opción que aborda con una visión integral que también comprende los Aspectos antropológico, psicológico, social, económico, religioso y moral.

Es por eso, que se hizo la propuesta de ayudar a aquellos seres humanos que se enfrentan a la tercera edad y que están inmersos de desesperación, infelicidad, angustia y dolor. Nuestra finalidad es ayudar al bien morir, a morir con dignidad, y aceptar la muerte como un hecho natural, trascendente y vivir el poco tiempo de vida al máximo sin darse por vencido ya que aun hay mucho que hacer en lo psicológico, social y espiritual. Por lo tanto nuestra misión es llevar un beneficio al adulto mayor, familia e institución. En algunas ocasiones tan solo es necesario en causar adecuadamente el proceso y la persona con sus propios recursos continua sola por lo cual es necesario y recomendable dar apoyo para poder iniciar un duelo de manera adecuada. Siendo muchas razones como comprender, entender y hasta sentir lo que esta viviendo el mismo adulto mayor y la familia las cuales nos permiten enfocar un compromiso para abordar diversas temáticas que tienden al perfeccionamiento humano.

La muerte se presenta como un acto puramente humano. Entendiendo a la muerte como un acontecimiento o de cesación en abandono total del ser, en palabras de Heidegger diríamos, "La muerte en el mas amplio sentido es un fenómeno de la vida. La vida debe comprenderse como una forma de ser a la que es inherente un 'ser en el mundo'.

1.3.- PLANTAMIENTO DEL PROBLEMA.

Los alumnos del CET is 79 de la ciudad de Coatzacoalcos Veracruz tienen la gericultura como una especialidad en el área de la salud, la cual esta enfocada al conjunto de conocimientos para el cuidado físico, psíquico, higiénico dietético y social disponiendo de salud, bienestar y desarrollo de capacidades del adulto mayor por lo consiguiente, se hace el siguiente planteamiento:

¿Qué habilidades psicoafectivas deben desarrollar los alumnos de gericultura para brindar un adecuado acompañamiento del adulto mayor?

1.4.- OBJETIVOS.

OBJETIVO GENERAL:

Proponer un programa de habilidades psicoafectivas en los alumnos de gericultura para el acompañamiento del adulto mayor con base a los datos recogidos a través de instrumentos.

OBJETIVO ESPECIFICO:

- Evidenciar la ausencia o presencia de habilidades psicoafectivas en los alumnos de gericultura para el acompañamiento del adulto mayor.
- Ofrecer una alternativa de taller humanista aplicable a los alumnos de gericultura del CETis 79.

1.5.- HIPOTESIS.

El programa de acompañamiento al adulto mayor desarrolla habilidades psicoafectivas como, Empatía, tolerancia, aceptación incondicional y afecto en alumnos de gericultura del CETis 79 de la ciudad de Coatzacoalcos Veracruz.

1.6.- OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.

V. I.: Programa de desarrollo de habilidades psicoafectivas.

V.D.: Acompañamiento al adulto mayor.

VARIBLE	DEFINICION	DEFINICION	INDICADORES
---------	------------	------------	-------------

	CONCEPTUAL	OPERACIONAL	
V. I: Programa de desarrollo de habilidades psicoafectivas.	Conjunto de actividades que propician el desarrollo de capacidades instrumentales, sociales, sistémicas y cognitivas, aplicadas en el área psicoafectivas con actitudes y acciones intencionales.	Acciones relacionadas entre el estado físico y emocional para desarrollar habilidades manuales, motrices y afectivas para un adecuado acompañamiento del adulto mayor.	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilización a través del contacto y convivencia. • Lecturas, relatos y pláticas para el acompañamiento al adulto mayor. • Ejercicios como, caminatas, y actividades al aire libre. • Actividades artísticas como pintura, videos y música.
V.D: Acompañamiento al adulto mayor.	Labor de compartir con otro un sentimiento o estado de ánimo a través de tareas que dan soporte social, espiritual y psicológico.	Apoyo y cuidado personalizado activo y saludable en el proceso de envejecimiento Que lleva de la mano a los adultos mayores a una mejor calidad de vida.	<ul style="list-style-type: none"> • Asistencia a su hogar • Pasar horas juntos y divertirse. • Acompañar a citas médicas. • Salidas de campo

Tabla 1. Operacionalización de las variables

1.7.- LIMITANTES.

Desde un punto de vista conductual, los seres humanos aprenden a proveerse a sí mismos de estimulación, con lo cual aumentan las probabilidades de anticipar la estimulación ambiental, es decir, incrementa su adaptabilidad a eventos futuros similares a eventos de su pasado que hayan tenido algún grado de semejanza.

El bloqueo por parte de los alumnos hace que muestren poco interés, Baja participación resistiéndose a nuevos aprendizajes ante este obstáculo es importante involucrar al alumno y hacerlo participe de su propio aprendizaje y de nuevas herramientas que le den el sentido de poder ayudar a otros que se encuentren en situaciones difíciles o enfermedades dándole pláticas de concientización.

Los aspectos sociales, culturales y espirituales no forman parte de los obstáculos siendo que actualmente existen especialidades como la gericultura que busca mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Así como una nueva tendencia a valorar y cuidar al adulto mayor. Además de que actualmente en México se realizan talleres de baile, pintura y de orientación que sirven como actividades recreativas que mejoran la calidad de vida de adulto mayor.

La propuesta del taller del desarrollo de habilidades psicoafectivas es muy importante llevarlo a cabo, sin embargo a la hora de aplicarlo existen barreras por parte de maestros y de la institución por dificultad de horarios, la atención de los alumnos y resistencia a nuevas propuestas.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1.-MARCO TEORICO.

2.1.1 TEORÍA DEL YO DE CARL R. ROGERS.

La teoría de la personalidad de Rogers se inserta en la tradición fenomenológica, de acuerdo con la cual solo se puede llegar al conocimiento si nosotros atenemos únicamente a la información que llega a través de los sentidos, más allá de los cinco más conocidos. Por lo que la suspensión inicial de las facultades analíticas tales como el juicio y la interpretación, por una parte, y la aceptación de la intuición como método holístico válido de aprehensión, son indispensables.

La teoría de Rogers inicia con tres postulados muy reveladores:

“1).- Todo individuo vive en un mundo cambiante de experiencias de las cuales es el centro... es decir el individuo interactúa en un ambiente donde experimenta diferentes situaciones producidas por su entorno. [Carl Rogers.]

“2).- “El organismo reacciona ante el campo tal y como lo experimenta y lo percibe. Este campo perceptual es para el individuo la ‘realidad’...” [Carl Rogers]

“3).- “El organismo reacciona como una totalidad organizada ante su campo fenoménico...” [Carl Rogers)].

“Es decir el organismo/individuo reacciona como un todo hacia lo que parece ser su realidad, que es una cambiante configuración [Gestalt] de experiencias sensoriales y viscerales. La conducta obedece a factores subjetivos”.

¿De qué depende el que es esta Gestalt experiencial este cambiando? Rogers propone su primer postulado de carácter motivacional: “El organismo tiene una tendencia o impulso básico a actualizar, mantener y desarrollar al organismo experienciante”. Cabe destacar en esta premisa los siguientes aspectos:

1.- Dicha actualización es un proceso integral psicofísico que abarca, una mayor diferenciación de órganos y funciones propias de la vida fetal, la expansión a través del crecimiento en la niñez, y de la reproducción en la etapa adulta, y simultáneamente, en el plano psicológico, una más eficiente autorregulación y una mejor socialización.

2.- La actualización, en tanto que impulso vital, va más allá de la preservación del organismo/individuo e incluye su desarrollo y expansión, el querer ir más allá.

3.- Esta disposición a desarrollarse no está exenta de lucha, dolor y vicisitudes. Desarrollarse no es un movimiento fácil y siempre progresivo.

¿Cómo se manifiesta esta tendencia a la actualización y el desarrollo?

“4) En el cuarto postulado su interacción con la realidad, el individuo se comporta como una totalidad organizada, como una Gestalt.

“5) El quinto postulado es muy esclarecedor al respecto: “La conducta es básicamente el esfuerzo intencional del organismo por satisfacer sus necesidades tal y como las experimenta, en el campo tal y como lo percibe”. Experimentar necesidades y buscar la forma de satisfacerlas es índice de actualización y desarrollo. En este caso se desprenden importantes corolarios:

1.- Las necesidades, experimentadas como tensiones fisiológicas, son la base motivacional de la conducta.

2.- La conducta es “causada” no por lo que sucedió en el pasado sino por lo que está ocurriendo en el presente. Por las necesidades experimentadas aquí y ahora.

3.- La conducta es ante todo un acto propositivo centrada en la satisfacción de las necesidades.

4.- Las necesidades son susceptibles a la influencia del condicionamiento cultural, de tal forma que pueden ser ignoradas, relegadas, distorsionadas y suplantadas por otras socialmente válidas, con el consecuente deterioro del proceso de actualización original. Si bien tenemos una tendencia innata a la actualización y desarrollo las circunstancias ambientales pueden afectar el curso y expresión del mismo.

¿Qué papel juegan las emociones en todo este proceso? Rogers es muy claro: “6) “La emoción acompaña y en general facilita esta conducta intencional; el tipo de emoción está relacionado con los aspectos de búsqueda vs. Aspectos consumatorios de la conducta, y la intensidad de la emoción con la significación percibida de la conducta para la preservación y desarrollo del organismo”. Llamamos la atención tres aspectos de este postulado:

1.- La emoción sólo acompaña a la conducta.

2.- El tipo de emoción que acompañe a determinada conducta depende de “qué se busque y qué se logre encontrar”

3.- La intensidad de la emoción depende de que tan importante sea considerada por el organismo/individuo para su preservación y desarrollo. Las emociones son las señales que revelan el curso de nuestro proceso de actualización.

El siguiente postulado de la teoría de la personalidad de Rogers cae por su propio peso, "7).-La conducta del organismo solo puede ser comprendida desde el particular contexto de percepciones, necesidades, emociones, etc. Del propio individuo. Es decir, la conducta es el resultado de una configuración personal integrada por las experiencias sensoriales [relativas al medio ambiente], las experiencias viscerales [necesidades y emociones], los procesos de simbolización y el logro de la meta [satisfacción de necesidades]. La forma objetiva de la conducta por sí misma y sus nexos ambientales no puede revelar su significado total.

Y aquí vienen una serie de postulados que inciden directamente con la autoestima es decir a los concernientes al sí-mismo.

"8).- Una parte del campo perceptual total se diferencia gradualmente, constituyendo el sí-mismo.

"9).- Como resultado de la interacción con el ambiente, y particularmente como resultado de la interacción valorativa con los demás, se forma la estructura del sí-mismo: una pauta conceptual organizada, fluida pero congruente, de percepciones de las características y relaciones del "yo" o del "mi" conjuntamente con los valores ligados a estos conceptos.

"10).- Los valores ligados a las experiencias, y a los valores que son parte de la propia estructura, en algunos casos son valores experimentados directamente por el organismo, y en otros son valores introyectados o recibidos de otros, pero percibidos, de una manera distorsionada, como si hubieran sido experimentados directamente.

La primera gran distinción importante tiene que ver con el sí-mismo y su estructura. El uno tiene que ver más con las experiencias sensoriales y viscerales y el otro con los procesos de simbolización. El primero está mejor fincado en la biología del organismo, y es intrínsecamente congruente, mientras que el segundo es influido poderosamente por el entorno social, al punto de que los valores que lo rigen pueden ser contrarios a los organísmicos, frecuentemente no se puedan distinguir de éstos, y requiere de un esfuerzo especial para mantener su consistencia respecto a la información que proviene de la experiencia. Lo que

el individuo cree de sí mismo coincide en diversos grados con lo que es, y puede llegar a ser “más importante” que su sí-mismo real.

Los siguientes dos postulados revelan la relación que existe entre la estructura del sí mismo y el comportamiento.

“11).- A medida que se producen experiencias en la vida del individuo, éstas son; a) simbolizadas, percibidas y organizadas en cierta relación con el sí-mismo,
b) ignoradas porque no se percibe ninguna relación con el sí-mismo.
c) se les niega la simbolización o se les simboliza distorsionadamente porque la experiencia no es compatible con la estructura de sí mismo.

“12).- La mayoría de las modalidades de conducta que el individuo adopta son compatibles con el concepto de sí-mismo.”

Primero, cómo se fractura aparentemente la “totalidad” del individuo, al tener dos fuentes de información que pueden ser incompatibles: la experiencia y sus procesos de simbolización, el sí-mismo y su estructura, sus propias necesidades y las de los demás. Segundo, cómo es importante la congruencia y en aras de lograrla puede sacrificarse información valiosa de sí-mismo pero percibida como “amenazante”. Y tercero, cómo el significado de sus propias experiencias puede ser distorsionado para preservar la aceptación de los demás, y la consistencia de la estructura del sí-mismo. El problema de la autoestima tiene una doble vertiente: a) la confusión entre lo que soy, lo que creo que soy, y b) un no tener claros los parámetros que me indiquen qué información debe ser la más importante para mí.

Los siguientes tres postulados de la teoría tienen que ver con la disfuncionalidad de la personalidad.

“13).- La conducta puede surgir en algunos casos, a partir de las experiencias y necesidades orgánicas que no han sido o simbolizadas. Tal conducta puede ser incompatible con la estructura del sí-mismo, pero en esos casos el individuo no es dueño de sí.

“14).- La inadaptación psicológica se producen cuando el organismo rechaza de la conciencia, experiencias sensoriales y viscerales significativas, que en consecuencia no son simbolizadas y organizadas en la totalidad de la

estructura del sí-mismo. Cuando se produce esta situación hay una tensión psicológica básica o potencial.

“16).- Cualquier experiencia incompatible con la organización o estructura de la persona puede ser percibida como una amenaza, y cuanto más numerosas sean estas percepciones, más rígidamente se organiza la estructura de la personalidad para preservarse”

Como se aprecia, aunque no se simbolizan las experiencias que se contraponen con la estructura del sí-mismo, de todos modos afectan y se traducen en comportamientos, o sea el organismo manifiesta su supremacía sobre el intelecto. Se requiere de un “esfuerzo” especial para prever la amenaza y contrarrestarla a través de un sistema de defensas que aminoran el riesgo pero que, por su rigidez, facilitan otras situaciones de incongruencia. Entre más nos defendemos para mantener una imagen de lo que creemos que somos o deberíamos de ser, mayor es la cuota de salud mental que pagamos.

¿Entonces cuál sería el modo óptimo de funcionamiento de la personalidad y cómo propone Rogers restituirlo? La respuesta la encontramos en los siguientes postulados:

“15).- La adaptación psicológica existe cuando el concepto de sí mismo es tal que todas las experiencias sensoriales y viscerales son, o pueden ser, asimiladas en un nivel simbólico en relación compatible con el concepto que de sí.

“17).- En ciertas condiciones, que implican principalmente una ausencia total de amenaza para la estructura del sí-mismo, se pueden percibir y examinar experiencias incompatibles y se puede revisar la estructura del sí-mismo para asimilar e incluir tales experiencias.

“18).- Cuando el individuo percibe y acepta en un sistema compatible e integrado todas sus experiencias sensoriales y viscerales, necesariamente comprende más a los demás y los acepta como personas diferenciadas.

“19).- “A medida que el individuo percibe y acepta más experiencias orgánicas en su estructura del sí-mismo, encuentra que está reemplazando su actual sistema de valores –basado en gran medida en introyecciones simbolizadas de manera distorsionada – por un proceso continuo de evaluación organísmica.”

La imagen distorsionada de sí mismo tiene su origen pues en la censura de los otros respecto a nuestras experiencias sensoriales, necesidades, emociones y conducta. En aras de la aceptación, necesidad crucial para todos los seres humanos, sacrificamos nuestro centro valoral real [el organísmico] y lo suplimos con los criterios ajenos, los cuales introy ectamos. La clave está en proporcionar condiciones de respeto, aceptación, empatía y congruencia, para que la persona deje de sentirse amenazada por las experiencias incongruentes con su estructura, las pueda reconocer como propias y asimilarlas a su estructura, lo cual implica una reconfiguración que la aproxime progresivamente al sí-mismo real. En otras palabras, si soy aceptado incondicionalmente, aprenderé a aceptarme incondicionalmente y lograré aceptar a los demás de la misma manera.

1.- La autoestima y postulados en el sistema teórico de Rogers, Artículo publicado en el siguiente "link" en Internet:

<http://www.psicologia-online.com/colaboradores/cvasquez/rogers.htm>

2.1.2 - TEORÍA DE LA GESTALT.

El enfoque gestalt:

El enfoque gestalt hace énfasis en la visión de que el individuo es un ser creativo en constante crecimiento y capaz de guiar conscientemente su comportamiento, desarrollando su máximo potencial en direcciones que logren finalmente su límite máximo. Individuos únicos e irrepetibles y, encontrando por sí mismo las soluciones a sus problemas existenciales asumiendo la responsabilidad de manejar su vida.

Por lo tanto, la relación terapéutica se desarrollará en un ambiente de profundo respeto a la persona, facilitando las experiencias que promuevan su crecimiento y autoconfianza.

La terapia Gestalt es un modelo de psicoterapia que percibe los conflictos y la conducta social inadecuada como señales dolorosas creadas por polaridades. Conflicto que puede ser de naturaleza interna al individuo o [intrapsíquico] o que puede manifestarse en la relación interpersonal entre dos individuos [interpsíquico].

Este enfoque centra la atención en la conducta presente y exige la participación activa del terapeuta para facilitar en el paciente el proceso del darse cuenta de sí mismo, como un organismo total que es, aprendiendo a confiar en él y obtener el desarrollo óptimo de su potencial.

Lo innovador de esta corriente consiste, en que no sólo se ocupa del síntoma, al que consideramos como un intento de solucionar un problema interno y que implícitamente nos avisa que las necesidades del individuo no ha desaparecido, sino que más bien cambió su expresión, la cual se detecta como ganancia secundaria. Por ello no nos centramos en que la persona elimine los síntomas, sino en investigar y favorecer la toma de conciencia de la relación que ésta tiene con lo que le sucede en ese preciso momento para que pueda tomar el control desde la raíz y resolverlo de acuerdo a su necesidad.

Este enfoque se ocupa de la existencia total del individuo y sus relaciones. Es un concepto holístico que incluye también el ambiente con el que interactúa afectándolo y siendo afectado por el mismo.

Esta comprensión holística incluye el funcionamiento de su cuerpo físico, emocional, pensamiento, cultura y sus expresiones sociales en un marco unificado. Cuando estudiamos procesos, es conveniente también estudiar el contexto en el cual se presentan.

PRINCIPIOS DE LA TERAPIA GESTALT.

Contacto:

Esta palabra Gestalt es un darse cuenta sensorial aunado a una conducta motora es decir en contacto con objetos, personas, ambientes y uno mismo. Los conceptos más importantes son límite o frontera del contacto, que es aquello que enmarca lo que ocurre, es decir dentro de éste se llevara a cabo la interacción entre el individuo y su ambiente.

Según la teoría Gestáltica, siempre estamos en contacto y, lo que es más, Perls

Proponía que: “necesitamos el contacto, tanto como necesitamos el comer o dormir....,” no existe ninguna función de ningún animal que se complete por sí misma, es decir sin objetos o ambiente. La importancia del concepto límite o frontera de contacto radica en la experiencia del organismo y su ambiente. La experiencia es una función de la frontera de contacto. Limita al organismo y su ambiente, lo contiene, lo protege y al mismo tiempo lo toca. Es decir el individuo contacta a su ambiente según el individuo y su contexto.

El contacto resultará en asimilación y crecimiento por medio de la formación de una figura de interés contra un fondo o contexto del campo organismo/ambiente.

“El contacto es básicamente un darse cuenta de una conducta hacia lo nuevo y asimilable. Lo que permanece siempre igual es indiferente para el organismo”

Ejemplo: No estamos en contacto con nuestros órganos internos a no ser que exista una situación novedosa como dolor y entonces se contacta. Así se puede concluir que todo el contacto es creativo y dinámico.

En la terapia Gestalt, Los términos consciente e inconsciente en la práctica no se utiliza.

2.- El enfoque Gestáltico testimonio de Terapia Fritz Perls Pág. 29,30 y 31.

Darse cuenta:

Se caracteriza por el contacto, el sentir, la excitación y la formación de una gestalt. A diferencia del contacto que puede existir sin el darse cuenta, pero el darse cuenta no puede existir sin el contacto. El sentir determina la naturaleza del darse cuenta informa sobre la cercanía o lejanía del objeto. La excitación, es un excelente término que nos indica con claridad otra de las propiedades del darse cuenta ya sea física o emocional. La formación de una Gestalt siempre acompaña al darse cuenta. El esfuerzo básico en la terapia gestalt es que el individuo se dé cuenta de cómo está funcionando ahora, como organismo y como persona. Darse cuenta es el sentir espontáneo que aflora en la persona, en lo que está haciendo, sintiendo o planeando; introspección al contrario, es dirigir deliberadamente la atención a cualquier una de estas actividades de manera evaluadora, correctora, controladora o como interferencia, que a veces por el simple hecho de prestarle este tipo de atención modificada o previene su aparición en el darse cuenta.

La técnica de concentración es el darse cuenta focalizado nos da una herramienta de terapia en profundidad más que en extensión. Se concentra en cada síntoma, cada área del darse cuenta, el individuo aprende muchas cosas sobre sí mismo y de su neurosis. Aprende lo que está viviendo realmente, aprende cómo lo está viviendo y aprende cómo sus sentimientos y su comportamiento en un área se relacionan con estos mismos pero en otra área.

Perls, Hefferline y Goodman explican que la psicoterapia Gestalt tiene énfasis en el darse cuenta ya que en esta área es donde la mayoría estamos afectados.

Cuando se aprende la técnica del darse cuenta, para dar seguimiento o para mantenerse en contacto con una situación cambiante, con el fin de que su excitación, interés y crecimiento continúe, no es ya más neurótico, no importando que sus problemas sean internos o externos.

3.-El enfoque Gestaltico testimonio de Terapia Fritz Perls Pág. 69, 70, 71

Figura-fondo:

Los terapeutas gestálticos consideran a la conducta motora y a las cualidades perceptuales de la experiencia del individuo como organizadas por las necesidades orgánicas más relevantes. El individuo normal se forma una configuración o Gestalt, siendo la figura que lo organiza la necesidad dominante, el individuo hace frente a esta necesidad contactando el ambiente con alguna conducta sensoriomotora.

Cuando una necesidad es satisfecha. La Gestalt organizada se completa o cierra y no ejerce más influencia; el organismo queda libre para formar nuevas Gestalten. Cuando la figura y el fondo no conforman una Gestalt clara o cuando los impulsos no pueden ser expresados, aparece la psicopatología.

Cuando una persona se está dando cuenta realmente, la figura que se forma es más clara, de percepción vivida y ésta puede manifestarse en una imagen o en un insight: Cuando la conducta motora [lo que se está haciendo] es congruente con la figura entonces se aprecia un movimiento rítmico, energético, gracioso, que continúa, etc. La necesidad y la energía del organismo más las posibilidades del ambiente son incorporados y enfocados en la figura.

El proceso de formación Figura-Fondo es dinámico y ocurre cuando las necesidades, urgencias y recursos que se hallan en el campo progresivamente otorgan sus poderes de interés, brillantez y fuerza a la figura dominante, el concepto Figura-Fondo viene a reemplazar el concepto psicoanalítico de inconsciente.

Figura-Fondo conlleva una fase de destrucción y agresión. Cuando una nueva configuración llega, la manera previa de contacto y el estado que se estaba siendo contactado son destruidos en pro de un nuevo contacto.

La destrucción del status quo puede despertar miedo, interrupción o ansiedad que será directamente proporcional a la inflexibilidad neurótica de cada uno. La única solución a este tipo de problema, es el experimentar la ansiedad o la angustia que éste conlleva, sabiendo que no es intolerable, dado que la energía perturbadora fluye junto con la nueva figura. Es importante lograr una figura fuerte, en que ésta es Per-se la cura y no sólo un signo de cura, ya que es en sí misma la integración creativa de la experiencia.

Holismo:

Para Frederick Perls lo importante no es proponer una concepción holística universal, más bien propone que el hombre es un organismo unificado.

Esta concepción es básica en la obra de Perls, ya que sostiene una de las premisas más importantes de la terapia Gestalt: No brindar prioridad al pensar o a la racionalización y sí equilibrar en importancia los mensajes dados por el resto del organismo, es decir, la comunicación no verbal. También este concepto de totalidad sostendrá lo que para la Gestalt es una de las funciones más importantes del organismo. El contacto.

Homeostasia:

Otra de las premisas importantes de la Gestalt es aquella que dice así: "Toda la vida y todo el comportamiento son gobernados por el proceso que los científicos denominan homeostasis y los legos adaptación. Mediante el cual el organismo mantiene su equilibrio y por lo tanto su salud, en medio de condiciones que varían". Este proceso que permanentemente está en busca de equilibrio está al servicio de satisfacer las diferentes y continuas necesidades Tanto físicas como psicológicas del organismo.

Si el desequilibrio se prolonga y el organismo es incapaz de satisfacer la necesidad apremiante, está enfermo, si definitivamente falla, el organismo muere. Podemos llamarle al proceso de la autorregulación mediante el cual el organismo interactúa con su ambiente.

4.-Héctor Salama Penhos, DRA. Rosario Villareal B. (1992). El Enfoque Gestalt una Psicoterapia Humanista (2a. Ed.). Pág.6 y 7.

Aquí y ahora:

Las dimensiones de pasado y futuro acreditan lo que fue y lo que puede ser algún día, estableciendo así las fronteras psíquicas para la experiencia presente y el contexto psíquico que da al individuo el fondo necesario para que exista como figura.

Cualquier cosa que sea actual, desde el punto de vista tiempo, siempre sucede en el presente. Lo que ocurrirá en el futuro será actual en ese tiempo, pero lo que es actual, y por esta razón lo único de lo que puede darse cuenta uno,

tiene que estar en el presente. Para poder desarrollar el sentimiento de actualidad, palabras como ahora y en este momento son subrayadas por el enfoque gestalt. De igual manera lo que es actual para ti, tiene que suceder donde tú estás, por esto la importancia del aquí. No puedes en este momento vivenciar directamente ningún suceso que no esté aconteciendo dentro del rango de tus receptores. Tal vez los puedes imaginar, pero lo que estás haciendo es pintarlo para ti mismo y la conducta de imaginarse está sucediendo aquí donde estás.

Cuando los gestaltistas hablan de presente se refieren de inmediato aquí y ahora, el momento de tu rango de atención presente, el momento que está siendo ahora mismo. Si el individuo llega a sesión y habla de lo que le sucedió una hora antes o lo que le sucederá una hora después; no es ahora”.

Para Frederick Perls era muy importante que las personas que lo escuchaban asimilaran este concepto:

“En mis charlas sobre terapia gestáltica me guía sólo un propósito: Impartir una fracción del significado de la palabra ahora. Para mí sólo el ahora existe. Ahora=experiencia =conciencia=realidad. El pasado ya no está y el futuro no ha llegado todavía, únicamente el ahora existe” 5.- [FREDERICK PERLS] El enfoque Gestaltico Pág. 124 y 125.

El darse cuenta es una experiencia sensorial que ocurre en el ahora. El contacto también sucede en el ahora. Se puede contactar al mundo o ahora se pueden contactar memorias del pasado o expectativas del futuro. El presente es una transición continua entre el pasado y el futuro. Por ejemplo: En pacientes que no conocen cómo está siendo su conducta actual, otros viven en el presente como si no tuvieran pasado y la mayoría viven el futuro como si fuera ahora.

Laura Perls “expresa” que el “aquí y el ahora” es lo que le da su carácter fenomenológico-existencial a la terapia Gestalt. Lo expresa así:

“Cuando existe, existe aquí y ahora. El pasado existe ahora como memoria, nostalgia, reproche, resentimiento, fantasía, leyendo o historia. El futuro existe aquí y ahora en el presente actual, como anticipación, planificación, ensayo, expectativa y esperanza o temor y desespero. La terapia- Gestalt lo asume tal como es ahora y aquí, no como ha sido o puede llegar a ser. Es un enfoque fenomenológico-existencial, en la medida en que es experiencial y experimental”.

6.- [“LAURA PERLS”] El enfoque Gestaltico Pág. 126 y 127.

Top dog y under dog [Perro de arriba y perro de abajo]:

Los opuestos polar es y universales que aparecen en forma de innumerables papeles específicos, han sido calificados por Frederick Perls como el perro de arriba y el perro de abajo. Patricia Baumgardener, lo menciona como persona superior y persona inferior; cuyos papeles básicos son en el mismo orden; “tú debes” y “no puedo”.

Los papeles del Top dog se distinguen por ser directivos: controla, abruma, sermonea, intimida, amenaza, sabe todo e impone sus propias reglas a los demás y a sí mismo, básicamente emplea palabras.

El under dog, trata de controlar indirectamente, mediante la pasividad; sabotea, olvida, llega tarde y no puede evitarlo, se esfuerza mucho y fracasa, aplaza todo, se confunde y no se compromete.

Los papeles de persona inferior y persona superior se juegan generalmente para obtener control. El objetivo es la manipulación del sí mismo y los demás. Se preparan complicadas producciones teatrales ficticias con el propósito de lograr lo que desea y evitar lo que no se desea. Cualquiera que sea la forma, el resultado es el mismo: nadie obtiene nada auténtico, toda comunicación se obstruye y lo único que queda es la lucha por el control. De manera superficial, el Top dog parece ser más vigoroso, en la realidad domina el under dog. Aparece entonces una “locura de control”, según la expresión de Fritz, que inevitablemente da por resultado que el que pretende controlar se sienta completamente controlado.

7.- El Enfoque Gestalt una Psicoterapia Humanista (2a. Ed.)

Vacío:

Este es un bloqueo que el paciente se opone al darse cuenta y es lo que él experimenta como vacío. Al trabajar con este fenómeno se utilizará el proceso que Frederick Perls postulaba de la siguiente manera: “convertir el vacío estéril en vacío fértil”

La persona siente un hueco o espacio dentro de su ser físico, se siente afligida y carente de algo; Así pues, se le invitará a que penetre en su vacío, a que viaje por él y describa lo que sucede, encuentra o ve. Si el individuo está dispuesto a prescindir de sus intentos de control y arriesgarse a viajar por su vacío, comenzará a descubrir la oscuridad, cederá a la luz y el vacío a un mundo viviente. Al ver, oír, tocar, todavía en su viaje por ese vacío que ahora se hace fértil, empieza a responder emocionalmente a lo que se percibe. Ha transformado su experiencia inicial de vacío y depresión a otra de vitalidad y fluidez.

8.-El Enfoque Gestalt una Psicoterapia Humanista (2a. Ed.)

Ciclo de la experiencia:

Es un ciclo psicofisiológico que se lleva a cabo continuamente en toda persona; se relaciona con la satisfacción de necesidades y se le puede llamar también Ciclo de Autorregulación Organismica. En la terapia Gestalt, es importante detectar los bloqueos que pueden presentarse en este ciclo y es notorio que conforme la terapia progresa, la persona fluye más fácil y confortablemente, experimentando y utilizando su energía de manera tal que le permita un funcionamiento total, es decir, sin interrupciones. Actuará de tal manera que no desperdicie su energía y será capaz de integrar creativamente sentimientos conflictivos en él mismo, en vez de presionar a su propio organismo o polarizar su conducta.

El Ciclo de la Experiencia expresa de manera didáctica y clara en qué momento del proceso y cómo se presentan las interrupciones, es un proceso dirigido a lograr el objetivo final de la necesidad de ese momento, en términos gestálticos: el proceso que nos lleva al contacto que implica vivencia y resolución total de algún asunto inconcluso.

Zonas de relación:

Se le llama parte pasiva a la acción del organismo hacia su zona externa, es decir que sólo se conecta con la zona interna, en la parte activa la energía orgánica se pone en acción con su campo, dentro de un contexto único e irrepetible, o sea, se relaciona con la zona externa.

Ya identificadas las partes pasivas y activas hemos dibujado una línea perpendicular a la anterior que divide el círculo en cuatro cuadrantes, donde se localizan didácticamente las zonas de relación en función del satisfactor predominante [Zonas de relación y sus cuadrantes en el ciclo mas adelante] por ejemplo:

Zona interna:

Representa la parte del organismo que va desde la piel hacia dentro, incluyendo el contacto con las relaciones del cuerpo a través de los nervios propioceptivos y la expresión emocional del mismo; se encuentra en el primer cuadrante.

Zona intermedia o de la fantasía:

Incluye los procesos mentales, tales como: ideas, fantasías anatómicas o catastróficas, la memoria, etc. Se localiza en el segundo cuadrante.

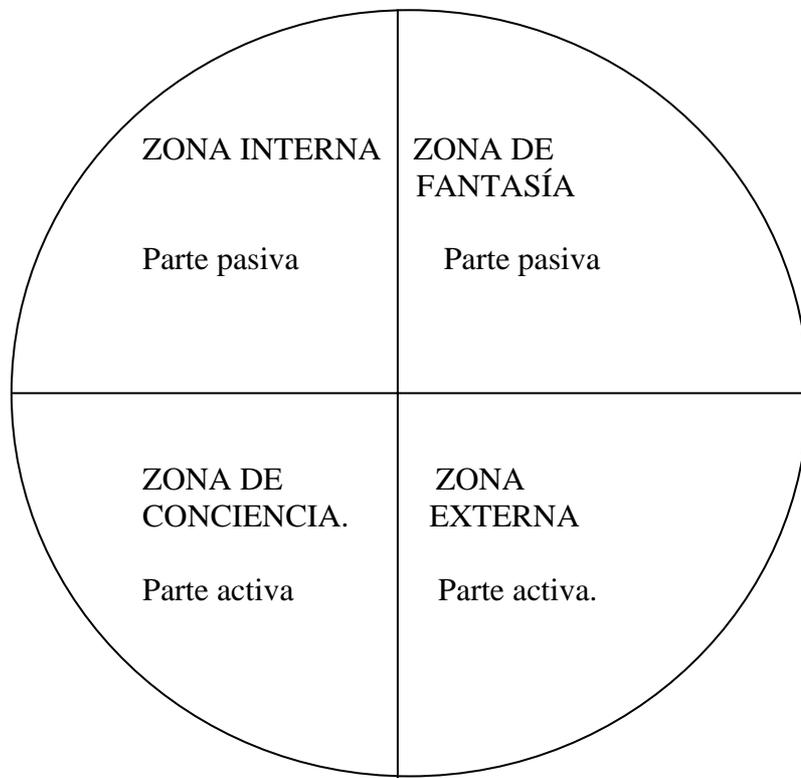
Zona externa:

Va desde la piel hacia fuera e incluye el contacto del organismo con el ambiente por medio de los sentidos. Se localiza en el tercer cuadrante.

Continuo de conciencia:

Representa la integración de las tres zonas de relación, es decir, implica que la energía del contacto entre el organismo y su medio ambiente fluye libremente, asimilando lo que le ha servido, y eliminando lo que no necesita o es tóxico. Esta en el cuarto cuadrante.

ZONAS DE RELACIÓN Y SUS CUADRANTES EN EL CICLO.



Ubicación de fases y trayecto de la energía:

Presentamos a continuación las diferentes fases o etapas que componen el ciclo, mencionando una breve definición de cada una de ellas. Como se verá el ciclo está dividido en ocho partes o fases, el cual es el resultado de separar cada cuadrante en dos partes.

Las etapas del ciclo de la experiencia:

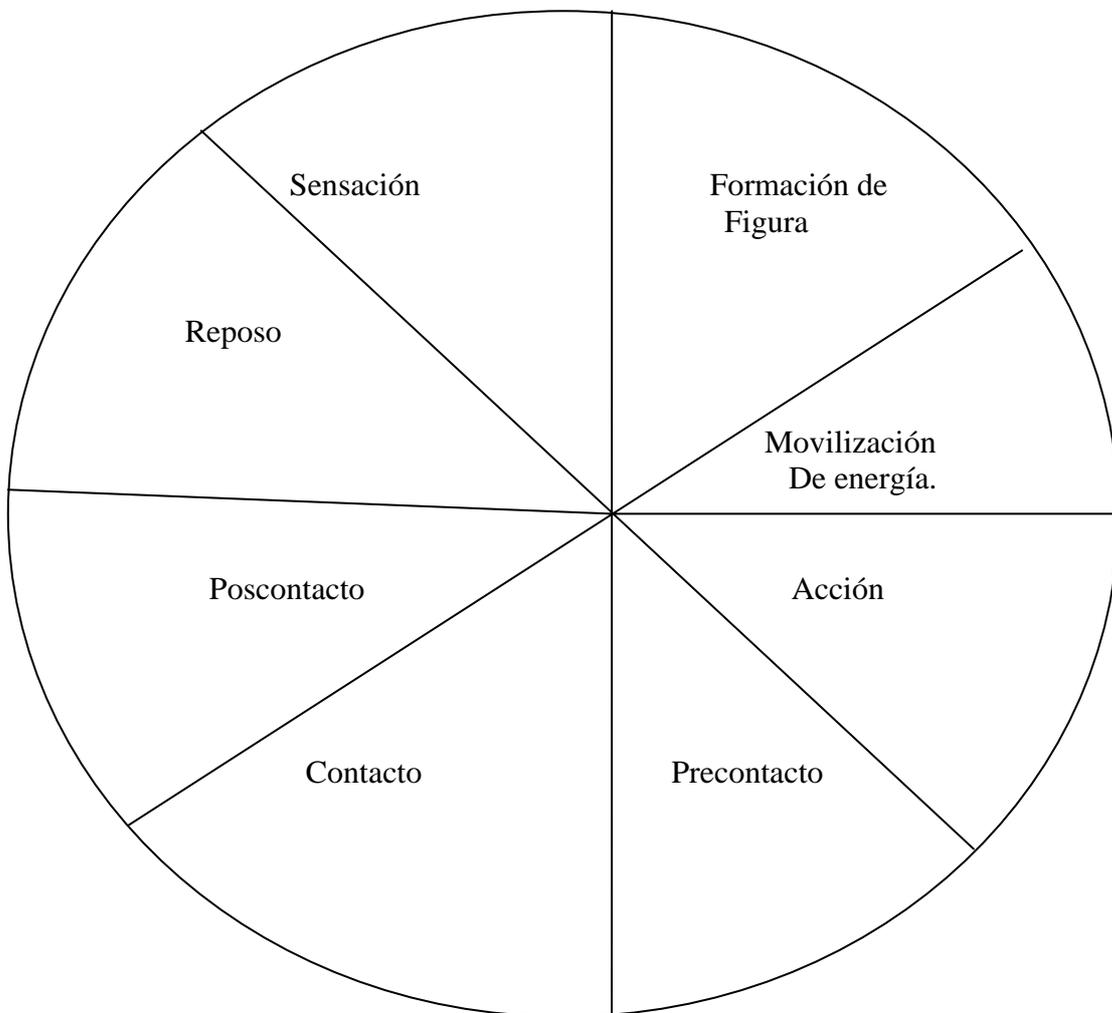
- **Reposo o retraimiento:** En esta etapa el individuo ha resuelto una necesidad y aparentemente se encuentra sin ninguna necesidad. Puede estar relajado o totalmente concentrado.
- **Sensación:** En esta etapa la persona es distraída de su estado de reposo anterior, al sentir físicamente algo que todavía no ha definido.
- **Darse cuenta:** El individuo concientiza o comprende a qué se debe la sensación que tiene y en este momento ya la puede llamar hambre o tristeza, enojo, etc.
- **Energetización o movilización de la energía:** La persona moviliza energía, la fuerza o la concentración necesaria para llevar a cabo lo que su necesidad le demanda.
- **Contacto:** En esta etapa se culmina el proceso, el individuo encuentra satisfacción y disfruta el haber alcanzado lo que se proponía. La culminación de la etapa es cuando el individuo experimenta que ya está satisfecho, que ya se siente bien, que puede comenzar otro ciclo y despedirse de éste.

Sin embargo existen interrupciones en el ciclo de la experiencia. Es decir que posiblemente el individuo se encuentre con interrupción entre las etapas del ciclo. Tomando en cuenta que es un proceso terapéutico, básicamente se ensayaré el

que aprenda a quedarse con sus sentimientos y dejarlos ir hasta lograr el encuentro con su propio ritmo.

Haciendo una descripción somera de cada fase a continuación el ejemplo de una necesidad fisiológica como el hambre:

- Estoy tranquilo durante la mañana [Reposo]
- Inicia una [Sensación] de vacío en el estómago.
- Luego me doy cuenta [Formo la figura] que tengo hambre.
- Pienso en las alternativas [Muevo mi energía] que tengo que ir a comer y decido ir a la pizzería de Don pepe.
- Me dirijo hacia la pizzería [Acción]
- Localizo el lugar, entro y pido la pizza que me gusta [Precontacto]
- Me traen la pizza y comienzo a comer [Contacto].
- Satisfecha mi necesidad me retiro del lugar [Poscontacto].
- Estoy en equilibrio nuevamente [Reposo], y esperando que surja una nueva necesidad para satisfacerla.



IDENTIFICACIÓN DE LAS FASES EN EL CICLO.

Los mecanismos de defensa:

La Transacciones de la Resistencia, título muy adecuado desde el punto de vista gestáltico, ya que el sujeto encauza su energía de modo que entabla un contacto, si sus esfuerzos no rinden el fruto deseado, se queda con una larga lista de molestos sentimientos. Ira, confusión, fastidio, resentimiento, impotencia, decepción. Entonces debe desviar su energía hacia un determinado número de posibilidades, todas las que reducen la probabilidad de una interacción plena con el ambiente.

La introyección es el mecanismo neurótico mediante el cual incorporamos dentro de nosotros mismos patrones, actitudes, modos de actuar y pensar que no son verdaderamente nuestros. Cuando el introyector dice: "yo pienso", generalmente quiere decir "ellos piensan".

En la proyección el individuo no puede aceptar sus propios actos o sentimientos, por que "no debería" actuar o sentirse así: El no reconoce su culpa y la achaca a cualquiera, menos a si mismo. Sin olvidar que el neurótico no sólo proyecta ideas hacia el mundo externo, también lo hace consigo mismo.

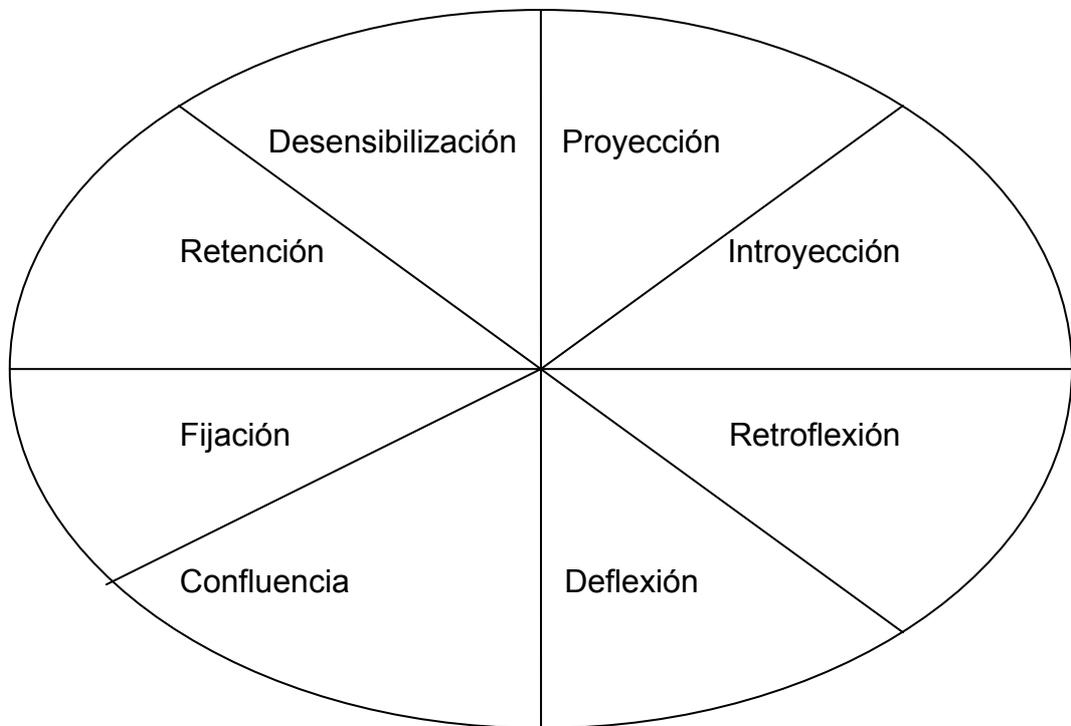
La retroflexión los Polster plantea que "esta es la función hermafrodita por lo que el sujeto vuelve contra sí mismo, lo que querría hacerle a otro o se hace a sí mismo lo que querría que otro le hiciera. Perls dice que ningún humano puede pasar su vida dejándole rienda suelta a cada uno de sus impulsos. Al menos algunos tienen que ser controlados. Pero el resiste impulsos destructivos deliberadamente es bastante diferente a volverlos contra uno mismo.

El retroreflector sabe cómo trazar una línea demarcatoria entre él y el ambiente y dibuja una línea clara y nítida por la mitad, pero la traza por el medio de si mismo. Dentro de la retroflexión existen dos niveles de toxicidad según Polster y Polster. El menos tóxico es aquél en el que el sujeto se da a si mismo lo que necesitaría de otro, se toca, se compra cosas, etc. El otro nivel, más difícil de vencer, es aquel en el que esta atención a sus necesidades es mínima "ha llegado a sentirse a sí mismo como intocable, ni siquiera puede autogratificarse"

La Confluencia es cuando el individuo no siente ningún límite entre el mismo y el ambiente que lo rodea, Cuando siente que es uno con él, se dice que está en confluencia con el ambiente. Las partes y el todo se hacen indistinguible entre sí, por ejemplo un niño recién nacido vive en confluencia con su ambiente.

Por su parte la Deflexión este tipo de regulación fue aportado por Erving y Miriam Polster. Por lo general las deflexiones en general, tienden a destañir la vida, la acción dirigida hacia algo no llega a su objetivo, pierde fuerza y efectividad. Ejemplo: reírse al hablar de algo serio, hablar a un público de mediana educación en términos abstractos o difíciles de comprender para ellos, no ver al interlocutor, prefiere emociones débiles a las intensas, etc. El conflicto empieza cuando el sujeto se acostumbra a la deflexión o la utiliza con ese caso discernimiento. Aunque este tipo de mecanismo por lo general es limitativo, como todos los anteriores, puede resultar útil. Por ejemplo: Cuando existe una situación demasiado candente para manejarla y se decide por un manejo "político" de la misma.

IDENTIFICACIÓN DE LOS BLOQUEOS EN EL CICLO.



El manejo terapéutico:

Lo que importa, como terapeuta; no es lo qué se haga sino el cómo se trabaje y que el objetivo que tenga sea hacia la auto-realización del individuo.

Nosotros trataremos de aportar desde el enfoque gestalt un intento investigativo que pueda contribuir al conocimiento científico de la conducta humana.

El Yo puede definirse, como la parte de la personalidad del sujeto que tiende siempre al éxito. El Yo Tiene como atributos, entre otros la conciencia implícita en el darse cuenta, y es portavoz del sí mismo o Self.

Pseudo yo, lo define Hector Salama como la parte de la personalidad ajena al buen funcionamiento de la misma que presenta resistencias al cambio y por lo tanto, es contrario a la salud. Su particularidad es ser automático y no-consciente.

Para crear nuevos cordones neuronales que pueden convertirse en aprendizaje de conductas adecuadas al yo, se necesita liberar energía del pseudo yo. Si el Yo se diferencia del Pseudo yo, crece; si confluye, entonces se estanca, se paraliza y decrece.

EL Yo: Se considera como una estructura neurofisiológica multifuncional [grupo neuronal con memoria específica] que aparece en el ser humano desde los 3 meses de edad a partir de una matriz diferenciada y se basa en el desarrollo del juicio de Realidad, esto último se define como la capacidad de distinguir el mundo interno del mundo externo.

Se apoyará en el proceso secundario llamado capacidad de Espera, la cual se desarrolla a través de la leve y continua frustración de las necesidades del niño.

Héctor Salamá Penhos opina que el Pseudo yo se desarrolla antes que el yo en tiempo, ya que aparece cuando aún no está desarrollada la capacidad de diferenciación yoica.

El sí mismo tiene como vocero al Yo. Y a su vez éste cuenta con subfunciones como por ejemplo: el observador, el ejecutor, el comentarista, el compartidor, el lector, el regulador, el analítico, el que diferencia, el que aprende, el que siente, el que admira, el que escucha, etc.

La metacomunicación: Es una posibilidad de comunicarse acerca de lo que se comunica, es el instrumento que utilizan las subfunciones del Yo observador, del Yo analítico y del Yo ejecutor.

Cuando se establece el pseudo yo , como contenedor de experiencias y mensajes que vienen del mundo externo que rodea al individuo. Para ello necesita usar energía específica para asociar, sin conciencia, los datos percibidos y con ello preservarse en su medio.

El montante de afecto y sensaciones ya está instalado, se convertirá en el más importante receptor de mensajes no conscientes que a la postre serán los encargados de crear la neurosis.

El Yo necesita energía que tomará de su polaridad: el pseudo Yo. Justamente por ello, la psicoterapia Gestalt logra objetivos al facilitar experimentos vivenciales que incrementan la energía en el Yo, debilitando al Pseudo yo y por consecuencia a la neurosis.

Héctor Salama Penhos cree que el pseudo yo iniciará inmediatamente un ataque contra el Yo, con el objeto de recuperar la energía que le fue quitada, al mismo tiempo que tratará de evitar su propia desaparición.

2.1.3.- TEORÍA DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO:

En la década de los 70's, las propuestas de Bruner sobre el Aprendizaje por Descubrimiento estaban tomando fuerza. En ese momento, las escuelas buscaban que los niños construyeran su conocimiento a través del descubrimiento de contenidos. Ausubel considera que el aprendizaje por descubrimiento no debe ser presentado como opuesto al aprendizaje por exposición [recepción], ya que éste puede ser igual de eficaz, si se cumplen unas características. Así, el aprendizaje escolar puede darse por recepción o por descubrimiento, como estrategia de enseñanza, y puede lograr un aprendizaje significativo o memorístico y repetitivo.

De acuerdo al aprendizaje significativo, los nuevos conocimientos se incorporan en forma sustantiva en la estructura cognitiva del alumno. Esto se logra cuando el estudiante relaciona los nuevos conocimientos con los anteriormente adquiridos; pero también es necesario que el alumno se interese por aprender lo que se le está mostrando.

Principios del aprendizaje significativo:

La teoría de Ausubel toma como elemento esencial, la instrucción. Para Ausubel el aprendizaje escolar es un tipo de aprendizaje que alude a cuerpos organizados de material significativo. Le da especial importancia a la organización del conocimiento en estructuras y a las reestructuraciones que son el resultado de la interacción entre las estructuras del sujeto con las nuevas informaciones.

Tanto Ausubel como Vigotsky estiman que para que la reestructuración se produzca y favorezca el aprendizaje de los conocimientos elaborados, se necesita una instrucción formalmente establecida. Esto reside en la presentación secuenciada de informaciones que quieran desequilibrar las estructuras existentes y sean las generadoras de otras estructuras que las incluyan.

Ausubel tiene en cuenta dos elementos:

- El aprendizaje del alumno, que va desde lo repetitivo o memorístico, hasta el aprendizaje significativo.
- La estrategia de la enseñanza, que va desde la puramente receptiva hasta la enseñanza que tiene como base el descubrimiento por parte del propio educando.

El aprendizaje es significativo cuando se incorpora a estructuras de conocimiento que ya posee el individuo. Para que se produzca este aprendizaje significativo deben darse las siguientes condiciones:

- **Potencialidad significativa:**

Es la modificabilidad de la capacidad de aprendizaje a través de programas educativos adecuados.

- La significatividad lógica se refiere a la secuencia lógica de los procesos y a la coherencia en la estructura interna del material que presenta el maestro al estudiante debe estar organizado, para que se de una construcción de conocimientos.
- **Psicológica-Cognitiva:** El alumno debe contar con ideas inclusoras relacionadas con el nuevo material, que actuarán de nexo entre la estructura cognitiva preexistente del educando y las ideas nuevas. También debe poseer una memoria de largo plazo, porque de lo contrario se le olvidará todo en poco tiempo.
- **Disposición positiva Afectiva:** Disposición subjetiva para el aprendizaje.
- **Motivación:** Debe existir además una disposición subjetiva para el aprendizaje en el estudiante. Existen tres tipos de necesidades: poder, afiliación y logro. La intensidad de cada una de ellas, varía de acuerdo a las personas y genera diversos estados motivacionales que deben ser tenidos en cuenta. ya que el aprendizaje no puede darse si el alumno no quiere. Este es un componente de disposiciones emocionales y actitudinales, en donde el maestro sólo puede influir a través de la motivación.

Condiciones que debe tener un contenido para ser lógicamente significativo según Ausubel:

Definiciones y lenguaje:

- Precisión y consistencia [ausencia de ambigüedad]
- Definiciones de nuevos términos antes de ser utilizados
- Preferencia del lenguaje simple al técnico en tanto sea compatible con la presentación de definiciones precisas.

Datos empíricos y analogías:

- Justificación de su uso desde el punto de vista evolutivo
- Cuando son útiles para adquirir nuevos significados
- Cuando son útiles para aclarar significados pre-existentes

Enfoque crítico:

- Estimulación del análisis y la reflexión
- Estimulación de la formulación autónoma [vocabulario, conceptos, estructura conceptual]

Epistemología:

Consideración de los supuestos epistemológicos característicos de cada disciplina [problemas generales de causalidad, categorización, investigación y mediación]

Consideración de la estrategia distintiva de aprendizaje que se corresponde con sus contenidos particulares

TIPOS DE APRENDIZAJE

El aprendizaje de representaciones: Es cuando el Individuo adquiere el vocabulario. Primero aprende palabras que representan objetos reales que tienen significado para él. Sin embargo no los identifica como categorías.

El aprendizaje de conceptos: El niño, a partir de experiencias concretas, comprende que la palabra "mamá" puede usarse también por otras personas refiriéndose a sus madres. También se presenta cuando los niños en edad preescolar se someten a contextos de aprendizaje por recepción o por descubrimiento y comprenden conceptos abstractos como "gobierno", "país", "mamífero".

El Aprendizaje de Proposiciones: Cuando conoce el significado de los conceptos, puede formar frases que contengan dos o más conceptos en donde afirme o niegue algo. Así, un concepto nuevo es asimilado al integrarlo en su estructura cognitiva con los conocimientos previos.

Esta asimilación se da en los siguientes pasos:

Por diferenciación progresiva: Cuando el concepto nuevo se subordina a conceptos más inclusores que el alumno ya conocía.

Por reconciliación integradora: Cuando el concepto nuevo es de mayor grado de inclusión que los conceptos que el alumno ya conocía.

Por combinación: cuando el concepto nuevo tiene la misma jerarquía que los conocidos.

Ausubel concibe los conocimientos previos del alumno en términos de esquemas de conocimiento, los cuales consisten en la representación que posee una persona en un momento determinado de su historia sobre una parcela de la realidad. Estos esquemas incluyen varios tipos de conocimiento sobre la realidad, como son: los hechos, sucesos, experiencias, anécdotas personales, actitudes, normas, etc.

En la aplicación pedagógica, el maestro debe conocer los conocimientos previos del alumno, es decir, se debe asegurar que el contenido a presentar pueda relacionarse con las ideas previas, ya que al conocer lo que sabe el alumno ayuda a la hora de planear.

Ventajas del Aprendizaje Significativo:

- Produce una retención más duradera de la información.
- Facilita el adquirir nuevos conocimientos relacionados con los anteriormente adquiridos de forma significativa, ya que al estar claros en la estructura cognitiva se facilita la retención del nuevo contenido.
- La nueva información al ser relacionada con la anterior, es guardada en la memoria a largo plazo.
- Es activo, pues depende de la asimilación de las actividades de aprendizaje por parte del alumno.
- Es personal, ya que la significación de aprendizaje depende los recursos cognitivos del estudiante.

2.2 -MARCO HISTÓRICO.

2.2.1.- PRECURSORES DE LA GERIATRÍA:

La vejez ha sido ya abordada en los textos antiguos: así como señala Lehr [1980], en el Antiguo Testamento se destacan las virtudes que adornan a las personas mayores, su papel de ejemplo o modelo, así como de guía y enseñanza. Como ocurre en otras disciplinas, es en la filosofía donde podemos encontrar claros antecedentes de la geriatría. Así Platón, presenta una visión individualista e intimista de la vejez, resalta la idea de que se envejece como se ha vivido y de la importancia de cómo habría que prepararse para la vejez en la juventud. Así pues, Platón es un antecedente de la visión positiva de la vejez, así como de la importancia de la prevención y profilaxis.

Por el contrario, Aristóteles presenta lo que podríamos considerar unas etapas de la vida del hombre: la primera, la infancia; la segunda, la juventud; la tercera la más prolongada, la edad adulta, y la cuarta, la senectud, en la que se llega al deterioro y la ruina. Considera a la vejez como una enfermedad natural. Estas dos visiones antagonistas y contradictorias de la vejez, que se dan ya en Platón y Aristóteles, van a verse representadas a todo lo largo de la historia del pensamiento humano. Así por ejemplo Cicerón sigue la idea positiva de Platón; y Séneca sigue la línea de pensamiento de Aristóteles.

Pero si hablamos del comienzo de la investigación científica en geriatría, tenemos que hablar del siglo XVII, y en concreto de Francis Bacon, con su trabajo *History of Life and Death* [Historia de la vida y de la muerte]. En este texto, Bacon plantea una idea precursora que se cumpliría tres siglos después, a saber, que la vida humana se prolongaría en el momento en el que la higiene y otras condiciones sociales y médicas mejorasen.

En el siglo XIX es cuando el trabajo científico comienza con el francés Quetelet es el primero que expresa claramente la importancia del establecimiento de los principios que rigen el proceso a través del cual el ser humano nace, crece y muere. Al igual que Francis Galton, británico, altamente influenciado por Quetelet, trabaja en las diferencias individuales sobre características físicas, sensoriales y motrices, datos que presenta en su obra *Inquiry into human faculty and its*

developments [Estudio sobre las facultades humanas y su desarrollo]. También hay que resaltar a Stanley Hall, psicólogo norteamericano, que en su obra *Senescent, the last half of life* [Senectud, la última mitad de la vida] trata de contribuir a la comprensión de la naturaleza y las funciones de la vejez, ayudando al establecimiento de la ciencia de la gerontología contradiendo el modelo deficitario tan al uso entonces. Uno de sus descubrimientos empíricos es el de haber resaltado que las diferencias individuales en la vejez son significativamente mayores que las que aparecen en otras edades de la vida. Hasta aquí cuatro autores que pueden ser considerados paradigmáticos en una investigación inicial científica sobre la vejez y el envejecimiento, y que por tanto, son antecedentes de la gericultura como especialidad de la gerontología.

Dentro de la historia reciente Moragas [1992] opina que la Gerontología no constituye una disciplina o profesión autónoma, sino simplemente un enfoque peculiar. Las diferentes preguntas o problemas que plantea el envejecimiento entendido como un fenómeno humano, tal como la niñez o la edad adulta, en la sociedad contemporánea pueden y deben ser resueltas por las disciplinas o profesiones implicadas en la gerontología [medicina, psicología, pedagogía, trabajo social, derecho,.....], con un enfoque gerontológico.

2.2.2.- INICIOS DE LA GERICULTURA COMO ESPECIALIDAD.

La gericultura nace como una especialidad de la gerontología llamada la ciencia de la vejez, Etimológicamente, la palabra Gerontología, procede del término griego geron, gerontos/es o los más viejos o los más notables del pueblo griego; a este término se une el término logos, logia o tratado, grupo de conocedores. Por ello, la gerontología se define como “ciencia que trata de la vejez”, y así también se recoge en el diccionario de la Real Academia Española.

Históricamente, la gerontología es una joven disciplina que – a pesar de que Metchikoff utiliza el término en su sentido actual en 1903 - se ha desarrollado, prácticamente, en la segunda mitad del siglo XX.

Como señala Birren [1996], la gerontología supone un sujeto de conocimiento muy antiguo pero es una ciencia extraordinariamente reciente.

Se ha desarrollado en la segunda mitad del siglo pasado porque es cuando comienza a producirse un fenómeno extraordinariamente importante: el envejecimiento de la población. Este fenómeno ha sido debido a dos factores esenciales: de una parte la mortalidad ha disminuido a la vez que se ha incrementado la esperanza de vida y todo ello, junto a una fuerte caída de la tasa de natalidad, aspecto éste último que parece que está cambiando en este siglo XXI.

Hoy, México es un país poblado en su mayoría por jóvenes. Sin embargo, dentro de algunos años las cosas serán totalmente distintas, y se prevé que el futuro podría no ser muy halagador si no se actúa a tiempo. Y es que, si hoy los ancianos que no son mayoría sufren abandono, soledad y falta de servicios que les ofrezcan las condiciones necesarias para poder llevar una vida digna, cuando la mayoría de mexicanos lleguen a esta edad, la situación podría llegar a ser caótica. La secretaria de educación pública dentro de sus programas educativos del área químico-biológicas toma en cuenta a la gericultura para formar técnicos que sean capaces de organizar, supervisar, controlar y ejecutar programas tendientes a cuidado, mejoramiento y conservación de la salud del anciano, mediante la capacitación en actividades relacionadas con la nutrición, enfermedades, terapia recreativa y ocupacional y todo tipo de cuidados que requieren las personas de la tercera edad. Teniendo como campo de trabajo

hospitales, asilos, casa de convivencia para ancianos, centro de beneficencia con libertad de profesión.

2.3- MARCO GEOGRÁFICO.

2.3.1- BREVE HISTORIA DEL CETIS 79:

La escuela C. E. T. I. S. 79 fue creada por decreto presidencial de fecha 01 de septiembre de 1981, con la finalidad de preparar los recursos necesarios para el buen funcionamiento de las operaciones productivas del sector industrial de la región sur del estado de Veracruz.

El Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios No.79 de la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz, fue creada por decreto presidencial de fecha 01 de Septiembre de 1981, con la finalidad de preparar recursos necesarios para el buen funcionamiento de las operaciones productivas del sector industrial de la región sur del estado de Veracruz.

Inició sus labores en las instalaciones del CBTIS 85 como extensión del CECYT 213 ofertando las siguientes especialidades:

- Técnico Profesional en petroquímica.
- Técnico Profesional en explotación del petróleo.
- Técnico Profesional en refinación del petróleo.
- Técnico Profesional en operaciones portuarias.

Durante los tres primeros años de su existencia 1981-1984, C. E. T. I. S. 79 desarrolló sus actividades educativas en instalaciones de otros planteles, como son: C. B. T. I. S. No 85 y Colegio particular "Leona Vicario" contando con:

2.3.2- UBICACIÓN, MISION Y VISION DE LA INSTITUCION

Misión de la Institución:



Formar personas, con conocimientos tecnológicos en las áreas industrial, comercial y de servicios, a través de la preparación de bachilleros y profesionales técnicos, con el fin de contribuir al desarrollo sustentable del país.

Visión de la Institución:



Ser una institución de educación media superior certificada, orientada al aprendizaje y desarrollo de conocimientos tecnológicos y humanísticos.

Ubicación:

Av. Universidad S/N. Col El Tesoro. CP. 96536. Tel. [921] 21 - 8-65-70

Fax. [921] 21 - 8-55-24. Coatzacoalcos, Veracruz.

2.3.3.-POLITICA DE CALIDAD Y OBJETIVO DE CALIDAD DE LA INSTITUCION

Políticas de Calidad:

Formar y desarrollar íntegramente a los educandos del sistema de educación tecnológica industrial, en donde se manifieste el avance y desarrollo tecnológico, la experiencia del personal docente, técnico, administrativo y directivo, reforzando los valores que motiven a la calidad, creatividad y la mejora continua en los procesos institucionales para la satisfacción de nuestros clientes.

Objetivos de Calidad

Satisfacer las necesidades y expectativas de la sociedad en educación media superior tecnológica, a través de la formación de bachilleres y técnicos profesionales que fortalezcan y desarrollen una cultura tecnológica y una infraestructura industrial y de servicios con enfoque hacia la calidad.

2.3.4.- CARACTERÍSTICAS Y CONDICIONES GENERALES DE LOS ALUMNOS

Los sujetos de investigación son alumnos del CETIS 79 del área químico-biológicas [agricultura] de la ciudad de Coatzacoalcos Veracruz del quinto semestre que se encuentra en un rango de edad de 16 a 18 años.

2.4.- MARCO CONCEPTUAL.

2.4.1 DEFINICIONES DE LOS CONSTRUCTOS DE LA TEORÍA DEL YO

En la teoría del Yo existen once conjuntos diversos de constructos, Cada uno de los cuales está organizado en torno de un concepto central, si se comprenden esos conceptos centrales, no será difícil comprender cada uno de los constructos de un grupo tiene una estrecha y significativa relación con los otros. La mayoría de los constructos de este sistema teórico, es decir que no son productos especulativos sino el resultado de una permanente interacción entre la experiencia terapéutica, la conceptualización abstracta y la investigación que se le vale de términos definidos operacionalmente.

Tendencia actualizante y constructos conexos

Tendencia actualizante:

La tendencia actualizante es el concepto fundamental que se postula en este sistema teórico y que es el organismo en su totalidad. Y sólo en su totalidad, el que presenta esa tendencia. No hay en el sistema homúnculos ni otras fuentes de energía o de acción. El yo, por ejemplo es un constructo importante de nuestra teoría, pero el yo no “hace” nada. Es sólo una expresión de la tendencia general del organismo a comportarse en formas tales que lo mantengan y mejoren.

Los conceptos de motivación denominados reducción de la necesidad, reducción de la tensión, reducción del impulso, están incluidos en el concepto de tendencia actualizante. Este incluye también las motivaciones de crecimiento que parecen ir más allá de estos términos: La tendencia a reducir las tensiones, la tendencia a ser creativo. La tendencia a caminar en lugar de arrastrarse [que permitiría cumplir las mismas funciones].

Tendencia a la actualización del Yo:

Siguiendo el desarrollo de la estructura del Yo, esta tendencia general actualizante se expresa también en la actualización de la parte de la experiencia del organismo que está simbolizada en el yo. Cuando hay acuerdo entre el yo y el organismo, es decir, entre la experiencia del yo y la experiencia del organismo en su totalidad. La tendencia actualizante opera de modo relativamente unificado.

Si el Yo y la experiencia son incongruentes, entonces la tendencia actualizante del organismo puede funcionar por vías opuestas con el subsistema de esa motivación, es decir la tendencia a actualizarse del Yo.

Experiencia:

Este término se usa para englobar todo lo que sucede dentro del organismo en cualquier momento, y que está potencialmente disponible para la conciencia. Incluye tanto los hechos de los cuales el individuo no tiene conciencia, como los fenómenos que han accedido a la conciencia.

Experimentar:

Significa simplemente recibir en el organismo la repercusión de los hechos sensoriales o fisiológicos que están produciéndose en un momento determinado.

El término que designa este proceso o suele emplearse en la frase “experimentar conscientemente”, que significa simbolizar de manera adecuada, en el plano de la conciencia, esos hechos sensoriales o viscerales.

Experiencia del sentimiento:

Denota el significado personal de una experiencia de tinte emocional. Por lo tanto, incluye la emoción, pero también el contenido cognoscitivo del significado de esa emoción dentro, y de forma inesperable, de su contexto experiencial e inmediato.

Experiencia del Yo:

Este término fue introducido por STANFORD, quien lo definió como todo hecho o entidad del campo fenoménico discriminado por el individuo y que se discrimina también como Yo [Self, me, I] o como algo vinculado al Yo. En general, las experiencias del yo son la materia prima con la cual se forma el concepto del Yo organizado.

Yo, Concepto del Yo o de sí mismo, estructura del Yo:

Estos términos se refieren a la Gestalt conceptual coherente y organizada compuesta de percepciones de las características del yo, y de las percepciones de las relaciones del yo con los otros y con los diversos aspectos de la vida; Junto con los valores asignados a estas percepciones, se trata de una gestalt que está disponible para la conciencia aunque no esté necesariamente en la conciencia. Es una gestalt fluida y cambiante, un proceso, pero en un momento dado se trata de una entidad específica que es cuando menos, parcialmente definible en términos operacionales por medio de un inventario de personalidad del tipo de la "Técnica Q" o de otros instrumentos de medición. Se usa más el término Yo o concepto del Yo cuando hablamos de la imagen que la persona tiene de sí misma; y el término estructura del yo cuando observamos esta Gestalt desde un marco de referencia externo.

El Yo ideal:

El Yo ideal o el ideal del Yo es el término usado para definir el concepto del Yo que el individuo desearía poseer y al cual asigna un valor de la mayor importancia. En todos los demás aspectos, se define de la misma manera que el concepto del Yo.

El estado de congruencia

Congruencia entre el Yo y la experiencia:

El concepto de congruencia es un concepto teórico fundamental elaborado a partir de la experiencia terapéutica. En el curso de la terapia, el individuo cuestiona el concepto que tiene de su Yo y trata de establecer una congruencia entre aquél y su experiencia, es decir, procura realizar una simbolización adecuada. De este modo un individuo puede descubrir que si simboliza correctamente algunas de sus experiencias.

Apertura a la experiencia:

Cuando el individuo no se siente amenzado en ningún sentido, entonces está abierto a su experiencia. La actitud de estar abierto a la experiencia constituye el polo opuesto de la actitud de defensa. El término puede aplicarse a

un sector determinado o a la totalidad de la experiencia. Esto significa que cualquier estímulo, sea originado dentro del organismo o en el exterior, es transmitido libremente a través del sistema nervioso sin que ningún mecanismo de defensa lo distorsione o interrumpa y sin que deba intervenir el mecanismo de "Subcepción", es decir que si se trata de estímulos externos-configuraciones de formas, de colores o de sonidos que afectan los nervios sensoriales-o de estímulos internos- vestigios de la memoria, sensaciones de miedo, placer o disgusto- son totalmente asequibles a la conciencia del individuo.

Adaptación psicológica:

Decimos que hay adaptación psicológica óptima cuando la estructura del Yo es tal que permite la integración simbólica de la totalidad de la experiencia. El concepto de adaptación psicológica o funcionamiento óptimo equivale al concepto de congruencia perfecta entre el Yo y la experiencia y al concepto de apertura perfecta a la conciencia. En el plano práctico, toda mejoría de la adaptación psicológica representa un progreso hacia el logro del óptimo ideal.

Percepción discriminativa:

Se ha tomado este término de semántica general. Si la persona reacciona o percibe de forma discriminativa, tiende a considerar la experiencia en términos delimitados y diferenciados, a tomar conciencia de la dimensión espaciotemporal de los hechos, a dejarse guiar por sus observaciones, no por las opiniones o teorías, a valorar los objetos de su percepción con criterios múltiples, a tener en cuenta que existen distintos niveles de abstracción, a evaluar sus deducciones y abstracciones confrontándolas con la realidad.

Madurar. Madurez:

El individuo revela madurez en su conducta cuando percibe de manera realista y discriminativa, cuando no está a la defensiva, cuando acepta la responsabilidad de ser diferente de los otros y, por ende, la de su propia conducta.

Consideración positiva incondicional y constructos conexos

Contacto:

Cuando dos personas están en presencia una de otra y cada una afecta el campo experiencial de la otra en forma percibida o subliminal, decimos que esas personas están en contacto.

Este concepto recibió primeramente el nombre de “relación” después se comprobó que ese término conducía a muchos errores, ya que tiende a sugerir una relación de una profundidad y de una calidad que caracterizan una relación terapéutica. El término que se usa actualmente indica que se trata de una relación estrictamente mínima. Cuando se quiere indicar algo más que un simple contacto entre dos personas, las características adicionales que superan esas condiciones mínimas son elaboradas expresamente, tal como se consigna a continuación.

Consideración positiva:

Cuando percibo que una persona tiene una experiencia respecto de su yo y cuando esa percepción modifica positivamente mi campo experiencial, decimos que experimento una consideración positiva hacia esa persona. En general, la consideración positiva engloba sentimientos y actitudes de afecto, cariño, respeto, simpatía, aceptación. Percibirse a sí mismo como receptor de consideración positiva es sentir que una modifica positivamente el campo experiencial de otro.

Consideración positiva incondicional:

Esta expresión representa uno de los conceptos claves de nuestra teoría y puede definirse así: Si todas las experiencias de otra persona relativas a sí misma son percibidas por mí como igualmente dignas de consideración positiva, es decir, si no hay ninguna que yo considere menos digna de consideración positiva, decimos entonces que experimento una consideración positiva incondicional hacia esa persona.

Complejo de consideración:

Este concepto elaborado por Standal. Se refiere a una configuración de experiencias relativas al Yo. Junto con sus interrelaciones que para el sujeto implican una actitud de consideración positiva de una persona hacia él.

Este concepto destaca el carácter estructural y dinámico de las experiencias que implican una consideración positiva o negativa de parte de otro.

Consideración positiva de sí mismo:

Este término se utiliza para designar un sentimiento de consideración positiva que el individuo experimenta respecto de una experiencia, o una serie de experiencias; relativas al Yo, independientemente de la consideración positiva experimentada por otras personas respecto de ellas. Aunque la experiencia de consideración positiva de parte de otros, debe preceder a la experiencia de consideración positiva de sí mismo, esta actitud conduce a una actitud positiva respecto de sí mismo que no depende directamente de las actitudes de los otros. El individuo, en efecto, se convierte en su propia persona-criterio.

Necesidad de consideración positiva de sí mismo:

La necesidad de consideración positiva de sí mismo es una necesidad secundaria o adquirida que se relaciona con la necesidad de consideración positiva de parte de otros.

Consideración positiva incondicional de sí mismo:

Cuando el sujeto se percibe a sí mismo de modo tal que todas las experiencias relativas a su yo le parecen dignas de consideración positiva, experimenta una consideración incondicional de sí mismo.

Valoración condicional:

La estructura del yo está caracterizada por una valoración condicional cuando el individuo busca o evita ciertas experiencias del Yo, por la única razón de que las considera más o menos dignas de consideración positiva.

Este concepto fundamental fue elaborado por Standal para reemplazar el de "valor introyectado", concepto menos riguroso que fue utilizado en las primeras

formulaciones. Se dice que hay valoración condicional cuando la consideración positiva de otra persona significativa es condicional, es decir, cuando el individuo siente que en ciertos aspectos es valorado y que en otros no lo es.

La valoración condicional es un caso específico importante de simbolización inadecuada: el individuo valora positiva o negativamente una experiencia como si se conformara al criterio de la tendencia actualizante, pero no a la experiencia misma. Una experiencia puede ser percibida como orgánicamente satisfactoria, cuando en realidad no lo es, en consecuencia, la valoración condicional impide al individuo funcionar libremente y con un máximo de eficacia porque perturba el proceso de valoración.

Marco de referencia interno:

Abarca el campo de experiencia; percepciones, sensaciones, significaciones, recuerdos, asequibles a la conciencia del individuo en un momento dado. El marco de referencia interno es el mundo subjetivo de un individuo. Sólo él conoce ese mundo plenamente. Ningún otro puede llegar a conocerlo como no sea por medio de una inferencia empática, sin que nunca tal conocimiento llegue a ser completo.

Empatía:

El estado de empatía, o de comprensión empática, consiste en percibir correctamente el marco de referencia interno de otro con los significados y componentes emocionales que contiene, como si uno fuera la otra persona, pero sin perder nunca esa condición de “como si”. La empatía implica, por ejemplo, sentir el dolor o el placer del otro. Si esta condición de “como si” está ausente, nos encontramos ante un caso de identificación.

Marco de referencia externa:

Todo aquello que percibimos desde un marco de referencia externo [Sea una cosa inanimada, un animal o una persona] se convierte para nosotros en un "objeto", por que no procuramos comprenderlo por medio de una inferencia empática.

En medida en que se trata del conocimiento de seres humanos, podemos decir que estas formas se dan como un continuo, Se extienden desde la absoluta subjetividad de una persona, dentro de su propio marco de referencia interno, hasta la completa subjetividad de una persona respecto de otra [Marco de referencia externo]. Entre uno y otro marco de referencia se encuentra la inferencia empática, en la consideración del campo subjetivo de otro.

2.4.2.- EL COMO, EL AQUÍ Y EL AHORA, EL CONTACTO Y EL FUNCIONAMIENTO DEL YO.

Funcionamiento del yo:

EL Yo representa a nuestra esencia. Vivenciamos al yo como una potencialidad que siempre está cambiando. La fuerza dinámica del yo está en nuestro compromiso total con el proceso en movimiento de la vida. El yo se esfuerza por completarse, en crear y terminar la gestalt o, lo que es lo mismo, satisfacer su necesidad apremiante.

Un Yo en su forma activa, es el que enfrenta, se diferencia o se asemeja al ambiente y se caracteriza por su estructura, forma, decisión y separación. El yo puede establecer el contacto funcional escogiendo sobre la base de las necesidades del organismo, aquello que formará parte de su experiencia y de lo que excluirá de ella.

Cuando un Yo no actúa adecuadamente es que está predominando el pseudo yo. Lo que está fuera de nuestros límites es percibido como opresivo y hostil. El contacto y la retirada no fluyen suavemente sino que pueden ocurrir dos cosas: que se mantenga el contacto o que se pierda dicho contacto.

Funcionamiento del pseudo yo:

Cuando predomina el Pseudo yo, el Yo se retrae del medio, por lo que tampoco podemos hacer contacto para satisfacer nuestras necesidades. La psicoterapia gestalt tiene la visión del organismo como un todo, por lo cual cada parte afectada, inevitablemente afecta al organismo. Si trabajamos sobre el pseudo yo mediante técnicas gestálticas que favorezcan el aumento de la conciencia, entonces podremos fortalecer al yo en detrimento de aquél.

El cerebro sólo puede crear cambios en sus cordones neuronales en el aquí y el ahora, es decir en tiempo presente continuo.

El yo ideal:

Podemos decir que el yo ideal puede definirse como un grupo neuronal con memoria específica que contiene los deseos que nuestras figuras significativas proyectaron en nosotros y que subclasificamos ahora como introyectadas o internalizadas, dependiendo si provienen del Yo o del pseudo yo.

El yo ideal es una fantasía que está en función de todas y cada una de las expectativas que un individuo ha introyectado o internalizado, por lo que cuanto más alejadas de la realidad estén, más frustración genera su incumplimiento.

Cuando tenemos metas altas imposibles de alcanzar estamos sometiéndonos al Pséudo yo, ya que el resultado es la frustración, la ira y la queja.

ELEMENTOS TEORICOS DE LA PSICOTERAPIA GESTALT

Principales conceptos o elementos teóricos:

Asimilación:

En terapia Gestalt, el proceso por el que se atraviesa la ingestión y digestión de la comida es usado como metáfora para ejemplificar lo que sucede con el funcionamiento psicológico. Los organismos llevan a cabo un constante ciclo metabólico de gastar energía en el afuera, basado en una necesidad y preferencia interna junto con el conocimiento de que en el exterior se encuentran los nutrientes.

La gente crece por medio de morder un “pedazo de tamaño apropiado” [sea éste, comida, ideas o relaciones] y masticándolo [considerándolo], para descubrir si es nutriente o tóxico. Si es nutriente, al masticarlo y tragarlo, el organismo lo asimila y pasa a forma parte del mismo. Si es tóxico, se vomita o es cupe [Rechaza]. Para llevar el proceso a cabo, se necesita de una persona dispuesta a confirmar en su propio inicio y gusto. La discriminación requiere el sentir o experimentar los estímulos externos activamente y procesar estos estímulos exteroceptivos junto con los datos interoceptivos.

Perls menciona al respecto:

“Todos nosotros crecemos mediante el ejercicio de la capacidad de discriminar, la que en sí misma en función del límite entre lo propio y lo otro... podemos crecer únicamente si en el proceso de tomar, digerimos y asimilamos plenamente, después de lo cual. Lo que realmente hemos asimilado, pasa a ser nuestro....” Perls.

Autoregulación:

Este concepto se deriva de la premisa de que la homeostasis se da en todos los organismos y, de manera más concreta, al mencionar la autorregulación organísmica, nos referimos al proceso que se lleva a cabo para lograr el equilibrio homeostático.

Acerca de este concepto es importante mencionar que para Perls, además de la autorregulación organísmica existía la “regulación debeística”, basada en la satisfacción parcial de las necesidades del individuo en acuerdo con lo que debería o no debería ser.

Perls dice:

“Todo control, incluso el control externo interiorizado, ‘tu debes’, interfiere con el funcionamiento sano del organismo. Hay solamente una cosa que controla sanamente; la situación. Si entendemos la situación en la que nos encontramos y permitimos que la situación controle nuestros actos, entonces sí que hemos aprendido a encarar la vida. Fritz Perls.

Perls se refiere a regular, a través del darse cuenta del contexto actual y de los deseos propios, más que a través de lo que se pensaba que debería haber sucedido.

“En la autorregulación organísmica, escoger y aprender suceden holísticamente, esto es, con una integración natural de cuerpo y mente, pensamientos y sentimientos, espontaneidad y premeditación. En la regulación debeística la razón reina y no hay sentido holístico. En la regulación impulsiva ni hay razón que restrinja, ni apoyo en la integración holística de cuerpo/mente”

Capas o estratos de la neurosis:

Abarca dos aspectos de la personalidad:

- La manera de ser o de comportarnos ante los demás; Perls afirma que: en nuestro esfuerzo por tratar de ser, no somos, y este juego utilizamos "roles".
- Acerca del proceso por el que atravesamos en nuestra existencia. Frederick Perls plantea que, antes de llegar a existir plenamente, el neurótico tiene que romper las capas que se ha construido por encima del él mismo.

En cuanto a la manera de ser:

Representación de un papel o un "Como si"; Conducirse "Como si", con el fin: de no asumir lo que verdaderamente se siente. Por ejemplo: actuar como si estuviera triste, como si estuviera enojado. Etc.

El lugar común o señales: Intercambio de formalidades, palabra sin contenido afectivo, todo lo anterior con el fin de no establecer un contacto real. Ejemplo: El clásico cliché "buenos días", sin ningún interés.

En cuanto al momento existencial:

Callejón sin salida o estrato fóbico: Existencia obstruida, sentimientos en torbellino, pánico, estar perdido. En este estrato se encuentran los "roles" de oprimido [Top dog] y opresor [Under dog]. También se encuentra resistencia a ser como es ejemplo: "quiero y no quiero estudiar" [al mismo tiempo].

Implosión o estrato del impasse: Sentimientos contraídos, temor a la nada y a la muerte. "En cada momento de la terapia tenemos que atravesar este estrato implosivo para llegar al sí mismo auténtico". Ejemplo: Contestamos una agresión cuando no tenemos ganas de hacerlo.

Impasse:

Es la situación en la que el apoyo exterior no se está obteniendo y la persona cree que no se puede apoyar a sí misma. En parte, la causa de que la persona se sienta así se debe a que su propia fuerza está dividida entre el impulso y la resistencia.

Neurosis:

Existen dos componentes, tanto el individuo como el contexto, están en constante interacción dentro del marco de un campo también en continuo cambio.

Perls escribió sobre el nacimiento de la neurosis escribió: "Lo que nos concierne a nosotros como psicólogos y psicoterapeutas en este campo es el perpetuo cambio, son las relaciones siempre cambiantes de un individuo también siempre cambiante. Por que si ha de sobrevivir, tiene que cambiar constantemente.

Normalidad:

El hombre que puede vivir en un contacto significativo con su sociedad, sin ser tragado completamente por ella y sin retirarse completamente de ella, es el hombre bien integrado. Él se autoabastece por que entiende la relación existente entre él mismo y su sociedad, tal como las partes del cuerpo entienden intuitivamente su relación al cuerpo como un todo. Él es el hombre que reconoce el límite de contacto entre sí y su sociedad, dejando lo para sí lo que es propio. El fin de la psicoterapia es crear precisamente este tipo de hombres.

Presente: aquí y ahora.

Deshimaru lo describe como una profunda filosofía, y que significa estar enteramente en lo que se hace y no pensar en el espacio o en el futuro, olvidando el instante presente. "Si no sois felices aquí y ahora, no lo seréis jamás..." Cuando se tiene que pensar, se piensa. Pensando en el aquí y ahora, se trazan planes aquí y ahora, se recuerda a qui y ahora. La sucesión del aquí y ahora se hace cósmica y se extiende hasta el infinito.

Resistencia:

Se define como el fenómeno resultante del continuum: estabilidad vs. Cambio. Partiendo de que todo movimiento crea una resistencia igual y de sentido contrario y de que la experiencia está fluyendo continuamente, tiene que existir también una resistencia interna a ésta fluyendo continuamente, tiene que existir también una resistencia interna a ésta que se experimenta como una renuencia a cambiar el modo en el que siempre se ha comportado el individuo.

“Resistencia: es un termino que más bien connota la observación externa de la renuencia que experimenta la persona. Y aunque se observe alguna de mis ideas, conductas, o actitudes como resistencia, mi experiencia es que estoy actuando para preservar y mantener mi integridad” [J. Zinker].

Self:

Se le llama Self al complejo sistema de contactos necesarios para la adaptación del organismo. El Self puede ser visto como la frontera del organismo, sin que se entienda por esto que está aislado, si no por el contrario, contacta al ambiente; no es una entidad estática sino dinámica.

Propiedades del Self:

El Self es espontáneo, es la base de la pasión y la acción y está enganchando con la situación, es decir, el énfasis no estará puesto en otra cosa que no sea la acción de interconectar el organismo con su ambiente.

Por espontaneidad se entiende el sentimiento de estar actuando junto con lo que está sucediendo en el campo: organismo-ambiente no siendo meramente el artesano ni el artefacto, sino creciendo junto con el campo. La espontaneidad no es directiva ni autodirectiva, es un descubrimiento e inventar conforme se continúa comprometiéndose.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1.-TIPO DE ESTUDIO:

El presente trabajo de investigación denominado “Propuesta de programa de desarrollo de habilidades psicoafectivas en alumnos de gericultura del CETis 79 para el acompañamiento del adulto mayor”. pertenece a los estudios considerados de campo, ya que en su desarrollo fue necesario acudir a las fuentes directas de información para recabar los datos, que permitirán comprender la problemática aquí planteada.

El estudio corresponde al tipo transeccional correlacional, ya que, a través de una sola toma de datos con alumnos de la especialidad de gericultura, del CETis 79 que cursan el quinto semestre, se obtendrá la información necesaria para la elaboración del programa de desarrollo de habilidades psicoafectivas.

3.2.- DISEÑO

Con respecto al diseño transeccional correlacional, este corresponde al de un solo grupo sin nivel de comparación con pretest y posttest. Es decir, que al aplicar una preprueba al grupo se obtiene un punto de referencia inicial del nivel del grupo en relación a las variables y así administrar el tratamiento a los alumnos para desarrollar las habilidades psicoafectivas para posteriormente aplicar una segunda evaluación que evidencie los cambios obtenidos a través del tratamiento o programa.

En este trabajo no existe ningún grupo control, con el cual comparar resultado o cambios, ya que el mismo grupo a través del pretest y posttest sirve de referencia en sí mismo.

3.3 MUESTRA

Para realizar la propuesta del taller desarrollo de habilidades psicoafectivas en alumnos de gericultura del CETis 79 de la ciudad de Coahuila de Zaragoza, fue necesario contar con una muestra representativa de la población estudiantil a investigar; dicha población está conformada por 9 grupos, que se dividen en tres grupos de primer semestre, tres grupos de tercero y tres grupos de quinto semestre, de los cuales, para los objetivos del estudio fue necesario limitarse a los alumnos de quinto semestre de la especialidad de gericultura ya que se apegan a la temática de la investigación, y que al desarrollar en ellos las habilidades psicoafectivas pueden utilizarlas en su trabajo o servicio social.

Tomando en cuenta la plática informativa en relación al taller, y así obtener una muestra representativa; de los 85 alumnos que originalmente conformarían la población, solo 71 alumnos expresaron su deseo de continuar sus estudios dentro del área de formación actual. Esto significa, por lo tanto, que la muestra fue integrada sólo con aquellos alumnos que expresaron una verdadera intención de trabajar en el área de la salud; independientemente de que pertenezcan a dicha área de estudio y formación, no todos la eligieron en función de sus intereses vocacionales y laborales; algunos se encuentran en ella por razones de espacio y oportunidades que les ofreció el CETIS 79, al ampliar su matrícula.

De esta población de futuros técnicos en gericultura, dos alumnos se encuentran actualmente en proceso terapéutico, quedando por tanto excluidos del programa, debido a que los elementos trabajados en su proceso personal, posiblemente puedan interferir en los resultados del taller. Por tal motivo el grupo muestra quedó integrado por 69 personas.

Tomando en cuenta que por cuestiones ajenas a nosotros el taller no pudo ser llevado a cabo por cuestiones de tiempo y espacio, se tomo como referencia la aplicación de instrumentos a una muestra de 69 alumnos de la población de CETis 79 para así realizar una propuesta objetiva para el desarrollo de habilidades psicoafectivas.

Se aplicó la siguiente formula en los 85 alumnos al momento de la recolección de datos:

$$n = \frac{N p q}{(N - 1) D + p q}$$

$$D = \frac{B^2}{Z_{\alpha/2}^2 (1.96)^2}$$

La formula tiene un nivel de confianza de 95 % y de error de 5% para terminar con una muestra de 69 alumnos.

$$D = 0.0006507705.$$

3.4 INSTRUMENTOS

Con la intención de conocer en primer lugar la percepción que los alumnos tienen acerca de su formación como técnicos en gericultura y del trabajo que van a desempeñar en los diferentes hospitales, asilos, casas de convivencia para ancianos y centros de beneficencia de la región, se elaboró y aplicó un cuestionario conformado por 13 preguntas que tratan sobre el concepto del hombre, habilidades psicoafectivas que se utilizan al tratar un adulto mayor, a su darse cuenta y orientación hacia el trabajo.

Este cuestionario se aplicó en forma grupal, para desarrollar la propuesta de taller, interpretándolo a partir de las diferentes teorías humanistas; de igual forma se dio a los datos un tratamiento estadístico a partir de la desviación estándar, para evidenciar la presencia o ausencia de habilidades psicoafectivas. Dicho cuestionario puede consultarse en la sección de anexos.

El otro instrumento a utilizar es el TPG de Héctor Salamá, es decir el test de psicodiagnóstico gestalt, el cual puede ser aplicado a personas de 14 a 16 años de edad. Dicho test consta de 40 reactivos, que deben contestarse con sí (Verdadero) o no (falso); distribuidos en una escala numérica de cinco grupos de respuesta, donde la quinta, se considera con puntaje nulo. Los 32 reactivos restantes están repartidos de manera aleatoria y se refieren a los ocho bloqueos del ciclo de la experiencia, es decir; retención, desensibilización, proyección, introyección, retroflexión, deflexión, confluencia y fijación.

El test consta del siguiente material: Protocolo con preguntas y respuestas, hoja de vaciado de datos, plantilla de calificación, gráfica del ciclo de la

experiencia y hoja de resultados. En cuanto a su aplicación, esta puede ser en forma individual o grupal, con un promedio de tiempo de 15 a 20 minutos. La calificación, se realiza a partir de una plantilla dividida en ocho subgrupos relativos a los bloqueos, asignando un puntaje de cero cuando la respuesta corresponde a la esperada y dos puntos cuando difiere de lo anterior, la suma de los puntajes de

PUNTAJE	PORCENTAJE	INTERPRETACIÓN	DESCRIPCIÓN
0	0	Desbloqueada	Se refiere a la fase en que el presente se encuentra si bloqueos, permitiendo que la energía fluya de manera natural hacia la resolución de la necesidad

cada uno de los subgrupos, da el grado de bloqueo de la fase, medido en función, medido en función de porcentajes, como se muestra a continuación.

2	25	Funcional	Se aplica a un bloqueo parcial, la energía aún está disponible para el cambio en dicha fase.
4	50	Ambivalencia	Implica una fase con la energía atrapada entre dos fuerzas opuestas y de igual intensidad, dicha energía se atora momentáneamente.
6	75	Disfuncional	La fase bloqueada adquiere menor fuerza a expensas de la energía que se consume y por lo tanto la continuidad del flujo, disminuye al mínimo.
8-100		Bloqueada	Es cuando se llega a detener totalmente el flujo de la energía en determinada fase y el cambio es nulo hasta que se desbloquea.

TABLA DE GRADOS DE BLOQUEO DEL TEST TPG DE HÉCTOR SALAMA.

Tabla 2. Grado de bloqueo

Una vez obtenidos los puntajes del test, se vacían los datos a la gráfica del ciclo de la experiencia [Salama. Manual del test psicodiagnóstico gestalt de Salama, pp. 92,98]

Los resultados del test permitieron conocer las fases bloqueadas de los futuros técnicos en gericultura, así como identificar los temores y actitudes manipulativas, sirviendo además de elemento guía para la elaboración del taller. Este instrumento se puede apreciar en la sección de anexos.

Además del cuestionario y del TPG, se pueden utilizar diferentes materiales para el desarrollo de cada una de las técnicas y actividades a realizar durante la ejecución del taller, tales como: Televisión, DVD o Videoreproductora, videocasete, modular, discos, hojas de rotafolio, cartulinas, plumones, espejos, cojines, varas de incienso, fruta y flores, mismos que pueden apreciarse en la sección de anexos.

3.5.- PROCEDIMIENTO

Con la intención de llevar a cabo la propuesta de taller de desarrollo de habilidades psicoafectivas, que redundará en resultados positivos para el futuro técnico en gericultura, la institución en que se está formando, pero sobre todo para los posibles pacientes adultos mayores; se plantearon las siguientes actividades, que sirvieron como guía al trabajo realizado.

1.- Se solicitó permiso a las autoridades educativas, para la realización del taller, explicitando todas las actividades a desarrollar, así como los riesgos y compromisos.

2.- Se realizó una plática informativa con los alumnos, a fin de exponer a grandes rasgos en que consistía el taller, generando expectativas, pero no predisposición ante el proyecto, ahí mismo se seleccionó la muestra.

3.- Se elaboraron los cuestionarios.

4.- Se aplicó el cuestionario y el TPG.

5.- Se analizó la información obtenida a través de los instrumentos.

6.- Se seleccionaron y organizaron las diferentes técnicas y actividades, así como los materiales que son necesarios para realizar el taller humanista de sensibilización.

7.- Se analizó y correlacionó estadísticamente los datos obtenidos, presentado los resultados de manera gráfica y explícita.

8.- Se elaboró el reporte de los resultados, mismo que fue entregado a las autoridades educativas.

9.- Se redactó el reporte final de la tesis.

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1 ANÁLISIS DE RESULTADOS DEL CUESTIONARIO

4.1.1 Opinión sobre los adultos mayores.

Los alumnos de la especialidad de gericultura del CETis 79 tienen una opinión sobre los adultos mayores que se muestra a continuación y que significa mucho en el trabajo cotidiano que van a realizar con ellos.

El 65 % de la muestra opinó que los adultos mayores son personas con una gran experiencia en la vida, acumulada a largo de su existencia, misma que tendría que ser conocida, pues como afirma Carl Rogers, la tendencia actualizante como fuerza de vida, se incrementaría a partir del trato y contacto con los adultos mayores, desarrollando un potencial en habilidades cognitivas y afectivas, que los capacite para realizar trabajos con personas de esta edad.

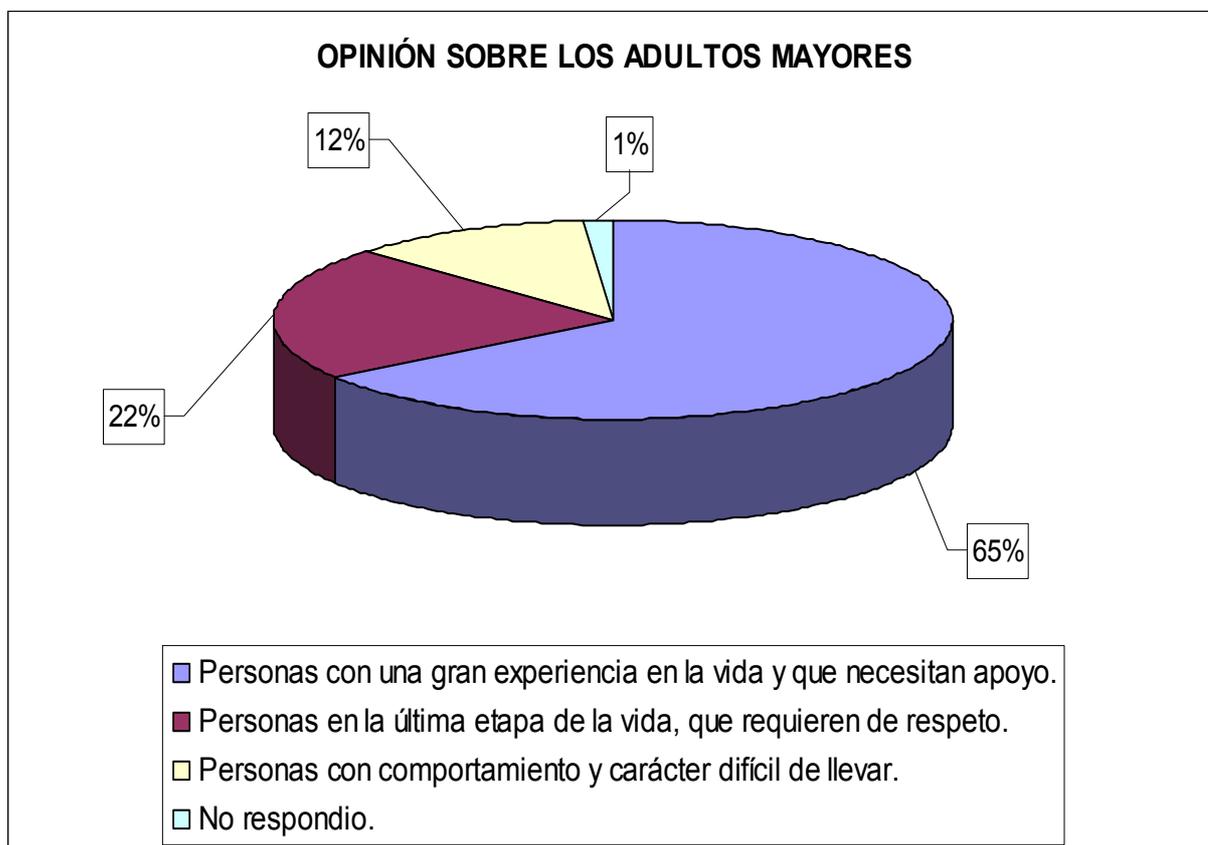
Los estudiantes de gericultura en este apartado indican con un 22 % que los adultos mayores son personas que se encuentran viviendo la última etapa de la vida y requieren de respeto, considerando que los adultos mayores necesitan de intervenciones de tipo preventivo, que les permita el mantenimiento de su autonomía y calidad de vida, así como sentirse aceptados dentro de su sociedad. Es necesario, por tanto promover la presencia de valores como respeto, solidaridad, responsabilidad y tolerancia en los alumnos de gericultura que mejoren la calidad de vida del adulto mayor.

Un 12 % considera que los adultos mayores son personas con comportamiento y carácter difícil de llevar, situación que posiblemente no permita una relación cercana entre los jóvenes estudiantes y los adultos mayores.,tomando en cuenta que los adultos mayores a través del tiempo presentan cambios psicológicos en la atención, afectividad, personalidad y carácter, es importante desarrollar en los jóvenes gericultistas una diversidad de

conocimientos y habilidades que le permita el abordaje del viejo, la vejez y el envejecimiento, y así iniciar una adecuada relación de trabajo.

El restante 1 % no hizo declaración al respecto, quizá consideran que las personas de la tercera edad no tienen un vínculo claro y preciso con ellos, entonces, evitan realizar algún comentario. Lo cual resulta un poco preocupante porque la preparación que están recibiendo es precisamente con personas de esta etapa, sin embargo, es posible que por medio de actividades que le permitan al alumno vivenciar, sentir e imaginar, adquieran una nueva idea con respecto al trabajo con los adultos mayores.

A continuación se muestra la grafica de resultados.



1) Opinión acerca de los adultos mayores, por parte de los alumnos de gericultura a del CETis 79.

4.1.2 Facilidad para comunicarse con el adulto mayor.

La comunicación es un hecho de carácter social que comprende todos los actos mediante los cuales los seres vivos se relacionan con sus semejantes para transmitir o intercambiar información. Aprender sobre el funcionamiento de la comunicación de los adultos mayores ayuda a comprender sus necesidades, dolencias, vacíos y personalidad. Los alumnos que se encuentran actualmente en la especialidad de gericultura del CETis 79 expresan lo siguiente en relación a la forma en que se comunican con los adultos mayores.

La comunicación humana entre dos seres, emisor y receptor, como en el caso de la relación adulto mayor y técnico en gericultura, requiere de una interacción simple, conocida, uniforme, significativa, consistente y completa que permita mejorar la relación entre el adulto mayor y el alumno.

En cuanto a la muestra el 56 % considera que tiene la facilidad para comunicarse con los adultos mayores, lo que significa que son capaces de transmitir deseos, intenciones, sentimientos, conocimiento y experiencias a través de una apropiada comunicación.

De esta misma muestra, el 3 % opina que tienen dificultades para establecer una comunicación con los adultos de edad avanzada, principalmente en la parte fonética que se refleja en la emisión de la voz, sin claridad, ni fuerza provocando la impaciencia de los alumnos, al momento de querer realizar una adecuada comunicación. Es posible que los alumnos necesiten desarrollar capacidades de comunicación para el área de la salud como: tolerancia, aceptación incondicional, destrezas auditivas, visuales y corporales que le permitan comunicarse con adultos mayores con cambios psicológicos, cognitivos y físicos.

Los alumnos muestran con un 41%, que posiblemente entablarían una comunicación adecuada con un adulto mayor. El nivel de preparación en alimentación, salud y trabajo que reciben los alumnos en el CETIS 79 les permitirá, al momento de ejercer como especialistas ejecutar acciones para el cuidado del adulto mayor, lo que significa, que podrán utilizar los recursos de contacto y relación que han obtenido a través de su formación para comunicarse con los adultos mayores. Lo que sin duda, hará que su trabajo sea más eficiente, sobre todo si la comunicación es además humana y cálida.

De acuerdo a lo anterior se muestra a continuación la gráfica de resultados.



2) Aseveración de los alumnos de gericultura a del CETis 79 acerca de la facilidad para comunicarse con el adulto mayor.

4.1.3 Facultades para acompañar adultos mayores.

Por lo general, se piensa que los adultos mayores solo por haber alcanzado este rango de edad necesitan de cuidados especializados y significativos por la naturaleza de la situación, en ocasiones requieren de un trato psicológico y humano exclusivo para sobrellevar la vida.

Los alumnos del CET is 79 contestaron al planteamiento: ¿Consideras que tienes facultades para acompañar adultos mayores? de la siguiente manera.

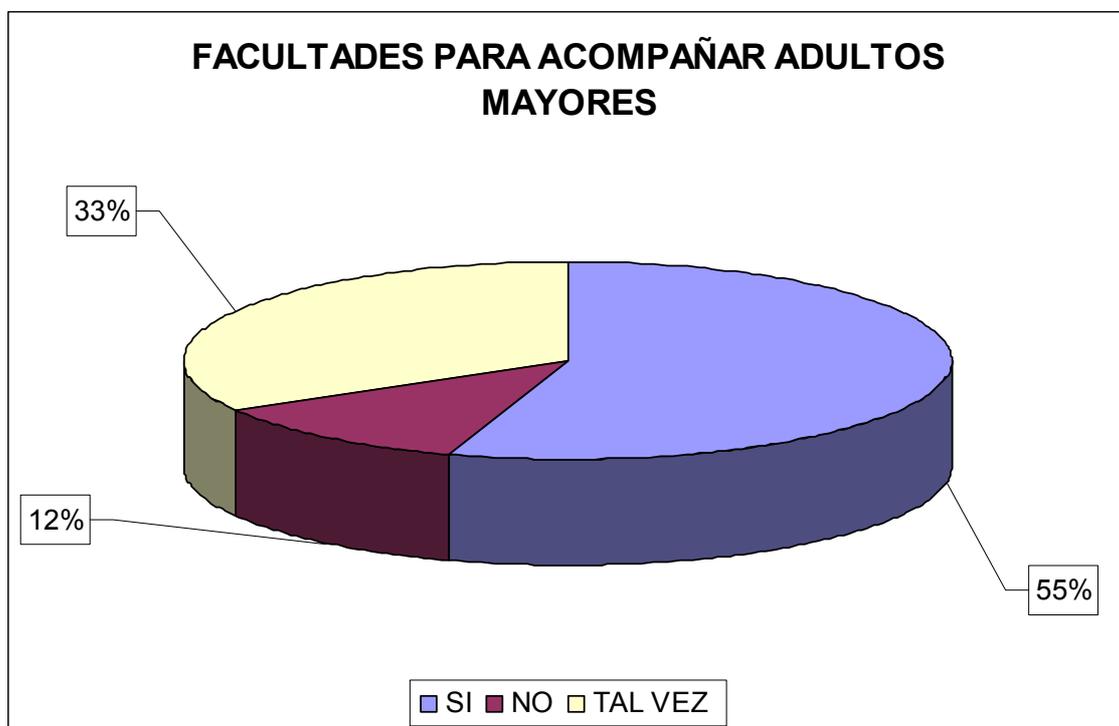
El mundo cambia constantemente, así como el ser humano y las experiencias mismas por lo que tener recursos que permitan profundizar en la realidad de los adultos mayores hará más llevadero el trabajo, experimentando lo que Rogers llama vivencia existencial y no vivir en el pasado ni en el futuro sino vivir en el presente. El 55% de los alumnos piensan que tienen facultades para acompañar a los adultos mayores. Lo que significa, que serán capaces de proporcionar servicios de prevención, recuperación y rehabilitación encaminadas a la atención integral del adulto mayor y así contribuir en el mejoramiento de la calidad de vida del mismo.

El 12 % menciona que no tiene facultades para acompañar a los adultos mayores., esta situación es normal puesto que a través de las diferentes materias a cursar durante la formación de gerontólogos ellos irán adquiriendo los conocimientos y habilidades que le permitan ser capaces de desempeñar un servicio integral para el cuidado del adulto mayor en instituciones públicas y privadas como: hospitales, asilos y casas de convivencia.

El resto de la muestra (33%) contestó que tal vez tenga facultades para acompañar a los adultos mayores pero que hasta este momento no han

identificado, por que aun no han realizado s ervicio social o práctic a que le haya permitido darse cuenta de ello.

A continuación la gráfica de resultados sobre la presencia o ausencia de facultades para acompañar adultos mayores.



3) Facultades de los alumnos de gericultura del CETis 79 para acompañar adultos mayores.

4.1.4 Habilidades para trabajar con adultos mayores.

Los alumnos del CETis 79 de la especialidad de gericultura como parte de su trabajo físico y psicológico en relación al adulto mayor requieren desarrollar habilidades que les faciliten realizar múltiples actividades como: diversión, comprensión, aceptación, etc. Es necesario que aparte de los conocimientos técnicos exista un equilibrio con los sentimientos y habilidades de los alumnos, y orientarlos a servir a los adultos mayores con valores de creatividad que concedan al alumno sentirse libre y responsable al contribuir a la actualización de otros haciendo lo mejor posible su trabajo. Los alumnos de gericultura del CETis 79 expresan lo siguiente en relación a las habilidades y destrezas para realizar cuidados específicos.

Las habilidades de mayor porcentaje, según los sujetos de la muestra son aquellas que consideran que usan en su vida cotidiana, las cuales pueden aplicar en el trabajar con personas de la tercera edad.

HABILIDAD	PORCENTAJE
Leer.	12%
Jugar.	12%
Escuchar.	11%
Entender	10%
Comprender	10%

TABLA 3. Principales habilidades para el trabajo con adultos mayores.

Dentro de la jerarquía de habilidades, los sujetos de la muestra consideran las siguientes, con un nivel medio de importancia en el trabajo con adultos mayores, considerando las completarías para el trabajo con otros seres humanos, que se encuentran disminuidos en algún aspecto del área física o emocional.

HABILIDAD	PORCENTAJE
Explorar	5%
Orden.	6%
Proporcionar seguridad.	7%
Ser paciente.	8%
Gusto por ayudar.	9%

Tabla 4. Habilidades con nivel medio de apreciación por parte de los adultos de gericultura.

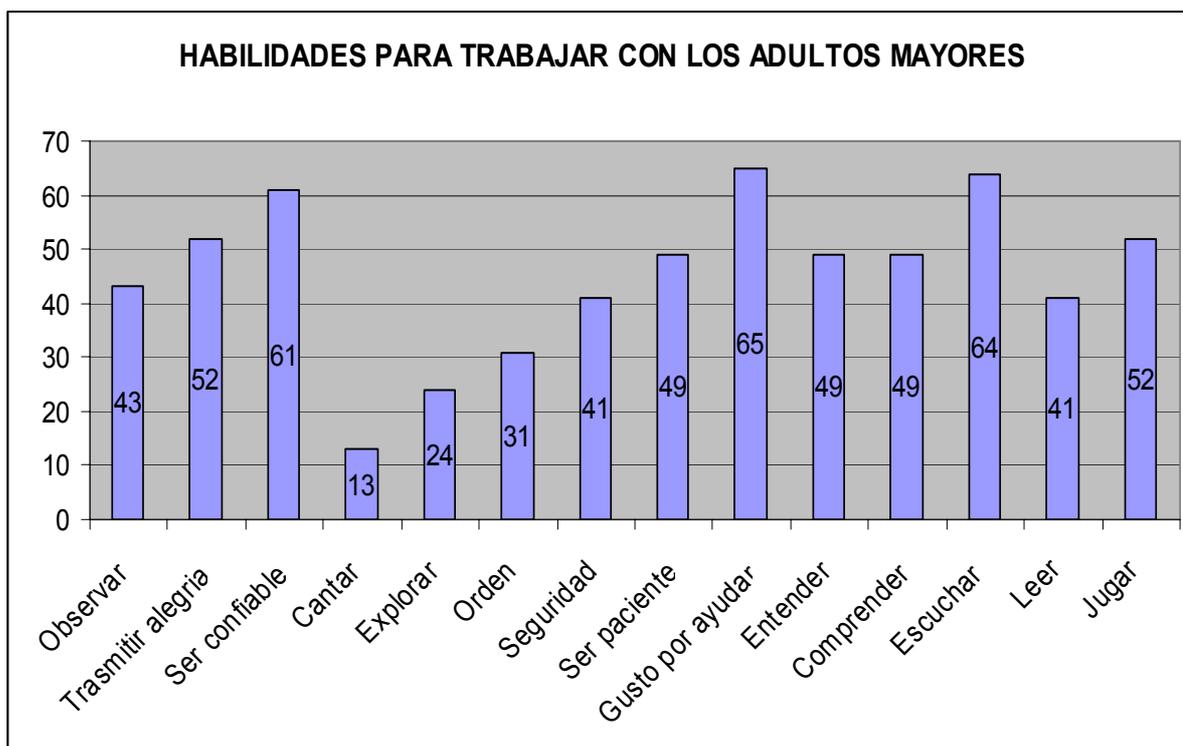
Siguiendo el orden de los resultados obtenidos en relación a la práctica que los alumnos realizaran con personas de la tercera edad., presentan un menor porcentaje las siguientes habilidades.

HABILIDAD	PORCENTAJE
Observar.	1%
Transmitir alegría.	2%
Ser confiable.	3%
Cantar.	4%

Tabla 5. Habilidades de menor grado en el trabajo con adultos mayores.

Las habilidades mencionadas anteriormente fueron evaluadas por medio de una pregunta de opción múltiple como se puede observar en el cuestionario en la sección de anexos, se tomó en cuenta los porcentajes por orden de jerarquía y momento de aparición, en razón de que los alumnos de geriatría, consideraron varias de las habilidades referidas.

A continuación se muestra los resultados graficados según el momento de aparición de las habilidades sugeridas a los alumnos.



4) Habilidades señaladas por los alumnos del CETis 79 para el cuidado, mejoramiento y conservación del adulto.

4.1.5. Aspectos para mejorar la calidad de vida del adulto mayor.

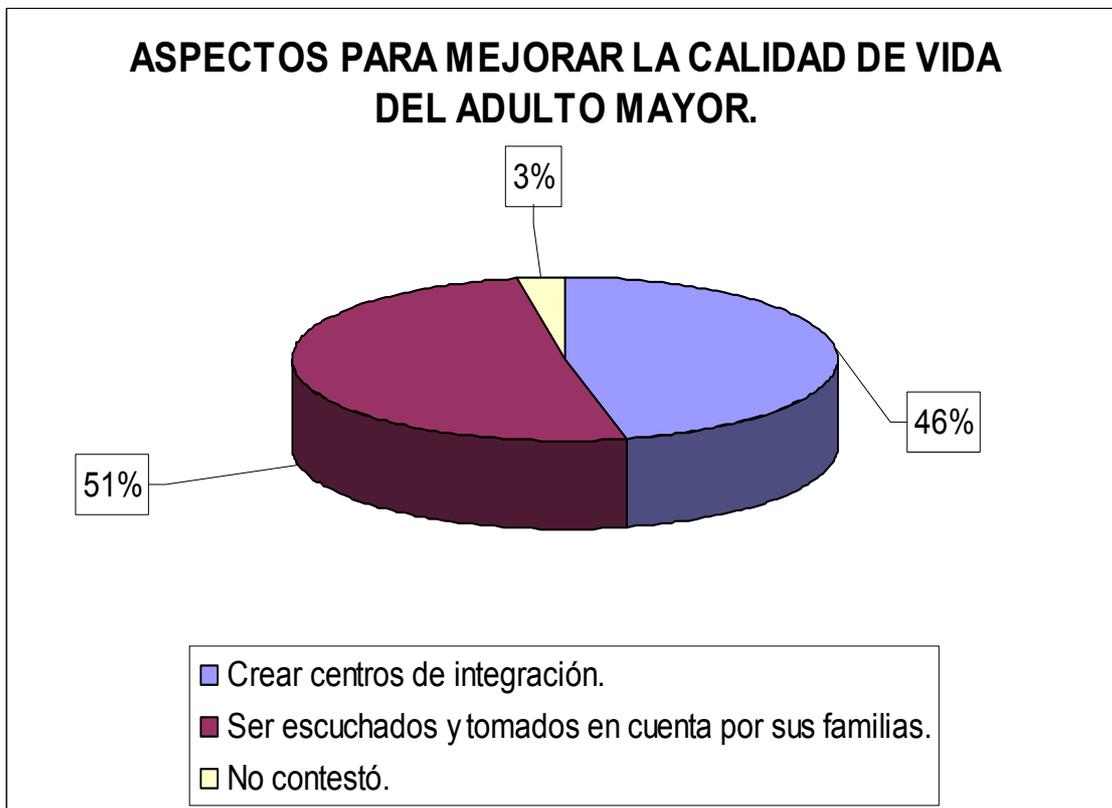
La calidad de vida se define en términos generales como el bienestar, felicidad y satisfacción de un individuo, que le otorga a éste cierta capacidad de actuación, funcionamiento o sensación positiva de su vivir. Su realización es muy subjetiva, ya que se ve directamente influida por la personalidad y el entorno en el que vive y se desarrolla el individuo, entonces, es indispensable darle al adulto mayor un incremento en las expectativas, e implementar diferentes acciones y actividades para este sector de la población mediante la creación de un espacio que contemple sus necesidades, así como su participación activa en la sociedad. Los alumnos consideran que existen diversas formas para mejorar la calidad de vida del adulto mayor de acuerdo a las siguientes respuestas:

De los alumnos de gericultura, cuestionados, el 46 % comentó que se deben fundar centros de integración para los adultos mayores, que cubran necesidades físicas, psicológicas y afectivas, que los hagan sentirse satisfechos con su vida actual, ya que, al tomar en cuenta los aspectos básicos de la vida del adulto mayor se le puede dar la oportunidad de vivir bien y no limitarse a pensar en aspectos negativos como la muerte; sino pensar en vivir con plenitud.

De la misma muestra, el 51 % menciona que las personas de la tercera edad deben ser escuchadas y tomadas en cuenta por sus familias, que les hagan sentir que los quieren, que son importantes y útiles, y así mejorar su estilo de vida en su entorno familiar. Para dar una mejor calidad de vida al adulto mayor es importante que el alumno de gericultura se interese en la higiene, salud y alimentación que el anciano recibe por parte de los involucrados en su cuidado, contactar con ellos, orientarlos, guiarlos y estimularlos para que realicen su labor adecuadamente.

El 3 %, decidió no contestar, posible mente al momento de ser ev aluados a través del cuestionario no se encontr aban en condiciones para hacerlo de manera objetiva, sin embargo, es preocupante que no hayan dado una respuesta, por que de ello depende en gran medida las acciones a tomar, par s u mejor formación como gericultis tas, además de que por medio de las diferentes clases que ha recibido, pueden formular i deas y opiniones s obre aspectos que mejoren la calidad de vida de los adultos mayores.

A continuación se muestra la gráfica de resultados.



5) Aspectos para mejorar la calidad de vida del adulto mayor de acuerdo a los alumnos de Gericultura del CETis 79.

4.1.6. Actividades para acompañar al adulto mayor.

El adulto mayor pasa por una etapa de la vida que se considera como la última, en la que los proyectos de vida ya se han consumado, siendo posible disfrutar de lo que queda de existencia con mayor tranquilidad. Usualmente las personas de la tercera edad han dejado de trabajar por lo que la mayor parte de su tiempo lo tienen libre; lo que resulta, a veces frustrante para ellos, por lo que es importante realizar actividades de acompañamiento como caminar, nadar, bailar, pasear, entre otras; esto, con la finalidad de que se conserven fuertes, alegres, sanos y felices.

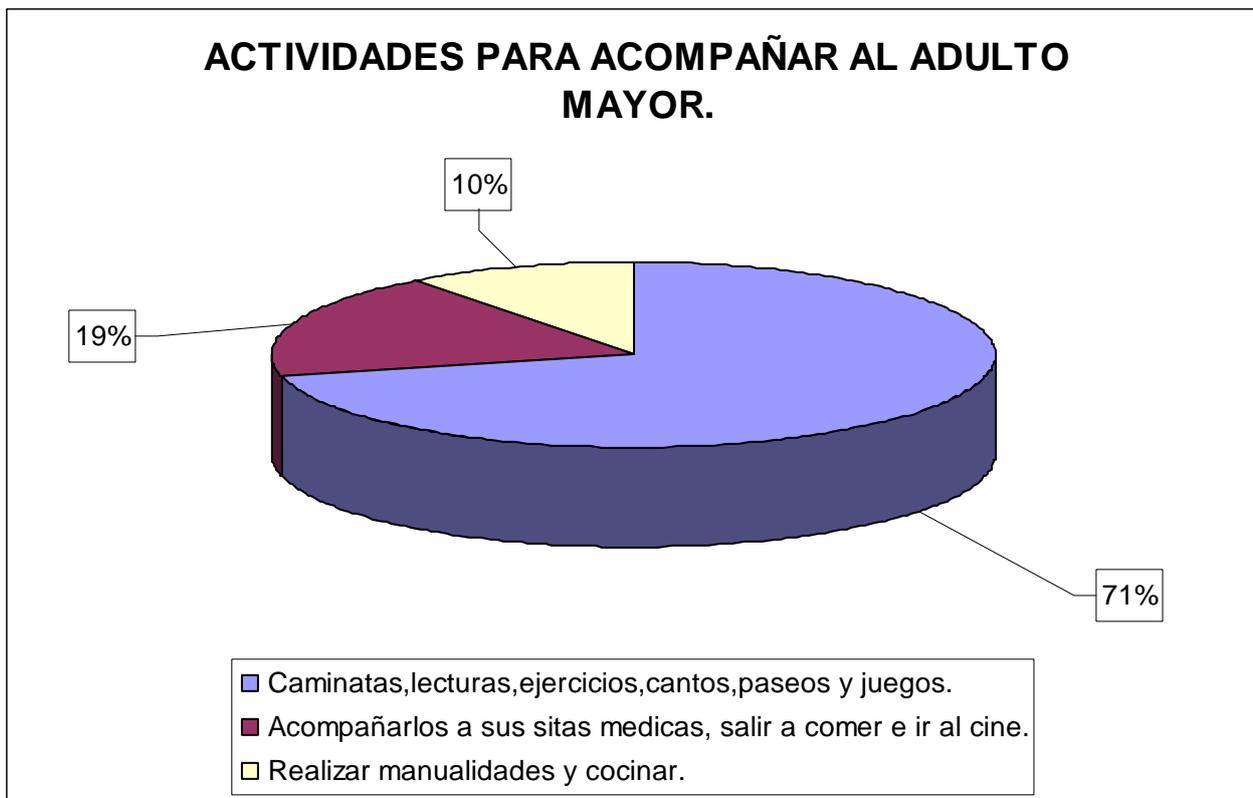
Los alumnos de gericultura consideran las siguientes actividades para acompañar a los adultos mayores.

De la muestra, el 71 % menciona que pueden realizar actividades como caminatas, lecturas, ejercicios, cantos, paseos y juegos con los adultos mayores, ya que por medio de estas actividades el adulto mayor se adaptará a los cambios que se le presenten en su vida.

Un 19 % de los estudiantes de gericultura, manifestaron que las actividades que podrían realizar son: acompañar a los adultos mayores a sus citas médicas y a lugares de entretenimiento, la razón por la que los adultos mayores deben ser acompañados a realizar sus actividades cotidianas, es por cuestiones de salud y por darles momentos de diversión, teniendo un mejor control y mayor calidad de vida.

El restante 10 % manifestó que acompañaría a los adultos mayores a realizar manualidades y actividades de cocina, como formas entretenidas y/o educativas, en las que además del acompañamiento, se requiere de atención y concentración para mantener su salud mental.

A continuación se exhibe la gráfica de resultados.



4.1.7. Capacidades para compartir con personas de la tercera edad.

Todos los seres humanos necesitan dar y recibir, en este caso los alumnos de gericultura requieren ser capacitados para el acto de dar y recibir, sin referirse a dar cosas materiales, porque a veces el mejor regalo está dentro de una sonrisa, una mirada o de una mano en el hombro, en señal de apoyo para quien lo necesita. Rogers afirmó que el autoconcepto y la autoobservación vienen a través de las primeras experiencias, mediante las cuales se domina el ambiente a través de las altas consideraciones que otros muestran, con sus expresiones de afecto, admiración, aceptación, y a través de la congruencia, o del acuerdo entre las experiencias a lo largo de la vida. En este caso los alumnos de gericultura del CETis 79 piensan que son capaces de compartir con los adultos mayores lo siguiente.

Según algunos psicólogos, los sentimientos, especialmente los profundos, son disposiciones que favorecen la actividad si son positivos o la inhiben si son negativos; de los estudiantes de la muestra el 24 % comentó que compartirían con los adultos mayores buenos sentimientos, considerando que es una forma motivadora para los adultos mayores recibir amor, admiración, alegría y buenos tratos. Bajo esta perspectiva, las emociones negativas pueden decaer y se puede incrementar el sentido de vida pleno y gozoso.

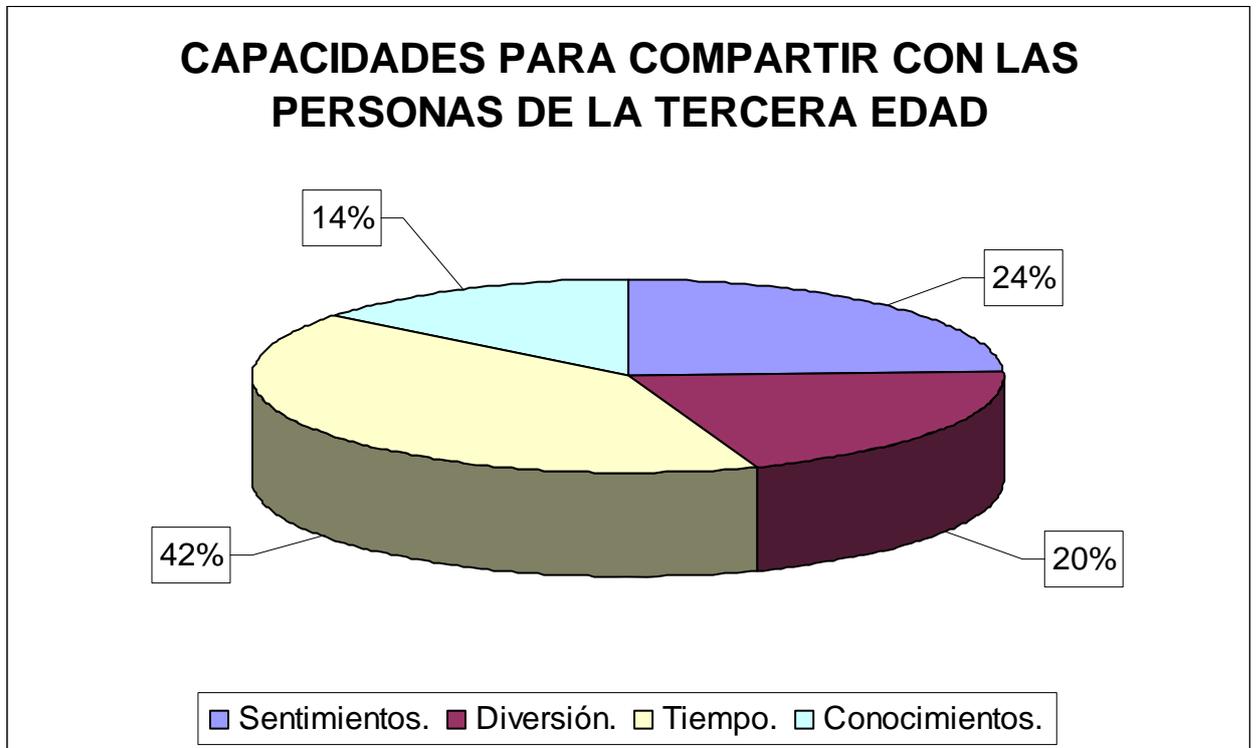
Los estudiantes que conforman la muestra manifestaron en un 20% que son capaces de compartir diversión a los adultos mayores, con la idea de proporcionarles modos de recreación que los ayuden a Integrarse a grupos a fin de contactar con los demás, mejorar la intensidad de expresarse y participar.

Un 42 % de los alumnos manifestó que serían capaces de compartir parte de su tiempo, por lo general el adulto mayor dispone de mucho tiempo libre, el cual puede ser usado por ocio creativo que genere crecimiento y creatividad, en este caso los alumnos pueden realizar junto con los ancianos actividades de recreación como juegos, ejercicios, salidas a sitios de interés, etc., esta actitud, es

la que interesa preservar, acrecentar y rescatar en el alumno para apoyar al adulto senecto.

El 14 % restante reveló que compartirían conocimientos a los ancianos, es decir, que los alumnos están dispuestos a colaborar ejecutando lo aprendido en su formación técnica, participando en la conducción de su propio aprendizaje y en organizar sus condiciones de educación con la finalidad de favorecer al adulto mayor cuando llegue el momento de trabajar con ellos.

A continuación se presenta la gráfica de resultados.



7) Capacidades para compartir con las personas de la tercera edad según los alumnos de gericultura del CETis 79.

4.1.8. Consideración de habilidades psicoafectivas a desarrollar.

Desarrollar habilidades psicoafectivas en los alumnos de gericultura incrementa el sentido cálido y humano para el trato del adulto mayor, ya que el estudiante puede establecer contacto con sus emociones y darse cuenta de su potencial emocional, el cual es fundamental para desempeñar su labor profesional con eficiencia y respeto.

Los alumnos de gericultura del CETis 79 consideran que pueden desarrollar las siguientes habilidades psicoafectivas como se muestra en la siguiente tabla.

HABILIDAD PSICOAFECTIVA	PORCENTAJE
Empatía	11
Tolerancia	26
Aceptación incondicional	21
Afecto	33
Contacto	9

Tabla 6. Consideración de los alumnos de gericultura en relación al desarrollo de habilidades psicoafectivas.

4.1.9. Justificación de las habilidades a desarrollar

El alumno de gericultura está facultado para ejercer una acción que garantice salud y bienestar al adulto mayor, para esto requiere manejar sentimientos con una carga de humanismo y educando cualidades como la honestidad o la solidaridad, entre otras, que favorecen el establecimiento de buenas relaciones y propician el acercamiento humano.

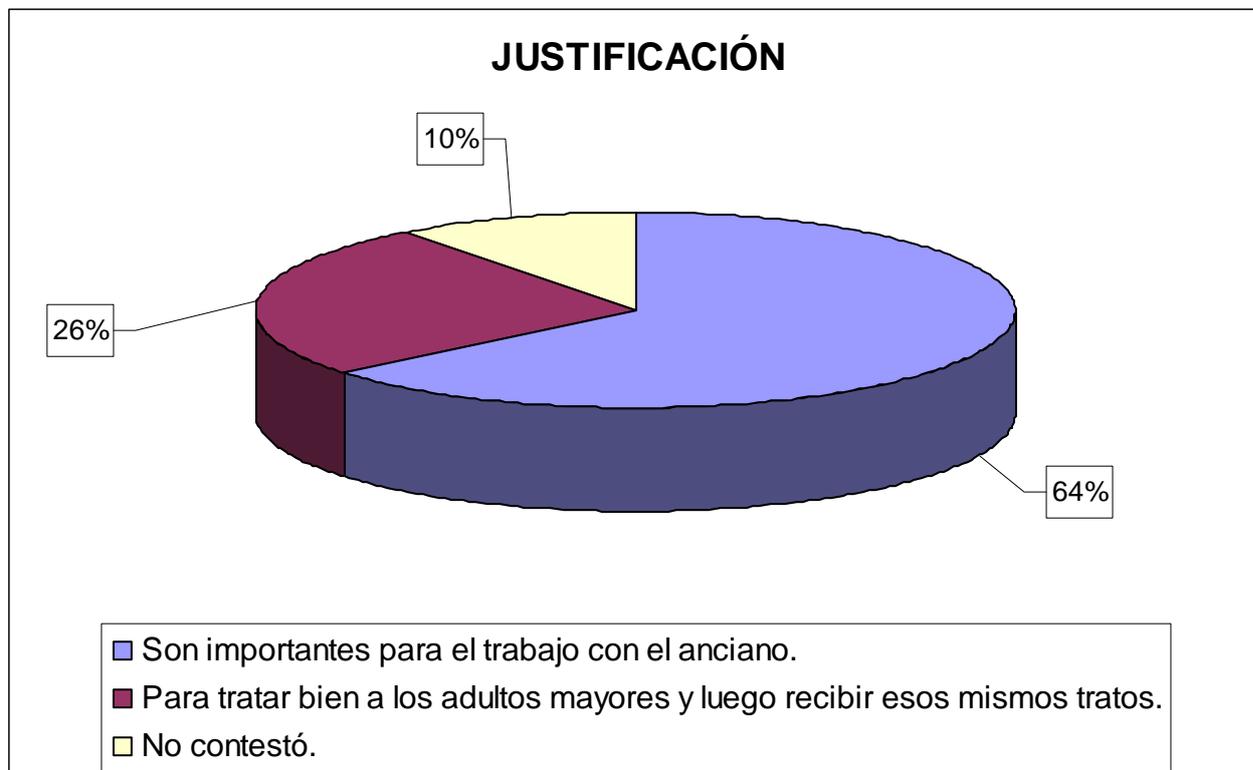
Tomando en cuenta el tema anterior los alumnos justifican sus respuestas de la siguiente manera.

El 64 % de los alumnos de gericultura fundamentó su respuesta comentando que es importante desarrollar habilidades psicoafectivas para tener recursos que les ayuden en el trabajo con los adultos mayores y les facilite convivir, intercambiar experiencias y compartir sentimientos. En general, las habilidades ya mencionadas tienen un fin de trascendencia espiritual, de pensamiento y de acción para mejorar la responsabilidad y la calidad de preparación del estudiante.

De la muestra el 26 % justificó su respuesta explicando que cuando se encuentren en la etapa de la tercera edad les gustaría recibir buenos tratos sin violencia, sin abandono y con respeto; por ello pretenden desarrollar habilidades psicoafectivas que ayuden a los adultos mayores a llevar una vida saludable. Esta forma de pensar es fundamental para lograr el vínculo afectivo entre el gericultista y el anciano.

Los estudiantes de gericultura en un 10 % decidieron no contestar. Posiblemente no se interesen en el trabajo profesional con los adultos mayores, sin embargo, es recomendable una intervención a nivel individual para conocer a profundidad el origen de esta situación. El objetivo es el equilibrio no la supresión, lo que se quiere es la emoción adecuada para realizar un trabajo eficaz.

Enseguida se muestra la gráfica de resultados.



9) Justificación de la respuesta por parte de los alumnos de gericultura del CETis 79 en relación al desarrollo de habilidades psicoafectivas.

4.1.10. Gusto por aprender a desarrollar habilidades

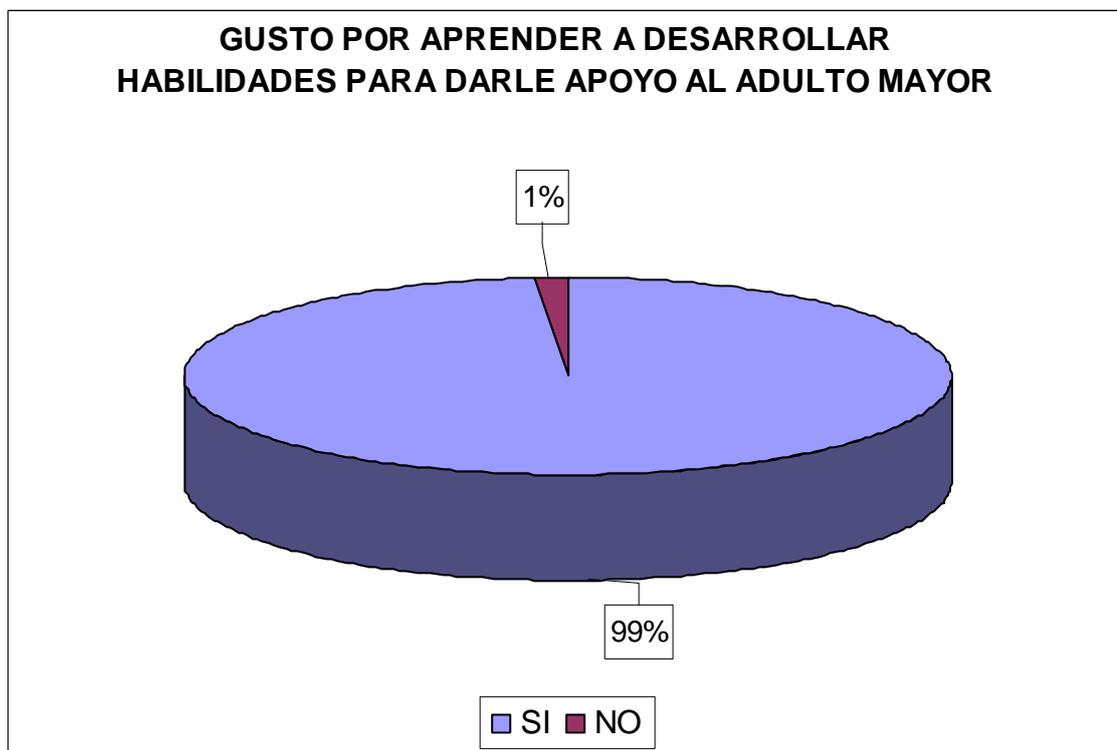
El cuidado del adulto mayor requiere de una mirada transdisciplinaria y de profesionales comprometidos con su cuidado, que proporcionen apoyo tomando en cuenta múltiples actitudes que involucren la cooperación, reciprocidad y el trabajo en equipo.

Los alumnos del CETis 79 hablan acerca de su gusto por aprender a desarrollar habilidades para ayudar al adulto mayor de la siguiente manera.

Un 99 %, manifestó que tienen el gusto por aprender a desarrollar habilidades que les permitan apoyar a las personas de la tercera edad, entre la que destacan las ya mencionadas, como empatía, tolerancia, aceptación incondicional, contacto y afecto; con implicaciones laborales y emocionales tanto para el gericultista como para el anciano.

El 1 % afirma que no le gustaría aprender habilidades para darle apoyo al adulto mayor. Puede considerarse a este porcentaje como aquellos que eligieron cursar sus estudios en el CETis 79, solo como bachillerato tecnológico y no como una especialidad.

Enseguida se presenta la gráfica de resultados.



10) Gusto por aprender a desarrollar habilidades para apoyar a los adultos mayores por parte de los alumnos de gericultura del CETis 79.

4.1.11. Explicación sobre el gusto por aprender habilidades

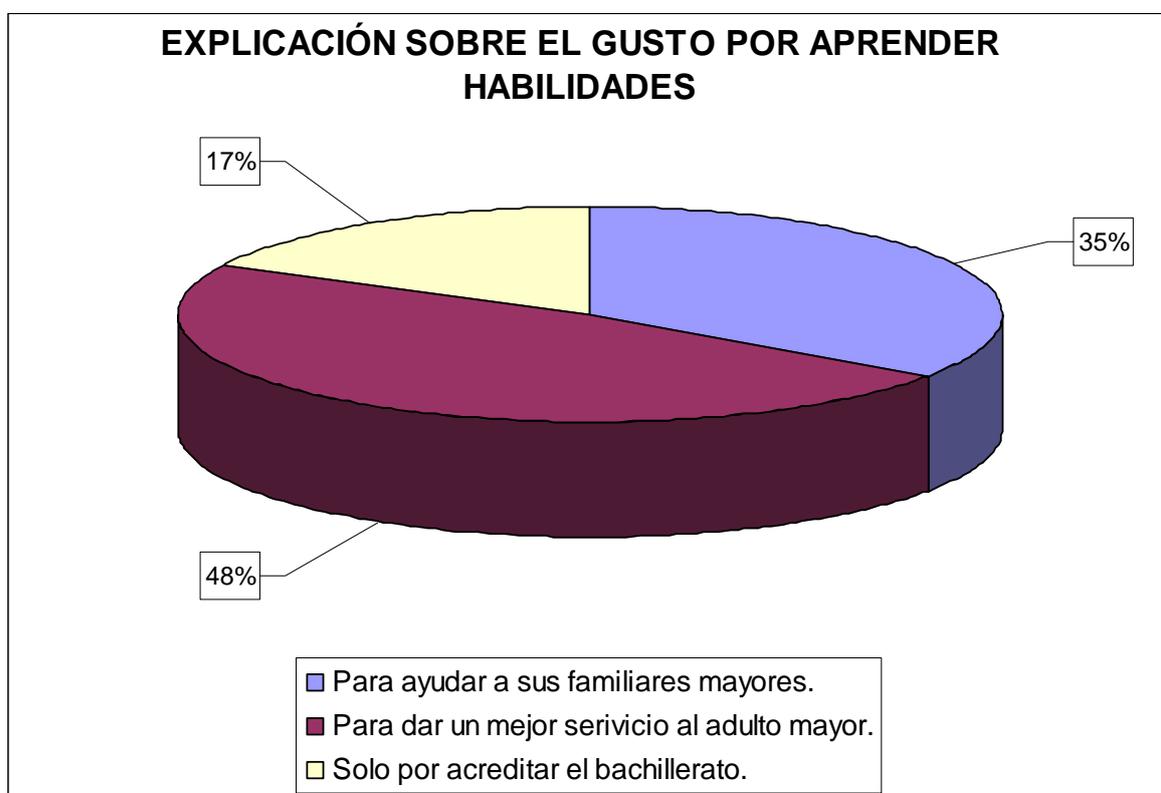
A lo largo del presente análisis se ha expresado que los estudiantes de gericultura necesitan desarrollar habilidades psicoafectivas para realizar adecuadamente su trabajo con el adulto mayor, ya que darle sentido a la vida de otras personas, es esencial para el desarrollo personal del alumno, en referencia al amor y pasión de su profesión. Aprender nuevas herramientas humanas implantará una fuerza que proporcione afecto, respeto y disposición para seguir creciendo. En este caso los alumnos explican por que les gustaría o no aprender a desarrollar habilidades para darle apoyo al adulto mayor.

Los alumnos explicaron en un 35 % que les gustaría aprender habilidades para darle a poyo al adulto mayor y así poder ayudar a sus familiares cercanos que se encuentren en dicha etapa de la vida; muchas veces los alumnos llegan a la especialidad de gericultura para aprender a tratar a sus propios abuelos y en búsqueda de nuevas alternativas que los conduzcan a mejorar la existencia de estos, es por tanto, importante proporcionar al alumno apoyo para alcanzar sus objetivos y mejorar la formación que reciben para ser buenos gericultistas.

De la muestra el 48 % expresó que les gustaría aprender nuevas habilidades para darle un mejor servicio y atención al adulto mayor en hospitales, asilos y casas de convivencia. Motivar a los adolescentes gericultistas a realizar mejor su trabajar perfeccionará el modo de vida en los centros para adultos mayores, conociendo a detalle la forma en que se desarrollan y actúan los ancianos.

El 17 % declara que solo aprendería a desarrollar habilidades para acreditar el bachillerato por medio de la especialidad de gericultura y como Rogers afirma, el hombre tiene una tendencia básica a actualizar sus potencialidades y que si se le deja actuar libremente y sin restricciones, lo que haga, estará bien, es decir, que no todos los sujetos de la muestra suponen un futuro profesional con los adultos mayores, sin embargo, posiblemente sean buenos en lo que elijan para sus vidas.

Tomando en cuenta los resultados anteriores se presenta la gráfica



11) Explicación de los alumnos de gericultura sobre el gusto por aprender a desarrollar habilidades para darle apoyo al adulto mayor.

4.1.12. Formas de demostrar afecto al adulto mayor.

En la época actual demostrar el afecto es algo que cada vez es más difícil de dar y por tanto, de recibir; a veces se pierden oportunidades valiosas que no se pueden recuperar jamás, decir o hacer sentir a los adultos mayores que son importantes en la vida se ha convertido en algo que se deja para después, o para alguna fecha especial.

Diversos son los factores que determinan, median y motivan el logro de una longevidad con bienestar; uno de ellos es proporcionar afecto a los adultos mayores.

En la siguiente tabla se presenta como demuestran su afecto los alumnos de gericultura del CETis 79 a las personas de la tercera edad.

Forma de expresar afecto.	Porcentaje
Respeto, atención, paciencia y confianza.	59 %
Amor, besos, visitas y sonrisas.	35 %
No contestó.	6 %

Tabla 7. Forma de demostrar afecto por parte de los alumnos de gericultura

En general, los estudiantes manifestaron dar su afecto a las personas de la tercera edad, la mayoría tienen presente utilizar señales como: respeto, atención, paciencia y confianza, para demostrar un estado emocional de particular intensidad; desde un punto de vista existencial la experiencia afectiva se manifiesta como un estado de difícil demarcación, aunque tradicionalmente dicha experiencia se divide en dos modalidades principales: sentimientos y emociones y dar amor, besos, hacer visitas y regalar sonrisas, es una forma muy peculiar de hacerlo.

En referencia a los alumnos que no contestaron, es aceptable ya que posiblemente se encuentren dentro de la transformación de cambios emocionales que se producen en la etapa de la adolescencia y esto no les permita dar una respuesta.

A continuación se presenta la gráfica de resultados.



12) Formas de demostrar afecto al adulto mayor por parte de los alumnos de gericultura del CETis 79.

4. 1.13. Compromiso profesional en el trabajo con adultos mayores.

En el trabajo con el adulto mayor se requiere de ideales para ayudar, acompañar, guiar, escuchar, compartir, amar, etc., los alumnos de gericultura necesitan tomar en cuenta que es lo que quieren hacer en sus vidas: continuar con sus estudios en áreas que tengan como principal objetivo el bienestar de las personas de la tercera edad o dedicarse a otras profesiones; para permanecer en el área de la gericultura es necesario comprometerse profesionalmente, tener atributos y conductas como honor, integridad, compasión, responsabilidad, excelencia, entre otras, que le permitan continuas actualizaciones en el campo de la salud en bienestar del propio gericultista y del anciano.

Los alumnos del CETis 79 hablan de su compromiso profesional como estudiantes de gericultura de la siguiente manera.

De la muestra el 84 % manifestó que su compromiso profesional con los adultos mayores es realizar un trabajo efectivo, que les mejore la calidad de vida a través de buenos tratos y cuidados. Como se ha manejado a lo largo de la investigación, el anciano necesita ser acompañado por lo que significa la etapa de vida en la que se encuentra, algunos necesitan cuidados paliativos u otros afectos, comprensión, etc., dependiendo de la situación en que se encuentren. Ser un gericultista preparado con herramientas humanas y técnicas ayuda a abordar todas las necesidades del adulto mayor.

El 13 % de la muestra reveló que su compromiso profesional con los adultos mayores es hacerlos sentir importantes, por lo que han dado y por que tienen aún mucho que hacer. En este caso como en otros que se han manejado anteriormente, es fundamental contar con iniciativa, disposición y amor al arte profesional, es decir, tener bases educativas, vocación y gusto por trabajar; posiblemente estas cualidades se incrementen al paso del tiempo o disminuyan, por lo que hay que dar herramientas a los alumnos para que decidan que hacer de sus vida profesional.

De los alumnos de gericultura el 3 % no contestó. En este caso, algunos de los jóvenes estudiantes llegaron solo para cursar el bachillerato, tal vez por recomendación, quizá no tuvieron una orientación vocacional adecuada o simplemente no la tuvieron, por lo que no tienen un compromiso profesional con ella; esta situación preocupa, sin embargo, se puede hacer algo como motivarlos a buscar el gusto por esta profesión.

A continuación se presenta la gráfica de resultados.



13) Compromiso profesional de los alumnos de gericultura del CETis 79 en el trabajo con adultos mayores.

4.2 RESULTADOS DEL TEST DE PSICODIAGNOSTICO GESTALT

4.2.1 Estado de la primera fase: Reposo

El reposo representa un equilibrio y punto de inicio que permite abrir una nueva experiencia, se asume el estado de vacío fértil en el cual están presentes todas las potencialidades para que emerja una nueva emoción. La necesidad fisiológica tiene el mismo valor que la psicológica, por lo que la apertura de esta fase está conectada a la necesidad emergente, sea ésta cual fuere. Una parte significativa de codificación de la experiencia se produce a un nivel no verbal, y tiene que ver más con el ser y el hacer que con el conocimiento conceptual consciente.

Los alumnos del CETis 79 de la especialidad en gericultura mostraron los siguientes resultados en la fase 1 del test de psicodiagnóstico Gestalt de Salama (TPG):

De la muestra, el 25 % se encuentra en la fase de reposo sin bloqueos, lo que significa, que su proceso de desarrollo está sucediendo de manera natural a partir de las experiencias cotidianas, lo que indica que los alumnos se encuentran en un estado de equilibrio, tranquilidad y en espera de una nueva necesidad para satisfacerla. Es decir, que los alumnos están preparados para desarrollar ideas, pensamientos y conductas que les permitan trabajar con los adultos mayores.

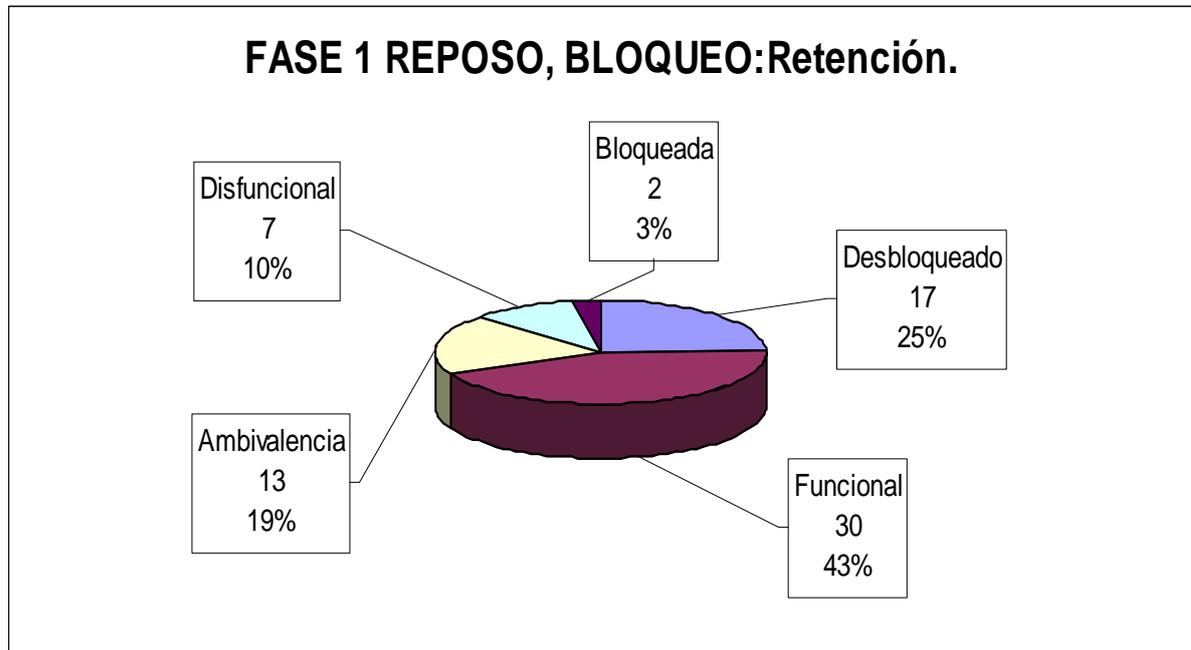
Los resultados obtenidos indican que un 43 % de los alumnos se encuentra funcionales en esta misma fase, lo que significa que pueden trabajar con los adultos mayores pero no en su totalidad, ya que posiblemente estén vivenciando algún asunto inconcluso que evite el flujo correcto de la energía, lo que significa que tendrían que movilizarla a través de actividades como el contacto con sus emociones mediante una serie de encuentros, cuyo objetivo es favorecer el descubrimiento de modos de funcionamiento que se han quedado obsoletos y solo comprendiéndolos y aceptándolos se puede dejar de luchar contra ellos y reutilizar esa energía en nuevas formas de relación.

Con respecto a la ambivalencia en la fase de reposo, el 19 % de la muestra presenta dicho estado, por lo que posiblemente los alumnos estén cargados de recuerdos emocionales, esperanzas, expectativas, miedos y conocimientos obtenidos a través de las experiencias vividas, que tal vez les esté causando que se sientan extraviados, confusos, preocupados, tristes y no piensen en el bienestar de otras personas en este caso, el de los adultos mayores. Por lo cual es recomendable realizar actividades de desensibilización específicas como el darse cuenta del propio cuerpo y así proporcionarle al alumno un sentir espontáneo de lo que está viviendo y haciendo, así de cómo está funcionando como persona y organismo.

En la misma fase, el 10 % se encuentra disfuncional por lo que el alumno no pueda estar en reposo, experimentando cansancio, lo que equivale a no tener la disponibilidad para trabajar con adultos mayores o para realizar las actividades cotidianas, posiblemente los alumnos se enganchen con una experiencia hasta el final y se estanquen en ella tratando de obtener algo más de una situación terminada o agotada, por lo que es necesario llevar al alumno a comprender la diferencia que existe entre sostener una experiencia hasta el final y estancarse en ella tratando de obtener algo más y así poder cerrar su experiencia para iniciar una nueva.

El restante 3 % de la muestra presenta un bloqueo de retención en dicha fase, lo que significa que el individuo no cierra su gestalt, lo que le impide satisfacer las necesidades emergentes independientemente de la experiencia que se le presente, por lo tanto esta parte de la población no se encuentra preparada para realizar un trabajo adecuado con adultos mayores. Para desbloquear a los alumnos es importante incluir actividades de respiración, de expresiones no verbales, de contacto consigo mismo y trabajar con la autoestima.

A continuación se muestra la gráfica de los resultados.



14) Estado de la fase 1 de reposo del TPG y su bloqueo en relación a los alumnos de gericultura del CETis 79.

4.2.2 Estado de la segunda fase: Sensación

La sensación es el surgimiento de una impresión que provoca una tensión aún no definida y que distrae a la persona de su reposo anterior, significa una experiencia sensorial del mundo. Proviene de los datos captados por los sentidos; es a partir de donde se comienza a organizar nuestra actuación, claramente influidos por las capacidades sensoriales.

Los alumnos de gericultura del CETis 79 revelaron los siguientes resultados en la fase 2 del test de psicodiagnóstico Gestalt de Salama (TPG).

En la fase de sensación el 72 % de la muestra se encuentra sin bloqueos, lo que significa que el alumno tiene un equilibrio entre las sensaciones corporales y su correspondiente significación emocional, entonces, los alumnos son capaces de formar figuras que aun están por abrirse lo que les permite estar en espera de nuevas experiencias, en este caso, se encuentran aptos para trabajar con personas de la tercera edad.

Además, los alumnos presentan con un 17% la fase de sensación de manera funcional, lo que significa que pueden desarrollar la capacidad de sentir, a través de actividades donde se carguen de energía por medio de la respiración y el movimiento, focalizando la experiencia sensible a través de su cuerpo, estas capacidades les permitirán realizar un trabajo con los adultos mayores, solo es cuestión de abordar las posibles dificultades internas que no les permiten tener un adecuado flujo de la energía.

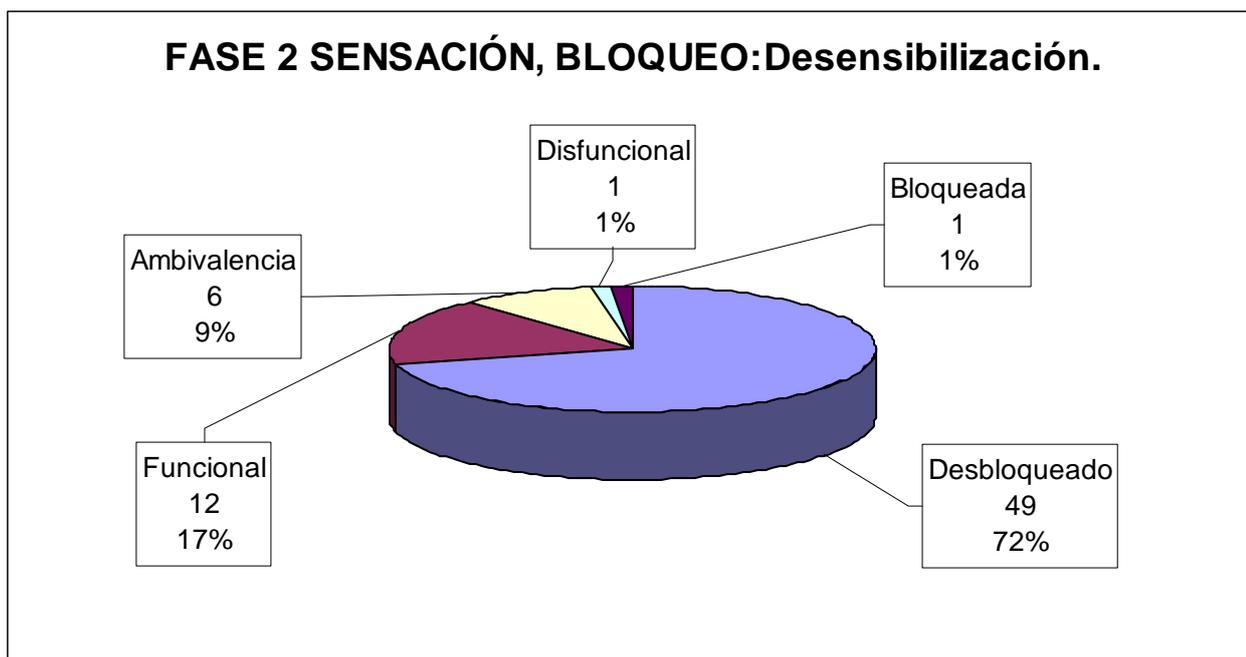
La ambivalencia en la fase de sensación, fue presentada por el 9 % de la muestra, haciéndose necesario buscar un equilibrio por medio de tareas del darse cuenta que permitan unir la experiencia personal y los hechos de la realidad externa, dándole al alumno la oportunidad de contacto parcial o total con la realidad y así poder realizar actividades con otras personas, en este caso con el adulto mayor.

Dentro de la misma fase, el 1 % se encuentra disfuncional, haciendo que el alumno no pueda experimentar con su zona interna de sensibilidad, asimismo se

ha deteriorado su atención, y no percibe o no se da cuenta de situaciones obvias que se dan en su entorno por lo que niegan cualquier sensación que les pueda molestar, generalmente han vivido momentos traumáticos y su necesidad consiste en evitar que se repitan. Es importante estimular al alumno con técnicas corporales, de fantasías guiadas y de liberación e integración de sensaciones para incrementar la energía del alumno y así poder realizar actividades con los adultos mayores.

Otro 1 %, de la muestra presenta un bloqueo de desensibilización en dicha fase, en este caso los alumnos obstaculizan su sensibilidad y no sienten, además se cierran en sí mismos sin contactar con sus propias vivencias, no asumiendo como propio ni lo que sienten ni lo que piensan. En ellos, está dañada la honestidad y en su evasión se les percibe como ensimismados, ausentes y sin contacto constructivo con el exterior. Por lo cual, es necesario realizar ejercicios de sensibilización, que les permita el contacto con sus zonas de relación inmediata, poniendo atención a su experiencia sensorial, explorando su acción cada vez más hasta que explote, lo que simboliza que el alumno puede ser liberado del bloqueo y de esta manera pueda trabajar con los adultos mayores.

A continuación se exhibe la gráfica de los resultados.



15) Estado de la fase 2 de sensación del TPG y su bloqueo en relación a los alumnos de gericultura del CETis 79.

4.2.3 Estado de la tercera fase: Formación de la figura

La formación de la figura se produce cuando el organismo ha diferenciado lo que le pertenece y necesita satisfacer, gracias a esta toma de conciencia se manifiesta una mayor lucidez de las sensaciones, estar atento, descubrir, nombrar, constatar y comprender sensorialmente lo que se vive, lo cual estimula, ya que, que la conciencia ayuda al organismo a orientarse y actuar, se trata de tomar conciencia y no de prestar atención mientras que la primera es inclusiva y contiene varias percepciones, la segunda es exclusiva. La atención se fija especialmente sobre una cosa, la toma de conciencia es diferente, incluye diferentes percepciones, no es prestar atención, es estar atento, es ser consciente, simplemente.

Los alumnos del CETis 79 del área de gericultura revelaron los siguientes resultados en la fase 3 del test de psicodiagnóstico Gestalt de Salama (TPG).

En la fase de formación de la figura, el 52 % de los sujetos se encuentra sin bloqueo, es decir, que los alumnos son capaces de establecer una figura clara de la necesidad que se les presente y concientizar el objetivo de la sensación, diferenciando lo que le pertenece y necesita satisfacer, estos alumnos son hábiles para sentir y comprender las causas de sus dificultades con honestidad y aceptación, lo que da como resultado que sean candidatos a establecer un adecuado trabajo con los ancianos.

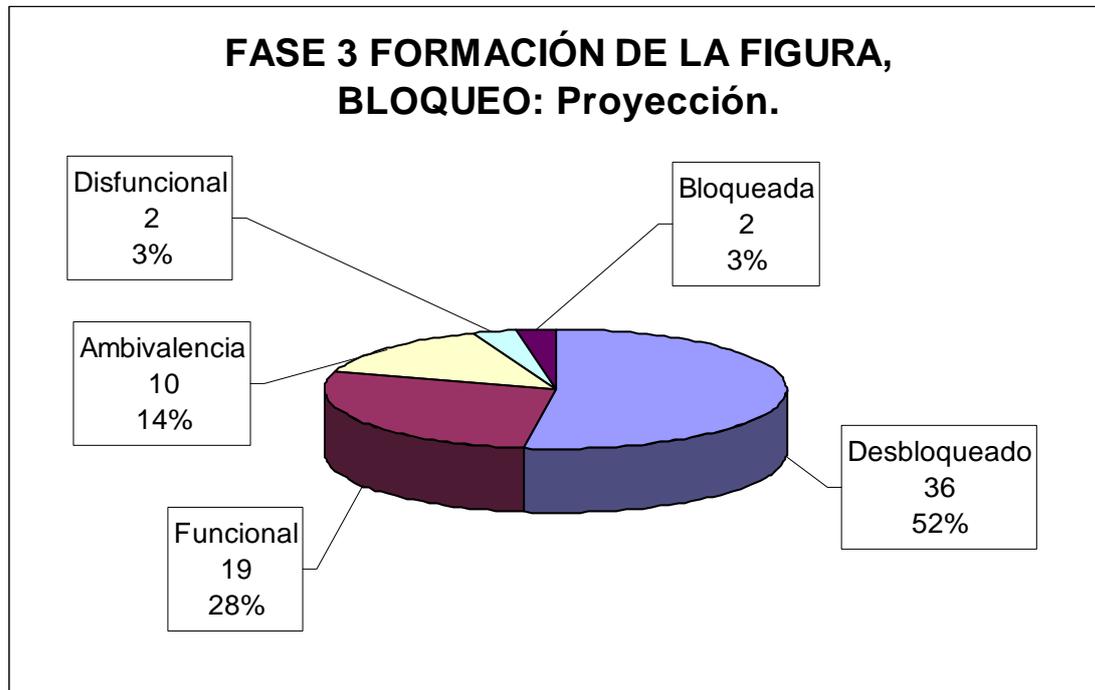
Otro 28 % se encuentra funcional en dicha fase, lo que significa que los alumnos deben acercarse a la realidad dejándose impactar emocionalmente por ella, de forma tal que genere una respuesta nueva de calidad, que pase a formar parte del recuerdo y aumente los recursos mentales disponibles para realizar acciones diarias de la vida, pero necesitan ser orientados a través de actividades que manipulen la fantasía, que sustituyan al pseudo Yo por el Yo, para establecer una figura clara de la necesidad y concientizar el objetivo de la sensación evitando una interrupción de identificación del causante o responsable de acciones, pensamientos o palabras, a las cuales atribuye su dificultad de aprendizaje.

En la fase de formación de la figura la ambivalencia representa el 14 % de la muestra, lo que significa que el alumno necesita recursos que le permitan fortalecer su Yo y su conciencia por medio de ejercicios como la silla vacía, es decir, que al fortalecer su Yo el alumno podrá confrontar los resentimientos hasta que se libere de la angustia de la que se estuvo defendiendo y así su energía estará disponible para realizar acciones en su vida diaria, como trabajar con adultos mayores.

De la misma fase el 3 % se encuentra disfuncional, en este apartado el alumno no tiene la fuerza necesaria para diferenciar lo que le pertenece y necesita satisfacer, es una desapropiación de sensaciones corporales, emociones, pensamientos y acciones de las cuales los alumnos no se responsabilizan y en consecuencia responsabilizan a los otros y al medio ambiente, lo que significa que estos alumnos poseen puntos ciegos para trabajar con otras personas, además que deben ser encaminados a incrementar su autoestima para poder compartir afecto y asumir su responsabilidad ante el mundo externo.

El 3 % restante de la muestra presenta un bloqueo de proyección en dicha fase, lo que significa que el alumno ve una parte del Sí mismo como un objeto del entorno, en general lo que expulso es lo que no tengo integrado, no acepto y no reconozco en mí mismo, inclusive aspectos positivos. El espacio "vacío" que queda luego de la proyección puede estar habitado por introyecciones. Por lo tanto, el trabajo con el material proyectado finaliza cuando disuelvo e integro las introyecciones relacionadas. Cuando se proyecta y dice: "ellos, nosotros" en realidad se está refiriendo a sí mismo. Este tipo de alumnos, consideran en muchas ocasiones que los otros o el medio son difíciles o agresivos con él, y esto conlleva a una interrupción en el trabajo con personas de la tercera edad.

A continuación se enseña la gráfica de los resultados.



16) Estado de la fase 3 de formación de la figura del test psicodiagnostico gestalt y su bloqueo en relación a los alumnos de gericultura del CETis 79.

4.2.4 Estado de la cuarta fase: Movilización de la energía

En la movilización de la energía se reúne la fuerza indispensable para llevar a cabo lo que la necesidad demanda, se potencializa la energía planteando diferentes alternativas hacia la acción; dentro de la zona intermedia, es la parte donde se hacen los planes para llegar a la acción, las personas organizan constantemente su experiencia de modos que son particulares, integrando su aprendizaje cultural con su sensación emocional como seres humanos; para llegar a crear un significado nuevo necesitan ser capaces de tolerar sus sentimientos, integrarlos dentro de su sensación del sí mismo, atenderlos y utilizarlos como señales.

Los resultados obtenidos por los alumnos de gericultura del CETis 79 revelaron lo siguiente en la fase 4 del test de psicodiagnóstico Gestalt de Salama (TPG).

Los educandos se encuentran con un 14 % en la fase de movilización de la energía sin bloqueos, esto significa que el alumno desarrolla su poder para reestructurar lo que existe, se capacita para acomodar la experiencia a sus necesidades y hasta crear lo que necesita, en vez de limitarse a aceptar o rechazar. Estos alumnos muchas veces son comprensivos, amorosos, fieles y concientes con otras personas, lo que significa que pueden realizar trabajos orientados a los adultos mayores.

Los alumnos en un 19 % se encuentran en la fase de movilización de la energía de manera funcional, para incrementar la energía de los gericultistas en el trabajo con adultos mayores se deben realizar estrategias que amplíen el proceso de discriminación y asimilación, atacando la modalidad de "estilo" introyectivo, además discriminar lo nutritivo de lo tóxico y elegir con qué se queda el alumno, devolver, vomitar, expulsar hacia el exterior lo que no es de él, cobrar conciencia de su necesidad, movilizar su cuerpo y su energía para satisfacerla.

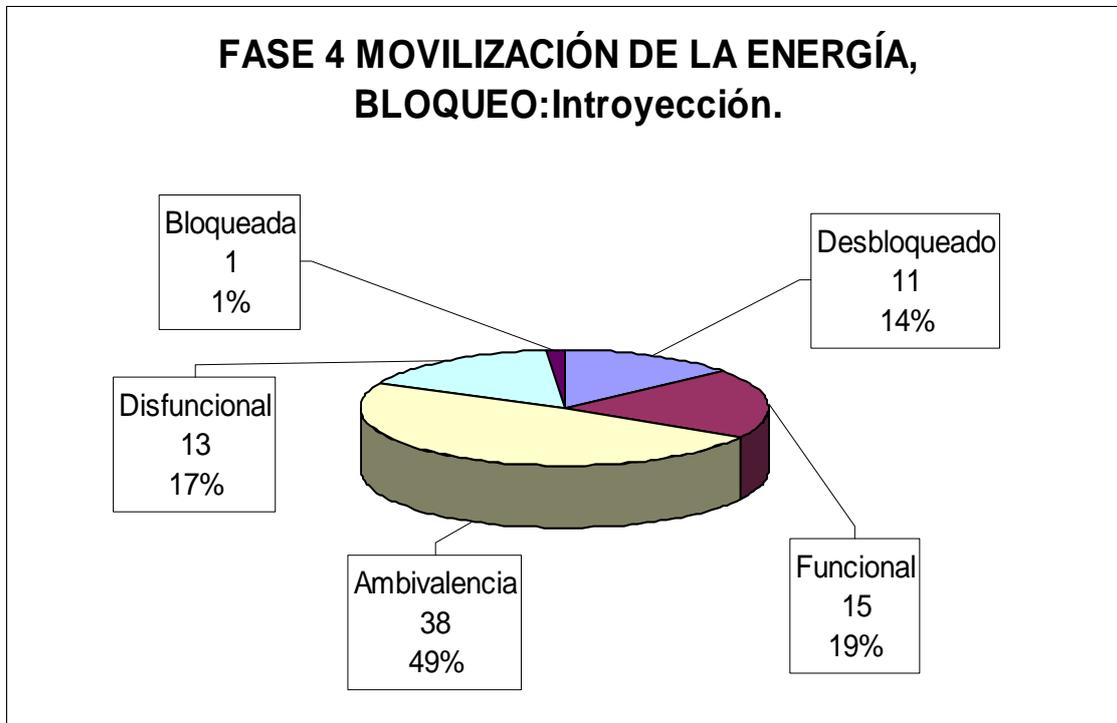
En esta fase el 49 % presenta ambivalencia, lo que demuestra que el alumno tiene una necesidad que debe actualizar para no encerrarse en una

actitud dogmática y defensiva y así desarrollar su poder para reestructurar lo que existe en su experiencia. Tomando en cuenta lo anterior se pueden utilizar ejercicios vivenciales y de diálogo que le reafirmen el concepto del Yo y las necesidades propias.

En la misma fase el 17 % se encuentra disfuncional, lo que significa que el alumno toma algo del medio ambiente y lo incorpora sin asimilarlo, como lo que dice y hace en realidad no "es de él ", [ya que todavía no lo integra] no se excita, ni moviliza la energía en ello; aunque también puede movilizar energía desde sus propios introyectos, es decir, cuando el alumno utiliza palabras como "siempre", "todos", "nunca", "ninguno", puede estar expresándose desde un introyecto, entonces, éstos alumnos requieren incrementar el sentido del Yo, trabajar con las polaridades y dialogar con el mundo externo.

Se encontró el 1 % de la muestra con bloqueo de Introyección en dicha fase, lo que significa que la persona utiliza "debos" y "tengos" que pertenecen al Pseudo Yo, el conflicto existirá siempre y estará dado entre tomar la vida como es y cambiarla. El alumno que se autointerrompe con la introyección, tiene un sentido débil del yo, minimiza la diferencia entre lo que se traga entero y lo que realmente querría, si pudiera discriminar. Neutraliza su propia existencia al evitar cualquier cosa, por el hecho de existir es inviolable, que él no debe cambiar nada y tiene que tomar todo como se presenta. Utilizar estrategias que le permitan al alumno interactuar con su Yo por medio de diálogos, mitos, cuentos y refranes le ayudarán a reestructurar la energía que se encuentra en círculos viciosos, asimismo es conveniente que el alumno vaya aprendiendo a sobreponerse con su realidad actual.

A continuación se muestra la gráfica de los resultados.



17) Estado de la fase 4 de movilización de la energía del TPG y su bloqueo en relación a los alumnos de gericultura del CETis 79.

4.2.5 Estado de la quinta fase: Acción

En esta etapa ocurre el paso a la parte activa movilizándolo al organismo hacia el objeto relacional. Se actúa ya en contacto con la zona externa, esta fase implica un movimiento de acercamiento hacia un objeto atractivo o un alejamiento de un objeto no atractivo. Es la primera fase observable para los otros, cuando se ha recibido la señal de que todo encaja, se pasa a la acción, de este modo es como las emociones motivan y guían las acciones y establecen los problemas para que los resuelva la razón. Las emociones regulan nuestra atención, controlan el entorno, buscan los acontecimientos que son relevantes para la adaptación y alertan a nuestra conciencia cuando éstos se producen.

Los alumnos del CETis 79 del área de gericultura revelaron los siguientes resultados en la fase 5 del test de psicodiagnóstico Gestalt de Salama (TPG):

De la muestra, el 36 % se encuentra en la fase de acción sin bloqueos, la figura que presentan los alumnos es cada vez más nítida, fuerte y clara, discriminándose totalmente con relación al fondo de la experiencia presente, sosteniendo su excitación a través de su respiración, mirada, piernas y en general la totalidad de su cuerpo, esto significa que son candidatos a trabajar con los objetivos de la investigación ya que la energía no tiene ningún obstáculo en esta área.

Dentro de la misma fase, un 46 % de los alumnos se encuentra de manera funcional, lo que posiblemente no les permita desarrollar estrategias para el trabajo con el adulto mayor, ya que quizás los alumnos se encuentren viviendo alguna situación en su medio ambiente que les produzca tensión y miedo, por lo que requieren movilizar su energía a través de ejercicios que lleven al movimiento corporal, a la expresión y al darse cuenta de su forma de sentir y así conducir al organismo a tener contacto con el ambiente por medio de los sentidos; siempre tiene que ver con terminar o completar la acción dirigida hacia fuera. Esto significa que el alumno pueda tener una expresión libre de la energía que existe en su medio y así tomar contacto con la porción del ambiente que necesita para satisfacer su necesidad predominante.

En la fase de acción en relación a la ambivalencia, el 12 % de la muestra se encuentra en dicho estado, lo que refiere que el alumno puede utilizar su energía para incorporarse, intervenir y sostener actividades en el trabajo con el adulto mayor, sin embargo, necesita localizar la energía interior y facilitar que salga a la zona externa por medio de ejercicios que desarrollen la capacidad de establecer contacto consigo mismo, para luego poder hacerlo con otras personas, a partir del darse cuenta.

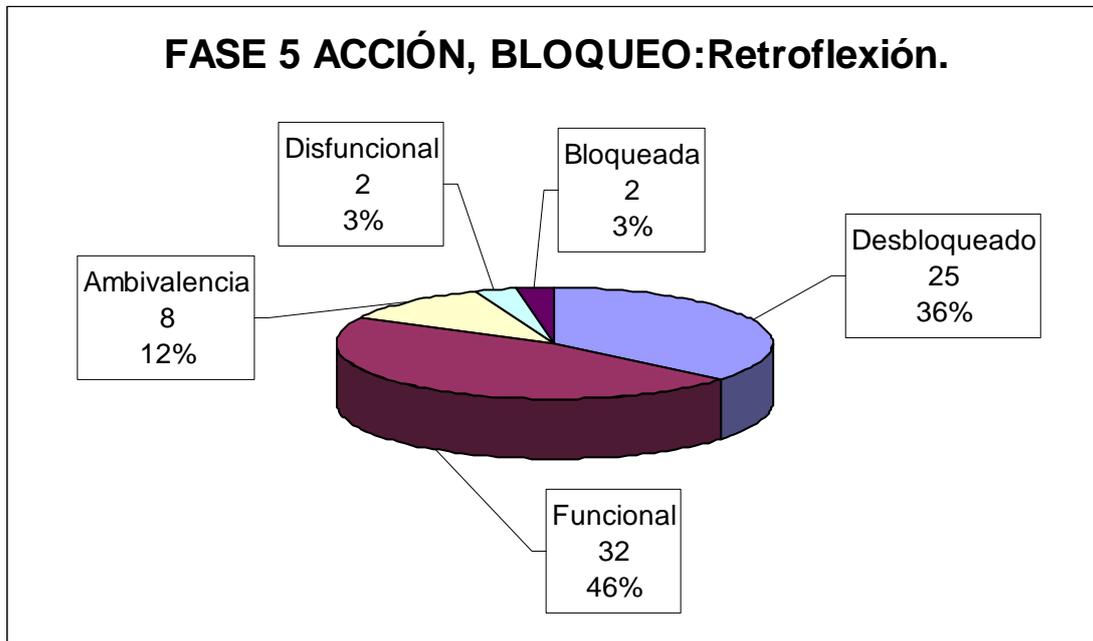
Dentro de la fase de acción el 3 % se presenta un estado disfuncional; en este caso el alumno se encuentra con obstáculos ambientales que impiden su expresión libre de la energía. Al reprimirse, el alumno se hace a sí mismo lo que originalmente le fue hecho por su ambiente y para esta actividad utiliza la energía de sus propios impulsos, en algunos casos, le resulta funcional ya que puede llegar a ser consciente de que está deteniendo deliberadamente su energía y tomar control sobre ella. Es importante utilizar estrategias que faciliten la descarga de energía sobre un objeto neutro que simbolice o represente una figura o situación molesta o temida, en pocas palabras, incrementar la autoestima del alumno.

Los resultados obtenidos indican que un 3 % de los alumnos presenta el bloqueo retroflexión en dicha fase, lo que significa, que existe una posible autointerrupción que se encuentra descargando la energía sobre sí mismo, provocando somatizaciones, impidiendo utilizar la energía libremente para completar una gestalt, es decir, que éste bloqueo de la energía se presenta en alumnos excesivamente reflexivos, que se odian o se tienen lástima, o que son codiciosos o autoinhibitorios, pero normalmente son autoagresivos, en ocasiones éstos alumnos convierten sus resentimientos en autoacusaciones y culpa, derivan su temor al ridículo, en sarcasmo a veces y en casos extremos odian creyendo no tener ningún derecho a existir.

En casos menos severos se encuentran alumnos que planean una y otra vez lo que han de hacer sin llevarlo a cabo; se preocupan demasiado, padecen insomnio o se torturan con pensamientos negativos. En este bloqueo se

recomienda incrementar con ejercicios vivenciales la fantasía, el autoconcepto, la autoestima y la autoconciencia.

A continuación se muestra la gráfica de los resultados.



18) Estado de la fase 5 de acción del TPG y su bloqueo en relación a los alumnos de gericultura del CETis 79.

4.2.6 Estado de la sexta fase: Precontacto

Dentro de ésta fase se identifica el objeto relacional con el que se va a entrar en contacto. El organismo localiza la fuente de satisfacción y se dirige hacia ella. Es conectarse con el proceso que va a llevar a resolver la acción. La emoción tiene que ver fundamentalmente con la motivación y la acción, mientras que la cognición está relacionada con el conocimiento y conlleva al análisis de la situación y la decisión de la acción.

Los alumnos de gericultura del CETis 79 revelaron los siguientes resultados en la fase 6 del test de psicodiagnóstico Gestalt de Salama (TPG).

De la muestra que forma parte del estudio, el 20 % se encuentra sin bloqueos en la fase de precontacto, lo que significa que el alumno localiza la fuente de satisfacción y se dirige hacia ella, cuando toma la decisión de elegir entre varias opciones, inevitablemente deja algunas sin posibilidad de realización, sin embargo toma contacto con las personas, con las situaciones o con las emociones y dirige su atención al objeto primordial de la necesidad que se está dando en ese momento. Estos alumnos son capaces de cumplir con sus metas, son responsables, honrados, leales, íntegros y seguros, siendo indicados para trabajar apropiadamente con los adultos mayores.

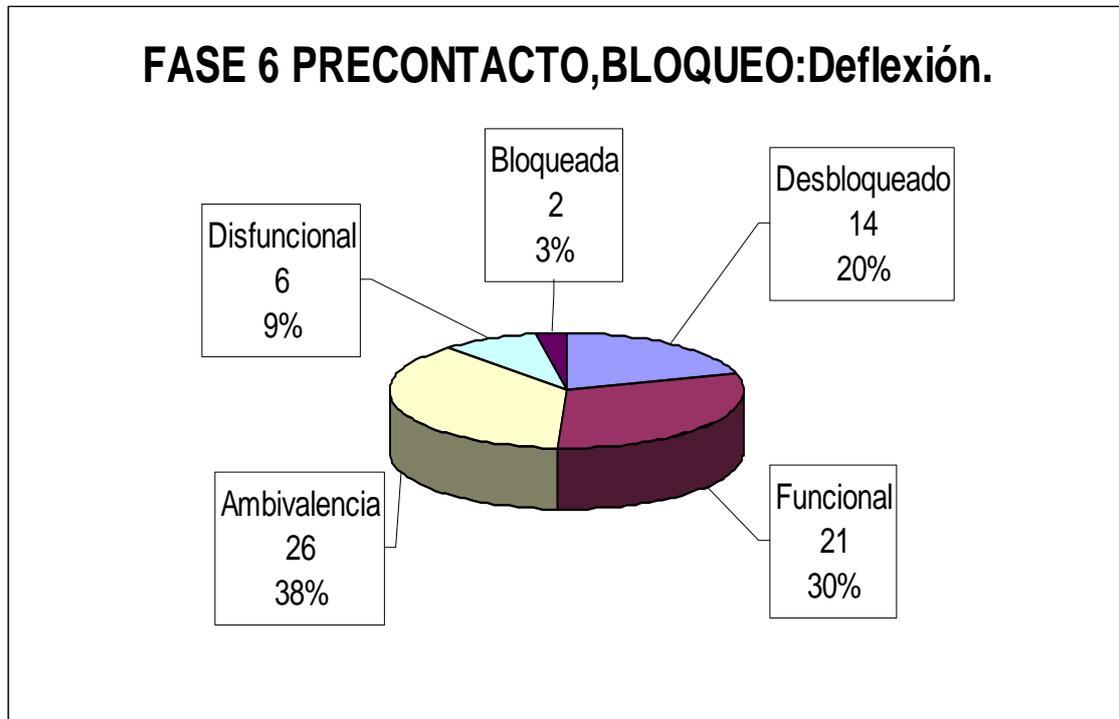
En la misma fase un 30 % de la muestra se encuentra funcional, esto representa que los jóvenes estudiantes de gericultura son potencialmente competentes para realizar diversas actividades diarias y establecer contacto pleno y directo con otras personas, sin embargo necesitan realizar dinámicas que les aporten la concentración y meditación para un mejor conocimiento interior.

En la fase de precontacto la ambivalencia representa el 38 % de los alumnos gericultistas, lo cual implica que los estudiantes requieren de una liberación que fortalezca sus emociones y que desarrolle capacidades relevantes como escuchar, poner atención y paciencia. Es conveniente realizar entrenamientos constantes donde el alumno confronte situaciones que le causen miedo y angustia a través del manejo de fantasías frustrando el estilo defectivo.

El 9 % de la muestra se encuentra disfuncional en la misma fase, en este apartado los técnicos en gericultura están en un espacio, donde dirigen su atención a aspectos secundarios y no al objeto primordial de la situación que se está dando en ese momento. El alumno en este encierro, no llega a la efectividad ni al objetivo. Tiende a hablar o a hacer actividades distintas de aquellas que requieren el logro del objetivo buscado. Las actividades o actitudes a las que se recurre no resultan amenazantes y le permiten al alumno salir del paso, aunque no el logro de su objetivo. Se pueden realizar las siguientes estrategias de trabajo para incrementar la energía de los gericultistas, manejar fantasías de responsabilidad, hacer diálogos con el mundo externo y cambio de roles.

El resto de la muestra, presenta un bloqueo de deflexión en dicha fase con un 3 %, lo que significa que el alumno evitará el cumplimiento de tareas, decidiendo anteponer actividades no relevantes, lo mismo que el solicitar ampliaciones a los plazos de cumplimiento, y cuando éstos se vencen, dar excusas y solicitar con cualquier pretexto nuevas prórrogas. El uso de estrategias que transporten al alumno a estar en el presente, que lo acorralen a que preste atención a cualidades y sensaciones, lo dejará sin escapatoria y enfrentará lo que está evitando y posiblemente se desbloquee en ésta área.

A continuación se presenta la gráfica de los resultados.



19) Estado de la fase 6 de precontacto del TPG y su bloqueo en relación a los alumnos de gericultura del CETis 79.

4.2.7 Estado de la séptima fase: Contacto

En ésta séptima fase se establece el contacto pleno con el satisfactor y se experimenta la unión con el mismo, es la propia experimentación; el organismo obtiene placer ante la necesidad que se está satisfaciendo, estar en contacto es sentir lo que nos rodea diferenciándolo de uno, es estar uno mismo con el otro, es el encuentro de las diferencias, es la necesidad de que una acción llegue a su culminación para que la emoción se vea satisfecha, es una condición indispensable para que el flujo de la experiencia emocional no se vea interrumpido, dando lugar a bloqueos y situaciones inconclusas.

Los alumnos del CETis 79 de la especialidad en gericultura revelaron los siguientes resultados en la fase 7 del test de psicodiagnóstico Gestalt de Salama (TPG):

Dentro de la fase de contacto el 45 % de los estudiantes de gericultura se encuentra sin bloqueos, el alumno es capaz de tomar contacto con la porción del mundo que elige contactar, vive la experiencia de satisfacer su necesidad, se arriesga y confía, goza del suficiente autoapoyo [fuerza y sostén] como para atreverse a confrontar el mundo. Cuanto más clara es su frontera de contacto, mejor calidad en él mismo. En pocas palabras, estos alumnos pueden ser capacitados para realizar actividades laborales en el campo de la salud a través de su formación.

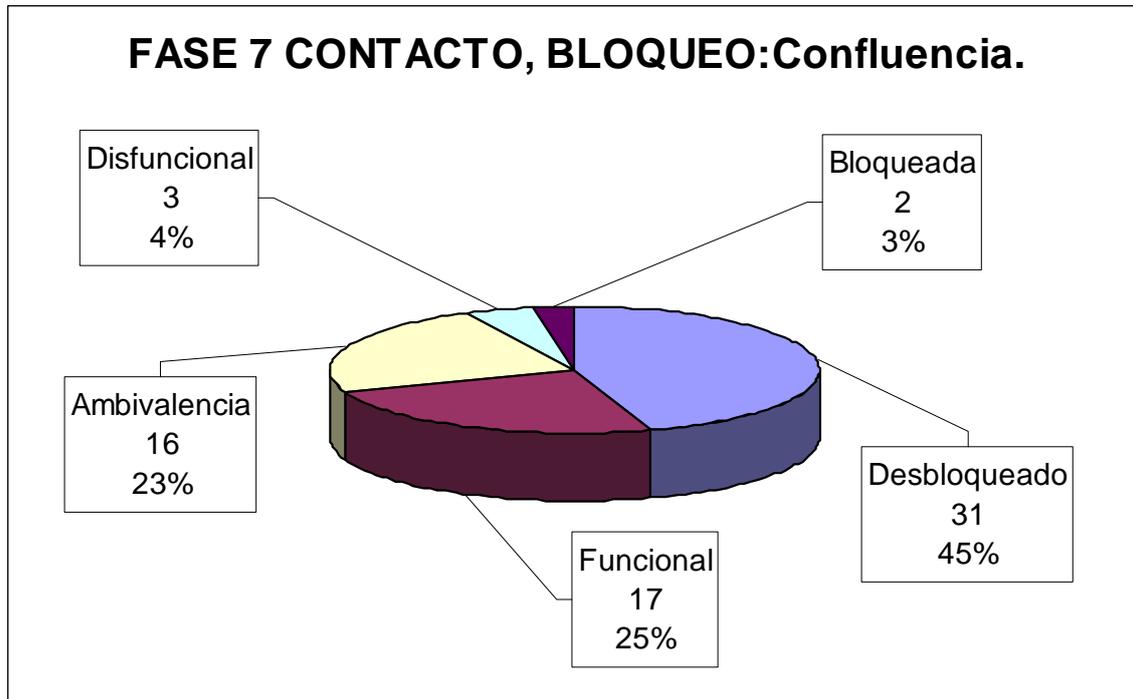
En la misma fase de contacto un 25 % de los alumnos se encuentra funcional, en este caso los involucrados requieren de ejercicios que les ayuden a contactar con su mundo interior, ya que posiblemente se encuentren enganchados con asuntos inconclusos que estén interrumpiendo la interacción con el mundo exterior, el uso de la oración de la Gestalt les permitirá discriminar los aspectos nutritivos de los tóxicos estableciendo el contacto pleno con el satisfactor, experimentando la unión con el mismo y así conocer lo que necesita y si es dañino para él, transformarlo en algo sano y así contactar con el mundo exterior de manera adecuada.

En la fase de contacto, el 23 % de la muestra presenta ambivalencia, lo que significa que el alumno está luchando para recuperar su experiencia motivacional y así distinguir su límite entre él y su grupo, familia, naturaleza y comunidad. Es importante que el alumno tome responsabilidad de sus propias decisiones, que busque soluciones a sus problemáticas por medio de sus propios recursos y no de los demás, realizar ejercicios vivenciales como “tengo y elijo”, “No puedo- No quiero”, le permitirán al alumno elegir y hacerse responsable de sus elecciones en la vida.

4 % de los alumnos se encuentra disfuncional en la misma fase, al parecer los alumnos se encuentran confundidos, no distinguiendo fin alguno entre "él mismo" y el mundo, lo cual le imposibilita un buen nivel de contacto y de retraimiento, es decir, que el alumno evita decir no a situaciones que no quiere hacer o que le causen malestar, por ejemplo: si su compañero de clase le pide que le haga la tarea de matemáticas él dirá que sí por que no sabe decir no, puede tener miedo a la soledad y miedo de perder el contacto. En este caso es importante estimular al alumno a través de actividades del sentir, imaginar y vivenciar como: “Situación si-no”, “No puedo-No quiero” para actualizar al alumno.

El 3 % restante de la muestra presenta un bloqueo de confluencia en dicha fase, lo que significa que éstos alumnos tienen una pauta generalizada de emocionalidad y búsqueda de atención exagerada; demandan aprobación y elogios por parte de los otros y se muestran incómodos en situaciones en las que son el centro de atención de los demás, es decir, que optan por limar diferencias a fin de atemperar la experiencia desquiciadora de la novedad y la alteridad. Es una medida paleativa para comprometerse superficialmente, faltando el sentido profundo de unión más íntima, siendo una confluencia precaria para una relación con otros individuos. En este caso es importante realizar ejercicios como la oración gúestáltica, ejercicios de arraigo a través del movimiento y el sonido para reafirmar el concepto del yo y las necesidades propias del alumno.

A continuación se muestra la gráfica de los resultados.



20) Estado de la fase 7 de contacto del TPG y su bloqueo en relación a los alumnos de gericultura del CETis 79.

4.2.8 Estado de la octava fase: Poscontacto

En ésta etapa se inicia la desenergetización, buscando el reposo junto con los procesos de asimilación y de alineación de la experiencia dentro del continuo de conciencia, entonces aquí las emociones no son ni racionales, ni irracionales, más bien son adaptativas, las emociones automáticas o generadas deliberadamente llevan a actuar de modos que han sido diseñados para cambiar la relación organismo-entorno, de tal modo que la emoción no siga siendo necesaria. Las emociones nos proporcionan información, el hecho de atenderlas se vuelve potencialmente importante para la adaptación al mundo externo.

Los alumnos del CETis 79 de la especialidad en gericultura revelaron los siguientes resultados en la fase 8 del test de psicodiagnóstico Gestalt de Salama (TPG):

En la fase de poscontacto el 3 % de la muestra se encuentra sin bloqueos, lo que significa que el alumno ingresa en una etapa de retirada, relajamiento, desinterés, reposo al momento de estar satisfecho e inicia una búsqueda de un nuevo contacto. En relación al trabajo con el adulto mayor, los alumnos tienen la disponibilidad para tocar, sentir, comprender, apoyar, experimentar y hasta para asimilar situaciones acerca de la vida del adulto mayor, lo que manifiesta que el alumno puede realizar apropiadamente su trabajo técnico de acuerdo al momento existencial y desarrollo profesional.

En la última fase del ciclo de la experiencia de Héctor Salama, poscontacto, el 14 % de los alumnos se encuentra funcional, en este punto el alumno debe ser encaminado a fortalecer su autoestima y autocontrol, evitando anclarse en experiencias pasadas, de esta manera el alumno podrá reflexionar sobre lo que ha alcanzado y lo que no ha alcanzado de sus experiencias, aprendizajes y metas, llevándolo al periodo constructivo de su vida y así ofrecerles cosas positivas a los demás en este caso a los adultos mayores.

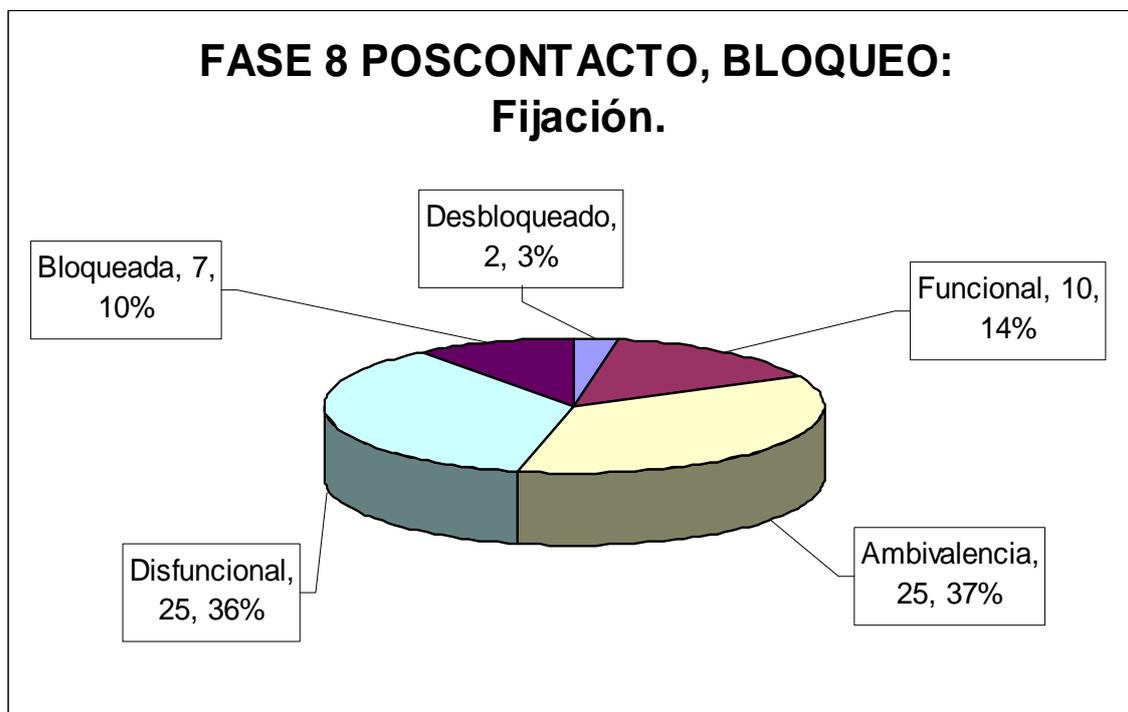
En la fase de poscontacto, la ambivalencia presentó un 37 % de la muestra, aquí el alumno debe cerrar su proceso después de estar en contacto

mediante la movilización de energía, el sentido de logro es integrar su necesidad de relación identificando los límites a partir de su autovaloración. El reto es lograr su autoapoyo aceptando su responsabilidad del respeto hacia los demás a través del autorespeto. En este apartado es importante realizar ejercicios vivenciales como “Dar y recibir”, “reflejando la conversación” y ejercicios de confianza.

Los estudiantes de gericultura en la fase de poscontacto muestran con un 36 % un estado disfuncional, lo que genera que el alumno permanezca mentalmente en situaciones incompletas, que aunque las observa una y otra vez, siempre es desde el mismo punto de vista. La frase de estos alumnos es “no dejo de pensar en”, con ello, se pueden también referir a sentimientos, pensamientos o acciones en las que los alumnos no se despegan de lo que ya ha pasado. Es una forma de no comprometerse, perdiendo energía para no continuar el proceso de crecimiento. Dentro de ésta situación es importante estimular al alumno a cambiar actos habituales de su vida, invirtiendo la manera acostumbrada de pensar en una manera de decir, de igual forma utilizar el ejercicio “Dialogo del síntoma” le ayudaría a aceptar completamente los malestares y llevarlos a la conciencia.

El 10 % restante de la muestra presenta un bloqueo de fijación en dicha fase, esto ocurre cuando el alumno no puede evitar que la energía continúe su recorrido y se desenergetice, se aferra a los demás, a situaciones o cosas por temor a la libertad. Es una adicción o enganche que señala una incapacidad para desligarse del satisfactor, por lo que crea dependencia, es un temor a ser libre que ancla en el pasado, con el propósito de no enfrentarse al momento presente y correr riesgos. Aquí es importante actualizar al alumno sensibilizando el aquí y el ahora, y realizar ejercicios del darse cuenta como “El darse cuenta del mundo externo”, “Contacto/Retirada”, “Contactando” entre otros.

A continuación se muestra la gráfica de los resultados.



21) Estado de la fase 8 de poscontacto del TPG y su bloqueo en relación a los alumnos de gericultura del CETis 79.

4.2.9 TABLA GENERAL DE RESULTADOS TPG

Ubicación de fases y bloqueos en el ciclo Gestalt.

FASE	ESTADO				
	DESBLOQUEADO	FUNCIONAL	AMBIVALENTE	DISFUNCIONAL	BLOQUEADO
Reposo	17	30	13	7	2
Sensación	49	12	6	1	1
Formación de la figura	36	19	10	2	2
Movilización de la energía	11	15	38	13	1
Acción	25	32	8	2	2
Precontacto	14	21	26	6	2
Contacto	31	17	16	3	2
Poscontacto	2	10	25	25	7

Tabla 8. Ubicación de fases y bloqueos en el ciclo Gestalt en referencia a los alumnos de gericultura del CETis 79.

Los resultados indican que los alumnos de la especialidad de gericultura del CETis 79 no tienen autointerrupciones que puedan limitar sus capacidades, sentimientos y conocimientos para realizar un trabajo adecuado con los adultos mayores, ya que se encuentran generalmente desbloqueados en el flujo de la energía en ciclo de la experiencia; como se observa en las ocho fases, el grueso de la población se ubica dentro de los dos estados considerados como sanos, es decir, desbloqueado y funcional, así como en la tercera, todavía estimada como apta para la relación y trabajo con personas de la tercera edad.

Sin embargo existen algunos miembros de la muestra que se encuentran con cierta dificultad o bloqueos por lo cual se propone lo siguiente, con el fin de lograr un mejoramiento en el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumno, en las siguientes líneas generales de intervención:

Para los bloqueos de sensibilidad y deflexión se recomienda fomentar la honestidad en el alumno.

Para los bloqueos de insensibilidad y confluencia se recomienda fortalecer en el alumno la responsabilidad.

Para los bloqueos de introyección y fijación se recomienda fortalecer en el alumno el respeto.

Para los bloqueos de retroflexión y retención se recomienda fomentar la autoestima en el alumno.

Por ultimo, otra recomendación es seguir los lineamientos de la propuesta del taller en relación a las habilidades psicoafectivas de los alumnos, descrito anteriormente, ya que estimulan las fases a través de múltiples actividades que eliminan autointerrupciones bajo las posibles interferencias de: desensibilización, proyección, introyección, retroflexión, deflexión, confluencia y fijación, estableciendo una propuesta innovadora al proceso enseñanza-aprendizaje de los técnicos en gericultura para su crecimiento.

CONCLUSIÓN.

Una vez aplicados los instrumentos de recolección de datos, procesados los mismos y obtenido la información que de ello se generó conjuntamente con los respectivos análisis, se obtuvieron resultados que le permiten al investigador presentar las siguientes conclusiones.

De acuerdo a las habilidades psicoafectivas de los alumnos de gericultura del CETis 79, que poseen en este momento, en relación al acompañamiento del adulto mayor, objeto de estudio de la presente investigación, se ha podido identificar la ausencia de ciertas habilidades, por lo cual, es necesario subsanar los vacíos que en materia de relación, atención, comprensión y afectividad presentan los jóvenes estudiantes, ya que ellos trabajarán con personas de la tercera edad; se propone, por tanto un taller basado en teorías humanistas que ayudan al desarrollo y al incremento de habilidades psicoafectivas en los alumnos, que tienen como trabajo profesional dar un servicio de calidad al adulto mayor. El presente taller busca mejorar aspectos relacionados con los sentimientos, pensamientos y conocimientos de los gericultistas al momento de dar atención.

La situación actual de cada uno de los sujetos de la muestra se basa en la forma disfuncional de contactar, aceptar, guiar y acompañar. Confirmando, que los alumnos del CETis 79 de la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz requieren de una mayor orientación y capacitación que mejore sus destrezas para realizar un trabajo adecuado.

Los alumnos tienen conocimientos en los aspectos técnicos y una idea positiva para ser preparados e instruidos, en las habilidades ya mencionadas; por tanto están en la disposición de realizar ajustes en su formación, que fortalezcan su experiencia personal y laboral.

La población de adultos mayores se ve como un cercano fenómeno social, psicológico y poblacional, ya que en los próximos años tendrá un crecimiento significativo, entonces, es importante preparar a los alumnos que deseen realizar

trabajos profesionales en el área de la gericultura, siguiendo temáticas que ayuden a disminuir necesidades de los ancianos y a incrementar habilidades de afecto a través de aspectos psicológicos básicamente objetivos.

Con base a los objetivos cumplidos y a los resultados proyectados por los instrumentos, se concluye que es necesario aplicar la propuesta de taller para que los alumnos puedan contactar con sus emociones y darse cuenta de su potencial emocional, el cual es fundamental para desempeñar su labor profesional, además de proporcionar consuelo, afecto y respeto a los adultos mayores y así realizar un trabajo eficiente y humano.

BIBLIOGRAFÍA.

Álvarez, M. (Coord.) et al. (2001). Diseño y evaluación de programas de educación emocional. Barcelona: Ciss-Praxis.

Colectivo de Autores. (2006). Ejercicios Físicos y Rehabilitación. Tomo I. Ciudad de la Habana. Editorial Deportes.

Diane E. Papalia Y Sally Wendkos Olds (1988). Psicología (1ª ed. en español). McGraw-Hill/Interamericana de México, S.A. DE C.V.

Di Caprio. (1989). Teorías de la personalidad. México Mc Graw Hill
CETis 79. (2005). Manual de bienvenida. México. DGETI

Diccionario de las ciencias de la educación (1983) (7ª Ed.). Santillana, S.A. de C.V. México.

González R, F; Valdés C,H .(1994). Psicología Humanista. Actualidad y desarrollo. Editorial de Ciencias Sociales, La Habana.

Héctor Salama Penhos (2001). Psicoterapia Gestalt Procesos y Metodología (2ª y 3ª Ed.). Alfaomega, S.A. de C.V.

Héctor Salama Penhos, DRA. Rosario Villareal B. (1992). El Enfoque Gestalt una Psicoterapia Humanista .El manual moderno, S.A. de C.V.

Hernández Sampieri, Fernández Collado, Lucio (2006) Metodología de la Investigación. Editorial: (2a. Ed.). Mcgraw-Hill. S.A.

John O. Stevens (1976). El darse cuenta (Sentir, Imaginar, Vivenciar). Ejercicios y experiencias en terapia Gestáltica. Cuatro vientos. Ediciones: cosmovisión.

Núñez de Villavicencio F. (2002). Psicología Médica. Habana. Pueblo y Educación.

Pascual, V., y Cuadrado, M. (Coord.). (2001). Educación emocional. Programa de Actividades para la Educación Secundaria Obligatoria. Barcelona: Ciss-Praxis.

Prieto Ramos O. (1999). Para dar más vida sus años. Gerontología. Revolución Avances Medicina Cubana

Rogers, C. (1980). El poder de la persona. México. El manual moderno.

Rogers, C. (1985). Terapia personalidad y relaciones interpersonales. (5ª Ed.) Argentina. Nueva visión.

Román Durán, Antonio (1983). Problemas geriátricos actuales, psicopatología de la tercera edad, Editorial Marbán, Madrid.

Rubbis Stanley, L(1968): Tratado de Patología, Editorial Revolución, Instituto Cubano del Libro, La Habana.

Salmurri, F., y Blanxer, N. (2002). Programa para la educación emocional en la escuela. En R. Bisquerra, La práctica de la orientación y la tutoría (pp. 145-179). Barcelona: Praxis.

Salama Penhos, H. (1996) Gestalt de persona a persona. México, D. F. Instituto Mexicano de Psicoterapia Gestalt, S.C. (I.M.P.G., S.C.)

Siegel, P. (1985). Libertad en Educación y Currículo. Universidad Católica de Chile.

Soto, V. (1987). Desarrollo de Modelos Curriculares. España. Edición Universitaria.

Taylor, R. (2001): "Aprendizaje de por vida en la educación superior en Europa Occidental: ¿Mito o realidad?," Educación de adultos y desarrollo.

Valdés Mier, Miguel (1987):. Psicogeriatría, Editorial Ciencias Médicas, La Habana.

Valdés Mier, Miguel (1997): Psicogeriatría para médicos generales integrales, Editorial Oriente, Santiago de Cuba.

Vigotsky, L.S.: Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores, Editorial Científico-Técnica, La Habana.

Woltereck, H. (1992):. La vejez: segunda vida del hombre, Editorial Fondo de Cultura Económica, México.

Paginas de Internet:

<http://www.portaladultomayor.com/>

<http://www.monografias.com/trabajos13/digru/digru.shtml#mesa>.

<http://www.psicologia-online.com/monografias/4/gerontologia.shtml>.

<http://www.geocities.com/clinicagestalt/zinker.htm>.

<http://www.psicologia-online.com/ebooks/personalidad/rogers.htm>.

<http://www.monografias.com/trabajos6/apsi/apsi.shtml>.

<http://www.uacj.mx/apps/CartasDescriptivas/Syllabus2.asp?clave=DIS2306>

97

www.gerontologia.uchile.cl/docs/cuidado.

<http://escuela.med.puc.cl/publ/ManualGeriatría/PDF/Salud.pdf>

<http://www.conocimientosweb.net/zip/article1012.html>

5.- ¿Qué consideras que es importante hacer para que los adultos mayores tengan una mejor calidad de vida?

6.- ¿Que actividades crees que puedas realizar acompañando a un adulto mayor?

7.- ¿Qué eres capaz de compartir con una persona de la tercera edad?

a) Sentimientos b) diversión c) tiempo d) conocimientos

8.- De las siguientes habilidades psicoafectivas, ¿Cuáles consideras que puedes desarrollar?

a) Empatía, b) tolerancia c) aceptación incondicional
d) afecto e) contacto

8.- Justifica tu respuesta.

10.- ¿Te gustaría aprender a desarrollar habilidades para darle apoyo a adultos mayores?

a) Sí b) No

12.- Explica por que

13.- ¿Cómo demuestras tu afecto a las personas de la tercera edad?

14.- ¿Cuál es tu compromiso profesional en el trabajo con adultos mayores?

¡Gracias por tu colaboración!

ANEXO II. A

Test de psicodiagnóstico Gestalt de Salama (TPG)

Nombre _____ Fecha: _____

Edad: _____ Sexo F-M Tema específico _____

- | | | |
|--|----|----|
| 1. Soy insensible _____ | SI | NO |
| 2. Soy feliz como soy _____ | SI | NO |
| 3. Cuando algo me disgusta lo digo _____ | SI | NO |
| 4. Me molesta que me vean llorar _____ | SI | NO |
| 5. Soy emocional, pero me aguanto _____ | SI | NO |
| 6. Me desagrada hacerlo mismo que los demás _____ | SI | NO |
| 7. No puedo dejar de ser como soy _____ | SI | NO |
| 8. Evito culpar a los demás si me siento mal _____ | SI | NO |
| 9. Siempre termino lo que empiezo _____ | SI | NO |
| 10. Me siento culpable si culpo a los demás _____ | SI | NO |
| 11. Debo evitar mostrar mi enojo _____ | SI | NO |
| 12. Me abstengo de discutir _____ | SI | NO |
| 13. Hago lo que los demás quieren aunque me disguste _____ | SI | NO |
| 14. Me disgusta pensar, sentir o hacer lo mismo mucho tiempo _____ | SI | NO |
| 15. Me gusta aprender cosas nuevas _____ | SI | NO |
| 16. Dejo las cosas para después _____ | SI | NO |
| 17. Expreso lo que me molesta _____ | SI | NO |
| 18. Evito sentir _____ | SI | NO |
| 19. Sería feliz si no fuera por los demás _____ | SI | NO |
| 20. Soy consciente en mi inconstancia _____ | SI | NO |
| 21. Hago lo que quiero a pesar de que me digan lo contrario _____ | SI | NO |
| 22. Siempre estoy de acuerdo con los demás _____ | SI | NO |
| 23. Soy capaz de tener una idea fija _____ | SI | NO |
| 24. Evito enfrentar _____ | SI | NO |
| 25. Me disgusta evitar lo inevitable _____ | SI | NO |
| 26. Me gusta sentir _____ | SI | NO |
| 27. Evito manifestar lo que me molesta _____ | SI | NO |
| 28. Evito dejar para mañana lo que puedo hacer hoy _____ | SI | NO |
| 29. Me abstengo de culpar a los demás de mi fracaso _____ | SI | NO |
| 30. A veces dejo las cosas para después _____ | SI | NO |
| 31. Me disgusta que me digan lo que tengo que hacer _____ | SI | NO |
| 32. Me es imposible dejar de pensar en lo que ya pasó _____ | SI | NO |
| 33. Soy como me enseñaron que debo ser _____ | SI | NO |
| 34. defendiendo mis opiniones _____ | SI | NO |
| 35. Debo hacer lo que los demás quieren _____ | SI | NO |
| 36. Soy sensible _____ | SI | NO |
| 37. Me desagrada terminar lo que empiezo _____ | SI | NO |
| 38. Expreso lo que me disgusta _____ | SI | NO |
| 39. Estaría bien si no fuera por los demás _____ | SI | NO |

40. Me siento mal cuando me presionan _____ SI NO

ANEXO II. B

Hoja de calificación del TPG

Nombre _____ Fecha _____
 Edad: _____ Sexo: M/F Ocupación: _____
 Tema específico: _____
 Área específica: Intrapersonal-interpersonal.

Bloqueos	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Fase 2		no						
2. Fase 4				si				
3. Fase 6						si		
4. Fase 5					no			
6.-Fase 7							si	
7. Fase 8								no
8. Fase 3			si					
9. Fase 1	si							
11. Fase 4				no				
12. Fase 6						no		
13. Fase 7							no	
14. Fase 8								si
16. Fase 1	no							
17. Fase 5					si			
18. Fase 2		no						
19. Fase 3			no					
21. Fase 4				si				
22. Fase 7							no	
23. Fase 8								si
24. Fase 6						no		
26. Fase 2		si						
27. Fase 5					no			
28. Fase 1	si							
29. Fase 3			si					
31. Fase 7							si	
32. Fase 8								no
33. Fase 4				no				
34. Fase 6						si		
36. Fase 2		si						
37. Fase 1	no							
38. Fase 5					si			
39. Fase 3			no					

ANEXO II. C

Plantilla de calificación del TPG

FASE 1	RETENCIÓN	FASE 5	RETROFLEXIÓN
16 Y 37 28 Y 9	SI-NO/ SI-NO SI-NO/ SI-NO	4 Y 27 38 Y 17	SI-NO/ SI-NO SI-NO/ SI-NO
FASE 2	DESENSIBILIZACIÓN	FASE 6	DEFLEXIÓN
1 Y 18 26 Y 36	SI-NO/ SI-NO SI-NO/ SI-NO	24 Y 12 34 Y 3	SI-NO/ SI-NO SI-NO/ SI-NO
FASE 3	PROYECCIÓN	FASE 7	CONFLUENCIA
19 Y 39 29 Y 8	SI-NO/ SI-NO SI-NO/ SI-NO	13 Y 22 6 Y 31	SI-NO/ SI-NO SI-NO/ SI-NO
FASE 4	INTROYECCIÓN	FASE 8	FIJACIÓN
11 Y 33 2 Y 21	SI-NO/ SI-NO SI-NO/ SI-NO	7 Y 32 23 Y 14	SI-NO/ SI-NO SI-NO/ SI-NO

Interpretación de fases por puntaje en bloqueo:

Desbloqueo:	0
Funcional:	2
Ambivalencia:	4
Disfuncional:	6
Bloqueada:	8

Puntajes:

NO S= 0	SI I= 0
NO I= 2	SI S= 2

ANEXO III. A

TALLER

IDENTIFICACIÓN

Denominación del taller:

“Desarrollo de habilidades psicoafectivas en alumnos de gericultura del CETis 79.

Síntesis descriptiva:

El presente taller humanista, en el que se incluyen técnicas, estrategias y dinámicas de las diferentes corrientes psicoterapéuticas como la gestalt y la terapia centrada al cliente, busca desarrollar un trato Humano y cálido en los alumnos de gericultura del CETis 79 de Coatzacoalcos Veracruz. [Puede utilizarse en otras escuelas que trabajen con estudiantes del área de gericultura], Mismos que cuentan con los conocimientos básicos para desempeñarse adecuadamente en el aspecto químico y biológicas, pero que omiten la parte emocional de los pacientes, siendo esto reflejo de un bloqueo para darse cuenta de sus recursos afectivos y en consecuencia para brindárselos a los pacientes de hospitales, Asilos, casa de convivencia y centros de beneficencia.

A través de las diferentes actividades que se proponen, en este taller humanista, los alumnos podrán contactar con sus emociones y darse cuenta de su potencial emocional, el cual es fundamental para desempeñar su labor profesional, además de eficiente, respetuosa y humana.

Elaborado por:

William Roldan Rosas.

Fecha: 13, agosto, 2008.

INTRODUCCIÓN:

Los planes y programas vigentes para las generaciones de la especialidad de gericultura, impartidos en los CETis y CBETis dependientes de la DGETI, actualmente presentan un grado de vacío en lo que respecta al desarrollo de habilidades y recursos en la esfera afectiva, no así desde luego en el aspecto cognoscitivo, en el que han demostrado poseer los conocimientos básicos, elementales y actuales para capacitar al alumno en la atención de los pacientes o adultos mayores.

Los datos obtenidos de manera informal, pero directa a través de la experiencia personal, de familiares y de los mismos alumnos, ha llevado a cuestionar que tan adecuada y pertinente es la atención que se da a los pacientes o adultos mayores, dependiendo del campo de trabajo, ya sea en hospitales o asilos donde los egresados de CETis 79, están realizando su servicio social o se están desempeñando de manera profesional.

Es importante mencionar que muchas veces el problema de atención a pacientes o adultos mayores radica en el número de personas que deben ser atendidas en un turno de trabajo, además de las actividades de orden administrativo que debe realizar; pero lo que es un hecho, es que sin una base afectiva, cada adulto mayor o paciente se convierte ciertamente en un número, al que hay que darle curso, por que hay otros que demandan el servicio. Ante esto se hace urgente formar a los alumnos de gericultura con una visión más humana, a través de la implementación de programas o actividades que se adquieran y desarrollen recursos humanos.

La perspectiva holística con la que hoy se trabaja en Pro del ser humano, involucra cada vez más el manejo interdisciplinario en las diferentes áreas de la actividad del hombre, beneficiándose de ello cada vez más grupos poblacionales, que reconocen la interrelación de los procesos psicológicos en la salud y equilibrio, así como la participación activa y afectiva de quienes tienen en sus

manos los recursos para proveer la adecuada orientación y apoyo de los que lo necesitan.

La palabra holística significa sencillamente un procedimiento que incluye, al mismo tiempo la mente y el cuerpo, de tal forma que los alumnos de gericultura saben que resolverán sus problemas y satisfacerán sus necesidades, a partir de la fuerza interior que reside en cada uno de ellos, pero que no se limita a ellos mismos, sino que se extiende más allá de sus fronteras personales.

OBJETIVOS:

General:

Desarrollar en los alumnos de gericultura del CETis 79 herramientas afectivas, a partir del darse cuenta y el contacto, que redunde en un trato y atención más humana y calidad para el acompañamiento del adulto mayor.

Específicos:

- Contribuir al desarrollo del educando, desde una perspectiva más humana.
- Proporcionar un espacio de seguridad y confianza en el que los alumnos de gericultura puedan expresar sus sentimientos y trabajar en su desarrollo personal.
- Evidenciar la efectividad del programa a fin de hacer posible su transferencia a otros sujetos y contextos.

Metas:

Hacer operativo el taller, una vez que las autoridades del CETis 79, autoricen, el mismo.

Metodología

Para llevar a cabo el objetivo principal del taller de desarrollo de habilidades psicoafectivas para los alumnos de gericultura se proponen las siguientes actividades.

Fase 1

Como primera actividad y con el objetivo de detectar las necesidades de los alumnos en el área afectiva y de relación, se aplicará el cuestionario y TPG

[Test de psicodiagnóstico gestalt de Héctor Salamá], lo cual permitirá integrar las actividades y tareas del taller, a partir de la realidad circundante de los alumnos, así como de sus futuros pacientes adultos mayores.

Fase 2

Aplicar de manera operativa el taller con el grupo seleccionado, cuyos criterios de selección para los alumnos son:

- Estar inscrito en 5 Semestre.
- Ser alumno regular.
- No presentar en su expediente reporte por mala conducta o indisciplina grave.
- No estar recibiendo terapia o asesoría.
- No pertenecer a institución o agrupación formadora externa al CETis 79.

Fase 3

Al término del taller se realizará nuevamente la aplicación de cuestionario y del test, a fin de corroborar los cambios generados en los alumnos, que formaron parte del taller.

Lugar de trabajo:

Se adaptará para el buen desarrollo del taller un salón o aula que cuente con recursos didácticos indispensables, así como de un sistema de aire acondicionado, además de ubicarse en un lugar aislado y seguro, propio para los fines de las actividades propuestas.

El éxito de este taller se basará también en contar con todos los recursos materiales, humanos, y de infraestructura que a continuación se detallan en el plan de actividades.

ANEXO III. B

TALLER



Universidad de sotavento A.C.
INCORPORADA A LA UNAM



Programa de desarrollo de habilidades psicoafectivas en alumnos de gericultura del CETis 79.

[TALLER DE 30 HORAS]



Coordinador: William Roldan Rosas

CARTA DESCRIPTIVA.

Nombre del curso o evento: El darse cuenta.

Dirigido a: Alumnos del CETis 79.

Nombre de la unidad:
Facultad de psicología.

Sede: CETis 79.

Responsable: William Roldan Rosas.

Objetivo: Explorar, expandir y profundizar su capacidad de darse cuenta.

Objetivo específico.	Experiencia de aprendizaje	Técnica didáctica	Auxiliar didáctico	Tiempo.	Numero de participantes	Bibliografía
Estableciendo una relación	Bienvenida. Presentación de participantes. Integración de participantes. Estableciendo acuerdos.	Expositiva Mis temores.	Hoja de papel y un lápiz para cada participante	30 minutos.	Actividad en grupo.	DINAMICAS DE INTEGRACION
Contactar con el mundo externo	Contacto sensorial actual con objetos y eventos en el presente.	El darse cuenta del mundo externo.	Grabadora, cds musicales y alimentos agridulces.	30 minutos	Actividad en grupo.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Estimular el contacto con el exterior.	Mirar a su alrededor y tomar contacto con lo que lo rodea.	Contacto/Retirada	Cojines almohadas, esencias y música	30 minutos	Actividad en grupo.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.

Permitir que las cosas de su medio ambiente le hablen a través de la atención.	Desear más y más cuenta de lo que le rodea y permita que cada cosa le hable de sí misma y de su relación con usted.	Escuchando lo que nos rodea.	Alfombra, sillas y objetos coloridos.	30 minutos	Actividad en grupo.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Conocer las características de sus rasgos.	Vivenciar el contacto	Contactando.	Cojines o sillas, música, varas de incienso	30 minutos	Actividad en Parejas	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Tomar contacto con su experiencia del momento.	El cuerpo y sus sensaciones físicas.	Retraerse.	Sillas en posición frente a frente.	30 minutos	Actividad en Parejas	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.

Descubrir rasgos y expresiones a través del contacto.	Ayuda a conocer y romper barreras interpersonales.	Contactar	Sillas.	30 minutos	Actividad en Parejas.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Cambiar actos habituales de su vida y invertirlo	Invirtiendo la manera acostumbrada de pensar en una manera de decir.	Eligiendo.	Alfombra, cojines, almohadas	30 minutos	Actividad en grupo.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.

CARTA DESCRIPTIVA.

Nombre del curso o evento: Comunicación interior.

Dirigido a: Alumnos del CETis 79.

Nombre de la unidad:

Facultad de psicología.

Sede: CETis 79.

Responsable: William Roldan Rosas.

Objetivo: Identificarse con una idea de sí mismo en imágenes de realidad, entre lo que pienso que soy y acciones actuales.

Objetivo específico.	Experiencia de aprendizaje	Técnica didáctica	Auxiliar didáctico	Tiempo.	Numero de participantes	Bibliografía
Aprender a escuchar al si mismo y oración guesáltica.	Hablando consigo mismo	Escuchándose a si mismo	Alfombra, cojines, sillas, música, varas de incienso.	60 minutos.	Actividad en grupo.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Tomar conciencia del si-no de las situaciones de la vida.	Enfocando el decir si o no a través de sentimientos	Situación sí-no	Cojines y Almohadas	30 minutos.	Actividad en grupo.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Evidenciar la posibilidad de elegir y hacerse responsable de dicha elección.	Remplaza el "Tengo Que..." por "Elijo..."	Tengo Que- Elijo Que	Cojines o sillas, música, varas de incienso, hojas de papel.	30 minutos.	Actividad en parejas.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.

Descubriendo mi negativa.	Experimenta el no puedo y el no quiero.	No puedo- No quiero.	Sillas frente a frente	30 minutos.	Actividad en parejas.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Conocer los síntomas físicos que son desagradables.	Aceptar completamente los malestares y llevarlos a la conciencia.	Dialogo del síntoma.	Cojines, colchonetas o almohadas	30 minutos.	Actividad individual	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Contactar con los síntomas e identificarse con el.	Obtener beneficios positivos de los síntomas.	Diálogo del síntoma con lo otro	Cojines, colchonetas o almohadas	30 minutos.	Actividad individual.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Realizar una evaluación de lo aprendido.	Comentar con los integrantes sus experiencias hasta el momento	Evaluación	Circulo de sillas.	20 minutos.	Actividad en grupo	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.

CARTA DESCRIPTIVA.

Nombre del curso o evento: Comunicación con otros.

Dirigido a: Alumnos del CETis 79.

Nombre de la unidad:
Facultad de psicología.

Sede: CETis 79.

Responsable: William Roldan Rosas.

Objetivo: Crear un nuevo terreno de confianza, honestidad y comunicación con los demás.

Objetivo específico.	Experiencia de aprendizaje	Técnica didáctica	Auxiliar didáctico	Tiempo.	Numero de participantes	Bibliografía
Dar a conocer la importancia de la comunicación con los adultos mayores.	Definiciones, conceptos, Beneficios, importancia y comunicación.	Expositiva	Diapositivas, Rotafolios, cañón y PC.	50 minutos.	Actividad en grupo.	http://www.portaladultomayor.com/
Debatir las ideas de la importancia de la comunicación con adultos mayores	Ventajas. Desventajas Etc.	La mesa redonda	Hacer un círculo con sillas o una mesa redonda.	35 minutos	Entre 6 y 7 participantes [Dependiendo de la muestra]	http://www.monografias.com/trabajos13/digru/digru.shtml#mesa
Tomar contacto con la experiencia de tener los ojos cerrados.	Contacto con la imaginación o fantasía a través de los ojos cerrados.	Escuchando la voz.	Cojines, colchonetas y almohadas.	25 minutos	Formar parejas.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.

Dejar atrás la sensación de timidez	Características y esencia de los sonidos propios y de los demás.	Jerigonza-galimatías	Cojines, colchonetas y almohadas.	30 minutos.	Actividad en grupo.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Reflejar la conversación y expresiones faciales con alguien	Cambiando de roles.	Reflejando la conversación	Alfombra, cojines, sillas y varas de incienso.	30 minutos	Actividad en parejas	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Estudiar las experiencias del propio descubrimiento	Dar a todos la oportunidad de hablar y de escuchar.	Ejercicio de confianza	Un número suficiente de papeletas con una pregunta que será respondida en público por cada participante	30 minutos	Actividad de veinticinco a treinta personas.	http://www.hammocksrada.com/ard/valores/dinamicas.htm

<p>Aceptar y reacción ante los sentimientos y experiencias con otros.</p>	<p>Compartir experiencias y conciencias de hechos.</p>	<p>Reaccionando ante los sentimientos.</p>	<p>Alfombra, cojines, sillas y varas de incienso</p>	<p>30 Minutos</p>	<p>Actividad grupal.</p>	<p>El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.</p>
---	--	--	--	-------------------	--------------------------	--

CARTA DESCRIPTIVA.

Nombre del curso o evento: Sensibilizando al grupo.

Dirigido a: Alumnos del CETis 79.

Nombre de la unidad:

Facultad de psicología.

Sede: CETis 79.

Responsable: William Roldan Rosas.

Objetivo: Centrar la atención en la confianza o desconfianza, en la honestidad o deshonestidad que se producen, como medidas defensivas, en las relaciones interpersonales

Objetivo específico.	Experiencia de aprendizaje	Técnica didáctica	Auxiliar didáctico	Tiempo.	Numero de participantes	Bibliografía
Sensibilizar la confianza vs. Desconfianza, honestidad vs. Deshonestidad	Narrando relatos falsos y verdaderos.	Engañando al grupo.	Hojas de papel y bolígrafo	30 minutos	Actividad en grupo de hasta 25 personas.	http://www.hammocksrada.com/ard/valores/dinamicas.htm
Lograr que se entienda a un grupo y la sociedad como un todo.	Utilizar y manejar un modelo de interpretación estructural de un grupo y la sociedad.	El árbol social	Pizarrón, portafolio y marcadores	60 minutos aproximadamente.	Actividad en grupo.	http://www.gaztetxo.com/modulos/usuariosftp/connRecu/recur445A.pdf
Reconocer la utilización de mascarar como primera capa de la personalidad, así como de su aceptación y permeabilidad.	Hacer mascarar imaginarias con gestos y cambios en su rostro.	Pase una mascarar.	Cojines, colchonetas. Cartulinas y tijeras.	30 minutos	Actividad en grupo.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.

Vivenciar los problemas relacionados con dar y recibir afecto.	Ejercicios de dificultad al momento de dar y recibir afecto.	Dar y recibir afecto.	Papel y lápiz para cada participante.	30 minutos	Actividad en grupo.	Dinámicas de grupo [Gerza]. http://members.fortunecity.com/dinamico/index.htm
Aclarar sus valores y sus posiciones en diferentes áreas de su vida	Reflexión y análisis en las áreas de valor para cada uno de los sujetos.	Valores en áreas de la vida.	Hoja de práctica a cada participante.	30 minutos	Actividad en grupo	Dinámicas de grupo [Gerza]. http://members.fortunecity.com/dinamico/index.htm
Que los participantes busquen alternativas, evalúen las consecuencias de éstas y sean conscientes de la elección que tomaron.	Sentido de logro y vitalidad.	Ruleta de valores	Cuestionario "Ruleta de valores". Y Lápices.	45 minutos	Actividad en grupo	Dinámicas de grupo [Gerza]. http://members.fortunecity.com/dinamico/index.htm

CARTA DESCRIPTIVA.

Nombre del curso o evento: En busca de las habilidades psicoafectivas.

Dirigido a: Alumnos del CETis 79.

Nombre de la unidad:

Facultad de psicología.

Sede: CETis 79.

Responsable: William Roldan Rosas.

Objetivo: Incrementar o desarrollar las habilidades psicoafectivas a través del arte, movimientos y sonidos.

Objetivo específico.	Experiencia de aprendizaje	Técnica didáctica	Auxiliar didáctico	Tiempo.	Numero de participantes	Bibliografía
Aprender a cooperar, interactuar y observar.	Expresión por medio de la pintura.	Dibujando con la izquierda y derecha.	Pinturas de pastel de diferentes colores y papel rotafolio para cada participante.	30 minutos	Actividad individual.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Desarrollar la capacidad de empatía, de hablar de los sentimientos y hábitos de escucha activa.	Empatía y habilidades sociales.	El trueque de un secreto	Bolígrafos y papeletas.	De 1 a 2 horas dependiendo del interés de los alumnos.	Individual y en grupo (25-30 estudiantes)	Fritzen [1998]
Desarrollar habilidades para generar emociones positivas.	Autoestima y habilidades sociales.	El regalo de la alegría	Papel y bolígrafos.	Dos sesiones de tutoría.	Dividir el grupo en dos uno de 10 estudiantes y otro de 25 a 30 estudiantes.	Fritzen [1998]

Aumentar la conciencia de su propio cuerpo y. Desarrollar movimientos y actividades integrados, relajados, económicos y balanceados	Introducción a la conciencia del movimiento	T' AI CHI CHUAN	Una grabación o un disco con música suave, rítmica y calmada.	1 Hora aproximadamente	El ejercicio puede ser hecho desde, por una persona hasta por un grupo grande.	Dinámicas para los grupos: Signum Fidel de México.
Buscando la imaginación de los sentidos	Sensibilizando a través de la imaginación.	Llama	Espacio libre, varas de incienso y música.	30 minutos	Actividad en grupo	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Contactar con el exterior e interior por medio del canto y sonido	Descubriendo el sonido de mi cuerpo.	Cantando	Sentarse en círculo con cojines o almohadas y varas de incienso.	30 minutos	Actividad individual y en grupo.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.

Contactar con las partes del cuerpo que confluyen a la formación de sonidos	Descubriendo el sonido de mi cuerpo	Diálogos con sonidos	Párese en un sitio con espacio ,y varas de incienso	30 minutos	Actividad en parejas	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Establecer contacto con el darse cuenta.	El darse cuenta y su relación con las palabras	Poesía del darse cuenta.	Espacio libre.	15 a 30 minutos	Actividad individual.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Establecer contacto con la vivencia interior por medio de una clase de sonido o canto.	Integrar el darse cuenta con la autoexpresión	Cantando el darse cuenta.	Espacio libre con almohadas cojines o sillas.	15 a 30 minutos	Actividad individual.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.

CARTA DESCRIPTIVA.

Nombre del curso o evento: En busca de las habilidades psicoafectivas 2.

Dirigido a: Alumnos del CETis 79.

Nombre de la unidad:
Facultad de psicología.

Sede: CETis 79.

Responsable: William Roldan Rosas.

Objetivo: Incrementar o desarrollar las habilidades psicoafectivas a través de ejercicios con la imaginación.

Objetivo específico.	Experiencia de aprendizaje	Técnica didáctica	Auxiliar didáctico	Tiempo.	Numero de participantes	Bibliografía
Desarrollar sensibilidad y percepción acerca de las demás personas y del mundo en torno a sí.	Reflexiones sobre sentimientos a través de ser o no voluntario en áreas de la vida	El juego de los voluntarios.	.Ninguno.	30 minutos	Actividad individual.	Dinámicas para los grupos: Signum Fidel de México.
Crear mayor capacidad de empatía entre los participantes	Evitar dificultades al momento de relacionarse con los demás.	El trueque de un secreto.	Lápiz y hojas.	45 minutos aproximadamente.	Actividad individual.	Dinámicas para los grupos: Signum Fidel de México.
Desarrollar la atención y habilidad	Ejercicio para el desarrollo de la atención y destreza.	Tempestad.	Circulo de Sillas	30 minutos.	Actividad en grupo.	Dinámicas para los grupos: Signum Fidel de México.

Interactuar con la imaginación	Narrando fantasías y suposiciones momento a momento.	Me resulta obvio que- Imagino que	Sillas frente a frente, varas de incienso	30 minutos.	Actividad en parejas.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Desarrollar la capacidad de comprender y hablar de sentimientos.	Imaginando sentimientos.	Trabajando con la imaginación.	Sillas frente a frente, varas de incienso	30 minutos.	Actividad en parejas.	El darse cuenta. (Sentir, imaginar, vivenciar) JOHN O. STEVENS.
Proyectar al grupo una película sobre una problemática del adulto mayor.	Conocer la vida sobre un adulto mayor con Alzheimer	¿Y tu quién eres?,	Televisión y DVD, cojines.	2 1/2 horas	Actividad en parejas.	Dinámicas para los grupos: Signum Fidel de México.
Intercambiar visiones y puntos de vista sobre la película	Aclarar dudas.	Intercambio de preguntas y respuestas	Sillas en circulo	Al termino de la proyección de la película dentro del tiempo establecido.	Actividad en parejas.	Dinámicas para los grupos: Signum Fidel de México.

CARTA DESCRIPTIVA.

Nombre del curso o evento: Cierre.

Dirigido a: Alumnos del CETis 79.

Nombre de la unidad:

Facultad de psicología.

Sede: CETis 79.

Responsable: William Roldan Rosas.

Objetivo: Tomar conciencia de logros de objetivos y concluir con el taller.

Objetivo específico.	Experiencia de aprendizaje	Técnica didáctica	Auxiliar didáctico	Tiempo.	Numero de participantes	Bibliografía
Tomar conciencia de los logros de objetivos	Exponer logros individuales y grupales.	Técnica de cierre	Música, velas varas de incienso.	25 minutos	Actividad individual.	Dinámicas para los grupos: Signum Fidel de México.
Permite conocer aspectos positivos, negativos e interesantes encontrados en la temática tratadas.	Concluir el taller, despedirse y establecer un compromiso personal y profesional.	El PNI (Positivo, negativo e interesante).	Música, velas varas de incienso.	25 minutos	Actividad individual.	Dinámicas para los grupos: Signum Fidel de México.
Despedir a los participantes	Entrega de un reconocimientos.		Galletas, refrescos.	30 minutos	Actividad en grupo	Dinámicas para los grupos: Signum Fidel de México.

ANEXO III. C

PRESUPUESTO:

CONCEPTO.	PRECIO UNITARIO	PRECIO TOTAL.
Un millar de hojas blancas	.15	150.00
50 Lápices	2.00	100.00
30 Plumones		
4 Cajas de pañuelos desechables.	15.00	60.00
30 Plumones	7.00	210.00
50 Cartulinas y tijeras.	3.00	150,00
Bebidas y botanas.	8.00	200.00
2 Velas	9.00	18.00
30 Varas de incienso	1.50	45.00
3 Cajas de pinturas pasteles	50.00	150.00
Alimentos dulces, agridulces y amargos	35.00	35.00
Reconocimientos	25.00	Depende de la muestra.
	Gran total	1118.00 pesos Aprox.

Nota: [Los precios son aproximados dependiendo por lo cual pueden variar dependiendo del momento.]

El costo total de este taller será solventado por quien lo propone, siendo responsable tanto de los gastos como de las actividades. Solicitando sin embargo, a la cafetería del plantel apoyo en lo referente a alimentos y bebidas, en razón de la ayuda proporcionada por la institución.

EVALUACION DEL TALLER:

Evaluar a partir de cambios obtenidos en los alumnos asistentes al taller, por medio de la correlación de los datos obtenidos en los cuestionarios y en el TPG, en sus dos fases, es decir, antes y después de la realización del taller. Para esto será necesario utilizar técnicas estadísticas, de tendencia central o de correlación.

Desde luego que la mejor evaluación es la actitud y orientación que tengan los alumnos, después de recibir el taller, pero sobre todo experiencias y sentimientos compartidos durante su experiencia en el taller y su extrapolación a las actividades cotidianas.