



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS
COLEGIO DE PEDAGOGÍA

**EDUCACIÓN DE LA AUTOESTIMA Y LA SEXUALIDAD
PARA LAS PREADOLESCENTES DE LA CASA HOGAR
PARA NIÑAS FUNDACIÓN “CLARA MORENO Y MIRAMÓN”:
UNA PROPUESTA PEDAGÓGICA.**

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

P R E S E N T A:

RODRÍGUEZ GUZMÁN ANGELA GABRIELA

ASESOR: LIC. ALEJANDRO ROMÁN ROJO USTARITZ



Facultad de Filosofía
y Letras

MEXICO, D.F. CIUDAD UNIVERSITARIA

MARZO 2010



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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.

*“El hombre que hace que las cosas
difíciles parezcan fáciles, es un
educador”*

Ralph W. Emerson.

Dedicatorias y Agradecimientos

A mi Dios:

Por ser la luz que guía mi camino y que me ha permitido llegar a este momento tan importante de mi vida.

A mis padres:

Adelina Guzmán Palacios y Abraham Rodríguez Santiago, por su ejemplo, su amor, su apoyo brindado y por todas las cosas bellas que me han dado.

Papá: eres un gran hombre, gracias por todo tu esfuerzo y ejemplo.

Mamá: eres una gran mujer, gracias por todos tus consejos y las palabras de aliento que tienes para mí.

Juntos lo hemos logrado, no cualquiera tiene el privilegio de tener unos padres y los mejores educadores como ustedes.

A mis hermanos:

Jesús, Sara, Sadot, Santa, Patricia, Jorge, José y Dora, porque han sido mi modelo a seguir, claro ejemplo de ser grandes profesionistas y ser hombres y mujeres de bien. Un gran apoyo en todos los aspectos y sobre todo gracias por su cariño. Saben que a cada uno tengo mil y un cosas que agradecerles, pero este espacio no me bastaría para escribir todas.

A mis cuñados y cuñadas:

Lilia, Dolores, Pablo, Alejandro, Verónica, Cristina y Noé, porque de manera indirecta, he aprendido muchas cosas de ustedes y son parte de mi familia.

A mis sobrinos:

Jesús, Ismael, Diego, Abril, Itzel, Alejandro, Andrés y Emiliano: por todas las enseñanzas que he recibido y por todo lo que me falta aprender de ustedes.

Aunque no lo crean a mis mascotas:

Tepo, Canguro, Lucas, Kaiser, Sony y Nené: porque son parte de mi vida y porque cuando uno cree estar derrotado en la vida, siempre hay un perro fiel a tu lado.

A Gisela Carranco Vázquez, gracias amiga, porque que junto a ti he aprendido muchas cosas y me has apoyado en los momentos difíciles de mi vida. Gracias a tu familia, por tener siempre las puertas abiertas de su hogar para mí.

A Rosalinda Querol Tejeda, por su gran amistad, por ayudarme, apoyarme en todo mi proceso de titulación, gracias por ser mi amiga, por todos tus consejos y gracias por todo lo que me has dado, siempre he dicho que eres una gran persona.

A Heidei Guerrero Aguilera, por todos a aquellos momentos bonitos que me ha brindado y por siempre darme ánimos para salir adelante.

Gracias por tu amistad.

A mis amigas de la facultad: Karina, Ivette, Denisse, Rosalba y Elizabeth, porque juntas compartimos la experiencia de estudiar esta hermosa carrera, espero que cumplan sus metas, saben que cuentan conmigo y que las quiero mucho. A Carol y Alma, por compartir grandes momentos de la vida escolar.

A Cinthia Hernández Martínez, por ser una amiga muy especial, por alegrarme cada día, por siempre darme ánimos para culminar este trabajo, por apoyarme y por ser mi amiga. Sabes que aún nos queda nuestra meta por cumplir, cuentas conmigo y te quiero mucho, sonrío porque de esa manera me haces sonreír a mí.

A mis amigos y amigas que han compartido momentos importantes de mi vida y a todos aquellos que pudieron haber saltado.

Muy especialmente también agradezco este trabajo:

A la Universidad Nacional Autónoma de México:

Gracias a la Facultad de Filosofía y Letras, específicamente al Colegio de Pedagogía por darme un sin fin de conocimientos y por brindarme la oportunidad de formarme en sus aulas.

A mis sinodales:

Lic. Rosa Lezama Cohen.

Lic. Alejandro Román Rojo Ustaritz.

Lic. Roxana Velasco Pérez.

Lic. Thelma Lemelí Sánchez.

Lic. Bernardo Miguel Lagarde de los Ríos.

Por el tiempo que se tomaron para leer mi trabajo, el tiempo dedicado para comentarlo y aportar elementos que lo han enriquecido y transformado para ser mejor.

A la Fundación "Clara Moreno y Miramón" por brindarme la oportunidad de trabajar con las preadolescentes y por apoyarme en la realización del presente trabajo, que espero sea un aporte significativo en la educación de las niñas de la casa-hogar.

También dedico este trabajo a la profesora Rosa Lezama Cohen, quien fue una gran maestra que compartió sus conocimientos conmigo, siempre ha sido una maestra ejemplar, de sentido humano y de quien tengo mucho que aprender.

"El verdadero educador no es aquel que te presta sus alas sino el que te ayuda a desplegar las tuyas".

Y de manera especial, con gran cariño, respeto y admiración agradezco a mi querido profesor:

Lic. Alejandro Rojo Ustaritz

Por todo su apoyo en la realización de este trabajo, sus consejos, por el ánimo que siempre me dio para seguir adelante, su gran paciencia, dedicación, es un gran maestro, un gran amigo y sobre todo porque:

...Tiene por tarea esencial desarrollar el respeto y el Amor a la verdad, a la reflexión personal, a los hábitos de libre examen, al mismo tiempo que el espíritu de tolerancia; el sentimiento del derecho de las personas y de la dignidad, la conciencia de la responsabilidad individual, al mismo tiempo que el sentimiento de la justicia y de la solidaridad sociales, y la adhesión al régimen democrático y a la república.

Gregorio Torres Quintero

Amis maestros:

Que han participado arduamente en mi educación:

- ♪ *Julieta Casarrubias Pérez*
- ♪ *Alicia Aguilar Guerrero.*
- ♪ *Ma. Cristina Frías González.*
- ♪ *Alejandro Palacios Ruiz.*
- ♪ *Hugo Olvera García.*
- ♪ *Alberto Luis Hernández Gómez.*
- ♪ *Carlos González Romero.*
- ♪ *Julio Reyes Bello.*
- ♪ *Laura Cristina Santini Villar.*
- ♪ *Isabel Contreras Lee.*
- ♪ *Angeles Valle Flores.*
- ♪ *Estela Ruiz Larraguivel.*
- ♪ *José Manuel Ibarra Cisneros.*
- ♪ *Isaura Gallart y Nocetti.*
- ♪ *Guadalupe Mora Pizano.*
- ♪ *Arlin Calderón Curiel.*
- ♪ *Eusebio Vargas Bello.*
- ♪ *María Eugenia Elizalde Velázquez.*
- ♪ *Hermilo Pérez Benítez.*
- ♪ *Clara Martínez Camacho.*
- ♪ *Rocío Ramírez González.*
- ♪ *Evelyn Quijano Benítez.*

- ∞ *Edna García Vargas.*
- ∞ *Zandra Berhó Romero.*
- ∞ *Daniel Robles Robles.*
- ∞ *Rubén René de Jesús Torralba Vital.*
- ∞ *Pedro Alonso Palacios Vargas.*
- ∞ *Ma. Angélica Altamirano Montiel.*
- ∞ *Jesús Gutiérrez González*

Porque de cada uno de ellos aprendí cosas maravillosas, han sido de los mejores maestros que yo haya podido tener, aportaron a mi formación profesional y personal e influyeron de manera significativa para que yo esté ahora en este momento tan importante de mi vida.

... Te voy a enseñar la técnica más importante para hacer las cosas bien; te voy a enseñar a hacerlas con gusto, con alegría, (amor) y placer para que obtengas la mayor satisfacción posible.

José Luis Arriaga Arellano

ÍNDICE

Introducción	1
Capítulo I	
Marco Institucional: La Casa Hogar Fundación “Clara Moreno y Miramón” y Proyecto Educativo de la Fundación.	
1.1. Antecedentes históricos de La Fundación “Clara Moreno y Miramón”.....	9
1.2. Visión.....	10
1.3. Misión.....	10
1.4. Valores.....	10
1.5. Objetivo General.....	10
1.6. Organigrama.....	11
1.7. Perfil de Atención.....	12
1.8. Modelo de Intervención Integral para Niñas y Jóvenes en Desventaja de la Fundación “Clara Moreno y Miramón”.....	13
Capítulo II	
La Preadolescencia como etapa crítica.	
2.1. Pubertad.....	21
2.2. Preadolescencia.....	26
2.3. Adolescencia.....	44
2.4. Niña en situación de casa-hogar.....	54
Capítulo III	
La importancia de la Autoestima.	
3.1. Concepto de Autoestima.....	62
3.2. Componentes de la Autoestima.....	67
3.3. Autoestima Alta y Autoestima Baja.....	69
3.3.1. Autoestima Baja.....	70
3.3.2. Autoestima Alta.....	73
3.4. Importancia de la Autoestima.....	75

3.5. Formación de la Autoestima.....	77
3.6. Desarrollo y fortalecimiento de la autoestima en la preadolescencia.....	83

Capítulo IV

Educación para la sexualidad

4.1. Concepto de Educación.....	91
4.2. Tipos de educación.....	93
4.2.1. Educación Informal.....	94
4.2.2 Educación Formal.....	94
4.2.3 Educación No Formal.....	95
4.3. Sexualidad.....	97
4.4. Desarrollo psicosexual.....	101
4.5. Componentes de la sexualidad.....	101
4.6. Educación y sexualidad.....	104
4.6.1. Educación Sexual Informal.....	108
4.6.2. Educación Sexual Formal.....	110
4.6.3. Educación Sexual No formal.....	112
4.7. Objetivos de la educación para la sexualidad.....	112
4.8. Características del educador sexual.....	117
4.9. Importancia pedagógica de la educación para la sexualidad.....	119

Capítulo V

Recopilación de información como sustento de la propuesta pedagógica

5.1. La educación sexual y autoestima en la educación básica: nivel primaria.....	125
5.1.1. Plan y Programas de la SEP.....	125
5.1.2. Libros de texto.....	131
5.2. Cuestionario ¿Cómo se vive en la casa-hogar.....	136
5.3. Cuestionario sobre la sexualidad.....	162
5.4. Inventario de Autoestima de Coopersmith.....	184
5.5. Cuestionario dirigido al personal de casa hogar.....	193

Capítulo VI

Propuesta Pedagógica de un Programa Estudios: “Taller de Autoestima y Educación Sexual para niñas preadolescentes”.

6.1. Presentación.....	210
6.2. Introducción.....	211
6.3. Objetivo General.....	215
6.4. Contenidos.....	215
6.5. Metodología.....	225
6.6. Criterios e instrumentos de evaluación con fines de acreditación.....	230
6.7. Fuentes de consulta para la propuesta pedagógica.....	231
Conclusiones.....	232
Fuentes de consulta.....	236
Anexos	

INTRODUCCIÓN

Desde que nacemos y conforme vamos creciendo, nuestra personalidad se va formando, pero para que esta vaya consolidándose de manera adecuada, se debe de tomar en cuenta dos elementos muy importantes los cuales son: la autoestima y la sexualidad, ya que la autoestima o el quererse a sí misma nos va ir dando la pauta para asegurar una sexualidad plena, y por ende, conformar una personalidad integral, que es un aspecto prioritario en el ser humano.

Al vislumbrar como base fundamental proporcionar una educación en la autoestima como enlace fundamental para la educación de la sexualidad, es necesario enmarcar por qué la necesidad de ambas para el ser humano. Si bien es cierto que el trabajo que se lleve a cabo con la educación de la autoestima servirá como una base sólida para la educación sexual que se le pueda dar a la persona.

De acuerdo a lo anterior, ambos componentes de la personalidad se llegan a relacionar en algún grado. La autoestima adecuada implica tener salud psíquica y social; mientras quien tiene una baja autoestima, tiene problemas para relacionarse con los demás en sentido social y sexualmente, piensan que no pueden aspirar a que se les ame, no se sienten con la capacidad para establecer una relación de pareja, toman una actitud negativa ante todo y se encierran en su realidad.

Por otra parte, el ser humano a través de lo largo de su vida atraviesa por varias etapas de desarrollo, como es la infancia, adolescencia, madurez y senectud, siendo la adolescencia una de las etapas más difíciles de afrontar porque se viven diferentes cambios que enmarcan la transición de dejar de ser niña para entrar al mundo de los adultos.

Se considera que en esta etapa se debe dar una mayor orientación y atención a los adolescentes, debido a todos los cambios tanto físicos, psicológicos y sociales que se presentan, se hace hincapié tanto en la educación de la autoestima como de la sexualidad, sobre todo, cuando ya la adolescente se encuentra en dicha etapa.

Al respecto, los profundos cambios sociales acontecidos durante las últimas décadas han llevado a que las niñas actuales entren en la adolescencia antes de lo que sus padres o sus abuelos –entorno a los 9 o 10 años- y que salgan de la misma más tarde, aproximadamente después de los 21 años.

Debido al contexto actual se hace necesario que se brinde una educación de la autoestima y de sexualidad desde antes de entrar a la adolescencia, es decir, desde la preadolescencia, donde ya se comienzan a manifestar los primeros cambios físicos, psicológicos y sociales.

Aunado a lo anterior es posible observar que aún prevalece:

- Un desconocimiento sobre la sexualidad.
- El miedo y la vergüenza que produce abordar la sexualidad por un lado y por otro la información desmedida o fuera de control de ciertos medios de comunicación.
- Dudas de las niñas, adolescentes y jóvenes, quienes tienen que estar informadas y formadas en dichos temas.
- Repercusiones de las enfermedades de transmisión sexual en la salud y específicamente con la aparición del VIH/SIDA.
- Problemáticas del aborto y métodos anticonceptivos.
- Gran índice de embarazos precoces o no deseados.
- Abusos sexuales y violaciones.
- Repercusión que tiene la falta o mala expresión afectiva de los padres o maestros hacia las niñas.
- Aumento de separaciones y divorcios que provoca desequilibrio afectivo, personal y escolar de las niñas.

Entre otros factores más, se hace necesaria la atención a dichas temáticas. Cabe reconocer que proporcionar educación sexual no incita tener relaciones sexuales.

La sexualidad no se inicia en la pubertad, es un rasgo que acompaña al individuo desde su nacimiento, pero es en esta etapa de la vida que adquiere un significado distinto. El púber experimenta cambios emocionales y sociales que se dan con mucha rapidez e intensidad. Además se enfrenta a un impulso biológico nuevo, el sexual, que debe aprender a regular. Esta etapa requiere un ajuste sexual para que la persona alcance la madurez y logre una adaptación satisfactoria; una educación de la sexualidad adecuada, global y congruente tiene efectos positivos en este proceso.

Sin duda alguna, la primera instancia que brinda consciente o inconscientemente la educación sexual es la familia, debido que al considerar al niño desde su nacimiento como un sujeto sexuado, la única instancia que se encuentra desde el principio con él es su familia, principalmente sus padres, por lo que es a ellos a quienes les corresponde resolver juntos tanto las dudas y problemas que se vayan generando a lo largo del desarrollo del niño.

Los padres de familia no son la única institución social responsable en la educación de la sexualidad, sino también la escuela, ya que a los 3 años la escuela va a llevar a cabo la función como formadora

de las niñas con el fin de ayudarlos a integrarse a la comunidad, favoreciendo de esta forma su desarrollo social.

Por consiguiente, es necesario que desde que nace la niña debiera de tener conocimiento de estos temas, y es por esto, que tanto los padres como la escuela deben de proporcionarle esta educación.

Por otra parte, la autoestima es parte fundamental de la personalidad implicada en el buen funcionamiento y la salud mental de los individuos, la infancia es una etapa importante para el desarrollo de la autoestima.

Además también es importante que la autoestima se fortalezca en la preadolescencia, ya que es una etapa previa a la adolescencia en donde se comienza a entrar en conflictos de personalidad, de búsqueda de identidad, de cambios físicos y psíquicos, por lo que las niñas dentro de este rango de edad al conocerse así mismas, aceptarse y quererse, se les facilitará afrontar los cambios, la expresión de su sexualidad y la búsqueda de su identidad en la adolescencia.

De acuerdo a lo antes mencionado, consideré pertinente llevar a cabo una propuesta pedagógica de un curso de Autoestima y Educación Sexual para las niñas de Casa Hogar para Niñas Fundación "Clara Moreno y Miramón", debido a que las niñas de casa hogar no cuentan en algunos casos con padres, otras no los pueden ver, algunas reciben visita cada mes y en otros hay niñas que sufrieron abusos y maltratos de su propios padres, por lo cual no cuentan con la estabilidad de los padres para que ello les brinden una educación sexual y además les formen una autoestima alta, viven en situación de casa-hogar.

El término de niña de casa hogar, hace referencia a la niña que tiene que vivir en una institución que brinde servicio de casa hogar y de asistencia social, y que por lo tanto supe al hogar familiar. La situación de casa-hogar puede ser producto de diversos problemas familiares que no les permita a los padres cuidar a sus hijas.

La vida en una casa-hogar es resultado de factores como desintegración familiar, el abandono, el maltrato, abuso sexual, orfandad o falta de recursos materiales necesarios. Trae como consecuencia que las niñas crezcan en un ambiente fuera del núcleo familiar, lo que deteriora el desarrollo en todas sus esferas, principalmente en la afectiva. Las instituciones de casa-hogar tienen como objetivo brindar lo necesario para lograr que la niña alcance un óptimo desarrollo considerando que viven un ambiente sin familia y sin un vínculo afectivo permanente.

De acuerdo a lo anterior, considero que tanto la educación de autoestima y sexualidad son elementos necesarios para la educación integral de las niñas de casa hogar, debido a que dentro de

las necesidades pedagógicas también muy pertinentes para las preadolescentes, es la formación de una autoestima alta, de acuerdo a su problemas tanto emocionales, psicológicos y académicos más vulnerables en ellas, lo cual, de alguna manera, permitiría un mejor desempeño escolar.

Aunado a ello, también hay dudas de las niñas, al preguntar acerca de temas de sexualidad, relacionados con la información que ven en la tele, de lo que platican con sus compañeras, los temas que ven en la escuela; a esto se suma, la falta de los padres en algunos casos o la visita escasa de ellos, la existencia de una educación deficiente y en algunos casos errónea por parte de los padres, acerca de estos temas hacia las niñas, se comprende que la educación sexual es también muy pertinente para estas niñas que apenas están a punto de entrar en la adolescencia.

Aunado a ello, también consideré pertinente realizar la propuesta pedagógica sobre los temas de autoestima y sexualidad, debido a que la propia Casa-Hogar, le interesó el poder contar con dicha aportación, ya que no cuenta con programas que aborden esos aspectos para trabajar con las preadolescentes. Mi propuesta pretende ser un aporte para la institución y especialmente para las niñas que viven en la institución antes mencionada.

Este presente trabajo se hace viable porque las niñas de Casa Hogar "Fundación "Clara Moreno y Miramón" presentan necesidades emocionales, psicológicas y académicas, algunas de ellas comienzan a manifestar cambios propios del inicio de la adolescencia y presentan dudas e interés acerca de estos temas y dificultad para adaptarse a Casa Hogar.

De acuerdo a lo anterior, diseñé un taller para las preadolescentes, que apoyen los temas del currículo y la educación que se brinda en la Fundación "Clara Moreno y Miramón". Surge la presente propuesta, para abordar los contenidos que someramente la SEP maneja de sexualidad y omite de autoestima, para que de esta manera tengan una visión más clara de los conceptos básicos y por lo tanto, puedan comprender el proceso natural de maduración sexual y reproductiva de los seres humanos.

La autoestima y la sexualidad tienen un gran significado en la vida de la persona, por lo que es de gran importancia la presencia de este tipo de propuestas ya que ésta le brindará a las niñas elementos necesarios para que puedan lograr una mayor maduración, una conformación de su personalidad y la formación de un ser integral con las capacidades suficientes para enfrentarse a los problemas que se le presenten en su vida y sea capaz de tomar decisiones responsablemente.

De acuerdo a este proyecto, primero se hace explícito que es necesaria una educación en la autoestima, ya que esta permite la formación de una persona más segura, y con una personalidad más sólida.

El presente trabajo de tesina pretende ser un aporte teórico y metodológico, ya que brinda las herramientas pedagógicas necesarias para llevar a cabo el fortalecimiento de la autoestima y educación sexual a través de un taller en la formación integral de las preadolescentes.

Especialmente busca ser parte de la pedagogía comunitaria, al constituirse como parte de la formación de las niñas de la casa ahogar, que requieren mayor ayuda y orientación en estas temáticas como parte de una educación que brinde elementos necesarios en su desarrollo posterior como adultos y su integración a la sociedad como tal.

La realización de este tipo de propuestas en las temáticas de sexualidad y autoestima sigue reafirmando la necesidad de la pedagogía por brindar los elementos educativos necesarios para el desarrollo integral en este caso de las preadolescentes. Así mismo, esta propuesta viene a aportar a la Pedagogía el abordaje de temáticas que se insertan en problemáticas actuales de la sociedad en este grupo de edad, a las cuales se les pretende atender de manera preventiva.

Con su formación y conocimiento en el campo educativo, el licenciado en pedagogía al presentar este tipo de propuestas de autoestima y sexualidad ayudan a mejorar y orientar la educación que debe recibir el preadolescente. Además que su participación se hace evidente en la elaboración de propuestas pedagógicas que consideran todo los elementos didácticos: desde objetivos, recursos, metodología, contenidos y evaluaciones, que se deben tener en cuenta en la planeación, y que estén de acuerdo al desarrollo del educando para brindar una educación en la formación sexual y de la autoestima.

Además se hace necesario mencionar, que esta propuesta está encaminada a llevar una tarea preventiva, para que las niñas puedan enfrentar la etapa de la adolescencia, y que de esta manera se brinde una educación sexual, ya que como es obvio las niñas no cuentan con la educación que pudiera recibir de su propia familia, de sus padres.

El presente trabajo se abordará de la siguiente manera:

En el capítulo I, se presentará esencialmente las características de la institución donde viven las preadolescentes, se brinda la ubicación, antecedentes históricos, la visión, misión, los valores que promueve, sus objetivos, su modelo de atención, los servicios que proporciona, el proyecto educativo y por último se integra el organigrama de la Casa Hogar..

Para la realización del presente trabajo, considero necesario mencionar cuales son las características de la institución de la población, puesto que, es claro que no se está hablando de una institución de carácter formal, como son las escuelas, ni de una institución social como es la familia, sino una fundación de asistencia social, con carácter de casa hogar, la cual brinda atención a niñas con desventaja social, además de ser una institución donde se combina la educación informal y no formal.

En el capítulo II, se pretende explicar el concepto y características generales de las etapas de la adolescencia, la pubertad y de la preadolescencia, para hacer explícito el contenido al que hace referencia cada una de ellas. Especialmente se le da mayor extensión al tema de la preadolescencia, por ser la etapa de interés para el presente trabajo y para abordar el desarrollo que está atravesando el ser humano, en el aspecto físico, biológico, socio-afectivo, moral psicosexual y cognitivo.

La preadolescencia, viene a ser la fase antecedente a la adolescencia propiamente como tal, y en la cual se comienzan a manifestar los primeros cambios puberales, en esta fase el ser humano no sabe si percibirse como un niño o como un adolescente.

En el capítulo III, se abordará el concepto de autoestima, los componentes de la misma; se brindará una serie de características que diferencian una persona con baja o alta autoestima, así como la formación, desarrollo y fortalecimiento de la autoestima del preadolescente.

La autoestima se construye a través de un proceso educativo desde el nacimiento, el mantenimiento de una autoestima positiva es una tarea fundamental a lo largo del desarrollo del ser humano. La autoestima se genera por la imagen que los otros dan de nosotros mismos y por el valor que damos a esta imagen. Es durante la infancia, preadolescencia y adolescencia donde la autoestima juega un papel importante, porque en estas etapas es cuando el ser humano es más flexible, y está construyendo su sentimiento de valía. Este capítulo se apoya en autores como: Branden, Coopersmith, Rodríguez, Cledes, y Gil.

En el capítulo IV se explicarán los conceptos de educación, sexualidad y educación sexual, de manera singular se enmarca la importancia que conlleva la impartición de educación sexual.

La educación sexual es un proceso que se inicia con el nacimiento. En el transcurso de su desarrollo la persona humana adquiere valores, conocimientos, normas y patrones de comportamiento sexual. Educar sexualmente de manera adecuada, es decir, que se enseñe al ser humano aprender a vivir la sexualidad de forma libre, responsable, saludable y placentera, de manera progresiva, contribuye al

desarrollo de actitudes conscientes y responsables hacia la sexualidad. Este capítulo se apoya en autores como: Aguilar, Hiriart, López Sánchez, Rubio y Monroy.

En el capítulo V se pretende brindar un panorama general de los programas de educación primaria 5° y 6° grado de la SEP y de sus libros de texto, para conocer los contenidos que reciben las preadolescentes sobre las temáticas de sexualidad y autoestima, en el espacio escolar.

También se presenta información relacionada con la descripción de las características que poseen los seres humanos (población) a los que va dirigido la propuesta pedagógica, es decir, las características que de manera en general presentan las preadolescentes que viven en La Fundación "Clara Moreno y Miramón", dicha información se deriva de la aplicación de un cuestionario, que incluye lo referente a las actividades de las niñas dentro del internado, área personal, social, escolar y familiar

De igual manera, se presenta información y resultados de la aplicación de dos cuestionarios a las preadolescentes, sobre la temática de la Sexualidad y la evaluación del nivel de Autoestima a través de la aplicación del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith. Así mismo, se muestra los resultados de los cuestionarios aplicados al personal de la institución.

Los resultados e información obtenida de los instrumentos antes mencionados, también vienen a ser una referencia importante, ya que brindan elementos necesarios, para la elaboración de la propuesta pedagógica.

En el capítulo VI se presenta la propuesta pedagógica, la cual es el programa de estudios del "Taller de Autoestima y Educación Sexual".

CAPÍTULO I

Marco Institucional: La Casa Hogar Fundación “Clara Moreno y Miramón” y Proyecto Educativo de la Fundación

En este capítulo de apertura, se presenta esencialmente las características de la institución donde viven las preadolescentes a las cuales se les dirige la propuesta pedagógica, se brinda la ubicación, antecedentes históricos, la visión, misión, los valores que promueve, sus objetivos, el organigrama, su modelo de atención, los servicios que proporciona y el proyecto educativo de la Casa Hogar: Fundación “Clara Moreno y Miramón”.

Para la realización del presente trabajo, considero necesario mencionar cuales son las características de la institución de la población a la que se dirige la propuesta pedagógica, puesto que, es claro que no se está hablando de una institución de carácter formal, como son las escuelas, ni de una institución social como es la familia, sino una fundación de asistencia social, con carácter de casa hogar, la cual brinda atención a niñas con desventaja social, además de ser una institución donde se combina la educación informal y no formal.

Primero, es necesario precisar que la situación de casa-hogar¹ es resultado de factores como desintegración familiar, el abandono, el maltrato, abuso sexual, orfandad o falta de recursos materiales necesarios, entre otros. Lo anterior, trae como consecuencia que los niños crezcan en un ambiente fuera del núcleo familiar, lo que deteriora el desarrollo en todas sus esferas, principalmente en la afectiva. Las instituciones tienen como objetivo brindar lo necesario para lograr que el niño alcance un óptimo desarrollo considerando que viven un ambiente, en algunos casos, sin familia y sin un vínculo afectivo permanente.

Para conocer más ampliamente las características de la población a la que se dirige la propuesta pedagógica, es necesario situarlas dentro de su contexto inmediato, que es claro que es una población especial, al estar en desventaja social, en algunos casos que carecen de su familia y sobre todo al estar parcial o totalmente institucionalizadas.

También es importante precisar, de acuerdo a mi experiencia, la forma en que operan y el modelo de atención en el cual se basan las instituciones de asistencia social para brindar servicio a las niñas, ya que esto viene a modificar la forma de vida de las niñas así como la visión y objetivos que se tienen para con ellas. Por lo tanto cada institución de asistencia social con carácter de casa hogar posee características peculiares.

¹ Barranco Romero, Berenice. *Evaluación del Nivel de Autoestima en niñas institucionalizadas en relación con la presencia de las cuidadoras*. 2005. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. p. 32

Tal es el caso de la Fundación “Clara Moreno y Miramón”, la cual es una Institución de Asistencia Privada, que brinda servicio a niñas en desventaja social, a las cuales va dirigida la propuesta pedagógica del Curso Taller de Autoestima y Educación Sexual.

Fundación “Clara Moreno y Miramón” I.A.P

Ubicada en: Louisiana #156 Col. Nápoles. C.P: 038100. Del Benito Juárez. México D.F.

Tel. 55 23 13 87

1.1. Antecedentes históricos de La Fundación “Clara Moreno y Miramón”²

La fundación se constituyó en 1917 por iniciativa de la Sra. Clara Moreno y Miramón, quien cedió sus bienes para el establecimiento de una institución cuyo propósito fuera brindar educación y asistencia a niños de escasos recursos, abandonados o huérfanos de la revolución.

Durante varias décadas además del servicio de albergue e internado, se incorporó también oferta educativa formal, es decir que se estableció una escuela primaria, abriéndola incluso a alumnas externas. En 1965 se otorgaron los derechos de la fundación a la Orden de Religiosas María de Guadalupe. Tras una crisis económica, en 1988 se integró un nuevo patronato bajo la presidencia de la Lic. Graciela Sodi de la Tijera y se inició su reestructuración. En 1999 se suspendieron las actividades como escuela y se instituyó como casa hogar, canalizando a las niñas a escuelas públicas de la zona. Desde entonces y hasta la fecha, la organización se ha venido reestructurando con el fin de mejorar la atención que se ofrece.

Cuentan con una planeación estratégica, que les ha permitido establecer objetivos a cierto, mediano y largo plazo. También mantienen relación con alianzas que les han permitido fortalecer el área de procuración de fondos. Durante el año 2004 realizaron el Plan Maestro de Remodelación de las instalaciones, que permitió la remodelación de la cocina, los baños, la salida de emergencia y la red hidrosanitaria de la institución.

También se inició con la elaboración del Modelo de Intervención Integral con la colaboración del DIF, proceso que culminó en 2005. Actualmente se encuentran implementando el Modelo de Intervención y trabajando de manera fuerte en el desarrollo de un sistema de indicadores de impacto de acuerdo con el mismo.

² Marta, Yarza. *Fundación Clara Moreno y Miramón*. Documento Oficial Institucional. 2007 p.1

1.2. Visión³

Su visión es: "La reintegración de las menores a la sociedad, con la formación y valores necesarios para su realización personal y aportación a la sociedad".

1.3. Misión⁴

La Fundación Clara Moreno y Miramón es una institución de asistencia privada cuya misión es: "Contribuir al desarrollo integral de niñas y adolescentes de escasos recursos, a través de la educación en un ambiente familiar".

1.4. Valores⁵

Los valores que sustentan la labor de la institución son:

- Amor
- Integridad
- Responsabilidad
- Empatía
- Permanencia
- Subsidiariedad
- Respeto
- Compromiso

1.5. Objetivo General⁶

De manera general su objetivo es: Incorporar a niñas y adolescentes en condiciones de desventaja social a un proceso de desarrollo humano, a través de una formación integral, que favorezca su autonomía, autosuficiencia y autorrealización.

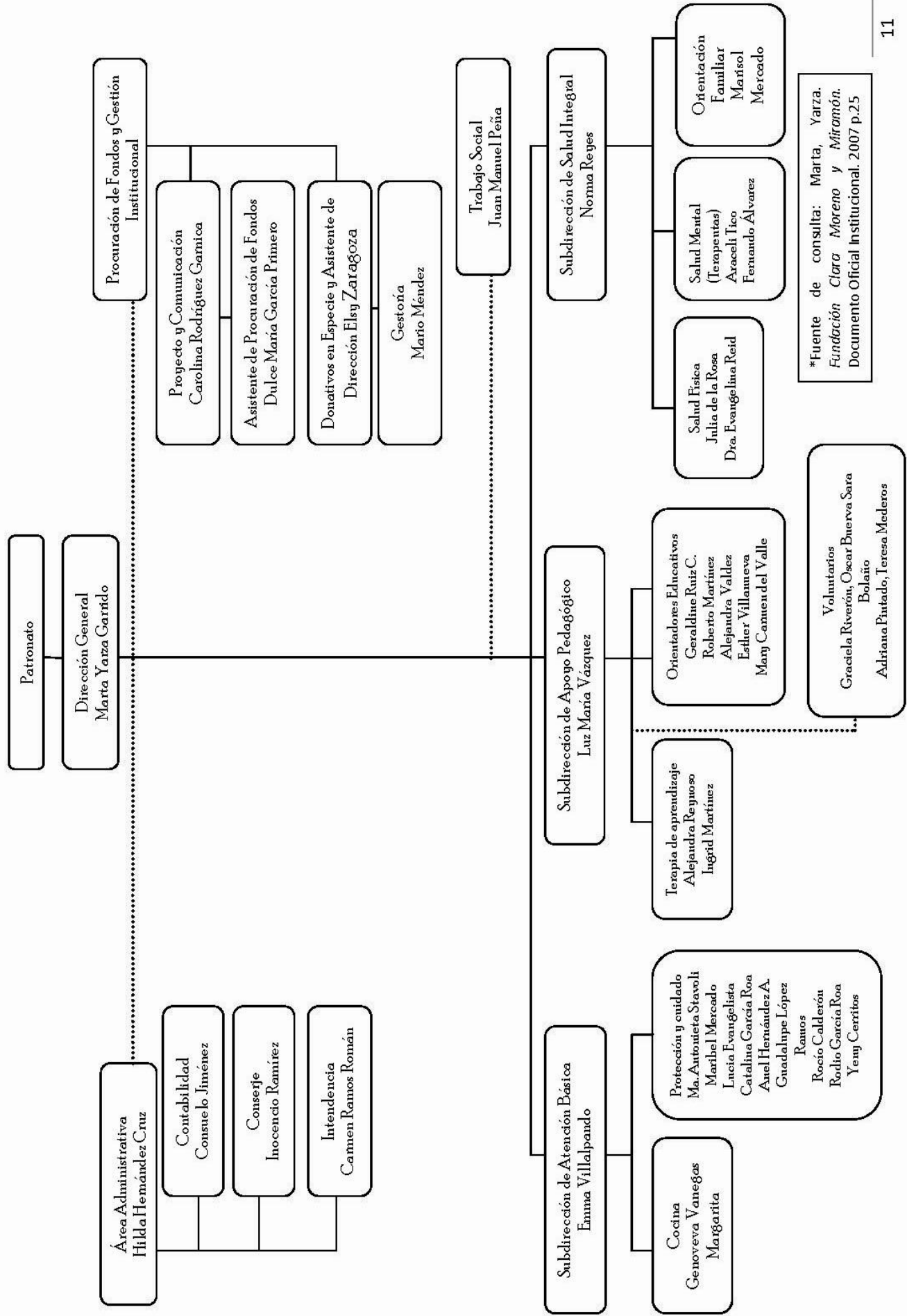
³ *Ibidem.* p. 3

⁴ *Ibidem.* p. 4

⁵ *Idem.*

⁶ *Idem.*

1.6 ORGANIGRAMA*
FUNDACIÓN CLARA MORENO Y MIRAMÓN, I.A.P.



*Fuente de consulta: Marta, Yarza, Fundación Clara Moreno y Miramón. Documento Oficial Institucional. 2007 p.25

1.7. Perfil de Atención⁷

⁷ *Ibidem.* p. 5

La institución atiende a niñas y adolescentes, de entre 6 y 18 años, en condición de desventaja social, es decir que provienen de familias disfuncionales y desintegradas, que carecen de los medios para satisfacer necesidades básicas como albergue, alimentación, salud y educación; estuvieron expuestas, al abandono, violencia al maltrato, abuso, marginación, exclusión, en situaciones pobreza y riesgo de calle. Su nivel de escolaridad es de primaria, secundaria y preparatoria.

Para su ingreso a la casa-hogar, es importante que cuenten con padres o tutores, con quienes se trabaja en corresponsabilidad en el proceso de formación y educación de las menores. Solamente, en aquellos casos en los que la relación con padres de familia represente una situación de riesgo, la institución asume el cuidado de las niñas.

Así mismo es importante que las niñas no presenten problemas graves de salud que limiten su desarrollo físico y mental, ya que su Modelo de Intervención por sus características no cuenta con servicios, ni personal capacitado para la atención de personas con capacidades diferentes.

- Compromisos con las niñas

Dentro de los compromisos de la institución se encuentra ofrecerles un esquema viable de **Desarrollo Integral** que permita un descubrimiento y desarrollo de sus capacidades espirituales, intelectuales y emocionales, para estimular y fortalecer los cambios que las llevarán a ser mejores personas.

- Introducción de servicios asistenciales

- Servicios médicos básicos y especializados,
- Apoyo psicológico,
- Psicoterapia,
- Terapia del lenguaje y aprendizaje,
- Paidopsiquiatría,
- Neurología.

Instrumentación de un modelo de atención personalizado en la casa-hogar (Guías) y en el programa de Educación Complementaria (Orientadoras).

- Educación complementaria

- Talleres formativos e informativos
- Desarrollo humano.
- Educación en valores

- Convenios Educativos

Realizan convenios educativos que promueven la continuidad de sus estudios (primaria, secundaria, preparatoria, universidades y especiales).

1.8. Modelo de Intervención Integral para Niñas y Jóvenes en Desventaja de la Fundación “Clara Moreno y Miramón”⁸

La Fundación Clara Moreno y Miramón, I.A.P. con asesorías de DIF Nacional, inició en marzo de 2004, la elaboración de un modelo específico para atender las necesidades actuales de las beneficiarias. Este Modelo de Intervención fue terminado en marzo de 2005, y en agosto de ese mismo año, se implementó.

La propuesta metodológica del DIF Nacional le dio sentido a sus estrategias y a definir y fundamentar los esquemas de atención e intervención de la Fundación. Trabajaron con lo que se denomina la identificación de la problemática y de la población objetivo. Con lo anterior definieron la problemática central como *la situación de desventaja social de menores*. Definirla de esta manera fue un paso fundamental, ya que les permitió establecer problemáticas asociadas con esa situación de desventaja y así, determinar los componentes del modelo y además, caracterizar a la población objetivo.

Los componentes son los planteamientos dirigidos a la intervención que se traducen en estrategias y acciones. Así el modelo se integra de cinco componentes:

- a) Atención Básica
- b) Apoyo Pedagógico
- c) Salud
- d) Vinculación Interinstitucional
- e) Orientación Familiar

Estos componentes están dirigidos a menores entre 6 y 18 años en situación de desventaja social y pretenden que esas menores se desarrollen de manera integral, que sean capaces de enfrentar su problemática social e individual y que estén en condiciones de vivir una vida independiente y desarrollarse por sí mismas.

Este Modelo de intervención está construido, entonces, a partir de un ejercicio de reflexión y análisis profundo de la problemática de las menores y las situaciones particulares a que las arroja esa

⁸ *Ibidem.* p. 8

circunstancia. Intenta responder a ese estado de vulnerabilidad y colocarlas de lleno en los procesos de desarrollo social y humano.

El modelo ha representado una mejor estructura en la organización, dando sentido a sus labores, propiciando la colaboración en actividades y generando resultados en las beneficiarias.

Además ha permitido el fortalecimiento de la institución y desarrollado la confianza en los benefactores, percibiendo una institución profesional, comprometida con sus objetivos, el bienestar y desarrollo de las beneficiarias.

Este Modelo de Intervención Integral⁹ opera a través de áreas de atención a las beneficiarias, éstas son:

- **Atención básica:** se encamina a cubrir las necesidades básicas de las menores, comprende los servicios de:
 - a) Albergue de domingo a viernes durante el ciclo escolar para la totalidad de su población; las niñas de casa viven en la Fundación a lo largo de todo el año.
 - b) Alimentación balanceada, sana y suficiente para todas las niñas en desayunos, comidas y cenas.
 - c) Cuidado y atención personalizada a través de personal que cuida y acompaña a las niñas en sus actividades cotidianas, las 24 horas del día.

Objetivo específico: Satisfacer las necesidades básicas de las beneficiarias, proporcionando albergue, alimentación, protección y cuidado para contribuir a la disminución de su desventaja social.

Estrategias:

- ❖ Atención de las necesidades fisiológicas.
- ❖ Protección y cuidado a las beneficiarias en espacios y ambientes de seguridad.
- ❖ Formación en hábitos y valores.

Líneas de acción:

- Albergue de domingo a viernes
- Alimentación
- Higiene
- Disociación de dormitorios, baños, comedor, áreas de juego y estudio.
- Supervisión de las instalaciones.

⁹ *Ibidem.* p. 9

- Supervisión y asistencia (guía)
- Vigilancia
- Elaboración e implementación de programas:
 - Inducción a la vida diaria
 - Hábitos e higiene
 - Formación en Valores

➤ **Salud Integral¹⁰**

Atienden los problemas de salud de las niñas, derivados de su situación de desventaja social, en este sentido se ofrece atención a la salud en tres dimensiones:

- a) Salud Física, se refiere a la atención médica general.
- b) Salud Mental, trabaja a través de terapias psicológicas individuales y grupales, con el fin de hacer frente a problemas emocionales y conductuales de las niñas, producto de su entorno familiar, marginal y muchas veces violento.
- c) Salud Social, atienden esta dimensión a través de un Programa de Orientación Familiar en donde buscan trabajar con padres de Familia y tutores, sobre temas de interés y apoyo en el proceso de formación de sus hijas.

Objetivo específico: Diagnosticar, restablecer y preservar la salud física, mental y social de las beneficiarias, a través de la atención médica, psicológica y la formación en valores que contribuya a su desarrollo integral.

Estrategias:

- ❖ Atención integral a la salud en sus dimensiones física y mental
- ❖ Fomento de la salud social

Líneas de acción Atención médica:

- Atención Psicológica
- Promoción de relaciones interpersonales (familia, personal de la institución y comunidad).
- Identificación de roles sociales
- Formación en valores

➤ **Orientación familiar¹¹**

¹⁰ *Ibidem.* p. 10

Objetivo específico: Propiciar la actuación responsable en los padres o tutores en la formación humana y social de sus hijas, ofreciendo información, orientación y canalización para mejorar su integración familiar.

Estrategias:

- ❖ Educación
- ❖ Asesoría
- ❖ Apoyo terapéutico

Líneas de acción.

- Información sobre temas para mejorar las relaciones familiares
- Guía para enfrentar situaciones peculiares dentro de la dinámica familiar
- Canalización para atención jurídica a padres o tutores.

➤ **Gestión Institucional**¹²

Objetivo específico: Obtener los recursos, intercambios de experiencias y de servicios con instancias públicas y privadas, a través de la concertación, vinculación y profesionalización de acciones que incidan en el logro de los objetivos de la intervención.

- Programas de procuración de fondos
- Programas de servicio social
- Programas de voluntariado

➤ **Apoyo pedagógico**¹³, que continuación se explica más detalladamente.

▪ **Área de Pedagogía.**

Apoyo Pedagógico: cuyo objetivo es el de mejorar el desempeño académico de las menores y subsanar las deficiencias en su formación escolar.

Objetivo específico: facilitar la adquisición de los conocimientos y habilidades que complementen la educación de las beneficiarias a través de la terapia de aprendizaje, apoyo académico, orientación vocacional y talleres de adiestramiento y capacitación que favorezcan su desarrollo integral y armónico.

Dentro de ésta área se desarrollan las siguientes actividades:

¹¹ *Ibidem.* p. 11

¹² *Ibidem.* p. 12

¹³ *Ibidem.* p. 13

- a) Apoyo en tareas y regularización académica, se trabaja con las niñas de todos niveles en la realización de tareas escolares, así como en el apoyo a materias en las que las niñas presentan problemas específicos.
- b) Terapia de aprendizaje, a través del trabajo con una Terapeuta especializada, se hace frente a los rezagos escolares graves de las menores y problemas de inmadurez en su desarrollo.
- c) Talleres formativos y actividades de educación no formal, dentro de los cuales se pueden mencionar la clase de educación física, de coro, de cocina y repostería, de pintura, fotografía, computación e inglés así como de educación en la fe, entre otras.

Estrategias.

- ❖ Atención a problemas de aprendizaje
- ❖ Apoyo académico
- ❖ Formación de destrezas, habilidades y actitudes.

Líneas de acción¹⁴

- Detección de problemas de aprendizaje
 - Terapia de aprendizaje
 - Seguimiento al desempeño académico
 - Apoyo en tareas
 - Regularización
 - Hábitos de estudio
 - Educación No Formal
 - Orientación Vocacional
 - Educación en la fe
 - Expresión artística
 - Actividades recreativas y culturales
 - Talleres de adiestramiento y capacitación
 - Desarrollo personal
- ☺ **Servicio de terapia de aprendizaje:**
- Detección del problema
 - Canalización por parte de orientadores o subdirección

¹⁴ *Ibidem.* p. 15

- Realizar estrategias de trabajo según la problemática (problemas de aprendizaje, lenguaje, etc.)
- Realizar expediente
- Realizar reporte bimestral.¹⁵

☺ Programa de apoyo de tareas.

- Los orientadores revisan diariamente la libreta de tareas de cada beneficiaria.
- Se lleva a cabo un registro de tareas diariamente, donde se anota la hora de inicio y de término así como las observaciones.
- Se entrega un reporte bimestral a la subdirección.¹⁶

☺ Programa de hábitos de estudio

- Se registran las carencias de hábitos de estudios de las beneficiarias.
- Se realiza un programa de hábitos de estudio de acuerdo a las necesidades de cada grupo (primaria y secundaria)
- Se lleva a cabo un diario de campo donde se registran los avances.¹⁷

☺ Regularización

- Aplicación de evaluación diagnóstica.
- Ubicación exacta del grado de rezago.
- Planeación de actividades académica en base a las competencias curriculares de la SEP.
- Se realiza un registro diario de observaciones o comentarios.
- Entrega bimestral de cronograma de actividades de grupo.
- Entrega de reporte de avances, corte bimestral.¹⁸

☺ Seguimiento al desempeño académico

- Registro bimestral de calificaciones.¹⁹

☺ Programa de actividades recreativas y culturales.

☺ Programa de desarrollo de destrezas.

☺ Programa de expresión artística.

- La subdirección elabora programas de expresión artística, de acuerdo a las necesidades que se detecten en las beneficiarias.
- Se busca al personal adecuado para implementar los programas.

¹⁵ *Idem.*

¹⁶ *Ibidem.* p. 15

¹⁷ *Idem.*

¹⁸ *Idem.*

¹⁹ *Ibidem.* p. 16

- Se presenta el reporte a la subdirección por parte de los profesores al finalizar el programa.²⁰

☺ **Programa para la formación de valores:**

- Realizan un programa de valores institucionales permanente que permita la formación y vivencia en los mismos.

- La responsable del programa como los orientadores y guías, sensibilizan y promueven los valores institucionales con cada uno de los grupos.

- Aplicación de evaluación.²¹

☺ **Programa de coro:**

- Elaboración de programa del coro institucional

- Selección de las beneficiarias que participan en el coro

- Registro de observaciones

- Presentaciones.²²

☺ **Programa de educación para la vida**

- Talleres de adiestramiento y capacitación.²³

Considerando todo lo antes mencionado, se puede apreciar que la Fundación “Clara Moreno Miramón” es una institución de Asistencia Privada y con carácter de casa hogar, la cual brinda atención a niñas con desventaja social.

Tal institución, busca contribuir al desarrollo integral de niñas y adolescentes de escasos recursos, que favorezca su autonomía, autosuficiencia y autorrealización, a través de la educación en un ambiente familiar, para ello brinda atención básica, apoyo pedagógico, servicio de salud y orientación familiar.

Precisamente, en el área de apoyo pedagógico, en la cual se imparte educación complementaria, es donde cabe la posibilidad de llevar a cabo la propuesta de taller de Autoestima y Sexualidad, para lograr el objetivo de brindar una educación integral, que lleve al desarrollo óptimo y de bienestar de las preadolescentes, no solo para su vida presente sino para su futuro.

²⁰ Ibidem. p.17

²¹ Idem.

²² Idem.

²³ Ibidem. p.18

CAPÍTULO II

La preadolescencia como etapa crítica

Para iniciar, se pretende explicar el concepto y características generales de las etapas de la pubertad, de la preadolescencia y adolescencia, para hacer explícito el contenido al que hace referencia cada una de ellas. Especialmente se le da mayor extensión al tema de la preadolescencia para abordar el desarrollo que está a viviendo el ser humano, en el aspecto físico, biológico, socio-afectivo, moral, psicosexual y cognitivo.

El ser humano, a través del tiempo, ha sido tema central de diversos estudios, para los cuales y debido a la gran complejidad que encierra, se ha estudiado por etapas de desarrollo, como son la niñez, la adolescencia, la adultez y la senectud, lo cual ha permitido conocer un poco más acerca de él.

A veces, de manera necesaria y para los fines que se pretenden, es forzoso ser aún más específico, considerando algunas fases o períodos que consolidan a cada una de las etapas del desarrollo humano y sin las cuales, a veces, resultaría difícil comprender por sí sola a cada etapa, el cambio de una a otra, así como su relevancia.

Tal es el caso de la preadolescencia, que viene a ser la fase antecedente a la adolescencia, y en la cual se comienzan a manifestar los primeros cambios puberales, el ser humano en esta fase no sabe si percibirse como un niño o como un adolescente.

La adolescencia se considera como un proceso complejo que atraviesa la persona para llegar a ser adulto y la cual confiere muchos cambios; el preludio a esta etapa, como ya mencioné, es la preadolescencia, en la cual es necesario dar prioridad, como medio preventivo, a la educación sexual y a la autoestima. Por lo anterior y para el presente trabajo, es necesario, enmarcar conceptualmente la distinción entre adolescencia, pubertad y preadolescencia, lo que hará más explícito el significado del término preadolescencia, dejando claro, que no se busca limitar estrictamente por etapas o edades, sino tener un marco de referencia de la población que interesa en este trabajo.

La pubertad no es sinónimo de adolescencia, la pubertad acaba antes que finalice la adolescencia y, a veces, se considera como el marcador del inicio de dicha etapa. La pubertad es un período en el que se produce una maduración física y que está relacionada a los cambios corporales y hormonales que tienen lugar durante la adolescencia.²⁴

²⁴ John, Santrock. *Psicología del Desarrollo en la Adolescencia*, 9 ed., Madrid, McGraw-Hill, 2004, p. 55.

Se considera que los primeros dos años de la pubertad corresponden a la preadolescencia, en donde aún el ser humano posee rasgos característicos de la niñez pero que están a la vez manifestando cambios puberales, para el inicio de la adolescencia, esta última es una etapa del desarrollo en la que coinciden fenómenos psicológicos orientados a la obtención de la identidad definitiva en las áreas: psicológica, sexual, social y cultural del individuo.

2.1. Pubertad.

La pubertad se refiere al desarrollo físico de la adolescencia y se caracteriza por el comienzo de la actividad hormonal, además en este período se da una maduración física y la capacidad de reproducción en el ser humano.

La pubertad es esencialmente un proceso de desarrollo hormonal, de crecimiento físico y de maduración biológica, la cual tiene una gran influencia en el aspecto psicológico del adolescente. Es importante describir de manera general, la pubertad, para entender mejor su importancia en la etapa preadolescente y adolescente.

La palabra pubertad proviene del latín “pubertas” que significa “edad de la virilidad”. La pubertad se refiere a la fase en el cual los órganos reproductores maduran y comienzan a funcionar, es decir se produce la maduración sexual, además se dan cambios físicos que forman parte del fin de la infancia y principios de la adolescencia. Este período forma parte de la adolescencia pero no equivale a ésta.²⁵

La pubertad es el período o edad en que una persona alcanza la madurez sexual y es capaz de reproducirse, se refiere a los años en los cuales se desarrollan las características sexuales primarias y secundarias.²⁶

De acuerdo con Coleman²⁷ la palabra pubertad está asociada a los cambios físicos ocurridos durante la adolescencia, se considera un proceso complejo, que implica muchas funciones corporales y especialmente la maduración sexual.

Horrocks define a la pubertad como aquella época cuando los órganos reproductores obtienen la madurez funcional y el individuo y el ser humano es capaz de la reproducción, además que se debe

²⁵ Elizabeth, Hurlock, *Op. Cit.* p. 17

²⁶ Philip, Rice. *Op. Cit.* p. 326.

²⁷ J. Coleman y L. Hendry. *Op. Cit.* p.31

considerar que la pubertad es un proceso fisiológico que abarca todo el organismo. Los cambios corporales de la pubertad traen consecuencias emocionales y sociales, sobre todo en las niñas.²⁸

Stone y Church²⁹ definen a la pubertad como el momento de la vida en el que comienza a manifestarse la madurez sexual, caracterizada en las niñas por el primer flujo menstrual o menarquía, y en los varones por la presencia de espermatozoides (las primeras eyaculaciones) pero en realidad, no hay límites muy claros para determinar la pubertad.

Fernández explica que la pubertad es un proceso de desarrollo hormonal, de crecimiento físico y maduración biológica, en la cual, al intensificarse la reproducción de las hormonas elaboradas por las glándulas suprarrenales, de los óvulos y de los espermatozoides se comienza a perfilarse el cambio de niño al adulto.³⁰

De acuerdo, a las definiciones anteriores, se puede resumir que la pubertad es una época de la vida de la persona en la que se produce la madurez sexual y la capacidad de reproducción. La pubertad marca el final de la infancia y el inicio de la adolescencia, en la cual se producen cambios en el desarrollo físico y maduración biológica.

a) Fases de la pubertad.³¹

❖ Etapa prepubuscente.

En esta etapa suceden los cambios corporales y comienzan a desarrollarse las características sexuales secundarias o los rasgos físicos que distinguen a los dos sexos, pero en la que todavía no se ha desarrollado la función reproductora.

❖ Etapa pubescente.

En esta segunda etapa de maduración se producen las células sexuales en los órganos de reproducción, por lo que aparece la menarquía en la mujer y las primeras poluciones nocturnas del varón, pero aún no se han completado los cambios corporales.

La menarquía de la palabra griega *arche*, que significa "comienzo" es el nombre científico para la primear menstruación; sucede cuando la sangre que se ha acumulado en la paredes del útero ya no es necesaria, por lo que sale por la vagina. En promedio, la adolescente comienza a menstruar a la edad de 12 o 13 años, aunque la maduración puede ocurrir considerablemente antes o después (un rango extremo va de los 9 a los 18 años).

²⁸ John, Horrocks. *Op. Cit.* p. 323.

²⁹ Joseph Stone y Joseph Church. *El adolescente de 13 a 20*, Paidós, Argentina, 1970, p.11

³⁰ Evaristo, Fernández. *Op. Cit.* p. 18

³¹ Elizabeth, Hurlock, *Op. Cit.* p. 46

La menarquía usualmente no ocurre hasta que se ha alcanzado las tasas máximas de crecimiento en peso y estatura, en la actualidad las adolescentes empiezan a menstruar antes que en las generaciones anteriores debido a las mejoras en la nutrición y en el cuidado de la salud.³²

Al principio, los ciclos menstruales pueden ser bastante irregulares, durante los primeros años, algunas chicas no ovulan en todos los ciclos menstruales y en algunos casos no son fértiles hasta dos años después del primer período menstrual.

En los primeros ciclos menstruales no se produce la ovulación, es decir, las chicas no son fértiles en los primeros ciclos y el tiempo entre períodos menstruales se extiende entre dos y seis meses. Todo esto prueba que la maduración sexual, no ha sido completa.³³

Por otra parte, la primera eyaculación de semen, el fluido que transporta espermatozoides, puede ocurrir durante el sueño y se denomina "sueño húmedo o poluciones nocturnas", también es posible que la eyaculación tenga lugar por medio de la masturbación o del contacto sexual, que incluye diversas formas de juego sexual.

En las primeras eyaculaciones el adolescente es estéril y solo después de entre uno y tres años progresa la espermatogénesis, para que aparezca en la eyaculación una cantidad de espermatozoides móviles adecuados para la fertilidad.³⁴

❖ Etapa pospubuscente

Es una etapa de maduración en la cual los órganos sexuales funcionan a la perfección, el cuerpo ha alcanzado la altura y las proporciones debidas y las características sexuales secundarias están bien desarrolladas.

b) Cambios fisiológicos.

La pubertad se caracteriza por el comienzo de la actividad hormonal bajo la influencia del sistema nervioso central, especialmente en el hipotálamo y la hipófisis, que implica el aumento de la producción hormonal.

El sistema endocrino durante la pubertad, desempeña un papel importante, ya que implica la interacción entre el hipotálamo, la hipófisis y las gónadas (órganos sexuales). Primero la hipófisis libera hormonas gonadotropinas -hormonas sexuales que estimulan a los testículos y a los ovarios-

³² Philip, Rice. *Op. Cit.* p. 347

³³ Elizabeth, Hurlock, *Op. Cit.* p. 46

³⁴ *Idem.*

después la hipófisis a través de la interacción con el hipotálamo, detecta cuándo se alcanza el nivel óptimo de hormonas.

Los niveles de hormonas sexuales están regulados por dos hormonas secretadas por la glándula pituitaria: Hormona Folículo-Estimulante (FSH) y Hormona Luteinizante (LH). La FSH regula el desarrollo folicular en el sexo femenino y la producción de esperma en el sexo masculino. La LH regula la secreción de estrógenos y el desarrollo del óvulo en el sexo femenino y la producción de testosterona en el sexo masculino.³⁵

Los andrógenos son el principal tipo de hormonas masculinas y los estrógenos son el principal tipo de hormonas femeninas, estas hormonas predominan más en un sexo que en el otro, pero importante remarcar que ambas están presentes en ambos sexos.

La testosterona, que es un andrógeno, desempeña un papel importante en el desarrollo masculino, ya que en niveles crecientes dan lugar a una serie de cambios físicos en los niños como el desarrollo de los genitales externos, aumento de la estatura y cambios de voz. Mientras que el estradiol, es un estrógeno importante en el desarrollo puberal femenino, ya que conforme va aumentando sus niveles en las niñas, se comienzan a desarrollar los senos y el útero y se producen cambios esqueléticos.³⁶

Por lo anterior, se puede observar que este desarrollo fisiológico está asociado a una serie de cambios físicos relacionados a la madurez de los órganos sexuales y también al desarrollo de las características sexuales secundarias.

Durante la pubertad, la maduración de los órganos sexuales se da aproximadamente de los 11 o 12 años en las niñas y de los 13 o 14 años en los niños, sin embargo, hay que considerar que puede ser muy variable, ya que el inicio de la madurez sexual se puede dar antes o mucho después de tales edades.

c) Cambios Físicos

Los cambios físicos propios de la pubertad, los cuales señalan el final de la niñez, dan como resultado un rápido aumento de estatura y peso, cambios en las proporciones y formas corporales y la adquisición de la madurez sexual.

La maduración sexual en la pubertad incluye no sólo el desarrollo de los órganos reproductores, sino también el de las características sexuales secundarias, lo que incluye la aparición del vello corporal,

³⁵ John, Santrock. *Op. Cit.* p. 46

³⁶ Philip, Rice. *Op. Cit.* p. 343

cambio de voz, y el desarrollo del contorno corporal, ocurriendo numerosos cambios en los órganos sexuales en ambos sexos.

Las características sexuales primarias son las que están directamente relacionadas con la reproducción, específicamente los órganos sexuales. Las características sexuales secundarias son atribuciones fisiológicas de los dos sexos, que son signos de maduración sexual, pero que no intervienen directamente en los órganos sexuales.³⁷

A continuación se presenta un cuadro que de manera específica considera las transformaciones físicas de la pubertad.

Cambios Físicos de la Pubertad

Hombres	Mujeres
	- Crecimiento de los senos
- Crecimiento del vello púbico, se vuelve paulatinamente más abundante y rizado.	- Crecimiento del vello púbico, que se hace abundante y rizado.
- Crecimiento del vello del rostro (bigotes y barba) y axilar	- Crecimiento del vello axilar
- Crecimiento corporal (peso y estatura)	- Crecimiento corporal (peso y estatura)
- Primera eyaculación de semen	- Menarquía
- Cambios de voz	- Cambios de tonalidad en la voz
- Aumento de la producción de las glándulas sebáceas y sudoríparas.	- Aumento de la producción de las glándulas sebáceas y sudoríparas.
- Cambio en el color y textura de la piel	- Cambios en el color y textura de la piel.
- Ensanchamiento de hombros, protuberancia leve alrededor de las tetillas.	- Aumento de la anchura y profundidad de la pelvis
- Pulosidad en brazos, piernas, pechos y hombros.	- Pulosidad en brazos y piernas
- Cambio de las proporciones corporales (cabeza, rostro, tronco y piernas)	- Cambio de las proporciones corporales (cabeza, rostro, tronco y piernas)
- Caracteres Sexuales Primarios	- Caracteres Sexuales Primarios

³⁷ Grace, Craig. *Op. Cit.* p. 391

Crecimiento de los órganos sexuales: pene, testículos, escroto y próstata, vesículas seminales	Crecimiento de los órganos sexuales: la vagina, trompas de Falopio, ovarios, labios y útero.
------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------

Cuadro. 1³⁸

La llegada de la pubertad ocurre aproximadamente 2 años antes en las niñas que en los niños. Los científicos del desarrollo han encontrado una tendencia secular (una tendencia que abarca varias generaciones) en el inicio de la pubertad, una disminución de la edad en el comienzo de la pubertad.³⁹

Los notables cambios físicos de la pubertad tienen consecuencias psicológicas. Ya que la mayoría de los púberes están preocupados por su apariencia que por cualquier otro aspecto de sí mismos, las niñas son las que tienden a sentirse más insatisfechas con su apariencia que los chicos. El atractivo físico es importante ya que afecta la autoestima positiva y la aceptación social adolescente influye en la personalidad, la atracción impersonal y las relaciones sociales.⁴⁰

Aproximadamente en los primeros dos años de la pubertad, se da una serie de cambios característicos de la preadolescencia, cambios de naturaleza cognoscitiva, social y actitudinal.

2.2. Preadolescencia

Primero, es necesario comentar que, dentro de los estudios que se han realizado del desarrollo humano, son pocos los autores que han hecho una diferencia entre preadolescencia y adolescencia, de esta manera existe una variación en cuanto el establecimiento de las características y de edades para cada una de estas etapas.

Para Moraleda la preadolescencia forma parte de la pubertad, y se caracteriza por las profundas transformaciones fisiológicas que afectan al sujeto tanto en su configuración corporal como en el proceso de maduración sexual, estas transformaciones incluyen, a su vez, transformaciones psíquicas tales como el cambio de actitud del sujeto frente a su propio cuerpo así como las transformaciones de la actitudes del ambiente hacia el individuo transformado físicamente; actitud que al mismo tiempo, repercute secundariamente en la representación que tiene de sí mismo.⁴¹

³⁸ La información fue tomada de: Grace, Craig. *Op. Cit.* p. 390-393, Philip, Rice. *Op. Cit.* p. 34-349 Diane, Papalia, *et al. Op. Cit.* p.429-434.

³⁹ Diane, Papalia, *et al. Op. Cit.* p. 430

⁴⁰ *Ibidem* p. 431

⁴¹ Mariano, Moraleda. *Psicología del desarrollo: infancia, adolescencia, madurez y senectud.* Alfaomega, México, 1999, p. 183

Stone⁴² considera a la preadolescencia -la cual forma parte de la pubertad- como el período donde se produce una aceleración del ritmo de crecimiento físico en el ser humano, el cual a la vez se acompaña por la terminación de la latencia; aclara que desde el punto de vista psicológico el pubescente se parece más al niño de edad intermedia que al adolescente, de ahí el término preadolescencia y no de adolescencia.

De acuerdo con Hurlock los primeros dos años de la pubertad se conocen como preadolescencia. Se dice que el individuo que es un preadolescente, no es un adolescente porque carece de madurez sexual, tampoco manifiesta las características propias de un niño porque muchos de sus rasgos físicos y pautas de conducta han comenzado a transformarse en los de un adulto.⁴³

Blos describe a la preadolescencia como una etapa donde hay un aumento cuantitativo de energía, la cual, provoca una transferencia indiscriminada hacia todas las metas sexuales y agresivas de gratificación en la vida del niño, no se distingue un objeto amoroso y una meta nueva. En esta etapa se presenta la socialización del niño y propicia la creación de grupos, se produce el diálogo con los niños del mismo sexo y rechaza el sexo contrario, y además existe una angustia homosexual.⁴⁴

Para Piaget e Inhelder, la preadolescencia se caracteriza, a la vez, por una aceleración del crecimiento fisiológico y somático y por la apertura de los valores a las posibilidades nuevas a las que el sujeto se prepara debido a sus nuevos instrumentos deductivos.⁴⁵

Por lo anterior, la preadolescencia es la etapa en la vida del niño donde los rasgos infantiles van a iniciar un progreso de desaparición y en su lugar se establecerán los rasgos correspondientes al adolescente tanto el aspecto psicoafectivo como el emocional.

Es cierto que la pubertad es el inicio de la adolescencia pero no solamente ocurren cambios físicos, sino también es el inicio de cambios personales; se trata de la aparición de un nuevo sentimiento de autovaloración de pensar individualmente, tener sus propios criterios y emociones diferentes; esto quiere decir que se está entrando en la preadolescencia.

De acuerdo con Hurlock la pubertad es un período que coincide con etapa final de la niñez, y la parte inicial de la adolescencia. Aproximadamente, durante unos 2 años, el cuerpo se prepara para la reproducción y posteriormente se alcanza la madurez sexual. Los primeros 2 años de la pubertad se conocen como preadolescencia. Se dice que el individuo que es un preadolescente, no es un

⁴² Joseph Stone y Joseph Church. *Op. Cit.* p. 11

⁴³ Elizabeth, Hurlock, *Op. Cit.* p. 17.

⁴⁴ Peter, Blos. *Psicoanálisis de la adolescencia*, Planeta, España, 1992, p.89-90.

⁴⁵ Jean Piaget y B. Inhelder. *Op. Cit.* p. 149.

adolescente porque carece de madurez sexual, tampoco manifiesta las características propias de un niño porque muchos de sus rasgos físicos y pautas de conducta han comenzado a transformarse en los de un adulto.⁴⁶

Se ha tomado como criterios para la madurez sexual la menarca o primera menstruación en las mujeres y las “poluciones nocturnas” en los varones, pero se ha considerado que en los primeros años de inicio de estos cambios, aún la maduración no ha sido completada.⁴⁷

Además, específicamente en el caso de las niñas –que comienzan su desarrollo puberal dos años antes que los niños- se observa que algunas comienzan a menstruar a una edad promedio de 12 o 13 años, aunque la maduración puede ocurrir considerablemente antes o después.

Por lo anterior se puede establecer que hay variaciones individuales marcadas en cuanto al inicio y el tiempo necesario para la maduración sexual, derivado con ello también a veces la dificultad para considerar cronológicamente la adolescencia y la preadolescencia.

Aproximadamente el rango de edades 10 a 12 años de edad, considerado en el presente trabajo, es denominado preadolescencia por Hurlock, Moraleta, tal rango presenta significativamente las características que describen esta fase, ya que se requiere un período aproximado de 1 a 2 años para los cambios preliminares para la madurez sexual.

En la preadolescencia, tienen lugar en todo el cuerpo, modificaciones preparatorias para la maduración sexual. Cuando los órganos sexuales han alcanzado un punto en su desarrollo que los habilita para la función reproductora y se requieren unos años más para completar el desarrollo y los demás cambios en todo el cuerpo que acompañan a la madurez sexual, entonces ya se estaría hablando del periodo de la adolescencia.

Por lo anterior, la preadolescencia es un período evolutivo que media entre la latencia y la instalación de la adolescencia y que tiene características específicas, pues en esta etapa el niño ya no es simplemente un niño; pero tampoco se le puede llamar adolescente como tal, es decir, comienza a experimentar ciertos cambios que marcan un giro decisivo en su desarrollo, es el comienzo de una nueva fase para el ser humano.

a) Desarrollo Físico.

En la preadolescencia el desarrollo físico continúa progresando de manera considerable. A la edad de 11 años, los preadolescente en general crecen en una medida de 5 a 7 centímetros al año.

⁴⁶ Elizabeth, Hurlock, *Op. Cit.* p. 17.

⁴⁷ *Ibidem* p. 46

En cuanto al peso, durante la preadolescencia aumentan de 2 a 3 kilos al año, debido al incremento del tamaño de los sistemas muscular y óseo, así como de algunos órganos internos.

También se presenta un mejor tono muscular, aumento de la masa muscular y de fuerza. El desarrollo muscular es más rápido en las niñas, aunque al final del crecimiento los varones poseen mayor masa muscular.⁴⁸ Las niñas tienden a conservar más tejido graso que los niños, situación que persiste hasta la madurez. La segunda dentición queda completa hacia los 11 años.

En este período destaca el crecimiento linfóide de los órganos de defensa, que alcanzan un máximo en este período, los órganos linfoides responsables de la defensa del organismo se ven más acentuados y entra en fase de estabilización, a partir de los 10 años de edad, hasta lograrlo para alcanzar las dimensiones de adulto.

En la etapa de la preadolescencia, se comienzan a presentar cambios propios de la pubertad y que preceden a los cambios puberales que ocurrirán ya en la adolescencia como tal. Dentro de los cambios que se pueden ir vislumbrando en los preadolescentes varones son: el crecimiento de los testículos, escroto, vello púbico; cierta pigmentación y la formación de nódulos en los pechos (que luego desaparecen); así como el comienzo del incremento del pene. En las mujeres los cambios que se perciben son: el incremento de estatura, ligero crecimiento del vello púbico, crecimiento de senos en los cuales se elevan los pezones para formar la "etapa de botón".⁴⁹

La mayoría de los preadolescentes, comienzan a comparar su cuerpo con el cuerpo de los adultos, pero no se dan cuenta que el proceso de maduración va a continuar cambiando.

b) Desarrollo Motriz (físico).

En lo que se refiere al desarrollo motor, este se vuelve más gradual y coordinado que en la etapa anterior, es precisamente de los diez a los doce años, cuando el preadolescente empieza a mostrar destrezas de manipulación de objetos parecidas a las de los adultos y también pueden controlar los movimientos complejos, intrincados y rápidos que se necesitan para crear objetos de calidad o para tocar una pieza musical difícil con un instrumento. Por lo general son las niñas las que dan muestras de una mayor habilidad en destrezas de motricidad fina que los niños, éstos últimos destacan más en destrezas de motricidad gruesa.

Estas destrezas motrices mejoran debido al aumento de la mielinización del sistema nervioso central, lo que se refleja en un desarrollo de la escritura, que a partir de los 11 o 12 años, se

⁴⁸ John, Santrock. *Psicología del desarrollo de la infancia*. McGraw-Hill Interamericana, Madrid, 2003. p. 284.

⁴⁹ Diane, Papalia. *et al. Op. Cit.* p. 430

considera que ya ha sido definitivamente asimilada.⁵⁰ La organización de movimientos es absolutamente correcta, los desplazamientos y la presión del lápiz están controlados, la cabeza y el tronco se mantienen derechos y en la posición adecuada. El dominio que adquiere sobre su cuerpo durante este período le produce sentimientos de capacidad y de autoestima, los cuales son indispensables para una buena salud mental.

c) Desarrollo biológico.

El preadolescente comienza a experimentar algunos cambios progresivos en el sistema endocrino, ya que se presenta un aumento sostenido en la producción de hormonas sexuales.

Primero, entre los cinco y los nueve años, las glándulas suprarrenales comienzan a secretar grandes cantidades de andrógenos, los cuales van a ser muy importantes en el crecimiento del vello púbico, axilar y facial.

En las niñas los ovarios aumentan su producción de estrógenos, con los que se estimula el crecimiento de los genitales femenino y el desarrollo de los senos. En los varones, los testículos incrementan la producción de andrógenos, en particular la testosterona, con ello se estimula el crecimiento de los genitales masculinos, la masa muscular y el vello corporal. Niños y niñas tienen ambos tipos de hormonas, pero las niñas tienen niveles más altos de estrógenos y los niños niveles más elevados de andrógenos.⁵¹

d) Desarrollo cognoscitivo.

La preadolescencia se caracteriza también por cambios de tipo cognoscitivo ya que el ser humano se encuentra en el paso progresivo del pensamiento concreto al formal.

El preadolescente se halla en el estadio que Piaget denominó de las operaciones concretas, en el cual da un salto cualitativo al abandonar su egocentrismo para empezar a entender y usar nuevos conceptos. Las operaciones concretas se refieren en el sentido de que afectan directamente a los objetos.⁵²

Los preadolescentes pueden clasificar las cosas en categorías (incluyendo la seriación, inferencia transitiva y la inclusión de clases), trabajar con números, poseer una mejor comprensión de los conceptos espaciales, de causalidad y conservación, tener en cuenta todos los aspectos de una situación así como entender la reversibilidad; son capaces de ponerse en el lugar de otro, o cual reviste suma importancia en su capacidad para entender a otras personas y realizar juicios morales.

⁵⁰ John, Santrock. *Psicología del desarrollo de la infancia. Op. Cit.* p. 285-286.

⁵¹ John, Santrock. *Psicología del desarrollo en la Adolescencia.* p.

⁵² Jean Piaget y B. Inhelder. *Psicología del niño. Op. Cit.* p. 96-98

La forma de pensar del preadolescente está caracterizada por la habilidad de aplicar principios lógicos a situaciones reales. En esta etapa son más lógicos y menos egocéntricos; utilizan operaciones mentales internas para resolver problemas situados en el aquí y ahora. Pueden evaluar las relaciones de causa y efecto, en especial si tienen el objeto concreto a la vista y ven ocurrir los cambios⁵³. Sin embargo, alrededor de los 11 o 12 años, se empieza a notar la entrada a la etapa de las operaciones formales, ya que pueden pensar en términos abstractos o hipotéticos sobre lo que podría ser en lugar de lo que es.

Las nociones de permanencia surgen a partir de los siete años porque aparece el concepto de conservación que es la habilidad para reconocer que dos cantidades iguales de materia permanecen iguales (en sustancia, peso, altura, número, volumen y espacio); aunque la materia se organiza de otra manera sin añadir ni quitar nada. Los niños dominan primero la masa, luego el peso y después el volumen.

El progreso intelectual de este período contribuye a que el procesamiento de la información sea cada vez más rápido y se realice de manera automática. Conforme los preadolescente avanzan en los años escolares, progresan sus capacidades para procesar y retener información. Comprenden mejor cómo funciona la memoria lo cual les permite emplear algunas estrategias que les ayuda a recordar, además, a medida que su conocimiento se expande son más conscientes de cuáles clases de información son importantes para prestarles atención y guardarlas en su memoria.⁵⁴

La memoria trabajadora aumenta rápidamente, de tal manera que se facilita el proceso de retención y manipulación de información, el preadolescente puede dirigir su atención más de un aspecto del estímulo o problema y centrarse en los aspectos más importantes. El preadolescente no presenta mucha confusión cuando se le practica una tarea visual mientras intenta realizar una tarea verbal, ya que los componentes visual y verbal de la memoria de trabajo, se han independizado uno del otro.

El lenguaje tiene un papel decisivo en la revolución intelectual de la niñez, ya que acelera la adquisición de nuevos conceptos y permite a los niños razonar con mayor rapidez y efectividad, la capacidad verbal continúa avanzando, comienzan a abstraer las reglas más generales del lenguaje que escuchan y poco a poco añaden principios gramaticales más complejos, aprenden a utilizar un gran número de palabras y a seleccionar el término adecuado para cada uso particular, su sintaxis

⁵³ *Ibidem.* p. 98-100

⁵⁴ Diane, Papalia, *et al. Op. Cit.* p. 353-354

mejora considerablemente. Los preadolescentes son más capaces de comprender e interpretar la comunicación hablada y escrita y de hacerse entender ellos mismos.⁵⁵

Los preadolescentes tienen ciertas limitaciones cognitivas como falta de experiencia, descubren los principios abstractos por medio de la observación y el manejo de sus experiencias del mundo real, tienden a ser muy literales en su pensamiento y se les dificulta pensar en forma de conducta que nunca han visto así como imaginar situaciones que no existen en realidad. Esta fase se puede lograr flexibilidad y diversidad en el pensamiento a través de un esfuerzo deliberado y por medio del conocimiento de experiencias variables.⁵⁶

De acuerdo con Piaget el preadolescente de 11 a 12 años llega a desprenderse de lo concreto al situar lo real en un conjunto de transformaciones posibles. Esta última descentración es fundamental, se realiza al final de la infancia y prepara la adolescencia, cuya principal característica, es sin duda, esa liberación de lo concreto, para la transformación del pensamiento que haga posible la elaboración de hipótesis y el razonamiento sobre las proposiciones sin basarse en la comprobación concreta y actual. Esta nueva estructura del pensamiento se construye durante la preadolescencia.⁵⁷

Entre los 11 años, los preadolescentes, comienzan a pensar en sus experiencias de manera más abstracta, es decir, cuando el pensamiento formal operacional se va integrando en su actividad mental. El funcionamiento intelectual cambia en aspectos como: manejar mejor más de dos variables al mismo tiempo, esto es que pueden entender sucesos que tienen causas o explicaciones múltiples; son capaces de generar hipótesis sobre acontecimientos de los que nunca han tenido experiencia; pueden utilizar la lógica de causa efecto, para saber cuáles van a ser las consecuencias de una acción; piensan en la posibilidad de que las cosas cambien en el futuro y de detectar las inconsistencias lógicas de una serie de afirmaciones.⁵⁸

El pensamiento preadolescente comienza a implicar una serie de características nuevas, primero se empieza a volver más abstracto, es decir menos ligado a conceptos concretos; es más lógico, es más introspectivo. Estas nuevas formas de pensamiento y operaciones mentales no aparecen de manera brusca en el sujeto, sino que se irán consolidando poco a poco, alternándose con las formas propias del estadio anterior.

⁵⁵ *Ibidem.* p. 362-363

⁵⁶ Barbara, Newman y Philp Newman. *Desarrollo del niño*, Limusa, México, 1985. p. 410-411.

⁵⁷ Jean Piaget y B. Inhelder. *Psicología del niño*. *Op. Cit.* p. 133

⁵⁸ Barbara, Newman y Philp Newman. *Op. Cit.* p. 411

Flavell y Wohlwill⁵⁹ explican que este paso progresivo de las operaciones concretas a las formales se da a través de estas cuatro fases:

- 1) Fracaso en todas las tareas que exijan operaciones formales
- 2) Exhibición de algunas competencias formales poco significativas
- 3) Aplicación de operaciones formales de modo poco consistente
- 4) Razonamiento formal plenamente consistente, esta última fase se da en la adolescencia o la juventud.

Estas mejoras en el desarrollo del pensamiento preadolescente se ponen de manifiesto sobre todo en la comprensión y elaboración de conceptos y en la solución de problemas.

Es preciso comentar que, en la preadolescencia los cambios de actividad conceptual apenas están surgiendo alrededor de los 11 o 12 años. Es por eso que en esta edad, todavía es muy frecuente que se solucionen más fácilmente los problemas que tienen dimensiones observables y manejables, que aquello que implican deducciones hipotéticas.

e) Desarrollo Socioafectivo.

❖ En lo emocional.

El período de aparente tranquilidad de la preadolescencia, caracterizado por la interiorización, marca la ruptura con la infancia y acentúa la exteriorización de actitudes de simpatía, socialización y euforia del principio de la adolescencia, que son manifestaciones del ser humano

De su necesidad de afirmación personal, que emanan de la propia impresión de que su persona ha vuelto a nacer, exigiéndole autonomía, liberación del propio yo, integración en una estructura mental diferente, características fundamentales de su toma de conciencia y del desarrollo de la personalidad.⁶⁰

En el ámbito emocional el preadolescente se descontrola con facilidad, sufre frecuentes cambios de humor; si se le lleva la contraria, se exalta con facilidad y cuando falta una autoridad firme, resulta difícil controlarlo, por lo anterior se presenta en él, rebeldía contra los padres, peleas y riñas frecuentes con los hermanos, la oposición de ayudar en las tareas de la casa, la resistencia a adoptar buenos modales, la constante protesta, resistencia a las normas familiares, lo que en gran medida son manifestaciones de afirmación personal.

También está presente en el preadolescente la agresión hacia sus padres, de la que no se da cuenta, a pesar de que, sin duda alguna, los quiere; el diálogo con los adultos para constatar las

⁵⁹ Citados en Mariano, Moraleda. *Op. Cit.* p. 199

⁶⁰ Evaristo, Fernández. *Op. Cit.* p. 49

reacciones que su comportamiento produce en ellos; es más consciente de los propios sentimientos y de los de las demás personas, presenta un gusto por el trabajo en grupo, así como la competencia con sus semejantes, mostrando energía en el trabajo, espontaneidad en la conducta y rapidez en la acción.

Un aspecto a destacar es que en el ámbito emocional las chicas están más dispuestas que los chicos a manifestar tristeza o dolor y tienden más esperar respaldo emocional.⁶¹

Un comportamiento psicoafectivo y emocional con las características antes mencionadas, tiene su explicación en la ruptura con la infancia, lo cual a la vez explica las dificultades individuales para aceptar el principio de realidad, que exige renunciaciones constantes, esfuerzos continuos e introspecciones difíciles de realizar y de difícil aceptación, dada la manera y la forma en que estos procesos se dan.⁶²

❖ En la personalidad.

El preadolescente de esta edad, muestra en general una estructura psíquica coherente y bien equilibrada. Su conducta se adapta bien a las circunstancias en las que se encuentra y a los objetos que persigue. La personalidad puede entenderse a partir de los componentes emocionales y sociales que integran el concepto que tiene de sí mismo.

Según Erikson⁶³ la personalidad se va formando conforme el individuo atraviesa por ocho etapas en el transcurso de la vida. En cada nueva etapa hay que enfrentarse a un conflicto y resolverlo. La resolución, existe una manera positiva y otra negativa para resolverlo. La resolución positiva conduce a interacciones saludables entre la persona, las demás persona y el medio. La resolución negativa se traduce en una mala adaptación, desconfianza, vergüenza, sentimiento de culpa, sentimiento de inferioridad, confusión del papel que desempeña, fijación del pensamiento en uno mismo y desesperación.

La preadolescencia, al ser un período que se sitúa al final de la infancia e inicios de la adolescencia, correspondería principalmente en la etapa de Industria vs. Inferioridad, y considerando los primeros albores de la siguiente etapa que es Identidad vs. Confusión de roles.⁶⁴

La etapa entre los 7 y los 11 años Erikson la llama "Industria versus Inferioridad". Según este autor, en esta edad el niño trata de resolver los sentimientos de inferioridad, utiliza todas las oportunidades

⁶¹ Diane, Papalia, *et al. Op. Cit.* p. 390

⁶² Evaristo, Fernández. *Op. Cit.* p. 48

⁶³ Erik, Erikson. *Op. Cit.* p. 222

⁶⁴ *Ibidem* p. 232

de aprender haciendo y experimenta con los rudimentarios conocimientos requeridos por su cultura. Saben que tienen placer en la adquisición de habilidades, intimidante ligado con la autonomía, no solo desean hacer las cosas en forma independiente, sino también quieren hacerlas bien.⁶⁵

A medida que aprende a manejar los instrumentos y los símbolos de ella, parece comprender que este aprendizaje le ayudará a convertirse en una persona competente. Un sentido de realización por haber actuado eficazmente, ser el más fuerte, el más inteligente o el más rápido, son los éxitos que procura alcanzar.

Es importante considerar que el niño se puede encontrar en peligro, al presentar un sentimiento de inadecuación o inferioridad, si llega a desesperar de sus herramientas y habilidades o de su estatus entre sus compañeros, ya que puede renunciar a la identificación con ellos.

Erikson dice que el niño se concentra en su capacidad para relacionarse y comunicarse con los individuos que le son más significativos: sus pares. El mundo de los pares llega a ser tan importante como el de los adultos. Los pares son necesarios en relación con la autoestima y sirven como criterios para medir el éxito o fracaso del varón y la niña, el niño encuentra otra fuente de identificación extrafamiliar.⁶⁶

La superación de la etapa de industria vs. inferioridad y el advenimiento de la pubertad, ponen fin a la infancia, dando lugar al crecimiento acelerado y los cambios fisiológicos. Es en este período – Identidad vs. confusión de rol- cuando los preadolescentes se preocupan fundamentalmente por lo que parecen ser ante los demás en comparación con lo que ellos piensan que son, por lo que éste debe determinar su propio sentido de sí mismo (¿Quién soy yo?)⁶⁷

❖ En el aspecto social.

En este período su conocimiento social⁶⁸ -el pensamiento, conocimiento y la comprensión que implica el mundo social- cada vez más va cobrando mayor importancia en su comportamiento.

Deben aprender a manejar la complejidad de la amistad y la justicia, las reglas y las normas sociales, las convenciones relacionadas con los papeles sexuales, la obediencia a la autoridad y la ley moral. En este período pueden inferir lo que piensa y al mismo tiempo inferir que sus pensamientos son el tema del pensamiento de la otra persona, poco a poco van adquiriendo los conceptos de legalidad y justicia.

⁶⁵ *Ibidem* p. 233-234

⁶⁶ Henry, Maier. *Op. Cit.* p. 64

⁶⁷ Erik, Erikson. *Op. Cit.* p. 243

⁶⁸ Grace, Craig. *Op. Cit.* p. 367

A medida que los preadolescente interiorizan los valores, patrones de conducta y exigencias de la sociedad, desean convertirse en miembros activos de ésta, para la cual deben llevar a cabo algunas acciones tales como ampliar la comprensión en sí mismos, aprender más acerca de cómo funciona la sociedad y aprender autorregular su propia conducta.

Conforme el grupo social del preadolescente se amplía encuentra nuevos modelos de identificación entre sus semejantes, lo que le permite cuestionar y comparar los valores transmitidos por el núcleo familiar y así poder conformar los juicios que le parezcan más adecuados para desenvolverse en la sociedad. ⁶⁹

Lo anterior se facilita a través de la convivencia con los padres, ya que éstos son los portadores de los valores, ideales y exigencias de la sociedad en la cual crece el preadolescente y tienen la responsabilidad de transmitirlos a descendientes

En este período tiene lugar reorientaciones significativas, el preadolescente adquiere mayor dominio de sí mismo: adquiere nuevas formas de autosuficiencia que modifican profundamente sus relaciones con la familia, con la escuela, con sus compañeros y con la cultura en general.

Los preadolescentes están constantemente aprendiendo a afrontar el complejo mundo social dentro de su familia y fuera de ella, deben aprender a vivir con las sutilezas de la amistad y de la autoridad, con la ampliación o el antagonismo de los papeles sexuales y con multitud de reglas y normas sociales. ⁷⁰

Todo lo anterior pone de relieve que en este período el preadolescente experimenta notorios progresos en el desarrollo de la sociabilidad y de los diferentes sectores de la personalidad.

✓ Familia.

Es importante considerar que actualmente, los niveles adicionales de influencia -incluyendo el trabajo y la condición socioeconómica de los progenitores y las tendencias sociales como la urbanización, los cambios en el tamaño de la familia, el divorcio y las nuevas nupcias- ayudan a dar forma al entorno familiar y por tanto al desarrollo de los niños. ⁷¹

Los padres comienzan a pasar mucho menos tiempo con sus hijos, pero siguen desempeñando un papel muy importante como agentes socializadores en la vida de los preadolescentes. Los preadolescente adquieren valores, expectativas y patrones de conducta a partir de sus familias. Los padres y los hermanos sirven de modelos para la conducta correcta e incorrecta.

⁶⁹ Barbara, Newman y Philp Newman. *Op. Cit.* p. 412

⁷⁰ Grace, Craig. *Op. Cit.* p. 367

⁷¹ Diane, Papalia, *et al.* *Op. Cit.* p. 394-395

A medida que la vida de los preadolescentes cambia, las situaciones que se presenten entre ellos y sus padres lo hacen en concordancia. Los cambios profundos en la vida de los niños que aparecen en la preadolescencia y los tipos de situaciones que se presentan entre ellos y sus padres traen cambios en la manera como los padres manejan la disciplina y el control.

En esta etapa parte del control pasa de los padres al niño, aunque el proceso es gradual y suele implicar el reparto de la responsabilidad y no el ejercicio del control exclusivamente por parte del niño o de los padres. El mayor paso hacia la autonomía no ocurre hasta que el niño alcanza los doce años, por lo que los padres siguen supervisando y ejerciendo el control, al tiempo que se permite que los preadolescentes lleven a cabo una autorregulación ocasional de su comportamiento.⁷²

A medida que los niños se convierten en preadolescentes y su deseo de autonomía se hace más insistente, la calidad de la solución y negociación de los problemas familiares se deterioran con frecuencia.

El preadolescente empieza a hacer una crítica minuciosa en el comportamiento de sus padres, con los hermanos pueden pelear y competir pero lo hacen dentro de los límites de las reglas y los papeles sociales

✓ **Pares.**

Es cuando el grupo de pares cobra más importancia, los grupos se establecen espontáneamente entre niños que viven cerca o asisten a la misma escuela, por lo común, los grupos están compuestos exclusivamente por niñas o varones, cada sexo conserva intereses y actividades diferentes. Los grupos del mismo sexo ayudan a sus miembros a aprender los comportamientos adecuados para el género y a incorporar a su autoconcepto los papeles correspondientes.⁷³

Hacia los once años o doce años se observa mayor convivencia entre los sexos lo que señala el principio de la heterosexualidad. Las amistades de grupo se tornan más estables, y duran mucho tiempo, comparten valores y normas comunes rigen la interacción e influencia de cada uno. El grupo de pares adquiere un significado más profundo para sus miembros, su estructura se consolida.

El formar parte de un grupo es especialmente importante para el preadolescente, cuando empieza a separarse de la seguridad que le brinda la vida familiar. Siente la necesidad de pertenecer a un grupo, de saberse aceptado, de sentir que forma parte de un ámbito social más grande que su propia individualidad.⁷⁴

⁷² John, Santrock. *Psicología del desarrollo de la infancia. Op. Cit.* p. 360.

⁷³ Barbara, Newman y Philip Newman. *Op. Cit.* p. 414

⁷⁴ Grace, Craig. *Op. Cit.* p. 379

De acuerdo con Selman⁷⁵, los preadolescente se pueden encontrar en la segunda (8-12 años) y tercera etapa de amistad (9 a 15 años). La primera (Cooperación de conveniencia en dos sentidos) se basa en la reciprocidad auténtica, es decir, los amigos son aquellos que se ayudan entre sí, se dan cuenta que no solo pueden evaluar las acciones de sus amigo, sino que éstos a su vez pueden evaluarlo. El concepto de confianza hace su aparición por primera vez.

La segunda (Relaciones estrechas mutuamente compartidas) se basa en la amistad es concebida como una relación continua y estable basada en la confianza, ya se es capaz de observar la relación desde la perspectiva de un tercero.

f) Desarrollo Moral

El desarrollo moral hace referencia al conjunto de pensamientos sentimientos y comportamientos relacionados con los criterios del bien y el mal.⁷⁶

Específicamente Piaget y Kohlberg son dos de los teóricos modernos de más influencia en el desarrollo del razonamiento moral, sostuvieron que los niños no pueden hacer juicios morales maduros sino hasta que cambien su pensamiento egocéntrico y logren cierto nivel de madurez cognoscitiva.

De acuerdo con Piaget, la concepción de moralidad se desarrolla en dos estadios, mientras que Kohlberg plantea tres niveles los cuales a su vez se subdividen en dos tipos cada uno.

De acuerdo con Piaget⁷⁷ el sentido moral de los niños surge de la interacción entre sus nacientes estructuras del pensamiento y el enriquecimiento de sus vivencias sociales. El sentido moral se desarrolla en dos etapas.

La primera (de los 4 a los 7 años) se denomina moral de la sumisión o moral heterónoma, durante esta etapa los niños tienen una idea estricta sobre los conceptos morales porque todavía mantienen una postura egocéntrica. En la etapa del realismo moral⁷⁸, los niños creen que todas las reglas han de ser obedecidas por ser cosas reales, es decir, en esta etapa juzgan la moralidad de un acto a partir de sus consecuencias, siendo incapaces de darse cuenta de las intenciones del mismo. Los niños creen que las reglas no pueden violarse o cambiarse, que el comportamiento es correcto o incorrecto y que cualquier ofensa merece castigo, independientemente de su intención.⁷⁹

⁷⁵ Citado en Grace, Craig. *Op. Cit.* p. 380

⁷⁶ John, Santrock. *Psicología del desarrollo de la infancia. Op. Cit.* p. 324

⁷⁷ Jean Piaget y B. Inhelder. *Psicología del niño. Op. Cit.* p. 123-128.

⁷⁸ *Ibidem.* p.126

⁷⁹ Grace, Craig. *Op. Cit.* p. 370

La segunda etapa (de los 10 o más) corresponde a la moral de cooperación o la moral autónoma, está se caracteriza por que el niño puede colocarse en el lugar de otros, deja de ser absolutista en cuanto a los juicios, es decir hay una mayor flexibilidad.

Cuando los niños llegan a la etapa del relativismo moral, se dan cuenta que las reglas son creadas y aceptadas de modo cooperativo por los individuos y que es valido modificarlas conforme sea preciso. Lo anterior lleva al sujeto a la comprensión de que no hay ni bien ni mal absolutos y que la moralidad depende de las intenciones y no de las consecuencias. Valora sus propias opiniones y juzga a los demás en forma realista.⁸⁰

De acuerdo a las divisiones por etapa de Piaget, los preadolescentes se encuentran en la etapa de la moral de cooperación o autónoma, debido a que ya hay un progreso en la descentración, un aumento de la capacidad para adoptar otras perspectivas, mejor comprensión de las normas que establece la sociedad, entre otros aspectos, aunque sin embargo, le falta una mayor madurez para conseguir una autonomía como tal en el plano del razonamiento moral.

La teoría del desarrollo moral de las dos etapas de Piaget fue ampliada por Lawrence Kohlberg⁸¹. Kohlberg llegó a la conclusión de que muchas personas elaboran juicios morales por sí mismas, más que internalizar los patrones de los padres, maestros o compañeros.

Un factor que el considero muy importante para entender el desarrollo moral es la interiorización, es decir, el cambio en el desarrollo que se produce al pasar de un comportamiento controlado externamente a otro controlado por normas y principios externos.⁸² Con el desarrollo, el pensamiento moral de los preadolescentes se interioriza más. Los seis niveles de razonamiento⁸³ son:

Nivel I Razonamiento Preconvencional (entre los cuatro y diez años). Hay mayor énfasis sobre el control externo. Las normas son impuestas por los otros y son observadas para evitar el castigo o recibir recompensas. Está basado en castigos y recompensas.

Etapa 1. Orientación hacia el castigo y la obediencia. Los niños acatan las normas para no ser castigados. Ignoran los motivos de un acto y se concentran en su forma física o sus consecuencias.

Etapa 2. Individualismo, propósito e intercambio instrumentales. Se siguen las reglas para ser recompensados. Se considera un acto en términos de las necesidades humanas que satisface y distinguen este valor de la forma física y las consecuencias del acto.

⁸⁰ Jean Piaget y B. Inhelder. *Psicología del niño. Op. Cit.* p. 128.

⁸¹ Lawrence, Kohlberg. *Op. Cit.*

⁸² *Ibidem.* p.186

⁸³ *Ibidem.* p. 188-189

Nivel II Razonamiento Convencional (entre los diez y los trece). Basado en la conformidad social. En este nivel los niños desean agradar y complacer a otras personas. Aún observan las normas de otros pero solo han interiorizado dichas normas hasta cierto punto. Desean ser buenos únicamente para las personas que son significativas para ellos. Pueden decidir si una acción es buena de acuerdo a las normas que han asimilado.

Etapa 3. Moralidad de mantener buenas relaciones, aprobación de otros. Los niños quieren complacer a los demás. Juzgan las intenciones de otros y desarrollan ideas sobre los que es una persona buena. Evalúan un acto de acuerdo con el motivo subyacente o el desempeño de la persona y toman en consideración las circunstancias.

Etapa 4. Moralidad de mantener la autoridad. El individuo se preocupa por respetar la autoridad y mantener el orden social. Considera que un acto siempre es erróneo independientemente del motivo o las circunstancias, si viola una regla o daña a otros.

Nivel III. Razonamiento Posconvencional Basado en Principios morales autoaceptados (a los trece años o hasta ser jóvenes o adultos). Marca el nivel de la verdadera moralidad. Las personas reconocen conflictos entre los estándares morales y hacen sus propios juicios con base en los principios del bien, la imparcialidad o la justicia. Reconocen caminos morales alternativos, explora todas las opciones y luego se decide por un código moral personal.

Etapa 5. Moralidad de convenio, contrato de derechos individuales y de una ley aceptada democráticamente. La gente piensa en términos racionales, valorando la voluntad de la mayoría y el bienestar de la sociedad. Por lo general creen que esos valores están mejor apoyados si se adhieren a la ley. Aunque reconocen que hay ocasiones en que la necesidad humana y la ley entran en conflicto, creen que a la larga es mejor para la sociedad si se obedece la ley.

Etapa 6. Moralidad de principios éticos universales. Contrato de derechos individuales de la conciencia. Las personas hacen lo que creen correcto como individuos, independientemente de las restricciones legales o las opiniones de otros. Actúan de acuerdo con normas interiorizadas, sabiendo que se condenarían a sí mismos si no lo hicieran.

Para Kohlberg estos niveles y estadios se producen de forma consecutiva y están relacionados con la edad. Los preadolescentes, razonan de forma más convencional, el cual está basado en la conformidad, en esta nivel se sienten motivados para evitar el castigo, están orientados a la obediencia y listos para adoptar los estereotipos morales convencionales, ya en la adolescencia,

como tal, razonan en el estadio 3 con rasgos del cuatro. Al comienzo de la edad adulta, una pequeña parte de individuos razona de forma posconvencional.⁸⁴

g) Desarrollo Psicosexual

Freud propuso la teoría del desarrollo psicosexual. En el desarrollo psicosexual según Freud la personalidad se desarrolla en una secuencia de cinco etapas oral de 0 a 1 año, anal de 1 a 3 años, fálica de 3 a 6 años, de latencia de 6 a la pubertad y genital de la pubertad a la edad adulta.⁸⁵ Cuatro de estas reciben su nombre por las partes del cuerpo que son fuente primarias de gratificación en cada fase. Esas partes del cuerpo son llamadas zonas erógenas. Una persona cuyas necesidades no fueron satisfechas en alguna etapa o que estuvo mimada excesivamente, en algunas de ellas puede llegar a quedar fijada en una etapa particular.

Sigmund Freud creía que la gente nace con pulsiones biológicas que deben ser reorientadas para poder vivir en sociedad. Propuso que la personalidad se forma en la niñez mientras los niños se enfrentan a conflictos inconscientes entre estos impulsos y las exigencias de la sociedad.⁸⁶ Estos conflictos ocurren en cinco etapas basadas en la maduración del desarrollo psicosexual, en las cuales el placer sexual o sensual cambia de una zona del cuerpo a otra.

El preadolescente específicamente, se encuentra principalmente en la etapa de latencia, pero cabe mencionar, que está comenzando a entrar en la etapa genital debido al despertar de los deseos sexuales propios de la pubertad.

a) Fase de Latencia

Esta fase se sitúa aproximadamente entre los 6 y 10 o 12 años, se podría decir que dura hasta el inicio de la pubertad.

En general, una vez superado el Complejo de Edipo, el sujeto entra en una etapa en la que la sexualidad queda adormecida, sobre todo en lo que se refiere a manifestaciones exteriores, conocida como latencia. La lentecía, vocablo que se deriva del término latino que significa "oculto", sugiere que la sexualidad aún está presente pero oculta por otros intereses. Las preocupaciones de este tipo pareciera que han quedado olvidadas, aunque interiormente, se mantienen. Según el psicoanálisis, los intereses sexuales quedan sublimados.⁸⁷

⁸⁴ Grace, Craig. *Op. Cit.* p. 371

⁸⁵ Françoise, Dolto. *Psicoanálisis y Pediatría*. 22 ed. Siglo XXI Editores, México, 2007. p. 23

⁸⁶ Diane, Papalia, *et al. Op. Cit.* p. 32

⁸⁷ Sigmund, Freud. "Tres ensayos de teoría sexual" Ensayo No.2 "La sexualidad infantil" en *Obras Completas*, Vol. 7, Amorroutu, Buenos Aires, 1990. p. 162

Latencia se encuentra en el interés y la actividad sexuales que se inicia con la resolución y represión del complejo de Edipo y termina con el intenso despertar de los deseos sexuales que se produce en la pubertad, la separación entre los sexos durante esta etapa, acompañada por una exhibición de indiferencia y hasta de hostilidad hacia el sexo opuesto, sería una formación reactiva, una búsqueda del otro extremo, para asegurar la represión de los impulsos sexuales.⁸⁸ El florecimiento de la curiosidad intelectual sería una sublimación, una transformación de energías sexuales reprimidas y también una forma en cubierta de curiosidad sexual.⁸⁹

Durante esta etapa del desarrollo parece prestarse mucha atención (energía de la libido) al aprendizaje de ciertas destrezas o habilidades sociales e intelectuales y al desarrollo ulterior de un conjunto de valores y normas.

Su interés se desplazará hacia dos ámbitos⁹⁰ diferentes.

- a) Por un lado los aprendizajes escolares. Es una época en que el niño, al superar correctamente las etapas anteriores, realizará grandes avances en los campos intelectual y artístico.
- b) Por otro lado, el niño se interesa por el grupo y empieza a adquirir hábitos de convivencia. Se inicia así una socialización, no solo con el padre o la madre, sino que se extiende a otros compañeros. Tal socialización es reducida solo con los compañeros de su mismo sexo. El grupo cumple una función clara, la seguridad, al mismo tiempo que le supone una ayuda para ir confirmando su propia identidad sexual mediante la comparación con los otros.

Cuando los niños comienzan a salir del hogar más a menudo empiezan a prender de otras personas, a parte de sus progenitores. Durante esta etapa los muchachos buscan la compañía de otros y encuentran modelos masculinos o héroes entre los varones de mayor edad. En forma semejante, las muchachas tienden a permanecer unidas en esta etapa y empiezan a imitar a otras mujeres de mayor edad, parte de sus madres y aprender de ellas,

El preadolescente a la vez que entra en la etapa de pubertad, dejando la niñez, empieza a manifestar cambios en su desarrollo sexual propios del inicio de la etapa genital.

⁸⁸ *Ibidem* p.161

⁸⁹ Joseph Stone y Joseph Church. *El escolar de 6 a 12 años*, Paidós, Buenos Aires, 1982, p.64

⁹⁰ Ferre, Ferran. *Cómo educar la Sexualidad en la Escuela*, Tercer Edición. Ediciones CEAC. España, 1992. p. 24

La fase genital es la quinta fase freudiana. Se inicia con la pubertad y se prolonga durante la etapa adulta. La fase genital es un período de reactivación de los impulsos sexuales; la fuente del placer sexual se encuentra ahora en una persona ajena al contexto familiar.⁹¹

Es importante aclarar que no todos los cambios que sufre el preadolescente aparecen al mismo tiempo en él, van apareciendo a su propio ritmo. También se debe tener en cuenta, determinadas variables que pueden acelerar o retrasar la aparición. Además el contexto sociocultural, en concreto el familiar y el escolar, serán factores fundamentales.

Las fases del desarrollo sexual del preadolescente, propios del inicio de la etapa genital de acuerdo con Ferran⁹² son:

- Fase Autoerótica

En esta fase se da un primer momento en el que el preadolescente, de acuerdo a los cambios que se están produciendo en su cuerpo, quiere experimentar y conocer esta nueva realidad. La expresión más clara de esta situación es la masturbación, por ser la que desde un punto de vista sexual le produce placer. La masturbación como una búsqueda de conocimiento de las posibilidades que tiene su cuerpo.

Mediante un narcisismo clarísimo el sujeto obtiene placer, desarrollando sus posibilidades sexuales a un nivel puramente genital y autoerótico. Se puede considerar, como una etapa pre-madurativa, la cual implica que se enmarque dentro de los comportamientos normales y no patológicos.

- Fase homosexual

Esta fase se inicia cuando el sujeto deja el momento autoerótico, e intenta buscar una salida mediante una relación con otro individuo, que por afinidad será la de su mismo sexo.

Es difícil que esta relación desemboque en la búsqueda de placer homosexual es, gran parte, un intento de encontrar una afectividad que le falta. El preadolescente busca salir de su soledad con la intención de que la crisis que sufre le sea más leve.

Lo anterior es un avance a la posición narcisista de la fase anterior, aunque a menudo, recurre a las prácticas masturbatorias y no se desliga de la concepción autoerótica de la sexualidad. Esta fase, cumple con la función de reafirmación íntima de aquello que cada uno es. Viene a ser como un período de reflexión de uno mismo previo a la fase posterior, de heterosexualidad.

A manera de resumen, se puede decir que los preadolescentes se encuentran en la etapa de latencia que se caracteriza por ser una época de calma sexual, durante la cual el ello se aplaca, el

⁹¹ John, Santrock. *Psicología del Desarrollo en la Adolescencia*, 9 ed., Madrid, McGraw-Hill, 2004, p. 44

⁹² Ferre, Ferran. *Op. Cit.* p. 27-28.

yo se fortalece y el superyo actúa con más severidad. Sin embargo, la evolución sexual no se detiene, lo que ocurre es que la libido se dirige a perfeccionar otras áreas en la vida del sujeto, como son: la estructuración del yo, la expansión intelectual, el aumento de los conocimientos para el futuro desarrollo social que le depara su ambiente. Comienzan entrar en la etapa genital, cuando los impulsos sexuales reprimidos durante la latencia ahora resurgen para fluir en canales socialmente aprobados, como son las relaciones heterosexuales con personas ajenas a la familia de origen.⁹³

2.3 Adolescencia

La adolescencia es el período de transición entre la niñez y la edad adulta. Esta etapa se considera trascendental en el desarrollo humano, debido a que tanto los hombres como las mujeres definen su identidad afectiva, psicológica y social.

La palabra adolescente ésta tomada del latín *adulescens* participio presente del verbo *adolescere*, que significa crecer, que le falta, que no tiene, considerándose el período en el que se presentan una serie de cambios a nivel físico, psicológico y social que se manifiestan de manera diferente en cada ser humano.⁹⁴

Para poder describir la etapa de la adolescencia, es importante partir de algunas definiciones, las cuales harán explícito en qué consiste esta etapa de desarrollo.

Hurlock define a la adolescencia como un período de transición en el cual el individuo pasa física y psicológicamente desde la condición de niño a la de adulto, se inicia cuando el individuo accede a la madurez sexual y culmina cuando se independiza legalmente de la autoridad de los adultos.⁹⁵

La adolescencia es un período en donde se dan cambios que aseguran al pensamiento y a la afectividad del ser humano un equilibrio superior al que tenían en la segunda infancia.⁹⁶

Erikson⁹⁷ menciona que la adolescencia es un período de "autoestandarización" en el cual se da una búsqueda de identidad sexual, de edad y ocupación. Así mismo también representa una postergación socialmente autorizada de la adultez, lo cual implica un recurso psicológico de seguridad.

⁹³ Diane, Papalia, *et al. Op. Cit.* p. 33

⁹⁴ José de Jesús, González. *Psicopatología de la adolescencia*. México, El Manual Moderno, 2001. p. 1.

⁹⁵ Elizabeth, Hurlock, *Psicología de la Adolescencia*, México, Paidós, 1991, p. 15.

⁹⁶ Jean, Piaget. *Seis estudios de Psicología*, Barcelona, Planeta-Agostini, 1993, p. 93-95.

⁹⁷ Citado en Henry, Maier. *Tres Teorías sobre el desarrollo del niño: Erikson, Piaget y Sears*. Amorrortu, México, 1981, p. 68-69.

Horrocks presenta primero una definición biológica caracterizando a la adolescencia como el resultado de la actividad hormonal que causa la aparición de las características sexuales secundarias y, por último, la capacidad de reproducción; también considera la adolescencia como un fenómeno cultural que comprende la perspectiva emocional. En general para él, esta etapa termina cuando el individuo alcanza la madurez emocional y social y cumple con los requisitos de experiencia de capacidad y voluntad para escoger entre una diversidad de actividades y asumir de manera consistente el papel de adulto que le exige su sociedad.⁹⁸

Muss considera a la adolescencia desde tres perspectivas: la sociológica, en la cual la adolescencia es considerada como el período de transición que media entre la niñez dependiente y la edad adulta y autónoma; la psicológica, considerando este período como una situación marginal en la que se han de hacer nuevas adaptaciones; cronológicamente, es el paso que comprende desde aproximadamente los doce o trece años hasta alrededor de los veinte, con grandes variaciones individuales y culturales.⁹⁹

González¹⁰⁰ define a la adolescencia como el período caracterizado por el crecimiento orgánico, adquisición de la madurez y capacidad reproductiva, fortalecimiento del dominio de la conducta y de la vida social, así como la maduración global de la inteligencia.

Por su parte Fernández, explica que la adolescencia es una fase en la que el ser humano deja atrás su infancia, y poco a poco va asumiendo su proceso de independización, se presentan nuevos intereses, diferentes identificaciones, desarrollo de nuevas actitudes y capacidades, así como nuevos gustos y nuevas metas.¹⁰¹

Santrock concibe qué "La adolescencia es el período evolutivo de transición entre la infancia y la etapa adulta, implica cambios biológicos, cognitivos y socioemocionales. Estos cambios van desde el desarrollo de las funciones sexuales hasta el pensamiento abstracto y la conquista de la independencia."¹⁰²

De acuerdo a las definiciones anteriores, de manera general, se puede destacar, que la adolescencia es una etapa de transición entre la infancia y la adultez, existen variaciones cronológicas para el comienzo de la misma, durante esta etapa se pueden distinguir diferentes tipos de cambios como son los físicos, cognitivos, socioafectivos.

⁹⁸ John, Horrocks. *Psicología de la Adolescencia*, Trillas, México, 1986, p. 18-20.

⁹⁹ Rolf E. Muss. *Teorías de la Adolescencia*, Paidós-Estudio, México, 1995, p. 10

¹⁰⁰ José de Jesús, González, *Op. Cit.* p. 2

¹⁰¹ Evaristo, Fernández. *Psicopedagogía de la Adolescencia*, Narcea, Madrid, 1991, p. 19

¹⁰² John, Santrock, *Op. Cit.* p. 14

Los cambios físicos se refieren al crecimiento y la maduración física y fisiológica por la que atraviesa el adolescente; el desarrollo cognoscitivo hace referencia a los procesos de pensamiento y las capacidades intelectuales que se alcanzan en esta etapa. Por último, los cambios socioafectivos abarcan la forma en que se da la socialización de los adolescentes con sus pares, amigos y familia, ya que se encuentran en un proceso de maduración.

Ahora, se presentan una descripción general de los aspectos importantes que caracterizan a esta etapa: la adolescencia.

a) Desarrollo cognitivo.

Piaget¹⁰³ dividió el desarrollo cognoscitivo en cuatro etapas fundamentales, que se explican a continuación:

1.- La etapa sensorio-motora, abarca desde el nacimiento hasta los 2 años: El niño se vuelve gradualmente capaz de organizar actividades en relación con el ambiente a través de la actividad sensorial-motora. Aprenden la conducta propositiva, se presenta la permanencia del objeto.

2.- La etapa preoperacional, abarca de los 2 hasta los 7 años: El niño desarrolla un sistema de representación y usa símbolos para representar personas, lugares y eventos. El lenguaje y el juego imaginativo son manifestaciones importantes en esta etapa. El pensamiento todavía no es lógico, está limitado por la rigidez, la centralización y el egocentrismo.

3.- La etapa operacional concreta, abarca de los 7 hasta los 11 años o doce años. Los niños muestran una mayor capacidad de razonamiento lógico, pero a un nivel concreto, está ligado a los fenómenos y objetos del mundo real. El niño aprende las operaciones lógicas de seriación, de clasificación y de conservación. Mejoran su dominio sobre las clases, las relaciones y las cantidades.

4.- La etapa de las operaciones formales, comienza a partir de los 11 ó 12 años, implica cuatro aspectos fundamentales: la introspección (pensar acerca del pensamiento), el pensamiento abstracto (ir más allá de lo real hacia lo que es posible), el pensamiento lógico (ser capaz de considerar todos los hechos e ideas importantes y formar conclusiones correctas, tales como la capacidad para determinar causa-efecto), y el razonamiento hipotético-deductivo (formular hipótesis y examinar la evidencia para ello).

Según Piaget¹⁰⁴, en la adolescencia se adquiere la capacidad de pensar en forma abstracta, entran al nivel más alto de desarrollo cognoscitivo, las operaciones formales. Los adolescentes pueden

¹⁰³ Jean, Piaget, *Op. Cit.* p. 93

pensar no sólo en función de lo que observan en una situación concreta, desde este momento pueden imaginar una gran variedad de posibilidades, pueden pensar en situaciones hipotéticas, considerar todos los aspectos de una situación y plantearse un problema de forma sistemática.

El alcanzar el nivel de las operaciones formales da la posibilidad a los adolescentes de contar con una nueva manera de manejar la información, ya que el pensamiento se vuelve más flexible y complejo, por lo que pueden manejar abstracciones y son capaces de aplicar el razonamiento hipotético-deductivo; ven posibilidades; realizan una serie de combinaciones de variables, ideas o proposiciones; crean y comprueban hipótesis y obtienen la capacidad de trabajar con conceptos puramente verbales.

El nuevo proceso de razonamiento que el adolescente ha alcanzado funciona para todo tipo de problemas, pues ahora está preparado para integrar lo que aprendió en el pasado con las situaciones presentes y la planeación del futuro. Los adolescentes son más capaces y están deseosos de discutir ideas incluyendo, las sociales, religiosas y políticas.¹⁰⁵

Considerando la perspectiva de Piaget, la capacidad de pensamiento de los adolescentes tiene cinco características principales:

- 1.- Pensar sobre posibilidades
- 2.- Pensar mediante hipótesis
- 3.- Pensaren el futuro
- 4.- Pensar sobre ideas
- 5.- Pensamiento innovador.

El pensamiento de los adolescentes en ciertos sentidos llega a ser inmaduro, de acuerdo con Elkind la inmadurez del pensamiento se manifiesta en seis formas: Idealismo y carácter crítico, tendencia a discutir, indecisión, hipocresía aparente, audiencia imaginaria y fábula personal.¹⁰⁶

Piaget menciona que cuando el adolescente accede a las operaciones formales también logra penetrar al mundo de los adultos, pues consigue su mismo nivel de pensamiento, pero se siente otro, por los cambios que está sufriendo.¹⁰⁷

¹⁰⁴ *Ídem.*

¹⁰⁵ *Ibidem* p.104

¹⁰⁶ Citado en Diane, Papalia, *et al. Desarrollo Humano*, 9 ed., McGraw-Hill, México, 2005, p. 448-450

¹⁰⁷ Jean, Piaget, *Op. Cit.* p. 102

b) Desarrollo Socioafectivo.

En esta etapa los cambios que se producen en el desarrollo del ser humano también se dan a nivel emocional y social.

❖ Aspecto emocional.

Los adolescentes ya exhiben patrones desarrollados de respuestas emocionales a los hechos y a las personas, pueden ser descritos como cálidos, afectuosos y amigables o como fríos, poco responsables y distantes.

Hurlock menciona que las emociones pueden tener efectos en la adaptación personal y social del adolescente, ya sean efectos favorables cuando las emociones proporcionan fuentes de gozo, motivación, vigor y energía corporales, o desfavorables, que son cuando estas perturban la homeostasis corporal y la personalidad.¹⁰⁸

Los adolescentes presentan cambios repentinos de estados de ánimo, es muy común que experimenten sensaciones diferentes que los hagan pasar de la risa al llanto, a la melancolía, a la frustración, a la desesperación, a la alegría en un breve momento, relacionados con sentimientos de ansiedad y depresión vinculados a duelos.

Además se vuelven muy preciados con sus cosas, les dan un valor muy importante a su intimidad y su espacio, convirtiéndose en una especie de caparazón en donde se sienten protegidos y a salvo de lo que ocurre a su alrededor, no permiten la intromisión de alguien a menos que lo permitan.

La gran mayoría de los adolescentes creen ser perfectos y tener la razón, por lo que no aceptan cuestionamientos ni puntos de vista diferentes a los de ellos y constantemente se enfrentan a debates siempre cuestionables. La apariencia física se vuelve tan importante en los adolescentes, por lo que pueden pasar horas frente al espejo cambiándose de ropa, escogiendo y peinados.

También, suelen dramatizar eventos que les causen frustración ligados a la inestabilidad emocional que presentan, por lo que pasan rápidamente del berrinche normal a la risa y a situaciones tan angustiantes y preocupantes como un suicidio.¹⁰⁹ Los sueños y las fantasías aparecen como una forma de enfrentar los eventos externos, y es a través de ellos como realizan los mayores anhelos y los disfrutan como si fueran reales.

Durante esta etapa también se da la búsqueda constante de libertad e independencia, tratando de demostrar a los adultos que son lo suficientemente grandes para tomar decisiones propias, que son

¹⁰⁸ Elizabeth, Hurlock, *Op. Cit.* p. 25

¹⁰⁹ Evaristo, Fernández. *Op. Cit.* p. 45.

capaces de valerse por sí mismos, de salir sin compañía, de demostrar que son dignos de la confianza de los adultos.

❖ **Búsqueda de la Identidad.**

La identidad es la sensación de ser uno mismo, es lo que nos permite diferenciarnos de los demás y reconocernos como una persona única. Los adolescentes tienen que construir un concepto de sí mismos que les permita reconocerse ante los cambios que están experimentando y también crear una imagen que les ayude a pensar en la persona en que desean convertirse.

De acuerdo con Erikson, el adolescente se encuentra en el quinto estadio psicosocial: identidad versus confusión de rol, en este período el ser humano se enfrenta al descubrimiento de quién es, qué hace en la vida y hacia dónde va. Busca dar sentido coherente al yo, incluido el papel que él o ella desempeña en la sociedad. Los adolescentes deben adoptar nuevos roles propios de los adultos, por ejemplo tener una profesión y establecer una relación de pareja.¹¹⁰

La moratoria psicosocial es el término propuesto por Erikson para definir un período de aplazamiento, es decir, el espacio entre la seguridad propia de la infancia y la autonomía propia de la edad adulta, se trata de una etapa que los adolescentes experimentan como parte de la construcción de la identidad.¹¹¹

Cuando los adolescentes no resuelven la crisis de identidad experimentan confusión de roles, la confusión puede seguir dos caminos: el individuo se retira, aislándose de iguales y familiares, o se sumerge en el mundo de los iguales, perdiendo su identidad.¹¹²

Los adolescentes que resuelven satisfactoriamente esta etapa desarrollan la virtud de la fidelidad, es decir, la confianza y lealtad permanente o sentido de pertenencia a un ser amado o a los amigos y compañeros, así como a una ideología, etc.

De acuerdo con Erikson la principal tarea psicosocial de la adolescencia es el logro de la identidad. La identidad tiene muchos componentes: características sexuales, sociales, físicas, psicológicas, morales, ideológicas y vocacionales que componen al yo en su totalidad.

De esta manera, los individuos pueden identificarse por su apariencia física o sus rasgos, su género y las funciones asociadas a él, sus relaciones sociales y la pertenencia a grupos, sus vocaciones y

¹¹⁰ Erik, Erikson. *Infancia y Sociedad*. 7 ed., Paidós, Buenos Aires, 1978, p. 235-236

¹¹¹ Henry, Maier. *Op. Cit.* p. 69

¹¹² John, Santrock, *Op. Cit.* p. 78

su trabajo, sus creencias religiosas e ideologías políticas, su adecuación psicológica y su personalidad.¹¹³

❖ Aspecto Social.

En la adolescencia hay un enfrentamiento entre el ser demasiado grande para algunas cosas y no serlo para otras, es decir se van adquiriendo obligaciones y perdiendo derechos provocando grandes confusiones en cuanto al rol que juegan en la familia, la sociedad, la escuela y los amigos. El adolescente no tiene claro sus deberes y responsabilidades, pero tampoco sus derechos y privilegios sociales.¹¹⁴

- **Familia.**

Durante esta etapa la adolescente pasa más tiempo con sus pares y menor tiempo con la familia, pero la mayor parte de los valores de los adolescentes permanecen cercanos a sus padres, por lo que la familia es la principal influencia socializadora sobre el adolescente.

Una de las características sobresalientes en este aspecto es la necesidad del adolescente por independizarse afectiva y económicamente de sus padres, este último aspecto se ha ido retardando. Este proceso, que se lleva a cabo para lograr la autonomía, empieza a poner en discusión las normas, las creencias y los valores impuestos por los padres.

Los padres son importantes en la vida del adolescente, pero hay una separación de ellos que es dolorosa pero indispensable, y que en ocasiones provoca actitudes de rebeldía y reto contra las disposiciones de los padres, todo con tal de buscar su propia independencia.

Mucho de los conflictos familiares van de acuerdo al ritmo de la independencia que busca el adolescente, las discusiones giran alrededor de asuntos de la vida diaria como: trabajos domésticos, trabajos escolares, vestido, dinero, citas, amigos, etc. La frecuencia de las discusiones puede reflejar las tensiones de la pubertad, la necesidad de reafirmar la autonomía o las tensiones emocionales de los adolescentes en su independencia.¹¹⁵

Cuando los adolescentes comienzan a alejarse de sus familias y a pasar más tiempo con sus pares, tiene menos tiempo y menos necesidad de la gratificación emocional que antes obtenían de los vínculos fraternales.

¹¹³ Philip, Rice. *Desarrollo Humano: estudio del ciclo vital*. 2a ed., Prentice-Hall, México, 1997, p. 329

¹¹⁴ Evaristo, Fernández. *Op. Cit.* p. 21-22.

¹¹⁵ Diane, Papalia. *et al. Op. Cit.* p. 486.

Es importante considerar que los padres pueden ayudar a los adolescentes a tener una transición exitosa a la vida adulta, manteniendo el equilibrio entre la necesidad que el adolescente tiene de individualidad (autonomía) y sus necesidades de seguir manteniendo sus vínculos emocionales con la familia.

- **Pares.**

Durante esta etapa hay una búsqueda de nuevos objetos de identificación proporcionada usualmente por los amigos, es decir, aumenta la importancia hacia el grupo de pares, lo cual le permite aclarar su identidad personal.

Los amigos, se vuelven algo fundamental y mucho más importante, debido a que la opinión y aceptación por parte de los amigos se vuelve uno de sus mayores éxitos del adolescente. El grupo puede proporcionar soporte y comprensión, sentido de pertenencia y estatus y oportunidad de representar un papel y percibir la propia competencia.¹¹⁶

Generalmente, el formar parte de un grupo de amigos les ayuda de manera importante a lograr identificarse con personas de su misma edad, en la manera de pensar, la forma de vestir, el tener gustos y preferencias en moda y costumbres, logrando así la identidad adolescente.¹¹⁷

La necesidad de aceptación provoca muchas veces que los adolescentes hagan cosas en contra de las reglas, de su salud y de su propia vida, las realizan generalmente para ser integrados a un grupo. El cometer conductas delictivas es muy frecuente durante esta etapa, el cual es visto como un enfrentamiento directo a la autoridad, a las prohibiciones y a las reglas sociales.

En general, se puede decir que el grupo de pares es una fuente de afecto, de simpatía, comprensión y guía moral, un lugar para la experimentación y un entorno para lograr la autonomía y la independencia de los padres. Es un lugar para establecer relaciones íntimas que sirven como prueba para la intimidad adulta.¹¹⁸

El concepto de amigo es en esta edad especialmente amplio, ya que en un inicio se puede referir al grupo de iguales y después a una sola persona, la amistad a hora la concibe como un sentimiento asociado a relaciones desinteresadas, en la que existe una comprensión mutua, una mayor disponibilidad y disposición a empatizar con el otro.

¹¹⁶ John, Santrock. *Op. Cit.* p. 79

¹¹⁷ Philip, Rice. *Op. Cit.* p. 432

¹¹⁸ Diane, Papalia, *et al.* *Op. Cit.* p. 493.

c) Desarrollo Moral

De acuerdo con Piaget¹¹⁹, el adolescente ya ha transitado a la moral de cooperación, de la autonomía, es decir, se encuentra en la moral de la reciprocidad, por que toma en cuenta el bienestar de los demás y en el que las reglas resultan de acuerdos interpersonales, en esta moral de la autonomía ya existe el respeto mutuo, por lo que las reglas son producto de la cooperación y el consentimiento.

Específicamente, en la teoría de Kohlberg¹²⁰, el adolescente se encuentra el nivel II correspondiente al razonamiento convencional, basado en la conformidad social. Se caracteriza por actitudes de lealtad y conformidad al orden social al que apoya o justifica, son importantes las expectativas de la familia, los grupos sociales y la nación. El adolescente basa su conducta en la necesidad de ser bueno ante sí mismo y ante los demás, tal necesidad priva sobre cualquier interés personal.

Especialmente puede presentar una moralidad de mantener la autoridad, etapa 4, cuando el individuo se preocupa por respetar la autoridad y mantener el orden social. Considera que un acto siempre es erróneo independientemente del motivo o las circunstancias, si viola una regla o daña a otros.

El adolescente empieza a pensar en temas morales como valor, firmeza, resistencia, calma perseverancia, paciencia y resignación. Esto explica la creciente y constante preocupación por los valores y los significados básicos de las existencias humana.¹²¹

➤ Desarrollo de los Valores.

Es un período en el que también se desarrolla, y se da una evolución de valores, alrededor de los cuales busca integrar su vida. Los adolescentes muestran una preocupación y mayor interés por los valores de la comunidad y los problemas sociales.

Surgen los ideales propios y el adolescente se acepta en concordancia con dichos ideales. Sin embargo suele existir conflicto entre el idealismo juvenil y la realidad, ya que los anhelos y esperanzas suelen estar despegados de la realidad. El adolescente viene en dos mundos. El mundo social de la realidad y su propio mundo invisible de la imaginación.¹²²

¹¹⁹ Jean Piaget y B. Inhelder. *Psicología del niño*, 16 ed. Morata, Madrid, 2002, p. 128

¹²⁰ Lawrence, Kohlberg. *Psicología del Desarrollo Moral*. Descleé de broker. España, 1992, p 187-188.

¹²¹ Evaristo, Fernández. *Op. Cit.* p. 18.

¹²² John, Horrocks. *Op. Cit.* p. 27.

d) Cambios en el aspecto sexual.

La maduración sexual en el adolescente, va acompañada por un mayor interés por el sexo. En primera instancia, el interés se concentra en los cambios corporales que observa cada adolescente, por lo que le da mayor importancia el desarrollar una imagen corporal aceptable.

El adolescente va adquiriendo su identidad sexual al verse como ser sexual, cuando reconoce su propia orientación sexual, presenta excitación sexual y establece vínculos románticos o sexuales. "La toma de la conciencia de la sexualidad es un aspecto importante en la formación de la identidad que afecta de manera profunda la imagen propia y las relaciones. Aunque este proceso está regido biológicamente su expresión está definida en parte por la cultura."¹²³

Poco a poco los adolescentes empiezan a mostrar interés no solo por su propio desarrollo y el de otros compañeros, sino también por el sexo opuesto, la curiosidad les lleva a tratar de saber acerca de las características sexuales del otro sexo. Toman conciencia del desarrollo de sus propios sentimientos y pulsiones sexuales y de la forma en que éstos se expresan.

La mayoría de los adolescentes inicia cierta experimentación tocándose, jugando con sus genitales o explorando diversas partes de su cuerpo. A partir de este momento se incrementa el interés en el sexo como un sentimiento y expresión erótica. Una de las prácticas más comunes de los adolescentes es la masturbación.

Todos los cambios biológicos suscitan un nuevo interés por la sexualidad y agravan el problema de integrar esos impulsos con los otros aspectos de la personalidad, dentro de los componentes importantes del desarrollo sexual adolescente son: elegir una preferencia por el objeto sexual, tener una identidad sexual, aprender los papeles propios del sexo, entender la conducta sexual y adquirir las destrezas y los conocimientos sexuales.¹²⁴

En lo que se refiere, a una identidad sexual madura guarda relación estrecha con los cambios biológicos por los que el adolescente debe pasar. Esto incluye la expresión de los sentimientos y necesidades sexuales, así como la aceptación o rechazo de los roles sexuales.

De acuerdo con Erikson puede haber confusión de rol en esta etapa cuando se basa en una marcada duda previa en cuanto a la propia identidad sexual:

El amor adolescente constituye un intento por llegar a una definición de la propia identidad proyectando la propia imagen yoica difusa en otra persona y logrando así que se refleje y se aclare gradualmente, lo que perturba a la gente joven es la incapacidad para dedicarse a identidad ocupacional.¹²⁵

¹²³ Diane, Papalia, *et al. Op. Cit.* p. 475.

¹²⁴ Grace, Craig. *Desarrollo psicológico*. Prentice-Hall, México, 1997, p. 397

¹²⁵ Erik, Erikson. p. 235-236.

La identidad sexual incluye la orientación sexual y también las actividades, intereses, estilos de comportamientos relacionados con el sexo.

La tarea de integrar los propios sentimientos sexuales, los valores morales y estos guiones sexuales y personales constituye el esfuerzo principal del adolescente con respecto a su sexualidad.¹²⁶

Las dos preocupaciones principales por la actividad sexual adolescente son los riesgos de contraer enfermedades de transmisión sexual y el embarazo. Los que están en mayor riesgo son los adolescentes que empiezan temprano la actividad sexual, aquéllos que tienen múltiples compañeros sexuales, que no emplean anticonceptivos y no tienen una información o formación adecuada, acerca de temas de sexualidad.

Se considera que la adolescencia comienza con la pubertad, que es el proceso que conduce a la madurez sexual o fertilidad, es decir, la capacidad para reproducirse. La adolescencia conlleva grandes cambios interrelacionados en todas las áreas del desarrollo.

2.4. Niña en situación de casa-hogar

En nuestra labor pedagógica, trabajamos con distintos tipos de poblaciones (seres humanos) dentro de los cuales encontramos niñas que han pasado toda o parte de su vida en un internado, sabemos que presentan esta característica particular que los distingue en diversos aspectos de los demás niñas que se desarrollan en un ambiente familiar.

Los cambios que experimenta la niña al verse separada de la familia, la falta de un contacto afectivo con los padres, la ausencia de esta influencia educativa que implican las relaciones familiares, y en general todos estos trastornos, han permitido hacer ciertas observaciones para ser estudiadas y descritas.

Algunas de las situaciones que con mayor frecuencia favorecen el abandono de menores y la consecuente pérdida de los vínculos afectivos son las siguientes:

- Hijas nacidas fuera del matrimonio o de padres desconocidos que abandonan a las madres o a ellas.
- Niñas de madres solteras y padres que se desatienden de ellas.
- Condiciones económicas que conducen al desempleo y a la pobreza.
- Enfermedad o incapacidad crónica de uno o ambos padres.

¹²⁶ Douglas, Kimmel e Irving Weiner. *La adolescencia: una transición del desarrollo*. Ariel, España, 1998, p. 349.

- Inestabilidad o ineptitud mental de uno o ambos padres.
- Calamidad social: guerra, hambre, etc.
- Muerte de los padres (orfandad total) o de uno de ellos (orfandad parcial)
- Enfermedad que requiera la hospitalización de los padres.
- Encarcelamiento de uno o ambos padres.
- Abandono de uno o de ambos padres.
- Separación o divorcio.
- Empleo del padre en un lugar alejado.
- Empleo de tiempo completo de la madre.
- Extravío de menores.
- Maltrato y/o abuso sexual.

Cualquier familia en la que exista una o más de estas situaciones es considerada como fuentes posibles de privación afectiva de la infancia. El que las niñas realmente lleguen a sufrir privación o no dependerá de: a) que ambos o sólo uno de los padres esté afectado; b) que, sólo uno de los padres está afectado, el otro reciba ayuda, y que los parientes sean capaces y estén dispuestos a actuar como sustitutos.¹²⁷

Es característico que el desarrollo de la niña que vive en casa hogar está por debajo de lo normal desde una edad muy temprana, y es en el habla donde el retraso es mayor en todas las edades. Las niñas de casa-hogar en edades mayores por privación del afecto materno, comprenden con frecuencia conducta agresiva y sexual, robo, mentiras frecuentes, tendencia al pensamiento fantástico y diversas formas de ausencia de respuesta emocional. Su característica común es la incapacidad de establecer relaciones verdaderas con cualquier persona.

El desarrollo de las niñas que viven en casa-hogar¹²⁸ presenta ciertas problemáticas:

- Características especiales de salud, nutrición y desarrollo físico.
- Problemas de desarrollo (motor, dificultades de lenguaje)
- Problemas de comportamiento (hiperactividad, agresividad y expresión afectiva).

De acuerdo a los trabajos de investigación realizados por Bowlby¹²⁹ acerca de los daños que ocasionaban en los infantes la carencia o ausencia temporal o definitiva, de la figura materna o su sustituto para el desarrollo normal de la niña, la información arrojada indica que las interacciones

¹²⁷ J. Bowlby. *Cuidado maternal y amor*, FCE, México, 1951. p.74

¹²⁸ Barranco Romero, Berenice. *Op. Cit.* p.32

¹²⁹ J. Bowlby. *Op. Cit.* p. 76

afectivas entre el menor, su madre, su padre y hermanos, tiene gran influencia en su desarrollo psicológico y que la condición de privación la deja en franca desventaja con las demás, manifestándose esto por reacciones agudas de estrés, trastornos de conducta, depresión, necesidad de intenso apego afectivo y retraso intelectual. Así mismo afirma el autor que esta privación a la que se ve sujeto la niña es debido al fracaso de la familia.

Bowlby¹³⁰ distinguió tres circunstancias relacionadas en la que una niña sufre privación materna:

- a) La privación parcial de vivir con una madre (ó sustituto materno permanente), incluyendo a un pariente, cuya actitud hacia él sea desfavorable.
- b) La privación completa de perder a su madre (o sustituto materno permanente) por muerte, enfermedad, o abandono y no tener parientes conocidos que los cuiden.
- c) La privación completa de ser separada de su madre (o sustituto materno permanente) por pasar a manos de extraños por decreto legal o mediante agencias médicas o sociales, incluyendo a las sociedades voluntarias.

La privación materna que sufre la niña se traduce en la carencia del amor, cuidados y protección materna, para el sano desarrollo emocional y afectivo. Las menores de casa-hogar tienen una falta de amor, sin embargo su inseguridad interior les obliga a desconfiar y a evitar nuevas situaciones de abandono, por lo que no se ligan afectivamente a otros por temer a perderlos, no aman por no ser amados o porque tienen una incapacidad para amar de otra manera que no sea infantil a la que quedo fijada.

Por otra parte las niñas en la búsqueda de satisfacer otras necesidades como sentirse queridas, seguras, protegidas pueden mostrarse obedientes y ser fácilmente influenciadas por otras personas que les pueden mostrar algún interés, es decir, que están dispuestos a cambiar obediencia y sumisión por un poco de afecto, pero al mismo tiempo estas niñas muestran las dificultades para establecer relaciones interpersonales, tiene desconfianza, duda y desprecio hacia sí mismas, es decir una baja autoestima que posiblemente los hace sentirse no merecedores del amor de otros y en consecuencia son incapaces de dar amor a los demás.

De manera resumida se puede ver que las niñas de casa-hogar, a diferencia de las criadas en familias u hogares adoptivos, son más dependientes de los adultos, presentan un confuso sentido de identidad, tienen un gran déficit afectivo, buscan desesperadamente el cariño de alguien, sin embargo su inseguridad las obliga a desconfiar y a evitar nuevas situaciones de abandono, por lo

¹³⁰ *Ibidem* p. 78

que no se ligan afectivamente a nadie por miedo de repetir la pérdida, de esta manera se relacionan solo superficialmente y presentan conductas agresivas.

Socialmente tienen sentimientos de rencor, que se traduce en ansiedad, desinterés social, hostilidad, oposición y agresividad. Todo les da igual porque carecen de estímulo. De ilusión de mostrar a alguien el esfuerzo de su trabajo.

Todo esto afecta al desarrollo integral del individuo, lo que se traduce en dificultad en su desarrollo y formación académica y por lo tanto en su desempeño laboral, dificultades para manejar sus impulsos agresivos y hostiles, lo cual puede facilitar individuos con conductas indiferentes, abusivas, agresivas, depresivas o improductivas.

En la edad adulta, la ausencia de amor materno se manifiesta como la incapacidad para expresar o dar amor, pues no se puede dar lo que no se recibió. Además de una dificultad para establecer relaciones interpersonales sanas y satisfactorias, en ocasiones, la persona se dedica a la búsqueda constante de un amor, cambiando de objeto continuamente, encontrándose siempre desilusionada.

El desarrollo que tiene la niña de casa-hogar está en estrecha relación con las expectativas de la sociedad a la que pertenece y a la coherencia que exista en el funcionamiento de las instituciones creadas para albergar a estas niñas.

Por ello, para el manejo de niñas en los albergues es importante poder contar con la historia personal familiar de cada niña, obtener la historia de su desarrollo, la existencia o no de un hogar bastante estable, o también sus anormalidades. Si se conocen más detalles, es de gran importancia saber si la niña tuvo o no una relación satisfactoria con la madre.

Otro aspecto muy importante es que las niñas de casa-hogar necesitan oír la razón por la cual están ahí, por la que sus padres las han dejado o lo que ha antecedido a su inserción a una casa hogar, sea cual sea la edad que tengan, necesitan escuchar que no se debe a ellas en cuanto a personas, sino a una situación determinada y generalmente desafortunadamente para su sano desarrollo, y de esta manera se pueda dar su desarrollo normal.

La institución puede ofrecer un sustituto del hogar familiar del niño, cada albergue trata de reproducir tan acabadamente como puede, un ambiente hogareño para cada una de sus niñas. Ello significa, en primer lugar, proveerlo de cosas positivas: una morada, comida, ropa, amor y comprensión humana, un horario, instrucción escolar, maternal e ideas que contribuyan a enriquecer el juego y realizar un trabajo constructivo. El albergue también ofrece padres sustitutos y otras relaciones humanas.

Las casas hogares proporcionan cosas buenas positivas y oportunidades para que su valor y su realidad sean constantemente puestos a prueba por las niñas. Las niñas en desventaja social han experimentado, de una u otra manera la pérdida de sus figuras parentales, lo que ha provocado una actitud expectante al respecto de la posible recuperación.

Sin embargo, con el paso del tiempo, pierden la esperanza y el deseo de recuperar a la figura materna va disminuyendo. Las niñas se vuelven apáticas y retraídas. Este es el caso de las menores retiradas de sus hogares por el maltrato y abuso; así como las que son depositados temporalmente por falta de recursos económicos y materiales de su familia o por problemas legales de sus padres.

En la Norma Oficial Mexicana (NOM) para la prestación de servicios de asistencia social para menores y adultos mayores, se define como menor en estado de abandono “al menor que presenta abandono de uno o ambos padres, carencia de familia o rechazo familiar. Menor en estado de desventaja social, al menor que presenta una o varias de las características siguientes: maltrato físico, mental o sexual; ambiente familiar que pone en riesgo e impide su desarrollo integral; desintegración familiar; pobreza extrema, enfermedad severa física mental o emocional, enfermedad o incapacidad de los padres privados de la libertad. Menor en estado de orfandad parcial o total, al menor que carece de uno o ambos padres. Menor sujeto de prestación de servicios de asistencia social en casas hogares, a la persona de cero a dieciocho años de edad, cuya situación la coloca parcial o totalmente en estado de orfandad, abandono o desventaja social.”¹³¹

La Fundación “Clara Moreno y Miramón” es una institución asistencial cuyo objetivo principal es brindar protección integral a la menores entre los 6 y los 18 años de edad que se encuentran estado de desventaja social principalmente, en algunos casos de orfandad o abandono, es decir, que provienen de familias disfuncionales y desintegradas, que carecen de los medios para satisfacer necesidades básicas como albergue, alimentación, salud y educación; muchas de ellas están expuestas, al abandono, violencia al maltrato, abuso, marginación, exclusión, en situaciones pobreza y riesgo de calle.

La Fundación lleva su acción social propiciando su reincorporación de las menores a la sociedad a través de la formación educativa y capacitación técnica, además de realizar acciones para el fortalecimiento armónico de su personalidad en las áreas social afectiva e intelectual; preparándolas para que se adapten y desenvuelvan con facilidad y responsabilidad, a fin de lograr, su reintegración a la sociedad como personas sanas y productivas.

¹³¹ Secretaría de Salud DOF 1999, Pág. 66. Citado en Barranco Romero. *Op. Cit.* p.38

Considerando lo anterior, la preadolescencia conlleva a grandes cambios interrelacionados en todas las áreas del desarrollo, es el antecedente de la adolescencia, y en la cual se comienzan a manifestar los primeros cambios puberales, por lo que, el ser humano en esta fase no sabe si percibirse como un niño o como un adolescente.

La importancia de trabajar en esta etapa de desarrollo surge a partir de la necesidad de apoyar a la preadolescente para que pueda ir aclarando sus dudas e inquietudes de una forma integral sobre autoestima y sexualidad, de tal manera que sienta y comprenda los cambios a los que se empieza a enfrentar.

Pero sobre todo, porque al ser una población que vive en casa-hogar, les lleva a necesitar mayor apoyo para lograr un desarrollo integral y armónico, fortaleciendo todos los aspectos de su vida.

CAPÍTULO III

La importancia de la Autoestima

Abordaré ahora, el concepto de autoestima, los componentes de la misma; se brindará una serie de características que diferencian una persona con baja o alta autoestima, así como la formación, desarrollo y fortalecimiento de la autoestima de la preadolescente.

La autoestima se construye a través de un proceso educativo desde el nacimiento, el mantenimiento de una autoestima positiva es una tarea fundamental a lo largo del desarrollo del ser humano. La autoestima se genera por la imagen que los otros dan de nosotras mismas y por el valor que demos a esta imagen. La autoestima es importante durante todas las etapas de la vida, pero es durante la infancia, preadolescencia y adolescencia, cobra mayor relevancia, porque en estas etapas es cuando el ser humano es más flexible, y está construyendo su sentimiento de valía.

Durante la preadolescencia, se establecen ciertas actitudes que van desde la inseguridad, inestabilidad y el sentimiento de poca valía, hasta sus opuestos como sería la seguridad para hacer las cosas, establecer relaciones sociales positivas y dominar su mundo.

En esta etapa, la preadolescente puede ser vulnerable ante los comentarios de los adultos sobre sus capacidades, y su persona debido a que no tiene un sentido crítico ya que no cuenta con defensas estructuradas, por ello el principal riesgo de esta etapa es establecer sentimientos de inferioridad que marcan la autoestima.

El período de la preadolescencia, comienza a ser un período crítico para el desarrollo de la autoestima, ya que comienzan haber cambios físicos en la persona, lo que a su vez está acompañado de la aceptación física en general, búsqueda de una identidad, reafirmación de lo que vale y quién es.

Por otra parte, dentro de la misión del pedagogo encontramos que existe una tarea loable, como es brindar educación integral a la persona humana, es decir, que no solo se incline por brindar conocimientos de tipo declarativos sino también es necesario que se integre al proceso educativo la parte afectiva, darle importancia a las actitudes, sentimientos y valores, que posee o que se desea educar en la persona, de tal manera que la educación realmente se de manera integral y buscando que la persona sea ella misma, para lograr que se desarrolle en la sociedad.

Considerar a la autoestima desde el punto pedagógico, es considerar que los beneficios que al abordar este tema son: por un lado la obtención de mayor número de aprendizajes lo que deriva un mejor rendimiento escolar, pero a la vez, se está trabajando con el aspecto afectivo y emocional, lo

cual también brinda a las preadolescentes ambientes propicios para que se den los aprendizajes, por otro lado, se busca el mejor desarrollo de la personalidad.

Especialmente, la situación de ser niñas de casa hogar las hace más vulnerables, por lo que se hace primero viable educar la autoestima como herramienta necesaria para enfrentar la vida, el desarrollo de una personalidad sana, así como para el desarrollo de una sexualidad plena, ya que al quererse a sí misma va lograr poder entablar relación con otro ser humano.

Específicamente, el tema de la autoestima viene a ser ámbito importante dentro de la educación de las niñas de casa hogar, ya que lamentablemente una gran cantidad de población de las niñas han padecido abuso físico y sexual lo que trae efectos a largo plazo en su bienestar emocional, ya que su autoestima ha sido dañada y por lo tanto les será difícil volver a confiar en la gente, en la adultez este problema se puede vuelve más agudo, de ahí que sea preciso atender el ámbito de la autoestima en niñas de casa hogar.

Cabe considerar que en el trabajo de día a día con niñas de casa hogar no solo es hablar de trabajos propiamente de tareas escolares, hay veces que las emociones, los estados de ánimo interfieren o tienen una gran preponderancia en el estado de las niñas para trabajar, por lo que de antemano es necesario no solo atender saberes de tipo conceptuales y procedimentales sino la parte afectiva como los sentimientos y valores, para poder brindar una educación integral.

Hay que tener presente que la persona humana tiene necesidad de desarrollar sus áreas cognitivas, afectiva y de habilidades en la búsqueda de un perfeccionamiento continuo. La tarea del profesional de la educación es coadyuvar al logro de este objetivo.¹³²

Quizá, se piense que existe el psicólogo para brindar tal atención en dichos temas, pero cabe la posibilidad del pedagogo de brindar todo un proceso de enseñanza-aprendizaje donde se brinda una educación de la persona no solo en su forma de pensar, sino de sentir y comportarse consigo misma, sea que se refuerce o se transforme su educación se brinda tal proceso educativo.

Si bien es cierto no se brinda terapia, pero se brindan herramientas que orienten, guíen a la persona para que le ayuden a su vida y así como a ser una persona más feliz que se dé cuenta de sus potencialidades. La tarea educativa del profesional de la pedagogía se dirige a la persona humana en cuanto a cómo potenciar sus capacidades y cómo superar sus limitaciones.

¹³² Elvia M. Villalobos Pérez-Cortés. *Didáctica integrativa y el proceso de aprendizaje*. México, Trillas, 2002, p. 16.

El pedagogo brindará una orientación, desarrollar potencialidades, sacar lo de adentro de las personas, es decir, el ser perfectible.

Es necesario, que se construya un alto nivel de autoestima en la persona que contribuya a que ésta se sienta competente, estimada y valorada, capaz de enfrentarse a la realidad con confianza y optimismo. La autoestima afecta todos los aspectos de la existencia.

Por tal razón la autoestima representa una herramienta de gran valor para la formación del ser humano, y en especial para que la preadolescente comience a enfrentar la crisis de la adolescencia.

Un preadolescente con una autoestima adecuada¹³³:

- Actuará independientemente.
- Asumirá sus responsabilidades.
- Afrontará nuevos retos con entusiasmo.
- Estará orgulloso de sus logros.
- Demostrará amplitud de emociones y sentimientos.
- Tolerará bien la frustración.
- Se sentirá capaz de influir en otros.

3.1. Concepto de Autoestima

El tema de la autoestima, ha venido cobrando importancia en el estudio del ser humano, puesto que tiene una gran participación en la forma en que cada persona desarrolla su vida. Al hablar de autoestima nos remontamos a la valoración que tenemos de nosotros, es decir, la opinión y el sentimiento que cada uno tiene acerca de sí mismo, de los propios actos, los propios valores y las propias conductas.

Primero, para comprender qué se entiende por autoestima, es necesario aclarar que se entiende por autoconcepto, ya que a menudo se utilizan ambos términos de forma intercambiable.

Todas las personas tienen una doble visión de su entidad propia, por un lado, se contemplan desde el autoconcepto o idea de sí mismos, y por otro, desde el conjunto de sentimientos de estima de sí mismos (aprecio, afirmación, aceptación).¹³⁴

De acuerdo con lo anterior, según Castro¹³⁵ el autoconcepto, responde a una idea más general, ya que incluye cualquier tipo e identificación de las características del individuo, mientras que la

¹³³ Harris, Clemes y Reynold Bean. *Cómo desarrollar la autoestima en los niños*. Madrid, Debate, 1993, p. 11

¹³⁴ Juan A., Castro Posada. *Guía de autoestima para educadores*. Salamanca, Amarú Ediciones, 2000, p. 29

¹³⁵ *Ídem*.

autoestima se refiere a la evaluación o valoración que cada uno hace de las características que en sí mismo percibe. La autoestima es, por tanto, un constructo relacionado con el autoconcepto en el sentido, que parte de las percepciones del sujeto, mediante las que identifica sus propias cualidades o características para llegar a valorarlas.

El concepto que cada ser humano tiene de sí mismo consiste en quién es y qué piensa qué es, esto de manera consciente o inconscientemente, por ejemplo: los rasgos físicos y psíquicos, cualidades y defectos, mientras que la autoestima es una dimensión evaluativa del concepto de sí mismo.¹³⁶

Cuando mejor se conozca la persona, mejores sentimientos genera hacia sí misma y mejor se comportará con respecto a sí misma.

El autoconcepto en la infancia, preadolescencia y la adolescencia puede ser especialmente condicionado por la imagen corporal. Si la imagen corporal es importante siempre, dado que la primera impresión que se tiene de los otros es a través de su apariencia física, lo es mucho más en la adolescencia. Los preadolescentes se inquietan y preocupan por su cuerpo, ya que los cambios rápidos que experimentan no dejan de producirles cierta perplejidad, extrañeza y cierta inquietud.

El constructo del autoconcepto¹³⁷ incluye:

- Ideas, imágenes y creencias que uno tiene de sí mismo.
- Imágenes que los demás tienen del individuo.
- Imágenes de cómo el sujeto cree que debería ser.
- Imágenes que al sujeto le gustaría tener de sí mismo.

Por lo que "La autoestima no es conocerse a uno mismo, aunque con frecuencia se confundan estos conceptos. El conocimiento de uno mismo es una <<teoría>>, es lo que el niño cree de sí mismo, aunque lo que cree no se corresponda con su comportamiento".¹³⁸

De acuerdo con Bermúdez¹³⁹ el término autoconcepto hace referencia a la representación mental que la persona tiene de sí misma. El aspecto evaluativo del concepto de sí mismo, hace referencia a la autoestima. La valoración que el sujeto hace de una cualidad que reconoce en sí mismo, puede ser una valoración positiva o negativa, alta o baja.

¹³⁶ Ramón, Gil Martínez. *Manual para tutorías y departamentos de orientación*, Madrid, Escuela Española, 1997, p.12

¹³⁷ *Ibidem.* p. 13

¹³⁸ Harris, Clemen y Reynold Bean. *Op.Cit.* p. 10

¹³⁹ María Paz, Bermúdez. *Déficit de autoestima. Evaluación, tratamiento y prevención en la infancia y adolescencia.* Madrid, Pirámide, 2000, p. 19

Se puede deducir que el autoconcepto es el elemento que una persona utiliza para describirse a sí misma, se define como los pensamientos que la persona tiene acerca de sí misma, incluyendo todos los atributos, rasgos y características de la personalidad que estructuran y se incluyen en lo que se concibe como su yo de la persona. También se considera el autoconcepto como la imagen que se tiene de sí mismo en las dimensiones cognitivas, perceptual y afectiva.

Por lo anterior, el autoconcepto es la totalidad pensamientos que la persona tiene sobre sí misma, lo que viene a ser la percepción que tiene la persona de diversos aspectos de sí misma.

En lo que respecta a la autoestima, está se considera como una dimensión evaluativa del autoconcepto, y es la evaluación que hace el sujeto de sí mismo, revelando una actitud de aprobación personal, en la medida en que se siente capaz de realizar algo con éxito y se siente importante.

Específicamente, se hace necesario partir de algunas definiciones realizadas por diferentes autores que abordan el tema de la autoestima, para plantear que concepto se maneja para el presente trabajo.

Coopersmith¹⁴⁰ define la autoestima como aquella evaluación que efectúa y mantiene el individuo hacia sí mismo: la cual expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica el grado en el que el individuo se cree capaz, significativo, exitoso, valioso y merecedor. La autoestima es un juicio de la persona sobre el merecimiento que se expresa en la actitud que mantiene ésta hacia sí misma. Es una experiencia subjetiva que le individuo transmite a otros mediante informes verbales o mediante la conducta abierta.

Para Branden¹⁴¹, la autoestima es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias. Más concretamente, dice que la autoestima es lo siguiente:

- 1.- La confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida.
- 2.- La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos.

¹⁴⁰ Citado en Chris, Mruk. *Auto- Estima. Investigación, Teoría y Práctica*. 2ª ed. Bilbao, Desclée de Brouwer, 1998, p. 26

¹⁴¹ Nathaniel, Branden. *Los seis pilares de la autoestima*. México, Paidós, 1995, p. 21-22

Branden¹⁴² considera que la autoestima tiene dos componentes relacionados entre sí: Uno es la sensación de confianza frente a los desafíos de la vida, lo que llama la eficacia personal y el otro es la sensación de considerarse merecedor de la felicidad, este es el respeto a uno mismo.

La eficacia personal significa confianza en el funcionamiento de la mente, en la capacidad para pensar y entender, para aprender, elegir y tomar decisiones, confianza en la capacidad para entender los hechos de la realidad que entran en el ámbito de los intereses y necesidades; en creer en sí mismo, en la confianza en sí mismo.

Mientras que el respeto a sí mismo significa el reafirmar la valía personal; es una actitud positiva hacia el derecho de vivir y de ser feliz, el confort al reafirmar de forma apropiada los pensamientos, deseos y necesidades; el sentimiento de que la alegría y las satisfacción son derechos innatos naturales.

En esta misma línea Gil¹⁴³ dice que la autoestima es la suma de la confianza y el respeto que debemos sentir por nosotros mismos y refleja el juicio de valor que cada uno hace de su persona para enfrentarse a los desafíos que presenta nuestra existencia. La autoestima es la visión más profunda que cada cual tiene de sí mismo, es la aceptación positiva de la propia identidad y se sustenta en el concepto de valía personal y de capacidad.

Por lo que la autoestima hace referencia a una actitud hacia uno mismo, generada en la interacción con los otros, que comprende la percepción, estima y concepto que cada uno tiene de sí mismo; implica un adecuado desarrollo del proceso de identidad del conocimiento y valoración, del sentido de seguridad y de pertenencia, del dominio de ciertas habilidades de comunicación social y familiar y del sentimiento de ser útil y valioso para los otros. Considerada como una actitud la autoestima es la forma habitual de percibirnos, de pensar, de sentir y de comportarnos con nosotros mismos.¹⁴⁴

La autoestima es el valor que nos atribuimos y la evaluación fundamental de la propia valía como seres humanos. Se ve afectada cuando, a nuestro juicio, no vivimos de acuerdo con las propias aspiraciones y parámetros, y también por las acciones y reacciones de los demás hacia nosotros. La autoestima es importante, ya que sentirnos bien con nosotros mismos no solo significa disfrutar más de la vida, sino que influye enormemente en nuestro desempeño en cualquier área.¹⁴⁵

¹⁴² *Ibidem.* p. 45

¹⁴³ Ramón, Gil Martínez. *Op. Cit.* p. 10-11

¹⁴⁴ *Idem.*

¹⁴⁵ John, Caunt. *Eleve su autoestima.* Barcelona, Gedisa, 2005. p. 9

La autoestima conlleva a una evaluación, una calificación de sí mismo. De ahí que se defina como el conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y conductas dirigidas hacia nosotros mismos, de tal manera que la autoestima es la percepción evaluativa de uno mismo.¹⁴⁶

De acuerdo a lo anterior, la autoestima sería un juicio personal de valor que el sujeto atribuye a sí mismo y se puede definir como la valoración positiva o negativa que hace el sujeto de sí mismo, a partir de su experiencia vivida, acompañada de una gran carga afectiva y emocional.

La autoestima se puede considerar como la dimensión afectiva del autoconcepto que se refiere a los sentimientos de autoaceptación y autorespeto; también incluye los sentimientos de competencia y eficacia de uno mismo.

Para términos del presente trabajo, este se basa principalmente en las definiciones que realizan Coopersmith y Branden, pero cabe mencionar que las otras definiciones van sobre la misma línea y son complemento, ya que de ellas se retoman elementos también muy importantes y no se desechan, para los propósitos y las características de la propuesta.

Es necesario considerar que la esencia de la autoestima es confiar en la propia mente y saber que se es merecedor de la felicidad. Crecer en autoestima supone un esfuerzo diario, continuo e inquebrantable (bienestar, vida digna, acceso a los bienes comunes y con amor).

Pero la autoestima no es algo pasivo, al contrario es una disposición activa que se basa en la valoración de sí misma y el reconocimiento de la propia valía como persona y como sujeto perteneciente a un grupo social y a una cultura.

Por lo antes mencionado, la autoestima es una evaluación de la información contenida en el autoconcepto que se deriva de los sentimientos que uno tiene sobre sí mismo, tiene que ver con la expresión de actitudes de aprobación con respecto a la capacidad, felicidad y valor de sí mismo. Además, está determinada por la interrelación con otros ámbitos como el personal, el moral, familiar, social, así como la identidad, autoaceptación, comportamiento y autocrítica, incluyendo las emociones que asocia y las actitudes que se tiene de sí mismo.

De esta manera, se puede hacer explícito que la autoestima es la valoración de las características que percibimos, así como con el afecto, la estima y la aceptación de sí mismo y la valoración de sí mismo en función de la capacidad, la confianza, experiencias positivas y negativas, del respeto hacia sí mismo y la valía personal, así como las expectativas o ideales que se tienen.

¹⁴⁶ Juan A., Castro Posada. *Op. Cit.* p. 33

El valor de la autoestima radica no solamente en el hecho de que nos permite sentir mejor sino que nos permite vivir mejor, responder a los desafíos y a las oportunidades con mayor ingenio y de forma más apropiada.¹⁴⁷

3.2. Componentes de la Autoestima

La autoestima deberá ser sentida como la esencia interna de sí mismo. No necesita reconocimientos externos; la verdadera autoestima posee el reconocimiento interno, es la fe, el respeto por nosotros mismos y es captada a través del amor, el respeto y seguridad que nos dieron desde niños.

La autoestima es confianza, valoración y respeto por uno mismo. Autoestimarse incluye respetar a los demás, pero también tener armonía y paz propias. La autoestima no es un estado fijo o rígido, cambia en relación con las experiencias y sentimientos.

Rodríguez¹⁴⁸ considera que hay seis elementos que componen la autoestima, los cuales son:

1.- Autoconocimiento:

Uno de los aspectos primordiales en la autoestima es el autoconocimiento, pues mediante el mismo se puede saber realmente qué es lo que se quiere y quién se es. Es conocer las partes que componen al yo, cuáles son sus manifestaciones, necesidades y habilidades; los papeles que vive el individuo y a través de los cuales es; conocer por qué y cómo actúa y siente. Al conocer todas sus partes, que desde luego no funcionan por separado sino que se entrelazan para apoyarse una en la otra, el individuo logrará tener una personalidad fuerte y unificada; si una de estas partes funciona de manera deficiente; las otras se verán afectadas y su personalidad será débil y dividida, son sentimientos de ineficiencia y devaluación.

El autoconocimiento se refiere a la capacidad y la tendencia de acercarse y preguntarse acerca de quién se es.

2.- Autoconcepto:

Actualmente el autoconcepto es considerado como la percepción que la persona tiene de sí misma en cuanto a actitudes, sentimientos, y conocimientos respecto a sus propias capacidades, habilidades, apariencia y aceptación social. El autoconcepto es una serie de creencias que se tienen acerca de sí mismo, que se manifiestan en la conducta. Si alguien se cree tonto, actuará como tonto; si se cree inteligente o apto actuará como tal.

El autoconcepto son las creencias que se tienen sobre sí mismo.

¹⁴⁷ Nathaniel, Branden. *Op. Cit.* p. 23

¹⁴⁸ Mauro, Rodríguez *et. al.* *Autoestima. Clave del éxito personal.* México. Manual Moderno, 1985, p.6

3.- Autoevaluación:

La autoevaluación refleja la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas si lo son para el individuo, le satisfacen, son interesantes, enriquecedoras, le hacen sentir bien y si le permiten crecer y aprender, sin lastimar a los demás; y considerarlas como malas si lo son para la persona, no le satisfacen, carecen de interés, le hacen daño y no le permiten crecer. Esto es desde un punto personal subjetivo, puesto que las cosas que considera buenas para ella, son o pueden ser nocivas para otras, así como las que considera malas pueden ser satisfactorias o muy gratificantes para otras.

La autoevaluación es la capacidad interna para evaluar las cosas como buenas o enriquecedoras, o malas o entorpecedoras del desarrollo propio.¹⁴⁹

4.- Autoaceptación:

La autoaceptación es fundamental en la autoestima, esta debe darse tanto para los aspectos positivos, como los aspectos negativos de nuestra persona. La autoaceptación es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, como la forma de ser y sentir, ya que sólo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello. Aceptar con orgullo las propias habilidades y capacidades, y reconocer las fallas y debilidades sin sentirse devaluado, es el paso más importante para la reconstrucción de la autoestima.

La autoaceptación implica aceptar y reconocer objetivamente las partes de sí mismo.

5.- Autorrespeto:

El autorrespeto es atender y satisfacer las propias necesidades y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que lo haga a uno sentirse orgulloso de sí mismo. Los modelos presentes en el círculo social en el que nos desenvolvemos, pueden estar en ocasiones en contradicciones con mis convicciones y valores. Respetarme implica saber como debo actuar para no ceder, por presiones sociales, a comportamientos que no concuerden con mis creencias. Así mismo implica saber decir "no" ante aquellos comportamientos que, después de analizar las consecuencias que me traerían a largo plazo, resultan perjudiciales para mí.¹⁵⁰

El autorrespeto es la tendencia a valorarse como persona, así como la atención o satisfacción de las propias necesidades fisiológicas, afectivas y morales que lleva a la expresión y el manejo adecuado de los sentimientos y emociones.

¹⁴⁹ *Ibidem.* p.7

¹⁵⁰ *Ibidem.* p.8

6.- Autoestima:

Implica la síntesis de los elementos anteriores, ya que cuando una persona se conoce y es consciente de sus cambio, crea su propia escala de valores y desarrolla sus capacidades, se acepta y se respeta, por lo que es poseedora de una autoestima. Por el contrario si una persona no se conoce el concepto de sí misma es pobre, no se acepta, no respeta y entonces no tendrá autoestima.

3.3. Autoestima Alta y Autoestima Baja

El ser humano en sí, encierra una complejidad y a lo largo de su vida a traviesa tanto por periodos de estabilidad así como los que son difíciles, por lo que exhibe ciertas formas de enfrentar tales situaciones que se le presenten, por lo que es normal que a veces se pueda sentir bien y a veces mal con respecto a sí mismo. Pero existen personas que parecen siempre tener una sola clase de autoestima, ya sea siempre alta o siempre baja. Es indudables que toda persona, en alguna época u otra, vive situaciones difíciles, cuando se presenta un problema de autoestima, por lo general se cree que son más los problemas que se tienen que las posibles soluciones que se le pueden dar, se creen incapaces, todo lo ven de manera negativa, entre otros aspectos.

La mayoría de las personas, en algún momento de su vida, sufrirán una cierta disminución de la autoestima, esto se puede presentar tanto en casos de las personas que creen en sí mismos y solo flaquean ante graves depresiones o profundas crisis existenciales hasta quienes dudan de sí en todo momento y en toda circunstancia.

Son escasas las personas cuya autoestima es tan sólida que puede resistir a todos los embates imaginables, las dificultades no solo se limitan aquéllos que muestran los signos más obvios de depresión y ansiedad, existen casos en los que se puede ser en apariencia seguros, capaces de hacer frente a todas las demandas de la vida y sin embargo se puede sentir que se es un fraude, un fracaso, no suficientemente valioso.¹⁵¹

Muy poco son inmunes a este daño, pero aquéllos que tienen una imagen negativa de sí profundamente arraigada poseen y son menos aptos para defenderse de los golpes de la vida.

Si bien, la autoestima explica en gran medida y por supuesto el ajuste de niños y adolescentes en muchos ámbitos. La persona comienza a recibir de los otros, ideas de lo que sienten o piensan de ellas, opiniones de que tan capaces son de hacer o no hacer las cosas, que tan agradables o

¹⁵¹ John, Caunt. *Op. Cit.*p.12

desagradables son, esto se da a través de las primeras relaciones con la sociedad. Al suceder el tiempo, se va asimilando el concepto que los otros transmiten y se le va asignando una calificación a este concepto, dicha calificación es la autoestima, la cual representa qué tanto se quiere la persona a sí misma.

Puede haber factores que incidan en el aumento o disminución de la autoestima. Algunos de estos factores son: la cantidad evaluable de tratamientos respetuosos que una persona recibe de los demás compañeros, la historia de éxitos personales, los propios valores y aspiraciones del individuo, la forma de responder cuando no se valora como el propio sujeto considera que debería hacerse.

En términos de relación paterno-filial se ha indicado igualmente que los factores que más influyen en el desarrollo de la autoestima son: la aceptación parcial o tal del niño por sus padres, el interés de los padres por la educación de sus hijos, el respeto a la actividad del propio niño dentro de su etapa evolutiva y finalmente el nivel de comprensión de los padres ante el comportamiento de los niños. La autoestima es pues un juicio personal valorativo que depende de cómo las personas son tratadas por los demás y en el caso de los niños, por sus padres o maestros.

La autoestima es un proceso que siempre se encuentra en cambios constantes y que dependen de la evaluación que uno vaya haciendo sobre sí mismo, de ahí que exista diferencias entre las personas en cuanto al nivel de autoestima, la cual puede ser dividida, de acuerdo con López¹⁵²:

- **Autoestima baja:** en la cual predominan los sentimientos negativos, lo que ocasiona que la persona se sienta mal consigo misma y con los demás, se presentan más dificultades para relacionarse con otros ya que la voz que predomina es la "acusadora", la cual se sirve de varias estrategias para distorsionar la forma en que se percibe la realidad.

- **Autoestima alta:** hay un predominio de los sentimientos positivos, por lo que la persona se siente contenta consigo misma, se ve como una persona capaz de querer y de ser querida, ya que la voz que predomina es la "sana"; la cual permite valorar lo que se es así como las oportunidades que se tienen.

3.3.1. Autoestima Baja

Los casos de autoestima baja, se presentan con niveles elevados de autoexigencia, dependencia emocional, perfeccionismo, auto-observación y autovaloración. Con imperiosa necesidad de

¹⁵² Fernando, López. *Educación sexual de adolescentes y jóvenes*. México, Siglo XXI, 1996, p.

aprobación de todo lo que dicen y hacen. Inseguridad para tomar decisiones por lo terrible que sería equivocarse o no elegir las mejores de las opciones.¹⁵³

Las causas iniciales de la baja autoestima se encuentran por lo general en los acontecimientos negativos de la vida y en la conducta de los demás hacia nosotros, pero su permanencia se debe a nuestra incapacidad de valorarnos y de prestar la debida atención a nuestros talentos y logros. Desestimamos nuestras buenas cualidades, criticamos constantemente el propio desempeño, nos castigamos por un minúsculo error y nos fijamos normas imposibles de cumplir.

Existen muchas personas que pasan la mayor parte de su vida con una autoestima baja, porque piensan que no valen nada o muy poco. Estas personas han sido y esperan ser engañadas, pisoteadas, menospreciadas por los demás, y como se anticipan a lo peor, lo atraen, y por lo general les llega a pasar. Como una forma de de defensa se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en la soledad y el aislamiento, de esta forma se vuelven apáticas, indiferentes hacia sí mismas y hacia la demás personas que les rodean. Les resulta difícil ver, oír y pensar con claridad, por consiguiente tienen mayor propensión a pisotear y menospreciar a otros. El temor es un compañero natural de esta confianza y aislamiento. El temor limita, ciega y evita que el hombre se arriesgue la búsqueda de nuevas soluciones para los problemas, dando lugar un comportamiento aún más destructivo.

Los sentimientos de inseguridad e inferioridad que sufren las personas con autoestima baja, las lleva a sentir envidia y celos de lo que otros poseen, lo que difícilmente aceptan, manifestándose con actitudes de tristeza, depresión y renuncia y aparente abnegación, o bien con actitudes de ansiedad, miedo, agresividad y rencor.

La baja autoestima dificulta el desarrollo y funcionamiento de las estrategias, habilidades y automatismos cognitivos, los aprendizajes escolares y las formas de relacionarse con los demás. También se posee muy escasa capacidad para tener éxito en las relaciones humanas y en cualquier otro orden de la vida.

Branden¹⁵⁴ comenta que fuera de los problemas de origen biológico, no conoce una sola dificultad psicológica como la angustia, la depresión, miedo a las relaciones íntimas o al éxito, el abuso del alcohol de las drogas, el bajo rendimiento en el estudio o el trabajo, el maltrato a las mujeres o la violación de menores, los trastornos sexuales o la inmadurez emocional, el suicidio o crímenes violentos, que no sean atribuibles a una autoestima deficiente.

¹⁵³ María Paz, Bermúdez. *Op. Cit.* p.30

¹⁵⁴ Nathaniel, Branden. *Cómo mejorar su autoestima.* México, Paidós, 1989, p. 10

Dentro las características¹⁵⁵ que se pueden encontrar en una persona con baja autoestima son las siguientes:

- Tiene confianza disminuida y desconfianza en las habilidades de otros.
- Piensa que no vale y espera ser maltratada.
- Presentan tendencia a la infravaloración.
- Tiene rigidez de pensamiento, autocrítica, e hipersensibilidad ante la crítica.
- No se realiza críticas constructivas y positivas.
- Tiene pensamientos distorsionados o irracionales.
- Sus aspiraciones son disminuidas.
- Es exigente, crítico y autocrítico.
- Presenta falta de credibilidad en sí mismo, inseguridad.
- Tiene la sensación de ser inútil, innecesario de no importar.
- Presenta incapacidad de disfrutar, pérdida de entusiasmo por la vida.
- Se siente triste y desdichado frecuentemente.
- Siente que no tiene amigos.
- Es hipercrítico consigo mismo y en estado frecuente de insatisfacción.
- Se reconoce poco inteligente.
- Tiene miedo a desagradar y perder la estima y la buena opinión de los otros.
- Despreciará sus dotes naturales.
- Presenta niveles bajos de energía (aislamiento, ansiedad crónica, relaciones pobres).
- Tiene una comunicación evasiva e inapropiada.
- No persiste.
- Presenta intolerancia ante los fracasos y frustraciones.
- Tiene tendencia hacia el rechazo, defensiva, sumisión y hostilidad.
- Presenta conductas adictivas.
- Se centra más en los problemas que en las soluciones.
- Tiende a ser conservador.
- No se considera aceptable físicamente.
- Se considera inferior a los demás.
- No alcanza las metas propuestas.
- Tiene falta de habilidades sociales adecuadas para resolver situaciones conflictivas (personas sumisas o muy agresivas).
- Se pone a la defensiva y se frustra fácilmente.
- Se siente impotente.
- Tiene temor a lo nuevo o desconocido y a los demás.
- Tiene necesidad de sentirse aceptado: se preocupa por no fracasar o ser rechazado.
- Su estado de emocional es mixto: regularmente negativo.
- Su estado de ánimo es triste.
- Presenta sentimientos de culpa patológica.
- Tiene temor excesivo a cometer errores.

¹⁵⁵ Tomado de las siguientes fuentes: Ramón, Gil Martínez. *Manual para tutorías y departamentos de orientación*, Madrid, Escuela Española, 1997. Harris, Clemen y Reynold Bean. *Como desarrollar la autoestima en los niños*. Madrid, Debate, 1993.

- Su actitud es perfeccionista.
- Presenta inseguridad para tomar decisiones.
- Tiene actitud de perdedor.
- Atribuye a causas internas las dificultades, incrementando las justificaciones personales.
- Desciende su rendimiento.
- Presenta sentimiento de culpabilidad.
- Presenta un incremento de los temores y del rechazo social y por lo tanto, inhibición para participar activamente en las situaciones.
- Indecisión crónica por temor a equivocarse.
- Se considera un mal estudiante.
- Evita las situaciones que provoquen ansiedad.
- Se dejará influir por los otros con facilidad.

3.3.2. Autoestima Alta

Una persona con autoestima alta, vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor, siente que es importante, tiene confianza en su propia competencia, tiene fe en sus propias decisiones y en que ella misma significa su mejor recurso. Al apreciar debidamente su propio valer está dispuesta a aceptar y respetar el valer de lo demás, por ello solicita su ayuda, irradia confianza y se acepta totalmente a sí misma como ser humano.

Una autoestima alta se relaciona con la racionalidad y el realismo; la intuición, la creatividad, la independencia, la flexibilidad y la habilidad para tratar los cambios, el deseo de admitir y corregir los errores, la benevolencia y la cooperación; por lo tanto la autoestima alta no significa un estado de éxito total y constante, es también reconocer las propias limitaciones y debilidades y sentir orgullo sano por las habilidades y capacidades, tener confianza en la naturaleza interna para tomar decisiones.

Una persona con autoestima alta cuando se le presentan problemas los toma como un reto que pronto superará para salir adelante con éxito y más fortalecida que antes, ya que lo ve como una oportunidad para conocerse aún más y promover cambios, sin asumir una actitud derrotista ante la vida, es decir, lo ve como una fuente motivadora que lo lleva a comenzar de nuevo.

La persona con autoestima no se considera ni más ni menos que un ser humano, conoce y acepta sus defectos, sus errores, sus faltas y sus limitaciones. Desde este conocimiento y aceptación de quien ella misma es, se siente profunda y tranquilamente feliz y contenta de ser quién es.

La persona con autoestima desarrolla un orgullo saludable de sí misma; orgullo que se traduce en un sentido realista de la propia dignidad y valor de uno mismo, respeto de sí mismo, gratitud y gozo por

los logros personales, los talentos, los servicios que es capaz de prestar a los demás y la pertenencia a una familia, un grupo social o una raza.¹⁵⁶

La elevada autoestima no significa ni vanidad, ni arrogancia, ni egocentrismo. Mucho más saludable es el impulso que surge de una visión positiva del propio valor, vinculada a un claro sentido de dirección, se acepta tanto los defectos como las virtudes.

Los logros constituyen una sólida base a partir de la cual se construye la autoestima: ofrecen un punto de apoyo en aquellas ocasiones en que comienzan a infiltrarse las dudas respecto de nosotros mismos y nos proporcionan sólidas pruebas a favor de una visión más positiva de nuestra persona.

A continuación se presentan una serie de características¹⁵⁷ que presentan la persona con una autoestima alta:

- Tiene confianza en sí mismo y en la toma de decisiones.
- Es más independiente.
- Tiene respeto por el propio valor y criterio de los demás.
- Aceptación personal: se acepta a sí mismo como es.
- Afianza su personalidad.
- Asume responsabilidades con facilidad.
- Presenta habilidades como: independencia, creatividad, flexibilidad de pensamiento, soluciones realistas, tolerancia ante la diversidad.
- Tiene creencias positivas sobre su persona y sus habilidades.
- La aprobación social no tiene influencia sobre su autoestima.
- Tiene una mayor espontaneidad, expresividad y vitalidad: muestra amplitud de emociones y sentimientos.
- Se esfuerza ante las dificultades: supera sus problemas o dificultades personales.
- Hay coherencia entre su pensamiento y acciones.
- Expresa lo que piensa y siente en forma asertiva; su comunicación es abierta y apropiada.
- Persiste en las tareas.
- Tiene buena disposición hacia la vida.
- Confronta los problemas.
- Realiza actividades relacionadas con el fortalecimiento y protección de la Autoestima.
- Tiene una percepción clara de la realidad.
- Disfrutan de las nuevas experiencias que se les presenten.
- Son creativos.
- Demuestran orgullo por sus logros.
- Sabe aceptar las frustraciones.
- Afronta nuevos retos con entusiasmo.
- Tiene confianza en su propia competencia.

¹⁵⁶ Juan A., Castro Posada. *Op. Cit.* p. 38

¹⁵⁷ Tomado de las siguientes fuentes: Ramón, Gil Martínez. *Manual para tutorías y departamentos de orientación*, Madrid, Escuela Española, 1997. Harris, Clemen y Reynold Bean. *Como desarrollar la autoestima en los niños*. Madrid, Debate, 1993.

- Afecto positivo sobre sí mismo.
- Puede aceptar y controlar la situación adversa.
- Presenta estabilidad emocional.
- Tienen más facilidad a la hora de hacer relaciones interpersonales.
- Tiene una gran capacidad amorosa.
- Tiene sentido del humor sin ser agresivo e hiriente.
- Sus relaciones interpersonales tienen profundidad.
- Posee un código moral propio.
- Se sienten parte de un grupo.
- Tiene mayor soltura de emociones y sentimientos.
- Son sociables.
- Se siente capaz de influir sobre otros.

La autoestima tiene sus altibajos, si una persona tiene mucha o poca autoestima muestra alguna de las características antes mencionadas, pero todas las personas se expresan así alguna vez. Lo que es importante considerar la presencia de algunas características, así como la observación del comportamiento de la personas, para determinar el nivel de autoestima que presenta. De ahí que se haga necesario crear toda una propuesta pedagógica para atender la baja autoestima, ya que es importante recordar que la autoestima se aprende y se puede mejorar.

3.4. Importancia de la Autoestima

Si se considera a la autoestima como una necesidad humana básica, significa decir que contribuye de un modo esencial al proceso vital; indispensable para un desarrollo normal y sano, y que tiene un valor de supervivencia.

La autoestima es la base y centro del desarrollo humano, ya que sólo se podrá respetar a los demás cuando se respeta a uno así mismo, solo se puede amar cuando nos amamos a nosotros mismos. La alta autoestima es una condición para confiar en la propia persona, solo una persona que se ama y respeta es capaz de realizar todo su potencial, en un proceso que cada día la lleva a su total autorrealización.¹⁵⁸

Ya se mencionó que, la autoestima es la suma integrada de la confianza y el respeto en un mismo, es la convicción de que uno es competente para vivir feliz y digno de ello. Por lo que se puede apreciar que la autoestima capacita, da energías y motiva; inspira a las personas a conseguir cosas

¹⁵⁸ Mauro, Rodríguez *et. al. Op. Cit.* p. 2

y les permite sentir placer y orgullo por los logros obtenidos y les permite experimentar satisfacción.¹⁵⁹

En la actualidad, se considera a la autoestima fundamental para que el hombre alcance la plenitud y autorrealización en la salud física y mental: productividad y creatividad, es decir en la plena expresión de sí mismo. Por lo anterior, es importante que se tome conciencia del hecho de que, igual que un ser humano no puede esperar realizar su potencial sin una sana autoestima, tampoco puede hacerlo una sociedad cuyos miembros no se respetan a sí mismos, no valoran su persona ni confían en su mente.

Una autoestima positiva ha sido asociada a un buen ajuste psicológico, estabilidad emocional, actividad, curiosidad, seguridad, cooperativismo, pensamiento flexible, sentido del humor, red social extendida.

Por otro lado, es preciso tomar en cuenta que la baja autoestima ha sido considerada como un factor que facilita el riesgo de consumo de drogas y de alcohol. Conductas como altos niveles de ansiedad, depresión, inseguridad, dependencia, soledad, poca estabilidad emocional, bajo apetito, insomnio, hipersensibilidad a la crítica, pasividad, competitividad y destructividad.¹⁶⁰

Algunos riesgos de baja autoestima, y la exposición del preadolescente a algunos de ellos aumentarán la probabilidad de que se origine a algún problema. La autoestima tiene como principales funciones la de proteger de las situaciones del medio que exponen a evaluaciones continuamente y la de aportarnos un poder de motivación que influye sobre nuestra conducta de manera positiva. ...“La <<vacuna>> llamada autoestima permite que el sufrimiento psicológico que puede causarnos la crítica, el rechazo, los fracasos, las pérdidas o cualquier acontecimiento negativo y estresante sea menor.”¹⁶¹

Los efectos positivos¹⁶² que contrae el desarrollo adecuado de la autoestima son los siguientes:

- Favorece el aprendizaje: la adquisición de nuevas ideas y aprendizajes está subordinada a las actitudes básicas de la persona, de estas dependen que se generen energías más intensas de atención y concentración.

¹⁵⁹ Nathaniel, Branden. *La psicología de la Autoestima*. México, Paidós. 2001. p.192

¹⁶⁰ María Paz, Bermúdez. *Op. Cit.* p. 27

¹⁶¹ *Ibidem.*, p.24

¹⁶² Ramón, Gil Martínez. *Op. Cit.* p. 11

- Ayuda a superar las dificultades personales: cuando una persona goza de alta autoestima es capaz de afrontar los fracasos y los problemas que sobrevienen, ya que dispone dentro de sí la fuerza necesaria para reaccionar de forma proporcionada buscando la superación de los obstáculos.
- Fundamenta la responsabilidad: solo es constante y responsable la persona que tiene confianza en sí misma, ella cree en su aptitud
- Desarrolla la creatividad: una persona creativa únicamente puede surgir desde la confianza que tiene en sí misma, en su originalidad, en sus capacidades.
- Estimula la autonomía personal: ayuda a ser autónomo, seguro de sí mismo, a sentirse a gusto consigo mismo, a encontrar su propia identidad. A partir de ello, cada quien elige las metas que quiere conseguir, decide que actividades y conductas son significativas para él y asume la responsabilidad de conducirse a sí mismo.
- Posibilita una relación social saludable: el respeto y el aprecio por sí mismo es sumamente importante para una adecuada relación con el resto de las personas.
- Garantiza la proyección futura de la persona: impulsando su desarrollo integral y permanente.

La autoestima suscita un creciente interés no solo por sus implicaciones en el rendimiento académico y el ajuste escolar, sino también como consecuencia de su relación con el ajuste social, el bienestar y la salud. En este sentido, la autoestima se ha planteado como un importante recurso intrapersonal, cuya potenciación puede reanudar en un mejor ajuste de los individuos.

3.5. Formación de la Autoestima

La autoestima es el punto de partida para el desarrollo positivo de las relaciones humanas, del aprendizaje, la creatividad y de la responsabilidad personal. Siempre será la autoestima la que determine hasta que punto podrá el niño utilizar sus recursos personales y las posibilidades con las que ha nacido, sea cual fuere la etapa de desarrollo en la que se encuentre.¹⁶³

En el ser humano, el desarrollo de un buen carácter, de una personalidad sana, de relaciones humanas positivas, de objetivos adecuados, de las habilidades necesarias, se produce automáticamente cuando tienen lo que necesitan. Las desviaciones emocionales o sociales respecto al desarrollo previsto siempre tienen su origen en algo que les ha faltado durante su experiencia infantil.

¹⁶³ Harris, Clemes y Reynold Bean. *Op. Cit.* p. 5

El déficit de autoestima en preadolescentes, se despliega en las primeras etapas del desarrollo emocional, intelectual y conductual del individuo.

La autoestima es ante todo, un producto de nuestras experiencias en la niñez, preadolescencia y en la adolescencia. Durante la infancia, vamos entendiendo el mundo que nos rodea y nos afectan influencias de todo tipo que pueden dar lugar a una visión negativa de nuestra persona. Quienes ejercen esa influencia son aquellos cuyas opiniones cuentan mucho para nosotros: padres, hermanos, pares y maestros. A medida que pasamos de la infancia a la adolescencia, es decir, la preadolescencia, la opinión de los pares cobra mayor importancia mientras suele disminuir la de los adultos.¹⁶⁴

Hay muchas maneras de dañar la autoestima, algunas son:

- Recibir un afecto condicionado: Te quiero/me gustas solo si.
- Ser objeto de una conducta amenazadora o abusiva; la sobreprotección, especialmente cuando queda claro que la razón de ese trato es nuestra debilidad o nuestra incapacidad de cuidarnos.
- La crítica excesiva, el ridículo, la humillación.
- La exclusión del grupo por no adecuarnos a él, quizás a causa de diferencias físicas, sociales o conductuales.
- La obligación de emprender actividades no compatibles con nuestros talentos; por ejemplo, forzar a un niño sin inclinaciones deportivas a emprender un régimen de ejercicios físicos o participar en deportes competitivos.
- La comparación desfavorable con nuestros pares o hermanos más exitosos.
- Crecer en una familia en la cual la baja autoestima es la norma.
- Alejarnos a estar pendientes de lo que puedan pensar los demás.
- Esperar de nosotros logros no realistas.

La autoestima es propiciada desde el nacimiento, o tal vez antes, ya que el hecho de que el niño sea querido se sienta deseado por sus padres le va a dar la posibilidad de sentirse esperado y querido. De lo contrario, crecerá con un sentimiento de rechazo y baja autoestima.

Es en el núcleo familiar en donde el niño adquiere las bases que necesita para una autoestima adecuada, que le permita sentirse apto para la vida, o con una autoestima inadecuada que lo haga percibirse como un ser inepto para enfrentarse al futuro. Los padres son las primeras fuentes de

¹⁶⁴ John, Caunt. *Op. Cit.* p. 15

interacción social en la infancia, la cantidad y calidad de recursos que estos son capaces de hacer presentes en el grupo familiar, va influir en las experiencias específicas de los niños.

Tanto la actitud de la madre como sus características personales son de suma importancia en el desarrollo de la confianza y el sentimiento de valía en los hijos; por lo tanto, es ella con su constancia, responsabilidad, interés, presencia y como satisfactoria de necesidades, la que genera en los hijos el sentimiento interno de seguridad, de confianza en sí mismo y de sentirse dignos de la confianza de los demás.

La familia realiza una multiplicidad de funciones, sirve de medio para la expresión de cariño, proporciona afecto y compañía a sus miembros y se convierte en la fuente de seguridad.

En génesis de la autoestima la infancia es decisiva. Judith McKay "considera que el ambiente de aceptación, de diálogo y de amor en el marco familiar es el clima adecuado para que una persona crezca más segura, aprendiendo a confiar en sí misma."¹⁶⁵

Los padres tendrán que ser espejos que reflejen al hijo sus cualidades y logros, ayudándole a sí a crear un sentido de autoconfianza dentro de su familia y dentro de la sociedad. Esta confianza en sí mismo y en los que le rodean, le ofrecerá una base firme para desarrollar una identidad con la certeza de ser aceptado, valioso y capaz.¹⁶⁶

Así mismo los padres deben creer en los hijos y producir en ellos la convicción de que lo que hacen tiene un significado; esto se logra a través de la empatía, o sea percibir la necesidad del otro y responder adecuadamente de tal manera que el preadolescente se sienta realmente comprendido.

Durante el crecimiento del niño, será el ambiente familiar el que le ayudará a reafirmar su autoestima. Si esta no se desarrolla de manera favorable dentro del núcleo familiar, probablemente el individuo tendrá sentimientos de soledad y rechazo, lo que se traducirá en minusvalía, lo cual le impedirá sentirse apto para alcanzar sus metas.

Para el sano desarrollo de la autoestima es necesario que se experimenten las siguientes condiciones en la familia o ambiente donde el menor se desarrolle:

- ❖ **Intimidad:** es el sentimiento entre una o más personas que tienen cercanía personal mutua y que comparten experiencias, que se reconocen entre ellos, como legítimos en las áreas de la emoción, intelecto, relaciones sociales, recreación, contacto físico y afecto. Dando pie a la expresión emocional libre, sin juicios, ni condicionamientos. Existen ciertos indicadores de

¹⁶⁵ Citado en Ramón, Gil Martínez. *Op. Cit.* p. 26

¹⁶⁶ S. Pick, y cols. *Planeando tu vida: Programa de educación sexual y para la vida dirigido a adolescentes.* Manual para el instructor, México, Planeta, 1996, p. 279

intimidad como son: proximidad, espacio y capacidad de iniciar y/o aceptar contacto físico con otro.

- ❖ **Dependencia:** Entendida como parte de una etapa necesaria para el logro de la personalidad. El niño es dependiente de sus padres o del entorno para su sustento físico, necesidades emocionales y de la adquisición de sentido del orden, de valores y creencias acerca del mundo. De ésta manera la dependencia entrega seguridad en el entorno y en sí mismo, y es la base para la autoevaluación positiva.

La experiencia familiar de los preadolescentes que se convierten en seres relativamente estables y dotados de confianza en sí mismos no sólo se caracteriza por el indudable apoyo que les brindan los padres cuando ello es necesario, sino también por el aliento que les brindan, de modo paulatino pero oportuno, para que vayan adquiriendo una autonomía cada vez mayor.

Una adecuada autoestima se asocia con un reconocimiento de cualidades y defectos y una mayor conciencia de los alcances y limitaciones para luchar y obtener mejores condiciones de vida.

Durante la preadolescencia la autoestima se empieza a debilitar pues uno de los factores importantes, como es la imagen corporal y cambios físicos. El preadolescente realiza una evaluación de él en función de un criterio que no es otro que el hecho de comparar la imagen que se ha ido formando de sí mismo al percibirse en situaciones reales con la imagen ideal que él tiene de la persona que a él le gustaría ser. De esta manera el sujeto contribuye a la formación de su autoestima. Cuanto más parecida sea la imagen ideal sobre cómo debería ser, menor probable que el sujeto presente un problema de autoestima.¹⁶⁷

A sí mismo, el preadolescente puede experimentar éxitos y fracasos, llegados a un punto, que puede en ciertos tipos de tareas y áreas ser competente y menos competente en otras. El producto final es que la autoestima empieza a tener un impacto significativo sobre la conducta. Las percepciones y evaluaciones de los estudiantes sobre sus habilidades influyen en el rendimiento académico.

La autoestima se forma mediante nuestras experiencias competentes y merecedoras, pero ahora también ella desempeña un rol activo en el moldeado de la percepción, de la experiencia y de la identidad. La autoestima va a empezar a proteger al individuo de los ataques de la vida, por eso debe ser protegida y mantenida. El individuo en desarrollo se encuentra en vías de adquirir un estilo o tipo de autoestima.

¹⁶⁷ María Paz, Bermúdez. *Op. Cit.* p. 20

Durante la preadolescencia se comienza a ver una disminución de la tendencia a concebirse a sí mismo a partir del exterior social y aumenta la tendencia a concebirse a partir del interior psicológico.

En esta etapa, el hogar y la familia siguen siendo para el preadolescente, un importante refugio afectivo y una fuente de conocimientos, entretenimiento y compañerismo a lo largo de la preadolescencia. A pesar de su insistencia en ser libres e independientes de los adultos, a su impertinencia y rebeldía y a todo lo que tienen que criticar en los padres y sus costumbres, los preadolescentes no dejan súbitamente de querer a los padres. El preadolescente los necesita para volverse a ellos cuando se siente alejado del grupo de pares, mientras ésta sufre una de sus periódicas organizaciones, cuando está enfermo o pasa por otros momentos críticos, los necesita como consejeros sobre problemas morales o simplemente cuando quieren ser un miembro de la familia, intercambia noticias y bromas, pide información, asesoramiento y ayuda para sus tareas escolares.

En este período, como en todas las demás edades, los padres deben permitirle al preadolescente que intente algunas cosas que ellos saben que están condenados de antemano, que cometa algunos errores, con la esperanza de que aprovechará la experiencia. Y es tarea de los padres darle apoyo al preadolescente cuando experimenta el dolor de un fracaso y ayudarlo a asimilar la lecciones que el mismo le enseña, sin mortificarlo con regaño. Con una correcta autoridad se propone ayudarlos y hacer de ellos adultos sanos, racionales, sensibles y humanos.

Las experiencias familiares en donde se elogian las habilidades y cualidades de los preadolescentes, así como la situación familiar en que el niño tiene la oportunidad de explorar, investigar y ensayar nuevas ideas que sean respetadas y tomadas en cuenta son de suma importancia para el desarrollo de la autoestima.

Sin embargo Branden¹⁶⁸ menciona que los padres pueden crear obstáculos para el crecimiento de la autoestima de su hijo cuando:

- Transmiten que el niño no es suficiente.
- Lo castigan por expresar sentimientos inaceptables
- Lo ridiculizan o humillan
- Transmiten que sus pensamientos o sentimientos no tienen valor o importancia
- Intentan controlarlo mediante la vergüenza o la culpa

¹⁶⁸ Nathaniel, Branden. *Los seis pilares de la autoestima*. 193-192

-Lo sobreprotegen y en consecuencia obstaculizan su normal aprendizaje y creciente confianza en sí mismo.

- Educan al niño sin ninguna norma, sin una estructura de apoyo, o con normas contradictorias, confusas, indiscutibles y opresivas. En ambos casos inhiben el crecimiento normal.

- Niegan la percepción de su realidad e implícitamente lo alientan a dudar de su mente.

- Tratan hechos evidentes como irreales, alterando así el sentido de racionalidad del niño.

- Aterrorizan al niño con violencia física o con amenazas, inculcando agudo temor como características permanente en el alma del niño.

- Tratan a un niño como objeto sexual.

- Le enseñan que es malvado, indigno o pecador por naturaleza.

Los padres pueden ayudar a los niños a desarrollar su autoestima mostrándoles amor, respeto y aceptación hacia ellos.

Otro ámbito importante es el escolar, el cual constituye un contexto de especial relevancia en el desarrollo del autoconcepto y la autoestima del niño. La imagen que de sí mismo ha comenzado a crear el niño en el seno familiar continuará desarrollándose en la escuela a través de la interacción con el profesor, el clima y las relaciones con los iguales y las experiencias de éxito y fracaso académico. En este sentido se ha constatado que los escolares utilizan los éxitos y fracasos académicos como índices de autovaloración y que los niños con un peor rendimiento académico poseen un peor autoconcepto.¹⁶⁹

Hablar de autoestima es referirnos al principal recurso personal, este recurso ayuda en situaciones difíciles e incide de modo directo en el bienestar. En cuanto a su desarrollo, éste se produce fundamentalmente en interacción directa con los demás y no de un modo aislado. Así la escuela, junto con el medio familiar, constituyen el principal contexto en el que el niño va desarrollando su concepto de sí mismo, ambos contextos no funcionan de modo independiente.

Aunque los fundamentos de la autoestima (o de la falta de autoestima) se asientan en la infancia, esta continúa sufriendo golpes y heridas en la edad adulta. La autoestima se halla amenazada cuando:

- Nos rechazan, no nos consideran o nos pasan por alto.

- No engañan o nos embaucan.

- Somos objeto de una crítica injusta o de humillaciones.

¹⁶⁹ María Jesús, Cava y Gonzalo, Musitu. *La potenciación de la autoestima en la escuela*. Barcelona, Paidós, 2000. p 47.

- Nos señalan las carencias de nuestras habilidades o conocimientos.
- Somos conscientes de que no hemos vivido a la altura de nuestros ideales.
- Nos tiranizan, acosan o abusan de nosotros.
- Estamos sometidos a un estrés excesivo.
- Atravesamos situaciones negativas: dificultades en las relaciones, sean personales o laborales, períodos de desempleo, pérdida de un ser querido.

Es importante reconocer que la visión que tenemos de nosotros mismos es una colección de impresiones y opiniones basadas en las experiencias vividas y en las respuestas de los demás hacia nuestra persona. Sin embargo, aunque las consecuencias de algunas de ellas pueden ser profundas, no existe ninguna relación de causa-efecto.

Los orígenes de la baja autoestima se remontan al trato recibido de otros. Padres excesivamente críticos o sobreprotectores, padres prepotentes, relaciones abusivas, circunstancias de la vida que los dejaron al margen.

Fomentar una buena autoestima para evitar la baja autoestima es la estrategia más adecuada y eficaz que pueden poseer los preadolescentes para que sepan enfrentarse con éxito a las presiones del ambiente en que viven.

El conocimiento de sí mismo permite construir la vida de acuerdo a los propios sueños, el buscar la felicidad y en especial, ser director de la propia y única vida, para lo cual es primordial buscar un equilibrio.¹⁷⁰

3.6. Desarrollo y fortalecimiento de la autoestima en la preadolescencia

La valoración de sí mismo (alta o baja autoestima) se construye o aprende a partir de las experiencias (positivas o negativas) que se van teniendo a lo largo de la vida; por lo tanto, la autoestima es susceptible de ser modificada y fortalecida, pero para ello la persona habrá de generar la confianza y la fuerza necesaria para reconocer su situación y ser responsable de sus experiencias.

Se debe tomar en cuenta que la autoestima influye en el preadolescente en:

- Cómo se siente.
- Cómo piensa, aprende y crea.
- Cómo se valora.

¹⁷⁰ Mauro, Rodríguez *et. al. Op. Cit.* p. 2

- Cómo se relaciona con los demás.
- Cómo se comporta.

En esta etapa el preadolescente, cuestiona rechaza, pregunta y necesita que los adultos le ayuden a valorarse sus logros con el fin de fortalecer su posición personal y su estima. Una buena autoestima permite crecer, ser libres, creativo, alegres, amistosos, amorosos, sentirnos plenos y con capacidad de dar y recibir.

En la preadolescencia la autoestima se debilita debido a que uno de los factores importantes, como es la imagen corporal, cambia y puede originar en el preadolescente una confusión de roles.

La representación del propio cuerpo, es un elemento esencial del autoconcepto en la preadolescencia. Los importantes cambios corporales que se producen, desde el tamaño del cuerpo y la fuerza física hasta las nuevas sensaciones sexuales ahora posibles, requieren del preadolescente una revisión y adaptación de la nueva imagen de su cuerpo, en la preadolescencia la preocupación de la nueva imagen del cuerpo está pasando a primer plano.¹⁷¹

Así mismo, es importante hacer énfasis en que el preadolescente que se valora y se respeta así mismo, tiene más probabilidades que los demás también lo valoren y respeten. Como se ha mencionado, el preadolescente tiende a tomar una postura acerca de sí mismo, esto le permitirá tener un determinado tipo de autoestima; por ello es importante desarrollar una autoestima positiva en él, porque:

- En la medida que se conozca y acepte, estará más contento, satisfecho y tranquilo.
- Si está contento con él mismo, interactuará más constructivamente con los demás y logrará más y mejores metas.
- Será más probable que los demás lo vean, respeten y admiren, de una manera más positiva, si se acepta tal y como es.

Dado que la autoestima positiva es un motivador poderoso de nuestra conducta que trabaja para mantener la propia estabilidad le brindará al preadolescente una serie de expectativas (metas) de logro y éxito.

Puesto que la autoestima se aprende, podemos también cambiarla y volverla más positiva. Los principales pasos para mejorar la autoestima son:

- 1.- Reconocer que nuestra autoestima es baja.
- 2.- Convencerse de que la autoestima puede cambiar.

¹⁷¹ Ramón, Gil Martínez. *Op. Cit.* p. 15.

- 3.- Decidir cambiarla.
- 4.- Reconocer que solamente nosotros mismos podemos hacer el cambio.
- 5.- Hacer un balance de las virtudes y defectos.

A si también es necesario considerar los siguientes aspectos para incrementar la autoestima:

- Poder recuperarnos de los fracasos y las decepciones.
- Ser positivos y optimistas en todo cuanto esperamos de nosotros y de los demás.
- Poder actuar con independencia, sin sujetarnos demasiado a las opiniones ajenas.
- Estar dispuestos a defender nuestros derechos, en caso de ser necesario.
- Estar preparados para enfrentar nuevos desafío sin que el miedo nos atormente y sin preocuparnos por los posibles resultados.
- Ser francos y honestos con nosotros mismos y con los demás.

La autoestima puede desarrollarse convenientemente cuando los preadolescentes experimentan positivamente cuatro aspectos o condiciones bien definidas¹⁷²:

1.- Vinculación: resultado de la satisfacción que obtiene el preadolescente al establecer vínculos que son importantes para él y que los demás también reconocen como importantes.

2.- Singularidad: resultado del conocimiento y respeto que el preadolescente siente por aquellas cualidades o atributos que le hacen especial o diferente, apoyado por el respeto y la aprobación que recibe de los demás por esas cualidades.

3.- Poder: consecuencia de la disponibilidad de medio, de oportunidades y de capacidad en el preadolescente para modificar las circunstancias de su vida de manera significativa

4.- Modelos o pautas: puntos que reflejan la habilidad del preadolescente para referirse a los ejemplos humanos, filosóficos y prácticos adecuados, que le sirven para establecer su escala de valores, sus objetivos, ideales y modales propios.

La autoestima según Branden puede mejorarse a través de lo que se denomina "La docena mágica de la autoestima":¹⁷³

- 1.- Saber y aceptar que todos tenemos cualidades y defectos.
- 2.- Saber que todos tenemos algo bueno de lo cual podemos estar orgullosos.
- 3.- Poder liberarnos de conceptos negativos sobre nosotros mismos.
- 4.- Aceptar que todos somos importantes.

¹⁷² Harris, Clemes y Reynold Bean. *Op. Cit.* p. 22

¹⁷³ Citado en S. Pick, y cols. *Planeando tu vida: Programa de educación sexual y para la vida dirigido a adolescentes.* Manual para el instructor, México, Planeta, 1996, p. 279

- 5.- Vivir responsablemente de acuerdo con la realidad, reconociendo lo que nos gusta y lo que no nos gusta.
- 6.- Aprender a aceptarnos a través de lo que sentimos y de los que somos.
- 7.- Liberarnos de la culpa al evaluar lo que queremos y pensamos.
- 8.- Actuar de acuerdo con lo que deseamos, sentimos y pensamos, sin tener como base la aprobación o desaprobación de los demás.
- 9.- Sentirnos responsables de nosotros mismos, ya que al hacernos responsables de la propia existencia genera confianza en nosotros mismos y en los demás.
- 10.- Vivir auténticamente al aprender al ser congruentes entre la forma de sentir y actuar.
- 11.- Fomentar la autoestima en los otros, ya que la honestidad al fomentar la autoestima de las personas que nos rodean, refleja nuestra propia autoestima.
12. Hallar la valentía de amarnos como personas y comprender que ése es un derecho que nosotros tenemos.

Por otra parte, también se debe tomar en cuenta que una de las mejores maneras de disfrutar de autoestima es la de tener unos padres que ejemplifiquen una sana autoestima.

Determinadas actitudes y comportamientos de los padres hacia sus hijos previenen la baja autoestima y son determinantes para el desarrollo del autoconcepto. La evaluación que los padres hacen de la conducta del niño, ya sea de forma explícita o implícita, constituye un refuerzo positivo o negativo para la propia autoestima del preadolescente.

Los preadolescentes que tienen mayores posibilidades de disfrutar de los cimientos necesarios para una autoestima sana tienden a ser aquéllos cuyos padres:

- Les crían con amor y respeto.
- Les permiten experimentar una aceptación coherente y benevolente.
- Les ofrecen la estructura de respaldo que suponen unas reglas razonables y unas expectativas adecuadas.
- No les bombardean con contradicciones.
- No recurren al ridículo, la humillación o el maltrato físico para controlarlos.
- Demuestran que creen en la competencia y bondad del niño.
- No comparan a su hijo con los demás.
- Premia los logros de su hijo.
- Premia los esfuerzos que su hijo realice, no solo el éxito.

- Brinda atención a lo que su hijo le dice.

☞ Autoestima y escuela

Otro aspecto a considerar es el marco escolar, Rosenthal y Jacobson¹⁷⁴ sostienen que las áreas más importantes a desarrollar de la personalidad del individuo, por lo que significan para la consecución de una alta autoestima, son las tres siguientes:

1. PERTENENCIA.

El objetivo inicial de todo educador que pretenda fomentar y fortalecer la autoestima de sus alumnos consistirá en promover una relación positiva de grupo, un clima de participación y colaboración en el aula que posibilite al alumno superar su resistencia inicial a revelarse y a descubrir en sí mismo y en sus compañeros lo que tienen en común como seres humanos.

2. COMPETENCIA.

Es sumamente importante para la autoestima. Descubrir en lo que puede destacar en algo es el mejor camino para abordar otros aprendizajes y concentrar esfuerzos en lo que no sabe bien.

3. VALÍA PERSONAL.

Sentirse valioso quiere decir autoperibirse en lo profundo como una persona buena, aunque su conducta no siempre sea irreprochable. En el proceso educativo cualquier momento puede ser oportuno para fomentar la autoestima del alumno, pero la autoestima evoluciona al compás del desarrollo cronológico y psicoafectivo.

Otro de los elementos que es de suma importancia dentro de la autoestima en el proceso de enseñanza-aprendizaje es la actitud (conductas) del profesor, ya que esta va a ayudar a los alumnos a lograr un auto concepto positivo y un elevado nivel de autoestima.

Se facilita el desarrollo de la autoestima cuando se fomenta la participación activa, la cooperación en el aula y cuando se crea un clima que inspira confianza y no infunde temor, dando protagonismo al alumno, oportunidad de expresarse, de decidir, e incluso de equivocarse.

Algunas de las actitudes y conductas adecuadas para educar la autoestima de los alumnos son:

- Conocer y aceptar al alumno tal como es y tratarlo como ser único, importante, digno de atención, con un respeto incondicional.
- Llamarle por su nombre.
- Elogiarlo en forma realista.
- Insistir más en las metas positivas a conseguir que en los defectos o fallos a corregir.

¹⁷⁴ Citado en: Ramón, Gil Martínez. *Óp. Cit.* p. 26-27

- Ofrecer, junto a las críticas, alternativas y valoración positiva.
- Ser paciente, tolerante y respetuoso con todos los alumnos.
- No utilizar como recurso el miedo que fomenta siempre
- No ridiculizar jamás al alumno, pues ello induce a la timidez y a suscitar sentimientos de inferioridad.
- Valorar todo lo positivo del alumno.
- Ser acogedor y dialogante.
- Crear un ambiente seguro para todos los alumnos tanto en el aspecto físico como psicológico (De paciencia y tranquilidad).
- Aceptar y apreciar los esfuerzos de todos los alumnos, lo mismo que sus logros.
- Tratar respetuosamente a todos, como se haría con un miembro de la propia familia.
- Aceptar sus sentimientos, tanto los positivos como los negativos. Los negativos son parte normal de la vida y es necesario aceptarlos
- No hacer comparaciones. Estimularlos para que superen sus niveles anteriores de aprendizaje.
- Explicarles los criterios de evaluación y ayudarles a que aprendan a evaluar su conducta personal.
- Imponer retos y exigencias adecuadas a la edad y a la capacidad de los alumnos.
- Darles oportunidades de tomar decisiones, de asumir responsabilidades y de sentirse competentes y seguros.
- Estimularlos para que hagan por su cuenta lo que está en sus manos.
- Asistir a eventos extracurriculares que son importantes para los alumnos, como partidos, conciertos, obras de teatro y debates
- No burlarse de los alumnos, ni bromear a costa de ellos ni tampoco hacer comentarios sarcásticos.

Brunet y Negro¹⁷⁵ hacen hincapié en la necesidad de que padres, profesores y educadores en general:

- Buscar campos de éxito en los que puedan destacar o compensarse, de alguna manera, nuestros hijos o alumnos.

¹⁷⁵ Citados en: Citado en: Ramón, Gil Martínez. *Op. Cit.* p. 26

- Corregirles oportunamente cuando las cosas no están bien hechas, suprimiendo frases destructivas, amenazas y malos augurios. En cualquier caso se critica el fallo, no a la persona globalmente. Es muy distinto decirle <<eres un inútil>> a decirle <<eso no lo has hecho bien>>
- No exagerar las dificultades para evitarles peligros. Esta actitud es más bien una fuente generadora de ansiedad.
- Dejarlos crecer promoviendo equilibradamente libertad y responsabilidad. La excesiva dependencia no ayuda a formar personas maduras.
- Infundir ánimos para que superen los pequeños fracasos y frustraciones. Darles a entender que todos nos equivocamos, que las personas no pueden definirse exclusivamente por sus errores, que es posible corregirse, mejorar y, por tanto, no hay que abandonarse al desánimo.
- Que nuestros hechos o contradigan nuestras palabras.

El valor de la autoestima radica no solamente en el hecho de que permite sentir mejor sino en que permite vivir mejor, responder a los desafíos y a las oportunidades con mayor ingenio y de forma más apropiada. La autoestima, es una actitud hacia nosotros mismos y, por consiguiente, va a tener implicaciones a lo largo de toda la vida.

Una de las tareas más importantes de la educación es sin duda suscitar la autoestima.

La vida interior, el amarse a sí mismo -el amor propio-, es la única fuente de felicidad: el único generador de satisfacción es un corazón amando. Es la única obligación del ser humano: amarse, para ser feliz. Sólo si yo me amo -me gusto, acepto, disfruto...- a mí, seré feliz. Sólo si yo logro que no me importen los demás, que no influyan en mí, que no busque su aprobación, estaré en paz conmigo.¹⁷⁶

Para el logro de cada persona de una identidad propia y una autoestima positiva que le permita la autorrealización personal, lo mejor es buscar pautas concretas que orienten la actuación pedagógica para la educación de la autoestima, basadas en criterios de racionalidad, así como diversas formas y estrategias de intervención educativa.

¹⁷⁶ Juan A., Castro Posada. *Op. Cit.* p. 25

CAPÍTULO IV

Educación para la sexualidad

En el presente capítulo se explican los conceptos de educación, sexualidad y educación sexual, de manera singular se enmarca la importancia que contrae la impartición de educación sexual.

La educación sexual es un proceso que se inicia con el nacimiento. En el transcurso de su desarrollo la persona humana adquiere valores, conocimientos, normas y patrones de comportamiento sexual. Educar sexualmente de manera adecuada, es decir, que se enseñe al ser humano aprender a vivir la sexualidad de forma libre, responsable, saludable y placentera, de manera progresiva, contribuye al desarrollo de actitudes conscientes y responsables hacia la sexualidad.

En la actualidad, es muy importante una nueva cultura de educación sexual, en la cual sea significativa la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos, que no incluya como elemento indispensable la procreación, porque, en esencia, la sexualidad es una oportunidad para desarrollar los valores de amor, comunicación, responsabilidad y equidad de género.¹⁷⁷

Así mismo, se entiende con mayor claridad la necesidad de brindar educación sexual de una manera más integral, acorde con los requerimientos sociales y culturales de la preadolescencia empleando los diversos canales de comunicación existentes.

La educación sexual al mismo tiempo que cubre todos los aspectos relacionados con la sexualidad, debe tener una orientación básicamente preventiva, de fomento de la salud y de creación de condiciones que hagan vivir la sexualidad de manera plena y responsable.

La necesidad de una educación sexual no es un tema nuevo, pero es cada vez más necesario entre la población preadolescente de ahora, ya que actualmente se aprecia que desde antes de la adolescencia propiamente dicha (me refiero a la preadolescencia) están, en muchos casos, más incitados y hasta presionados a tener actividad sexual por los medios de masivos de comunicación, tienen más riesgos, como los abusos sexuales, violaciones, embarazo no deseados, enfermedades de transmisión sexual (ETS) y SIDA.

La preparación que el preadolescente reciba en la educación sexual será muy importante para los estadios ulteriores del desarrollo, atender las necesidades del niño en este proceso preadolescente proporciona herramientas para los futuros cambios físicos, psicológicos y sociales. La educación

¹⁷⁷ Alfonso, López. “Hacia una nueva cultura: la salud sexual” en: José Ángel Aguilar Gil y Beatriz Mayén Hernández (Comps.). Antología: *Hablemos de sexualidad*. México, CONAPO-MEXFAM, 1997, p. 35-36.

sexual debe planearse en función del desarrollo y las necesidades emocionales de los preadolescentes.

El conocimiento profundo de sí mismo y el de los demás es necesario para el desarrollo de actitudes, y de allí, se parte para incrementar el interés, la solidaridad y el respeto por los demás y por sus necesidades emocionales.

Se puede vislumbrar que la educación de la sexualidad contribuye de un modo fundamental a algunas valiosas experiencias humanas: el amor, la lealtad, la intimidad y la comunicación, la cuales hacen a una persona un ser integral.

La meta de la educación sexual no es suprimir y controlar la expresión sexual, sino mostrar las inmensas posibilidades de realización humana, ayudar a cada persona a comprenderse como ser sexual y utilizar ese conocimiento de manera responsable.

4.1. Concepto de Educación

A través de los años, la educación ha jugado un papel importante en la sociedad. Esta última, va heredando todo un cúmulo de experiencias, actitudes, conocimientos a las nuevas generaciones, de ahí la continuidad social, sin la cual ninguna agrupación de este tipo puede subsistir, todo ello se logra mediante un factor importante como es: la educación.

La educación es una parte inseparable del ser humano, desde el momento de su nacimiento y hasta su muerte está presente, es un proceso a través del cual una persona desarrolla sus capacidades, para enfrentarse positivamente a un medio social determinado e integrarse a él, educación, a la vez, es un medio para un mejor futuro.

La palabra educación proviene de dos vocablos latinos: *educere*, que significa: sacar, llevar, extraer de adentro hacia fuera, y *educare*, que significa: conducir, criar, nutrir, alimentar, guiar.

De esta manera, la educación se entiende como la actividad que consiste en guiar o proporcionar, desde fuera lo necesario para construir, es decir, la educación guía las potencialidades que existen en la persona humana, como ser educable, extrae algo que de alguna forma ya está potencialmente dado y conlleva la participación de un guía, cuya función sería ayudar a crecer a otros, "...en esencia, ayudar a generar expertos a partir de los aprendices."¹⁷⁸ Ambas acepciones se complementa.

¹⁷⁸ Elvia Marveya, Villalobos Pérez-Cortés. *Op. Cit.* p. 29

Para Freire, la verdadera educación es *praxis*, reflexión y acción del hombre sobre el mundo para transformarlo. La educación que propone, es inminentemente problematizadora, fundamentalmente crítica, virtualmente liberadora y exige una permanente postura reflexiva, crítica y transformadora, y por encima de todo, una actitud que no se detiene en el verbalismo, sino que requiere de la acción.¹⁷⁹

Por su parte, Hubert explica que la educación:

Es el conjunto de las acciones y de las influencias ejercidas voluntariamente por un ser humano sobre otro ser humano en principio por un adulto sobre un joven, y orientadas hacia un objetivo que consiste en la formación en el ser joven de disposiciones de toda especie correspondiente a los fines para los que ésta destinado, una vez que llegue a la madurez.¹⁸⁰

Otro concepto, es aquel que menciona que la educación es la formación del hombre por medio de una influencia exterior consciente o inconsciente lo que llama: heteroeducación, o por un estímulo, que si bien proviene de algo que no es el individuo mismo, suscita en el individuo una voluntad de desarrollo autónomo conforme a su propia ley, lo que llama: autoeducación.¹⁸¹

Rufino Blanco define a la educación de la siguiente manera:

Educación es operación que tiene por objeto la evolución, racionalmente conducida por el educador, de las facultades específicas del hombre para su perfección y para la formación del carácter, preparándoles para la vida individual y social, a fin de conseguir la mayor felicidad posible por medio del ejercicio adaptado en cualidad, cantidad y método (instrucción), según la naturaleza del educando y en circunstancias propicias del lugar y del tiempo.¹⁸²

Ballesteros define a la educación como un proceso humano y social, como una acción que se realiza en el medio ambiente y a través de éste sobre el ser humano a lo largo de su existencia.¹⁸³

Durkheim enmarca su definición de la siguiente manera:

La educación es la acción ejercida por las generaciones adultas sobre las que todavía no están maduras para la vida social. Tiene por objeto suscitar y desarrollar en el niño cierto número de estados físicos, intelectuales y morales, que exigen de él la sociedad política en su conjunto y el medio especial, al que está particularmente destinado.¹⁸⁴

Para Fermoso la educación es un proceso exclusivamente humano, intencional, intercomunicativo y espiritual, en virtud del cual se realizan con mayor plenitud la instrucción, la personalización y la socialización del hombre.¹⁸⁵

¹⁷⁹ Paulo, Freire. *Pedagogía del oprimido*. México, Siglo XXI, p. 84

¹⁸⁰ René Hubert. *Tratado de Pedagogía general*. Argentina, El ateneo 1963. p.17

¹⁸¹ Ricardo, Nassif. *Pedagogía General*. Argentina, Kapelusz, 1958. p. 11.

¹⁸² Paciano, Fermoso Estébanez. *Teoría de la educación*. México, Trillas, 1981, p.128

¹⁸³ María Guadalupe, Rubio Auriolos. "Educación de la sexualidad en la infancia: métodos y contenidos" en: *Antología de la Sexualidad Humana (Tomo III)* México, CONAPO, p. 736

¹⁸⁴ Émile, Durkheim. *Educación y sociología*. México, Colofón, 2001. p.74

¹⁸⁵ Paciano, Fermoso Estébanez. *Óp. Cit.* p. 137

De esta manera, se puede definir a la educación como un proceso humano y social en el que las generaciones adultas ejercen una acción sobre aquellas generaciones jóvenes para que éstas alcancen un grado de madurez suficiente para desenvolverse en el medio ambiente y la vida social, de un amanaera crítica, reflexiva y transformadora.

De tal modo, que se aprecia que la educación es un proceso que por medio de su acción interviene en el perfeccionamiento de las potencialidades del ser humano, de manera que se refleja directamente en la formación de los sentimientos, inteligencia y voluntad del ser humano, lo cual además permite perfilar un hombre que pueda vivir en sociedad. En cierta forma la educación ayuda al ser humano a formarse y a lograr el desarrollo de todas sus actividades (físicas, morales e intelectuales, etc.) para que pueda configurarse y realizarse en la sociedad, la acción puede ser social de un ser humano a otro, es decir, formar un ser humano para que este acorde con la sociedad.

“En esencia, la educación es un proceso de perfeccionamiento permanente para potenciar capacidades y superar limitaciones personales con la finalidad de irradiarlas en la sociedad.”¹⁸⁶

La educación considera los siguientes conceptos:

- Perfeccionamiento.
- Intencionalidad.
- Dirigirse a lo específicamente humano.
- Ejerce influencia.
- Tener un fin valioso.
- Ayudar.
- Lograr la realización o la autorrealización compartida.
- Orientarse a la sociabilidad.
- Un proceso activo.
- Conducción.
- Comunicación.

4.2. Tipos de educación

La educación puede considerarse de tipo informal, formal y no formal, que a continuación se explican:

¹⁸⁶ Elvia Marveya, Villalobos Pérez-Cortés. *Op. Cit.* p.30

4.2.1. Educación Informal

El término de educación informal aparece, a finales de los años sesenta, para denominar a la educación no intencional o espontánea. Este tipo de educación se refiere a un proceso que dura toda la vida, en el que cada persona adquiere y acumula conocimientos, habilidades, actitud y formas de madurez mediante las experiencias diarias y su relación con el medio ambiente.¹⁸⁷

Desde el nacimiento la persona comienza a ser moldeada por la cultura en el seno de la familia. Entendiendo a la cultura como el conjunto de valores, actitudes y normas de conducta vigentes en una sociedad.

Este tipo de educación se caracteriza¹⁸⁸ de la siguiente manera:

- En general, carece de organización, debido a que no se imparte por instituciones.
- No es sistemática, ya que se promueve sin una mediación pedagógica explícita.
- Se adquiere en la relación natural con el medio ambiente, que es su entorno, estos es la familia, en el trabajo, con los amigos, en los viajes, mediante la lectura de periódicos y libros o bien escuchando la radio, observando la televisión, en la calle, en el cine y en el teatro.
- No hace referencia a objetivos educativos explícitos o planeados.

4.2.2. Educación Formal

La educación formal se imparte dentro del sistema educativo institucionalizado, cronológicamente graduado y jerárquicamente estructurado, es decir, se refiere a aquellos conocimientos que se encuentren estipulados en un currículo oficial y abarca desde la escuela preescolar hasta la universidad.¹⁸⁹ La escuela es el medio formal de la educación porque tiene una organización sistemática de conocimientos, teniendo un propósito, continuidad, seguimiento y su posible evaluación.

De acuerdo con Fragoso Iglesias¹⁹⁰ la educación formal cubre las siguientes características:

- Es la propiamente escolar, es decir, se lleva a cabo en instituciones exclusivamente educativas.

¹⁸⁷ Jaume, Trilla Bernet. *La educación fuera de la escuela*. España, Ariel, 1993, p.19

¹⁸⁸ Tomados de la siguiente fuente: Emma Margarita, Fregoso Iglesias. *Educación no formal. Educación para el cambio*. México, Praxis-UNAM, 2000, p. 19

¹⁸⁹ Jaume, Trilla Bernet. *Óp. Cit.* p. 19

¹⁹⁰ Emma Margarita, Fregoso Iglesias. *Óp. Cit.* p. 17.

- Se estructuran institucionalmente a través de planes y programas de estudio dirigidos al reconocimiento formal de los estudios realizados a través de créditos, certificados, diplomas, títulos o grados académicos.
- Se gradúa cronológicamente por niveles educativos: básico, medio superior y superior.
- Se organiza jerárquicamente por las autoridades del sistema educativo nacional.
- Se promueve poca o nula participación de los actores del proceso de enseñanza-aprendizaje (alumnos y profesores) en su organización general.
- Se ofrece una formación estándar y uniforme.
- Se encuentra alejada, muchas veces, de las necesidades e intereses específicos de los individuos y de la sociedad.
- La duración de los estudios es muy similar en todos los países.

La modalidad de la educación formal que se imparte en la escuela se entiende como aquella que es planificada y estructurada institucionalmente con planes y programas de estudio dirigidos a promover conocimientos, habilidades y aptitudes por niveles educativos y a reconocerlos mediante el otorgamiento de créditos, certificados, diplomas, títulos o grados académicos, válidos especialmente para el desempeño laboral.

4.2.3. Educación No Formal

La expresión de educación no formal comenzó a utilizarse a mediados de los años sesenta para denominar las acciones educativas intencionales que tenían lugar fuera de la escuela. Fue impulsada, en sus inicios, por las estrategias de progreso que exigía el desarrollo rural y comunitario, principalmente de los más pobres. Posteriormente, comenzó a suplir las deficiencias de la educación formal.

La educación no formal, se refiere a toda la actividad educativa organizada, educativa y sistemática realizada fuera de la estructura del sistema formal, para brindar ciertos tipos de información a ciertos grupos de la población, ya sean adultos o niños.¹⁹¹

Además, también representa a todas aquellas instituciones, actividades, medios, ámbitos de educación que, no siendo escolares, han sido creados expresamente para satisfacer determinados objetivos educativos.

Sus características¹⁹² son las siguientes:

¹⁹¹ Jaume, Trilla Bernet. *Óp. Cit.* p. 19

- No se gradúa por niveles
- Toma en cuenta las necesidades e intereses e los individuos, sean éstos niños, adolescentes o adultos.
- Considera aspectos de la economía y la producción. La salud, la recreación, la cultura y el tiempo libre, entre otros.
- No tiene por objeto principal el reconocimiento a través de documentos oficiales.
- Hace referencia, entre otras acciones, a campañas de alfabetización de adultos, a programas escolares a través de medios de comunicación o a procesos de actualización profesional.
- Los agentes educativos tienen niveles variados de preparación, desde los muy altamente calificados hasta monitores, animadores o técnicos. Los cursos son generalmente de corta duración.
- Los objetivos educativos son muy variados.
- Utiliza variedad de medios, materiales, métodos y técnicas para promover el aprendizaje y la enseñanza.
- Se imparte en instituciones culturales, recreativas, de salud y propiamente educativas.
- A la educación no formal, se le ha venido identificando con programas educativos estructurados institucionalmente, cuyos propósitos, son los de promover en la población conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que posibiliten el desarrollo personal o comunitario, sin que los programas tengan como finalidad primordial obtener reconocimiento oficial por nivel.
- Las principales características de la educación no formal estarán determinadas por los programas y por el espacio institucional, este último puede variar, es decir, las instituciones pueden ser de tipo educativo, de asistencia social o de cultura.

Es necesario, y a veces surge la necesidad de crear paralelamente a la escuela, otros medios y entornos educativos. Los cuales no necesariamente tienen que ser contemplados como opuestos o alternativos a la escuela, sino funcionalmente complementarios a ella, y tales recursos son parte de los que se denomina educación no formal.

Todas ellas tienen importancia para la sexualidad de cada ser humano, la realización de este proyecto educativo se encuentra dentro del tipo de educación no formal.

¹⁹² Tomadas de la siguiente fuente: Emma Margarita, Fregoso Iglesias. *Op. Cit.* p. 18.

4.3. Sexualidad

La sexualidad es un tema polémico y en algunos casos se sigue considerando como prohibido, lo que ha provocado que se creen y mantengan mitos acerca de este aspecto tan importante en la vida de todos los seres humanos.

A veces, se prefiere no hablar de la sexualidad quizá porque se piensa que de este modo el “problema” desaparece, pierde importancia o ya no se manifiesta, lo cual en realidad observamos que no se manifiesta de esta manera, por el contrario, cuando permanece en el silencio, se vive una sexualidad reprimida, cargada de temores, culpas y conductas de riesgo que pueden conducir a malas experiencias, a embarazos no deseados o a contraer enfermedades de transmisión sexual, por mencionar sólo algunos de los efectos contraproducentes.¹⁹³

La sexualidad muchas veces es remitida al aspecto solamente biológico del ser humano, sin embargo, en este trabajo se trata de entender a la sexualidad, de manera integral y como parte de la personalidad del ser humano. Es necesario saber que la sexualidad no sólo abarca las relaciones sexuales o los contactos eróticos. Está relacionada con casi todas las áreas de la vida y, por lo mismo, su aceptación y su vivencia sana influyen positivamente en la vida general de la persona.

La sexualidad no es solo un elemento esencial de nuestro desarrollo y de nuestra identidad: constituye una forma de expresión de nuestro ser y nuestros sentimientos más íntimos, una forma y un proceso de comunicación.

La sexualidad no se inicia en la pubertad, sino desde el momento en que se nace, sin embargo en esa etapa de la vida adquiere un significado distinto. El púber experimenta cambios emocionales y sociales que se dan con mucha rapidez e intensidad.

A continuación, se mencionan algunas definiciones, dadas por autores expertos en la materia de sexualidad, necesarios para hacer explícito este concepto.

La sexualidad constituye una dimensión fundamental del ser humano, influyendo decididamente en su formación y desarrollo, ya que participa de manera determinante, en la estructuración de la personalidad y en las diversas relaciones que se establecen entre los seres humanos.

La naturaleza humana es el resultado de la integración de los aspectos biológicos, psicológicos y sociales, cuya complejidad se manifiesta en la manera de pensar, sentir y actuar. El conjunto de estos factores actúa recíprocamente a lo largo de toda la vida del ser humano, de tal manera que la acción de cada uno de ellos se encuentra en interdependencia directa de los otros. Considerando de

¹⁹³ Vivianne, Hiriart Riedemann. *Educación sexual en la escuela*. México, Paidós, 1999, p.23

esta forma al ser humanos como integral, se puede conceptualizar la sexualidad como la expresión psicosocial de los individuos como seres sexuados en una sociedad y cultura determinada.¹⁹⁴

Para Monroy¹⁹⁵ la sexualidad es el conjunto de características biológicas, psicológicas y socioculturales que nos permiten comprender al mundo y vivirlo a través de nuestro ser como hombres y mujeres. Es una parte de nuestra personalidad e identidad y una de las necesidades humanas que expresan mediante el cuerpo; es un elemento básico de la feminidad o masculinidad, de la autoimagen, de la autoconciencia, del desarrollo personal. Es la parte del deseo para la satisfacción personal, a la vez que estimula las necesidades de establecer relaciones interpersonales significativas con otros.

Bernardi define a la sexualidad como una búsqueda del placer relacionada con un objeto de amor.¹⁹⁶

Para Hiriart¹⁹⁷, la sexualidad es elemento esencial de nuestro desarrollo y de nuestra identidad, pero además, constituye una forma de expresión del ser y de los sentidos más íntimos del mismo, así como una forma de comunicación.

Para la autora arriba citada, hablar de la sexualidad implica al ser humano como un todo integrado, por lo que no es posible aislarla del resto del individuo, ésta va más allá del acto sexual, del tener pene o vagina o la posibilidad de procrear, pues tiene que ver con sentimientos, valores, expresiones y con la percepción de uno mismo de acuerdo al género, por ejemplo, la manera como nos vestimos, peinamos, movemos, así como la forma en que nos relacionamos hombres y mujeres con los demás en la vida cotidiana.

López¹⁹⁸ menciona que la sexualidad:

- Afecta a todo el cuerpo.

La sexualidad es una dimensión de toda la persona: cromosomas sexuados, gónadas sexuadas, hormonas, anatomía, fisiología, identidad y afectos. Todo el cuerpo es susceptible de actividad sexual placentera.

Tiene muchas posibles funciones: placer, procreación, comunicación, ternura y afecto.

- Es una dimensión biológica, psicológica y social importante.
- Es una realidad en todas las edades.

¹⁹⁴ CONAPO. *La educación de la sexualidad humana*. México, CONAPO, 1982. p.33

¹⁹⁵ Anameli, Monroy. *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud*. México, Pax México, 2002. p. 78.

¹⁹⁶ Marcello, Bernardi. *Un problema inventado*. España, Gedisa, 1996, p.18.

¹⁹⁷ Vivianne, Hiriart Riedemann. *Óp. Cit.* p. 170

¹⁹⁸ Félix, López Sánchez. *La educación sexual*. España, Biblioteca Nueva, 2005. p. 19.

Hay una sexualidad prepuberal y adolescente que es necesario aceptar, ayudándoles a que la vivan bien conforme a las características de su edad.

- Incluye todo un mundo de posibilidades para obtener placer, hijos, sentir deseos, emociones y afectos hacia otras personas. Fomenta los vínculos afectivos como el enamoramiento, lo que da alegría y sentido a la vida y a las relaciones.
- El ser humano como ser sexuado, aparece, con características esenciales como la identidad sexual, rol sexual en la reproducción y crianza, afectos sexuales, como el deseo y la atracción y afectos sociales, como los vínculos entre los progenitores e hijos.

Por su parte Rubio¹⁹⁹ propone un modelo en el que la sexualidad humana es el resultado de la integración e interacción de las cuatro potencialidades humanas, que originan los cuatro holones sexuales que son: la reproductividad, el género, el erotismo y la vinculación afectiva. En este modelo, los holones permanecen en interacción pero, a su vez, forman sistemas independientes, mismos que se manifiestan en todos los niveles de estudio del ser humano.

A continuación se explica cada uno de los holones que conforman la sexualidad:

- Holón de la Reproductividad Humana

El hecho de ser seres vivos, trae como consecuencia directa la capacidad de reproducirnos.

Por reproductividad, se entiende tanto la posibilidad humana de producir individuos similares a nosotros o a los que se han producido, como la construcción mental que se produce a partir de esta posibilidad. La reproductividad humana además de tener manifestaciones biológicas, también tiene manifestaciones psicológicas y sociales igualmente importantes.²⁰⁰

- Holón de Género

Entendida como la serie de construcciones mentales sobre la pertenencia o no de una persona a las categorías dimórficas²⁰¹ de los seres humanos: masculino o femenino, así como las características del individuo que lo ubican en algún punto del rango de diferencia.²⁰²

- Holón del Erotismo

El erotismo se identifica con el componente placentero de las experiencias corporales, en las que se presentan los procesos de activación de respuesta genital y corporal.

¹⁹⁹ Eusebio, Rubio Auriolos. "Introducción al estudio de la sexualidad humana" en: *Antología de la Sexualidad Humana* (Tomo I) México, CONAPO, p.29

²⁰⁰ *Ibidem.* p. 30

²⁰¹ Durante la evolución de los seres vivos apareció en cierto momento el sexo, es decir el hecho de que en un mismo tipo de organismo surgieron dos formas, los científicos le llaman a esta cualidad de los seres vivos dimorfismo.

²⁰² Eusebio, Rubio Auriolos. *Op. Cit.* 30

Se refiere a los procesos humanos en torno al apetito, la excitación sexual, la excitación misma y el orgasmo, los resultantes placeres de estas vivencias humanas, así como las construcciones mentales alrededor de estas experiencias.²⁰³

- Holón de la Vinculación Afectiva Interpersonal

El desarrollo de vínculos afectivos es el resultado de la evolución de la especie humana.

Entendida como: la capacidad humana para desarrollar afectos intensos ante la presencia o ausencia, disponibilidad o indisponibilidad de otro ser humano específico, así como las construcciones mentales, individuales y sociales que de ellos se derivan.²⁰⁴

Los seres humanos nos vinculamos gracias a que los afectos provocados por otros son lo suficientemente intensos como para tratar de mantenerlos o evitarlos. El amor es una forma de vinculación.

Para Rubio²⁰⁵, la estructuración mental de la sexualidad es el resultado de las construcciones que el individuo hace partir de las experiencias que viven y se origina en diversas potencialidades vitales. La de procrear, la de pertenecer a una especie dimórfica (hombre, mujer), la de experimentar placer físico durante la respuesta sexual y la desarrollar vínculos afectivos con otras personas. La significancia mental que el individuo hace de estas fuentes de experiencia, conforman su sexualidad; cuando comparte dichas significaciones con otras personas, se hace posible la consideración social de los procesos sexuales.

De esta manera, se puede comprender que la sexualidad involucra el ser biológico, el ser psicológico y el ser socio-cultural, por lo que se habla del ser humano integral y total que permite comprender el mundo y vivirlo ya sea como hombre o como mujeres. Es una parte constitutiva e inherente de nuestra personalidad e identidad y una de las necesidades humanas.

Así la sexualidad como parte integral del sujeto, es una de las formas mediante las cuales el ser humano expresa y perpetua su existencia, la suma de los sentimientos, pensamientos y la conducta del individuo como ser sexual y como ser humano, dado que en ella convergen elementos biológico, cognitivos, afectivos y culturales.

Por lo anterior, la sexualidad se aprecia como un proceso de construcción que depende en gran medida del tiempo y cultura en la cual una persona se desarrolla y que involucra creencias, actitudes y comportamientos.

²⁰³ Ídem.

²⁰⁴ Ídem.

²⁰⁵ Eusebio, Rubio Auriolos. *Óp. Cit.* p. 29.

Sin duda alguna, la sexualidad es un aspecto del desarrollo humano que influye de manera determinante en la vida personal, social y familiar del ser humano. La sexualidad del ser humano conlleva los conceptos de conocer, disfrutar, vivir plenamente, satisfactoriamente y con responsabilidad las relaciones humanas a lo largo de la vida.

A continuación, se presenta el desarrollo psicosexual propuesto por Freud, para establecer la etapa en la que el preadolescente se encuentra, se explica brevemente y de manera general, ya que en el capítulo 2 se hizo explícito más ampliamente y de forma detallada.

4.4. Desarrollo psicosexual

Freud²⁰⁶ dividió el desarrollo humano en etapas y las llamó etapas de desarrollo psicosexual que son:

- Etapa oral: en la cual el origen principal de búsqueda de placer y al mismo tiempo, de conflicto y frustración en la boca.
- Etapa anal: tiene como características el aprendizaje del control de esfínteres y la fuente de placer consiste en la tención y expulsión de heces fecales.
- Etapa fálica: la cual se caracteriza porque los órganos genitales se vuelven una fuente destacada de placer durante ese período.
- Etapa de latencia: este período se destaca principalmente por un interés a nivel intelectual más que físico, se da el aprendizaje de roles y manejo de grupos de iguales.
- Etapa genital: En esta etapa, la sexualidad alcanza su madurez y se vuelve heterosexual. Cada zona es autónoma, pero con la maduración de los instintos sexuales, los órganos genitales se vuelven el origen principal de las tensiones y los placeres sexuales.²⁰⁷

Como ya se mencionó, el preadolescente se encuentra dentro de la etapa de latencia, pero comenzando a vivir los inicios de la etapa genital.

4.5. Componentes de la sexualidad.

De acuerdo con Monroy²⁰⁸ la sexualidad involucra una serie de características y componentes que forman un todo, se encuentra formada por:

²⁰⁶ Françoise, Dolto. *Psicoanálisis y pediatría*. México, Siglo XXI, 22 ed. 2007. p. 23-52

²⁰⁷ Ídem.

²⁰⁸ Anameli, Monroy. *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud*. México, Pax, México, 1990. p. 22

- Sexo biológico

Es la base biológica de la sexualidad y es el conjunto de características anatómicas y fisiológicas, que diferencian a los seres vivos en femenino y masculino, y propician la reproducción. Está integrado por:

- a) Sexo cromosómico: Al unirse el ovulo y el espermatozoide para formar la célula huevo, cada uno aporta un cromosoma sexual. El ovulo siempre tiene un cromosoma X mientras que el espermatozoide puede aportar un cromosoma Y o un cromosoma X. De la combinación de estos cromosomas pueden resultar las formulas XX o XY, correspondiente al sexo cromosómico femenino y masculino respectivamente.
- b) Sexo gonadal. En la evolución posterior, entre las 6ª y 8ª semanas va a determinarse el sexo gonadal y hormonal, con la diferenciación de las gónadas a testículos, o a ovarios.
- c) Sexo genital. Cuando se forman el pene y el escroto, se establece el sexo genital.

- Sexo de asignación

Desde el momento de su nacimiento, con sus órganos sexuales diferenciados, se le da un sexo de asignación: femenino o masculino.

- Sexo social.

A partir de que se indique que es hombre o mujer se van a establecer cuáles son las expectativas de la familia y especialmente, de la sociedad en cuanto al futuro rol sexual del recién nacido y así se dice que se ha establecido su sexo social (nombre, tipo de ropa).

- Sexo psicológico.

Se forma a partir de los estímulos ambientales, especialmente los familiares, a partir de ahí se va a moldear su conducta hacia un comportamiento femenino o masculino, determinando así el sexo psicológico y su expresión social (es decir que va a sentirse hombre o mujer y va actuar de acuerdo a ello). Si el sexo biológico coincide con el social y psicológico se puede decir que se logra una identidad sexual.

- Identidad sexual.

La identidad sexual es el aspecto psicológico de la sexualidad y comprende tres elementos indivisibles. La identidad de género, el rol de género y la orientación sexual.

- a) Identidad de género. Es el aspecto psicológico de la sexualidad, es el sentirse hombre o mujer.

- b) Rol de género. Manifestar externamente, que es todo lo que una persona hace o dice para indicar a los otros y/o a sí mismo, el grado en el que se es hombre o mujer incluso ambivalente.
- c) Orientación sexual. Atracción, gusto o preferencia de la persona para elegir un compañero sexual.²⁰⁹

Si se pretende hablar de una sexualidad integral y acorde a la época, se le deberá ubicar en un ámbito y perspectiva como parte de los derechos humanos básicos que en consecuencia requieren procesos educativos formales, informales y no formales, tendientes a lograr un cambio que se dirija a una libertad completa que permita eliminar prejuicios, tabúes e ignorancia que le ayude a cada individuo a construir en sí mismo y en los demás un saber de sus formas de actuar y pensar en relación a su cuerpo no basados en prohibición o negación de manera tal que les lleve a la aceptación, autonomía y responsabilidad del ejercicio de la sexualidad.

Mejía²¹⁰ menciona algunos derechos importantes dentro de la sexualidad:

- 1) Derecho a la felicidad, a los sueños y a las fantasías; a la democracia en las relaciones entre las personas; al placer y a disfrutar el erotismo, a la libertad y a la autonomía en el ejercicio de la sexualidad.
- 2) Derecho a vivir una sexualidad placentera, buena en sí misma, vehículo fundamental de comunicación y amor entre las personas.
- 3) Derecho a la integridad corporal y a la autonomía en el control del cuerpo.
- 4) Derecho a una sexualidad libre de violencia y coerción, en un marco de relaciones de igualdad, respeto y justicia.
- 5) Derecho a una sexualidad exenta de miedos, vergüenza, culpas, falsas creencias y otros impedimentos que inhiben las relaciones.
- 6) Derecho a la salud sexual, a la información y servicios asequibles y seguros, necesarios para garantizar una vida sexual libre de enfermedades y deficiencias.

Por lo anterior, para considerar la sexualidad como parte integral de la personalidad del ser humano, como una necesidad básica, que no se puede separar de los otros ámbitos de la vida, y que además influye en la forma de pensar, sentir y actuar del ser humano, y considerando que se debe vivir una

²⁰⁹ Ídem.

²¹⁰ María Consuelo Mejía. "Derechos sexuales y reproductivos: para elevar la calidad de vida y promover la justicia social" en: José Ángel Aguilar Gil y Beatriz Mayén Hernández (Comps.). Antología: *Hablemos de sexualidad*. México, CONAPO-MEXFAM, 1997, p. 331

sexualidad de forma libre, responsable, saludable y placentera, con la formación de actitudes conscientes y responsables, es necesario tomar en cuenta la necesidad de una educación sexual, de la cual hablaremos en el siguiente apartado.

4.6. Educación y sexualidad

La educación sexual es un aspecto de la educación en general y la sexualidad es un aspecto de la vida del ser humano, por lo que la educación sexual debe formar parte de una educación total del ser humano.

La educación sexual se vincula a la totalidad del proceso educativo, y debe implicar las capacidades de comunicación y relación interpersonal, de razonamiento crítico y la toma de decisiones libres y responsables, también se busca que la educación promueva la libertad la responsabilidad y la creatividad. Ésta acción debe promover cambio en la persona humana.

Contar con una educación sexual adecuada implica aceptar que la sexualidad es algo que forma parte de cada ser humano y que esta se construye desde el momento en que se nace.

Ya que se han establecido los conceptos de educación y sexualidad, pasemos al análisis de lo que propiamente se llama educación sexual, la cual tiene gran importancia dentro de la formación del ser humano.

Para Monroy²¹¹ la educación sexual consiste en orientar, canalizar y guiar la sexualidad a lo largo de la vida, es decir, proveer información para desarrollar el entendimiento de las relaciones humanas en sus aspectos físicos, mental, emocional, social económico y psicológico. Y esta educación debe formar parte de la educación integral del individuo incluyendo, más allá de una información anatómica y fisiológica, es decir, formación ya que se enfatiza el desarrollo de las actitudes positivas y valores morales humanos.

Bernadi considera que la educación sexual sólo puede concebirse como un aspecto de la educación en general, ya que forma parte, indisolublemente, de una educación total del ser humano. También afirma que dar una educación sexual al ser humano, significa únicamente enseñarle a vivir.²¹²

De esta manera, resume que la educación sexual consiste en una completa veraz información sobre todo lo que atañe al sexo, en un clima de absoluta libertad, de respeto por el niño, de lealtad, de ternura, por último agrega que la educación sexual, es la educación orientada hacia el placer de las

²¹¹ Anameli, Monroy. *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud*. México, Pax-México, 2002, p.29

²¹² Marcello, Bernardi. *Óp. Cit.* p. 25

relaciones humanas y hacia la dicha de una vida libre, la educación dedicada a dar y recibir amor en un clima de respeto recíproco, por lo que es un medio que no se puede evitar.²¹³

Para López²¹⁴, la educación sexual responde a preguntas, informa, entrena en habilidades interpersonales, fomenta valores y enseña criterios de salud, para ayudar a los seres humanos a reconocerse como hombre o como mujer, conocer los diferentes aspectos de la sexualidad humana y vivir su propia biografía en libertad, responsabilidad ética y salud, tanto en relación con el presente (la infancia), como el futuro (la juventud y la vida adulta).²¹⁵

Para Barragán y Bredy²¹⁶ la educación sexual la entienden como el proceso de construcción de un modelo de representación y explicación de la sexualidad humana acorde con las potencialidades de los seres humanos con el límite de respetar la libertad de los demás.

De esta manera, la educación sexual también la visualizan como un proceso lento, gradual y complejo que ha de facilitar la construcción de las diferentes nociones sexuales, y ha de ayudar a comprender los procesos históricos y culturales por los que se han generado los conocimientos actuales y la organización social y sexual vigentes.

Hay quienes considera la educación sexual como:

La parte de la educación general que incorpora los conocimientos bio-psico-sociales de la sexualidad, como parte de la formación integral del educando. Su objetivo básico es lograr la identificación e integración sexual del individuo y capacitarle para que cree sus propios valores y actitudes que le permitan realizarse y vivir su sexualidad de una manera sana y positiva, consciente y responsable dentro de su cultura, su época y su sociedad.²¹⁷

Por su parte Hiriart²¹⁸, concibe a la educación sexual como aquella que ayuda a que los individuos se sientan mejor respecto de su propio cuerpo y al de los demás, aumenta su seguridad, confianza y comodidad en las relaciones interpersonales. Ya que desde el punto de vista de la autora, la educación sexual amplía los conocimientos acerca del tema, y esto es la base para promover conductas más responsables, de igual manera, también promueve cambios en actitudes que dan lugar a mayor tolerancia y respeto hacia las conductas y los valores de otras personas, actitudes que propician la aceptación de la diversidad.

²¹³ *Ibidem*. p. 28

²¹⁴ Félix, López Sánchez. *Óp. Cit.* p. 44.

²¹⁵ *Ídem*.

²¹⁶ Fernando, Barragán Medero y Clara Bredy Domínguez. *Niñas, Niños, maestros, maestras: una propuesta de educación sexual*. España, Diada Editora, 1996. p. 25.

²¹⁷ Equipo Multidisciplinario del Instituto Nacional de Educación Sexual. Citado en Ferrer, Ferrán. *Cómo educar la sexualidad en la escuela*. Ediciones CEAC. España, 1992. p.37

²¹⁸ Vivianne, Hiriart Riedemann. *Óp. Cit.* p. 34

Por las definiciones anteriores, se puede entender que la educación sexual deberá ser un proceso formativo, informativo e integral; que promueva en el ser humano actitudes conscientes y de aceptación de sí mismo y hacia su medio, reafirmandose con información veraz y científica acorde a su desarrollo psicosexual, y que esto a su vez se manifieste en sí mismo, su familia y su núcleo social.

Por lo que hablar de una verdadera educación sexual implica que se presenten las siguientes características²¹⁹:

- Es un proceso, que comienza en los primeros años de existencia y continúa a lo largo de la vida. En este proceso se verán implicados tanto la familia como la escuela y la sociedad en general.
- Tiene que ver con un conjunto de aprendizajes que incidirán tanto el nivel de información y formación, como en el de las actitudes y en los comportamientos.
- Facilitar una adecuada, variada y correcta información será de especial importancia en este proceso. Adecuada, en cuanto que corresponda a las características del momento evolutivo y a las capacidades de la persona humana; variada, en cuanto que contemple no solo los aspectos anatómicos y fisiológicos de la sexualidad, sino también los psicológicos, sociales, antropológicos e históricos; correcta, en cuanto que esté basada en conocimientos científicos actualizados y por lo tanto, libre de prejuicios.
- A pesar de todo, convendrá recordar que la información es considerada en general como una condición necesaria pero no suficientemente; es decir, puede constituir una parte fundamental de un programa educativo, pero nunca la única.
- Esta información, incluida en un proceso educativo, debiera facilitar la adquisición de actitudes positivas hacia la sexualidad y hacia el propio cuerpo, y fomentar la propia autoestima y el respeto y afecto hacia los demás.
- La información debe tener también como finalidad desmitificar y desculpabilizar la sexualidad, liberando de sentimientos de culpa y vergüenza, favoreciendo la espontaneidad y la comprensión de la variedad y riqueza de la conducta sexual humana.
- Así mismo, debería promover comportamientos saludables en relación a la sexualidad, preparando para afrontar adecuadamente los problemas vinculados a la experiencia sexual.

²¹⁹ Pere, Font. *Pedagogía de la sexualidad*. España, ICE-Graó, 2ª ed. 1999. p.22-23

- También debería promover la responsabilidad, preparando para la toma de decisiones a través del análisis de las alternativas y posibles consecuencias.²²⁰

Considerando de esta manera la educación sexual, se pueden conseguir muchos beneficios para los preadolescentes.

Educar sexualmente de manera adecuada, implica que se enseñe al ser humano aprender a vivir la sexualidad de forma libre, responsable, saludable y placentera, de manera progresiva, contribuye al desarrollo de actitudes conscientes y responsables hacia la sexualidad.

Esto es la construcción de un proceso cuyo fin es la sexualidad como un saber que conforma las maneras en que se piensa, se siente, se actúa, se expresa y se entiende con su cuerpo, consigo mismo y con su entorno.

La educación sexual debe de estar integrada a la formación total del sujeto, pero no solo científico-biológico, sino también en lo afectivo-social. Debe perseguir la realización de una sexualidad plena y madura que permita al individuo una comunicación equilibrada dentro de un contexto de afectividad y responsabilidad.

La educación de la sexualidad es todo un proceso de acción realizada en el aprendizaje y en las experiencias del niño y del medio que le rodea, de su género, su erotismo, su desarrollo reproductivo, y sus vinculaciones afectivas. En este contexto que va creando su propio estilo de vida, éste es un proceso educativo que empieza con el nacimiento y termina hasta la muerte.

Educar sexualmente significa proporcionar información científica y orientación general acerca de los cambios físicos, psicológicos y sociales, significa conocer, aceptar, transformar y vivir nuestra propia sexualidad, significa conocerme, aceptar y respetar diferentes formas de comportamientos sexual, significa intercambiar valores, conocimientos y comportamientos, significa ejercer un pensamiento crítico de nuestras potencialidades, significa poder vivir una sexualidad reflexiva, sana congruente, respetuosa y responsable.²²¹

De ahí la enorme importancia de la educación sexual en la que se plante con anticipación, se consideran las necesidades de los educandos (tanto en contenido temático como en metodología), se forme e informe a lo largo de toda su vida, tanto del educando como del educador pero sobre todo que permita ver a la sexualidad como un aspecto relevante en el desarrollo de su personalidad y de su salud.

²²⁰ Ídem.

²²¹ María Guadalupe, Rubio Auriolés. *Óp. Cit.* p. 737

Con la educación sexual se trata de conceder a los seres humanos la posibilidad de ser personas felices, libres y responsables "...de no interferir su futuro, de no condicionar su porvenir, de no provocar una crisis, a ultranza, en su razón de vivir."²²²

Para lograr una educación sexual auténtica y eficaz hace falta una cierta actitud, una cierta forma de comportamiento basada en la comprensión, en la tolerancia, en el respeto, en la aceptación y en el amor.

El Consejo Nacional de Población²²³ menciona tres puntos básicos en la estrategia para conseguir integralmente los propósitos de la educación de la sexualidad:

1. Promover la toma de conciencia
2. Mostrar y propiciar una actitud de compromiso
3. Buscar la ejecución de la acción.

Estos tres puntos contribuyen a que el individuo adquiera conciencia de su propia sexualidad, para ser capaz de tener posición activa frente a ella, esto es, que sea él mismo quien decida sobre su sexualidad y que la asuma como una parte de sí mismo.

El segundo punto implica crear conciencia, tanto en los individuos como en las instancias responsables, de la necesidad de impartir educación de la sexualidad y de las funciones que cumple, así como la necesidad de que los educadores estén capacitados para ello; no se trata simplemente de hablar sobre sexualidad por que sí. Solo siendo conscientes del lugar que ocupa la sexualidad en la vida de todo ser humano y habiendo asumido la propia será posible comprometerse y hacerse responsable de ella.

Por último, la ejecución de la acción implica no dejar que esta información se convierta en el recuerdo de haber escuchado charlas, sino asimilar realmente la información para que pueda cumplir su función: que el individuo tenga un mayor conocimiento de sí mismo, que pueda desarrollarse de manera integral y que aprenda a vivir su sexualidad de una manera consciente y responsable.

A continuación, se presentan los tipos de educación sexual, con base a los tipos de educación general.

4.6.1. Educación Sexual Informal

La educación informal se basa en cualquier aspecto sexual que las personas reciben de manera no intencional, no deliberadamente, a través del medio ambiente y la interacción social cotidiana, como

²²² Marcello, Bernardi. *Óp. Cit.* p. 23

²²³ Citado en: Vivianne, Hiriart Riedemann. *Óp. Cit.* p. 47

la familia, las relaciones sociales, los medios masivos, que a veces son fuentes poco confiables y mal informadas, originándose de esta manera actitudes y valores sobre sexualidad con bases, en la mayoría de los casos, poco realistas.

En la educación sexual informal no existe una especificación de fines, pautas o metas, se carece de un método, técnica o material didáctico, al mismo tiempo que no se da un compromiso educativo entre quien ofrece y recibe la información, sin embargo, tiene un impacto real al observarse por medio de ejemplos, actitudes y valores.

Si bien, desde que nacemos recibimos información y/o formación sobre sexualidad, y es precisamente cuando se comienza a presentar este tipo de educación que es la informal, y como ya lo mencioné, la proporcionan los amigos, los medios masivos de comunicación, y de una forma preponderante y especial la familia, específicamente la madre que es el primer vínculo afectivo.

A partir del nacimiento se inicia la sexualidad, por ejemplo cuando se anuncia el sexo del bebé, se dice es un niño o una niña. Se trata de una manera a los hombres y otra a las mujeres, y se empieza a marcar diferencias sustanciales entre ambos sexos, aunque en realidad no sean inherentes ni a uno ni a otro.

La institución transmisora de los valores es por excelencia la familia. De esta manera, el niño y la niña aprenden desde la temprana infancia las actitudes hacia el cuerpo y los órganos sexuales, los modelos y la naturaleza de estímulos que pueden evocar la respuesta sexual, la valoración que los padres otorguen a las actividades de cada sexo, el papel del afecto, entre otros elementos de su sexualidad.²²⁴

Los padres ofrecen a sus hijos información sexual, en parte mediante las formas físicas en que se relacionan unos con otros, y por otro lado, por los mensajes verbales y no verbales que transmiten durante todo el desarrollo de su infancia. Aún cuando no se hable de sexo entre los padres e hijos, los niños asimilan valores y actitudes.

Los padres con quienes los preadolescentes podrían dialogar al respecto y que, en algunas ocasiones, serían la fuente idónea para dar respuestas a sus dudas, no siempre están dispuestos a hablar del tema. Esto puede deberse a distintas razones, como la falta de tiempo, de información o sus propias inhibiciones, entre otras. La educación de la sexualidad impartida por los padres tiende a ser restringida.

²²⁴ *Ibidem.* p. 38.

La información que los padres llegan a proporcionar se limita a los aspectos biológicos y de autocuidado y se dejan de lado los componentes emocionales y las dudas específicas que podrían inquietar a los preadolescentes, dicho mensajes tienden a ser muy generales.

Todos estos mensajes, actitudes, transmisión de valores, creencias y comportamientos de los padres serán de trascendencia para el desarrollo de las potencialidades genéricas, eróticas y reproductivas y de vinculación, este aprendizaje y experiencias deben ser fundamental importancia para su integración sexual.

Los hermanos participan en la transmisión de actitudes y comportamientos sexuales, sobre todo en el nivel de la imitación e información, que se recibe generalmente de hermano mayor a menor.

En la etapa preadolescente también, la educación informal es un medio principal de aprendizaje sobre la sexualidad. La mayor parte de la información que reciben los preadolescentes, acerca de los cambios corporales que están viviendo así como de las relaciones interpersonales, proviene de sus compañeros o grupo de amigos. Estos mensaje suelen ser acompañados de mitos y datos falsos tomados como verdades que sirven de base a comportamientos actuales y futuros, incluso muchos años después estas creencias permanecen arraigadas.²²⁵

También, cabe agregar que el proceso de socialización, constituye el primer paso en la educación sexual a la que todo individuo se ve expuesto, fuera de un proceso educativo basado en planes y programas ya establecidos para cada grado, este proceso existe espontáneamente e informalmente en cualquier sociedad y tiende a reproducir mecánicamente las normas, roles, creencias y valores de las anteriores generaciones, aún cuando muchas veces no sean congruentes con las nuevas situaciones y necesidades sociales.

4.6.2 Educación Sexual Formal

La educación sexual formal, que se brinda en la escuela, aborda información sobre aspectos de la salud sexual. Permite la adquisición de conocimientos, fundamentados científicamente, en el área biológica; la formación y la práctica de actitudes y habilidades con respecto al cuidado del cuerpo humano, el ambiente y la salud.

La educación formal implica la transmisión de información objetiva, libre de mitos y tabúes, que permita a los jóvenes crearse una idea personal, a partir, de sus propios valores e intereses. Les da la oportunidad de tomar decisiones congruentes con ellos mismos. Tiene objetivos específicos, está estructurada y es no valorativa.²²⁶

²²⁵ *Ibidem.* p. 42

²²⁶ *Ibidem.* p. 44

Lo formal se refiere a que debe tener metas específicas, cierta estructura y ser lo más neutra y objetiva posible. Generalmente en la escuela, se intenta dar este tipo de educación, para transmitir ciertos conocimientos que sean útiles para la vida presente y futura de los seres humanos.

La escuela constituye un agente socializador que colabora en la función educativa y socializadora de la familia. Da la oportunidad a los educandos de conocer otros modelos de hombre y mujer que en algunas veces difieren de los de la familia.

La educación formal es impulsada por la Secretaría de Educación Pública (SEP), que está basada en el plan y programas de Educación Básica para el nivel de la primaria en los libros publicados por ellos mismos. Se fundamenta en sugerencias y observaciones de científicos, representantes de los padres de familia y organizaciones sociales. En general, las temáticas que se abordan en la educación formal se centran en la pubertad, anatomía y fisiología de los órganos sexuales, ciclo menstrual, fecundación, embarazo y parto, así como el uso de métodos anticonceptivos y las infecciones de transmisión sexual. Por lo que los programas educativos incluyen aspectos sobre sexualidad para tratarlos de manera general; se habla de los aspectos biológicos y de la reproducción humana, que constituyen la información básica.

Son minoría los maestros que están suficientemente informados o seguros como para entablar diálogo abierto con los preadolescentes en materia de sexo, sobre todo cuando afloran problemas de pautas de conducta personal y desarrollo de los valores morales.

Existe poca capacitación nivel oficial para los profesores sobre los temas que deben impartir y sobre todo una secuencia adecuada de los mismos. Muchas veces los profesores no están sensibilizados ni concientizados sobre la trascendencia de los mensajes que transmiten al educando, sobre todo los verbales los cuales pueden producir mayor confusión y llegar a ser perjudiciales.

Por tanto, la preparación apropiada de los maestros, en temáticas de sexualidad, es de suma importancia, para que ellos sean los portadores de llevar a cabo el programa de manera adecuada, estrechando los lazos de unión entre el hogar y la escuela, los maestros y los padres.

A pesar, del creciente interés que ha cobrado el brindar educación sexual a los niños, adolescentes y jóvenes, la mayoría de los programas educativos existentes no les enseñan a tomar decisiones sobre el ejercicio de la sexualidad de manera libre e informada, ni tampoco contribuyen a que ellos un pensamiento crítico y tengan confianza en sus propias elecciones sexuales.

Se piensa que la educación sexual formal es aquella que provee conocimientos científicos y que solamente se presenta en las aulas de clase, sin embargo, se dejan de lado las actitudes y conductas de quien orienta, y difícilmente estas son sistemáticas y planeadas con anticipación.

Su carácter de formación debe dar lugar a la reflexión, a la discusión, al intercambio de ideas y a comentar los aspectos psicológicos, los intereses y las dudas que surgen con cada tema, se puede hablar de preocupaciones más personales.²²⁷ Se necesita trabajar más temas como los aspectos emocionales, las sensaciones que provocan los cambios, como afectan en la imagen que tienen de sí mismos.

4.6.3. Educación Sexual No Formal

Este tipo de educación es llevada a cabo por otras instituciones tanto públicas y privadas, dichas instituciones tiene un papel importante en la impartición de educación de sexual.

La educación no formal está representada instituciones públicas o privadas como: Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), la Secretaria de Salud. El Consejo Nacional para la Prevención y Control del Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (CONASIDA), el Sistema Integral para la familia (DIF), la Fundación Mexicana para la Planeación Familiar (MEXFAM), entre otras.

Además de temas relacionados con la sexualidad, esta modalidad incluye otros que faciliten el desarrollo y crecimiento personal, incluye temas sociales, así mismo cubre un gran sector de la población y se realiza a través de charlas informativas e informales, talleres y cursos bien planeados.²²⁸ Tales instituciones también comprenden cursos y talleres para la formación de profesionales en materia de sexualidad, así como el trabajo con padres de familia.

Es importante mencionar que una buena educación sexual logra que la persona vea la sexualidad como algo más amplio que la genitalidad y la reproducción que reflexione sobre el individuo de manera integral, en sus diferentes facetas, las cuales tienen que ver con la sexualidad. Cuando se da educación de la sexualidad es necesario abarcarla en su totalidad.

4.7. Objetivos de la educación para la sexualidad

Los objetivos generales de la educación sexual deben ser: promocionar el bienestar de las personas, ofreciéndoles conocimientos y ayudas, para que ellas mismas, desde su persona y capacidad de

²²⁷ *Ibidem.* p. 45-46

²²⁸ José, Aguilar Gil. “Educación de la sexualidad en la adolescencia: métodos y contenidos” en: *Antología de la Sexualidad Humana* (Tomo III) México, CONAPO, p. 771

decisión, organicen su vida sexual. Aceptar la diversidad de estas personas, y ayudar a cada una de ellas a que eviten los riesgos, a la vez que potencian aquellas conductas que promocionan su bienestar y el de los demás.²²⁹

Así mismo, también la educación sexual debe buscar favorecer la aceptación positiva de la propia identidad sexual y el aprendizaje de conocimientos y habilidades que permitan vivir las diferentes posibilidades de la sexualidad en cada edad, conforme el preadolescente lo desee.

La sexualidad debe tener como objetivos²³⁰:

1. Adquisición Conocimientos.

La adquisición de los conocimientos científicos que sustituyan la ignorancia, lo errores y las falacias referidas a la sexualidad y las relaciones interpersonales. Hacer entender a los alumnos la diferencia entre un conocimiento científico y una creencia es fundamental, para no confundir lo que se sabe con lo que se cree.²³¹

También se debe conseguir que los alumnos adquieran conocimientos sobre sexualidad, adecuados a su edad y sus necesidades, para relacionares consigo mismo y con los demás de forma saludable. La profundidad y extensión de los conocimientos debe ir aumentando hasta la adolescencia, pero en general, no tiene sentido estar obsesionado con dosificar la información, se debe de aumentar de acuerdo a como se crea pertinente o como la soliciten la información los preadolescentes.

2.- Adquisición de habilidades

No se trata de adquirir únicamente conocimientos, sino habilidades de comunicación y la toma de decisiones. La información para las conductas saludables, pero es necesario adquirir también habilidades que permitan y fomenten las conductas que se sabe son adecuadas y las habilidades necesarias para relacionarse de forma saludable y evitar las prácticas de riesgo. La adquisición de estas habilidades interpersonales busca combatir la agresividad, la timidez, el bloqueo en las relaciones.²³²

Las habilidades de comunicación son esenciales para el entendimiento y el apoyo. La asertividad pretende hacer a las personas eficaces en las relaciones sociales. El aprendizaje en la toma de decisiones permite aprender a valorar las diferentes alternativas, sus costos y sus beneficios.

3.- Adquisición de actitudes de amor, y tolerantes

²²⁹ Félix, López Sánchez. *Óp. Cit.* p. 217

²³⁰ *Ibidem.* p. 76-77

²³¹ *Idem.*

²³² *Idem.*

Las actitudes más adecuadas en educación sexual son la tolerancia y el amor.

Tolerar indica aceptar la diversidad. Reconocer que la sexualidad puede vivirse de muchas maneras y que no nos corresponde normativizar a los demás. Aceptar las manifestaciones propias de las diferentes culturas, etapas de la vida, de mujeres y hombres, de las diferentes orientaciones del deseo, de las diferentes minorías.

“Mostrar amor significa una apertura a las diferentes posibilidades positivas de la sexualidad: al placer, a la ternura, a la comunicación, a los vínculos afectivos y a la fecundidad.”²³³

4.- Adquisición de ética básica.

Los seres humanos son sociales y ello implica que los demás son una referencia inevitable. En las conductas sexuales esto es particularmente evidente. Por ello es importante que los recursos educativos tengan en cuenta el tipo de valores que promocionan.

Existe una importancia de la elección de valores que la educación sexual debe promover, estos deben conducir al desarrollo individual y social y buscar el bienestar y la armonía.

Entre estos valores²³⁴ e encuentran los siguientes:

- La libertad

El ser humano debe ser libre para elegir su propia sexualidad, siempre y cuando no atente contra la libertad de sí mismo o de otros. Así, las conductas sexuales en las que intervienen más de dos personas podrán ser aceptables en la medida en que los participantes se hayan relacionado libremente.²³⁵

- El respeto

Valor aceptado por todos que conduce a la consideración de las necesidades y derechos de otro; estos significa, por ejemplo, que no debe aceptarse ninguna conducta coercitiva que obligue a las personas a hacer algo que no desean.²³⁶

- La responsabilidad

Esta se ha convertido, hoy más que nunca, en un valor necesario para el ejercicio de la sexualidad, y su ámbito no se restringe a la esfera de la sexualidad ejercida dentro de la pareja, sino que obliga a

²³³ *Ibidem.* p. 77

²³⁴ Esther, Corona Vargas. “Una ética para la nueva sexualidad” en: José Ángel Aguilar Gil y Beatriz Mayén Hernández (Comps.). Antología: *Hablemos de sexualidad*. México, CONAPO-MEXFAM, 1997, p. 324-325.

²³⁵ *Ídem.*

²³⁶ *Ídem.*

considerar las consecuencias que determinada conducta puede tener en la familia, la comunidad y, aun más, en la humanidad misma.²³⁷

- La solidaridad

Nos acerca a los demás y fortalece nuestros vínculos.²³⁸

El derecho al placer.

Por último, y quizá esto resulte más controvertible, se considera que todo ser humano tiene este derecho, y no únicamente al sexual, sino también a derivar placer del hecho de ser hombres o mujeres, siempre y cuando esto no represente privilegio para un sexo y opresión para el otro. Es necesario promover la búsqueda del placer de vivir en un mundo en equilibrio con la naturaleza y luchar por la conservación y la regeneración –cuanto esto último sea posible- de nuestros recursos. Es necesario recurrir a la creatividad para inventar un mundo socialmente justo donde vivir sea un placer.

- 5.- Aceptación positiva de la sexualidad frente a rechazo o miedo

Se debe conseguir que acepte la sexualidad como una dimensión positiva. La sexualidad es una dimensión que nos define globalmente, como hombres o como mujeres (identidad sexual) y que tiene una realidad multidimensional (genética, gonadal, cerebral, genital, somática, sentimental, afectiva, social, etc.) que nos permite vivir diferentes posibilidades (placer, comunicación, afecto, fecundidad, etc.), por separados o juntas.²³⁹

Así también se debe promover una actitud para disfrutar de la actividad sexual y reproductiva. Se debe evitar la ausencia de temores, de sentimientos de vergüenza, culpabilidad, de creencias infundadas y de otros factores psicológicos que inhiban la actividad sexual o perturben las relaciones sexuales, la ausencia de trastornos orgánicos, de enfermedades y deficiencias que entorpezcan la actividad sexual y reproductiva.²⁴⁰

El placer debe aceptarse como algo legítimo y saludable, aceptar de forma positiva el deseo, la atracción, el enamoramiento, la ternura y todos aquellos sentimientos positivos que puedan ir asociados a la intimidad sexual.

La educación sexual debe considerar al ser humano de manera integral y brindar la construcción del conocimiento sexual partiendo de lo esencial como es el desarrollo personal, afectivo y social.

²³⁷ *Idem.*

²³⁸ *Idem.*

²³⁹ Félix, López Sánchez. *Óp. Cit.* p. 223.

²⁴⁰ *Idem.*

Es importante, considerar que una correcta educación de la sexualidad humana, debe iniciar a una edad temprana, lo cual implica que está habrá de ser progresiva, continua y completa, hasta que el individuo alcance su madurez.

La educación sexual que se les brinde a los preadolescentes ha de considerar dos aspectos básicos²⁴¹:

- Formación

Este aspecto engloba conocimientos, las actitudes, normas y valores respecto a la sexualidad, que contribuyen al propio bien, y al de la sociedad en la que viven los seres humanos.

- Información

Incluye toda la información que se proporcione a los preadolescentes, de forma consciente o inconsciente, a acerca de la sexualidad. La información consciente es toda aquella que se plantea y dirige, mientras que la inconsciente es aquella que se deriva a partir de las actitudes diarias de padres y demás personas significativas.

Fernando Barragán explica que el impulso sexual siempre está presente y la educación sexual, lejos de perjudicar, fomenta formas más sanas de vivir la sexualidad. Además que la persona informada y formada tiene la posibilidad de conocerse mejor, entender sus sensaciones y las de los demás, comprenden sus cambios y el funcionamiento de su cuerpo y sobre todo, acepta su sexualidad como parte de su vida y logra vivirla de una manera natural, en lugar de que llegue a ser una fuente de conflictos, miedos e incertidumbres.²⁴²

La educación sexual debe ser científica y racionalmente planeada: formativa e informativa, basándose en el desarrollo psicosexual del individuo y como proceso de asimilación de significados y de valores socioculturales.

Es importante tener en cuenta las siguientes características para otorgar una adecuada educación sexual:

- El derecho a saberlo todo
- No escandalizar el tema de la sexualidad al preadolescente.
- Hacer lo posible para que el preadolescente sienta siempre el sexo como algo limpio, de la que no debe avergonzarse en lo absoluto.
- Todo el cuerpo es agradable hermoso y correcto, incluso los órganos genitales.

²⁴¹ Anameli, Monroy.1999. *Óp. Cit.* p. 24

²⁴² Vivianne, Hiriart Riedemann. *Óp. Cit.* p. 35

Desde esta perspectiva, la educación de la sexualidad ha de fomentar la responsabilidad humana para que el individuo desarrolle al máximo sus capacidades, logrando por una parte su salud y bienestar, y por otra, proveer información para desarrollar el entendimiento de las relaciones humanas en sus aspectos: físico, mental, emocional, social, económico y psicológico; de tal forma que sea parte de la educación integral del preadolescente, sin limitarse a una simple formación anatómica y fisiológica, como suele ocurrir, por el contrario, habrá de enfatizarse el desarrollo de actitudes positivas hacia la sexualidad.

De manera resumida se pueden marcar los siguientes objetivos de la educación sexual:

- La educación deberá plantearse:
- Que la persona conozca y comprenda los procesos físicos y mentales relacionados con la sexualidad.
- Aprender que la sexualidad humana puede vivirse en forma creadora, unificando los criterios de libertad, respeto, responsabilidad y placer.
- Cultiva valores, normas y patrones de conducta que sean rígidos para permitir el orden y flexible para dar cabida al cambio de acuerdo al contexto en el que se desenvuelve
- Este consciente de los obstáculos a los que va enfrentarse en un mundo en el que los tabúes, mitos y falacias en sexualidad, están presentes.
- Reflexione buscando alternativas y abriéndose campo a pesar de las restricciones, ampliando sus límites.

Resulta muy importante que la educación sexual sea impartida por un profesional preparado, de tal forma que imparta conocimientos científicos que puedan favorecer o no determinados comportamientos, señalando las ventajas y las desventajas de cada situación y sobre todo sin inclinar la balanza en ningún sentido. Ya que de esta forma se permite que las y los educandos tomen sus propias decisiones considerando sus valores familiares y sociales.

4.8. Características del educador sexual

Una de las funciones del facilitador en la educación sexual es guiar al ser humano hacia la aceptación de su propia sexualidad, de modo que llegue a verla como un aspecto natural suyo y a tratarla como tal; es el encargado de crear un ambiente de confianza y seguridad, en el que el grupo pueda expresarse participar abiertamente sin temor al error ni al rechazo.

El educador sexual debe escuchar activamente y tener una actitud positiva hacia el grupo ya que ello puede tener muy buenos efectos. Además para dirigir una sesión sobre sexualidad es necesario conocer el tema a fondo y dominar los conceptos, contar con la capacidad de transmitirlo de manera clara. Así se logra que el público capte lo que se quiere decir logrando mejores resultados.

Es conveniente que el facilitador reconozca sus límites personales en el conocimiento de la sexualidad, ya que no siempre se tiene una respuesta para todas las preguntas. Los facilitadores también tienen derecho a desconocer algunas cosas y deben aceptarlo frente a grupo.

Es indispensable que el educador sienta verdadera disposición de orientar e informar, sobre una base de respeto y empatía, y un aspecto importante es el interés por los preadolescentes, adolescentes y jóvenes.

El educador sexual²⁴³ deberá ser:

- Empático
- Genuino
- Congruente
- Con una actitud de respeto y aceptación hacia el grupo y hacia cada uno de los individuos.
- Aceptar la propia sexualidad y la de otras personas.
- Con una actitud abierta hacia la sexualidad, así como la información necesaria sobre el tema.
- Conocer bien las metas y objetivos actuales de la educación de la sexualidad.
- Saber proporcionar información imparcial, objetiva, adaptada a la edad física, emocional y mental, así como a la experiencia de los preadolescentes; con afecto y respetando siempre su personalidad.
- Tener técnicas pedagógicas esenciales para el buen manejo de grupos.
- Estar actualizado en lo concerniente al material didáctico especializado, nuevos descubrimientos, bibliografías autorizada. Saber utilizar las técnicas afectivo-participativas de la educación sexual.²⁴⁴
- Flexible, no se trata de imponer valores, sino de fomentar la reflexión para que cada individuo tome sus propias decisiones.
- Con capacidad de autocrítica.
- Alguien que construya un ambiente de confianza y que propicie el respeto en el grupo.

²⁴³ *Ibidem.* p. 31.

²⁴⁴ Anameli, Monroy. 1999. *Óp. Cit.* p.37

- Alguien dispuesto a escuchar activamente.
- Asertivo
- Debe ser honesto, sincero, imparcial, abierto, sensible y capaz de comunicarse
- Poseer la capacidad de reconocer los casos que requieran ayuda profesional más allá de su competencia como facilitador.²⁴⁵

Estas características se forman y se adquieren poco a poco, mediante la reflexión la aceptación y la apertura.

En resumen, el facilitador requiere ser congruente, respetuoso, genuino, honesto empático y dinámico, además que debe propiciar la buena comunicación con los preadolescentes en un ambiente de confianza. Necesita tener conocimientos suficientes acerca del tema y transmitirlos en forma clara a los participantes, guiándoles a la propia toma de decisiones, atener claros sus objetivos y expectativas y al logro de aprendizajes significativos.

Es conveniente que al estar frente a un grupo se tenga conocimientos previos de sus características, para que ambos: educador y grupo, se entiendan mejor, y para que éste realmente pueda tener una postura empática ante los participantes.

La educación de la sexualidad se da constantemente y si se hace de manera consciente y con preparación, el resultado es mejor.

4.9 Importancia pedagógica de la educación para la sexualidad

Debido al incremento de problemas que tienen que ver con la sexualidad: divorcios, bombardeo de información sexual de los medios de comunicación sin una base de de una verdadera educación; embarazos precoces, no planeados, ni deseados; enfermedades sexualmente transmisibles, especialmente la aparición del SIDA; abuso sexual y violaciones; problemáticas de aborto y uso de métodos anticonceptivos, y morbilidad materna, y aún cuando la educación sexual no puede resolver estos problemas por sí sola, permite enfrentarlos, prevenirlos y buscar soluciones posibles.

La educación sexual contribuirá a que los preadolescentes tengan una vida más plena en el futuro: a que asuman su vida más sana y equilibradamente.

La Educación Sexual puede proporcionar una gran ayuda a los diferentes elementos que, de una manera o de otra, configuran el proceso de formación global del individuo, en donde entraría:

- Ayuda a consolidar la responsabilidad del individuo.

²⁴⁵ Idem.

- Ayuda a valorar el propio cuerpo tal como es.
- Ayuda a comprender y a respetar las personas con una sexualidad diferente.
- Dar elementos importantes al individuo, para que éste pueda establecer su escala de valores con conocimientos de causa.
- Ayuda a consolidar relaciones de confianza entre los niños y los jóvenes y los adultos. Esto comporta, en consecuencia, el asentar las bases para aprender establecer relaciones maduras con miembros de su comunidad, en las cuales puede afrontarse con problemas serios sin temores.
- Ayuda a no ser sujeto sexualmente conflictivo, que a menudo implica ser socialmente deficiente.

Plantearse a la sexualidad como una parte del individuo, que aunque no supone el factor clave de todos los otros que condicionan el comportamiento del individuo, sí que es uno de los más importantes que configuran la forma de ser y de actuar de las personas. Todo esto, implica que ha de ser objeto de formación.

De esta manera organismos internacionales²⁴⁶ también reconoce la importancia que tiene la educación sexual tales como la UNESCO y la OMS:

La UNESCO expresa que es necesario canalizar el interés natural por la sexualidad para que el niño consiga su equilibrio personal y, al mismo tiempo, se le capacite para poder entrar en relación con los otros y adoptar relaciones buenas en el seno de la familia, de la escuela o de la sociedad.

La OMS, por su parte, hace mención que hace falta conceder una absoluta preferencia a la educación sexual de la colectividad para prevenir las dificultades y la falta de armonía en asuntos de conducta sexual.

Además, cabe aclarar que la educación sexual guarda una gran importancia para el ser humano a todas las edades al igual que su sexualidad.

Sin duda alguna, con la educación sexual se trae grandes beneficios para la formación de los preadolescentes ya que ellos tendrán buena y más información en todas aquellas temáticas de la sexualidad así como en las dudas que presenten.

Los preadolescentes pueden aprender muchas cosas útiles para la vida: hablar de estos temas con naturalidad, a decir lo que realmente quieren, sin emplear palabras inadecuadas, podrán satisfacer su curiosidad, con los conocimientos y las respuestas a las preguntas que planteen.

²⁴⁶ Citado en: Citado en Ferrer, Ferrán. *Cómo educar la sexualidad en la escuela*. Ediciones CEAC. España, 1992. p.39

Así también, aprenderán a comunicarse mejor, aprendiendo hacer preguntas, a buscar ayuda si lo necesitan, a no guardar los malos secretos, se harán más conscientes de los riesgos y serán por ello más responsables

Se les prepara mejor para las relaciones afectivas y sexuales para resolver las necesidades de intimidad y de gozo, que es una de las metas importantes a lo largo de la vida. Pasarlos bien, disfrutar, llegar a conocer y gozar el placer sexual, es importante para el bienestar de las personas.²⁴⁷

Todos los objetivos están orientados a que finalmente cada persona asuma su libertad y responsabilidad en cuanto ser sexuado y organice su vida promoviendo su bienestar y el de los demás.

La educación sexual, desde este punto de vista, pretende ayudar a las personas a resolver bien la necesidad de intimidad corporal y afectiva, a la vez que a ser libres y responsables en la actividad sexual.

Lo que se pretende con la educación sexual es favorecer las condiciones para que cada ser humano resuelva bien sus necesidades de contacto y vinculación, más en concreto, favorecer las condiciones necesarias para ello a lo largo de la vida.

Específicamente se hace necesaria la educación sexual, también durante la etapa de la preadolescencia debido a que, como ya se analizó en el segundo capítulo, se comienzan a vislumbrar los primeros cambios puberales lo que trae consigo ciertas repercusiones en los preadolescentes como son las transformaciones del cuerpo.

La modificación del cuerpo, es la más evidente modificación que experimentan los preadolescentes, ya que se tiene un esquema corporal no solo cognoscitivo sino con valoraciones subjetivas que es interno. Por lo tanto, dicho esquema es una parte importante de la imagen que cada uno tiene de sí mismo, así como un elemento en el que se sustenta o expresa la autoestima.

El preadolescente va fundamentarse en la valoración de sí mismo y su apariencia corporal en la visión que de él le transmiten sus familiares, en particular sus padres. Así se creará una persona con muchos o pocos "defectos", así como lo hayan hecho sentir. Los compañeros, preocupados por la misma situación, intercambian comentarios y secretos o se liberan de sus inquietudes en forma que no siempre es solidaria, puesto que pueden buscar su seguridad destacando los "defectos" de algún otro preadolescente.

²⁴⁷ Félix, López Sánchez. *Óp. Cit.* p. 178-179

Por lo anterior, se observa que el preadolescente comienza a buscar respuestas, comparte sus inquietudes con sus amigos, a los cuales los comprende y a la vez se siente comprendido. Sin embargo, las respuestas que ellos pueden dar suelen estar cargadas de fantasía, mitos e información deformada. Los libros y las revistas científicas representan una opción para ellos, pero pocas veces recurren a estos medios.²⁴⁸

Muchas veces los adultos (padres, maestros, entre otro.) no hablan de sexualidad con los preadolescentes, algunas veces por ignorancia, otras porque consideran que son muy pequeños para saber sobre estas temáticas, por temor de que asuman su sexualidad y la vivan con autodeterminación y libertad. Así la educación sexual, surge como un recurso urgente para contrarrestar la falta de información, los prejuicios existentes, la poca autoestima y las confusiones en su vida que se comienzan a padecer durante la preadolescencia y recobran mucha mayor fuerza en la adolescencia.²⁴⁹

Es necesario dar importancia a la educación sexual dirigida a los preadolescentes para ayudarlos a formarse como individuos para que alcancen una autoestima consistente, para que sientan respeto por sí mismos y por los demás, amen y cuiden sus cuerpos, conozcan sus derechos, analicen el mundo que los rodea y desarrollen la fuerza necesaria para aprender de su experiencia y de la de los demás. Con lo cual también se pueda ayudar a vivir de forma satisfactoria su sexualidad, pero reconociendo que esta dimensión humana admite biografías sexuales diferentes, es decir que pertenece al ámbito de la libertad, del placer y bienestar, y de la responsabilidad.

Conocer los cambios evolutivos, prevenir y descubrir los posibles problemas y optimizar el desarrollo evolutivo, logrando los objetivos específicos, es muy importante para asegurar un adecuado desarrollo.

Por lo tanto, como ya se mencionó en otros apartados, educar sexualmente significa proporcionar información científica y orientación general acerca de los cambios físicos, psicológicos y sociales, significa conocer, aceptar, transformar y vivir nuestra propia sexualidad, significa conocer, aceptar y respetar diferentes formas del comportamiento sexual, significa intercambiar valores, conocimientos y comportamientos, significa ejercer un pensamiento crítico de nuestras potencialidades, significa poder vivir una sexualidad reflexiva, sana, congruente, respetuosa y responsable.

²⁴⁸ Vivianne, Hiriart Riedemann. *Óp. Cit.* p. 27

²⁴⁹ *Ibidem.* p.16

Todo esto puede parecer ambicioso y tal vez fuera de los alcances de la educación sexual, pero si el objetivo de esta última no es ofrecer opciones que posibiliten el bienestar de los seres humanos, es poco lo que nos queda por hacer a los educadores sexuales.²⁵⁰

De ahí que se busque, a través de talleres con una programación didáctica, basados desde la perspectiva del bienestar, el brindar, priorizar y secuenciar contenidos y, sobre todo, educar en aquellas actitudes y habilidades que pueden conseguir que los seres humanos sepan qué es el bienestar, deseen el bienestar, tengan un estilo de vida saludable y den o busquen ayuda para conseguir el bienestar personal y social.

Tales propuestas pedagógicas deben proponerse no solamente fomentar el desarrollo de determinados conocimientos y habilidades, sino cambiar las instituciones. Con frecuencia, los cambios de los individuos sólo son realmente posibles si va acompañado de cambios en las instituciones, especialmente del sistema de relaciones interpersonales dentro de ellas.²⁵¹

En este tipo de educación como es la educación sexual no se pueden esperar resultados espectaculares e inmediato, ya que intervienen muchos factores que frenan las expectativas esperadas de una acción de este tipo. Uno de los obstáculos para impartir educación sexual es la creencia de que al dar información a los preadolescentes estos acelerarán sus experiencias, ampliarán su curiosidad y querrán poner en práctica sus conocimientos.

Además la modificación de actitudes, la toma de conciencia, la asimilación y la responsabilidad sobre la propia sexualidad es un proceso lento y no se puede pensar que en un par de sesiones de sexualidad la situación y las conductas van a cambiar. Par esto se requiere la participación y el compromiso de los individuos en su propio proceso de desarrollo.²⁵²

Los que se busca es sentar bases para el desarrollo, promover el pensamiento crítico, la autoafirmación, las opciones para lograr la autodeterminación y las conductas responsables, en los seres humanos.

De aquí la importancia de abordar formalmente los temas de sexualidad en la preadolescencia, ya que como señala Rubio, una sociedad mejor requiere de una sexualidad vivida en forma armónica, plena, responsables y libre; para lo que se requiere, contar con la información y formación necesaria.²⁵³

²⁵⁰ Esther, Corona Vargas. *Óp. Cit.* p. 325.

²⁵¹ Félix, López Sánchez. *Óp. Cit.* p. 43

²⁵² Vivianne, Hiriart Riedemann. *Óp. Cit.* p. 69-70

²⁵³ Eusebio, Rubio Auriolés. *Óp. Cit.* p. 44.

CAPÍTULO V

Recopilación de información como sustento de la propuesta pedagógica

A continuación, brindaré un panorama general de los programas de educación primaria 5º y 6º grado de la SEP y de sus libros de texto, para conocer los contenidos que reciben las preadolescentes sobre las temáticas de sexualidad y autoestima, en el espacio escolar.

Lo anterior, sirve como base para la elaboración de mi propuesta pedagógica, de manera que venga a ser un complemento de la educación que reciben en la escuela, así como, cabe mencionar, la del ámbito familiar.

También se presenta información relacionada con la descripción de las características que poseen los seres humanos (población) a los que va dirigido la propuesta pedagógica, es decir, las características que de manera en general presentan las preadolescentes que viven en La Fundación “Clara Moreno y Miramón”, dicha información se deriva de la aplicación de un cuestionario, que incluye lo referente a las actividades de las niñas dentro del internado, área personal, social, escolar y familiar

De igual manera, se presenta información y resultados de la aplicación de dos cuestionarios a las preadolescentes, sobre la temática de la Sexualidad y la evaluación del nivel de Autoestima a través de la aplicación del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith. Así mismo, se muestra los resultados de los cuestionarios aplicados al personal de la institución.

Los resultados e información obtenida de los instrumentos antes mencionados, también vienen a ser una referencia importante, ya que brindan elementos necesarios, para la elaboración de la propuesta pedagógica.

Es importante resaltar que, la propuesta pedagógica que se presenta en el presente trabajo, pretende cubrir las necesidades encontradas en las preadolescentes, respecto a las temáticas de sexualidad y autoestima; así mismo también se busca cubrir la aquellas carencias o huecos que hay en la educación escolar y en el ámbito familiar sobre las mismas.

De esta manera la propuesta pedagógica que se presenta pretende ser un recurso de apoyo teórico-metodológico, para la formación de las preadolescentes de manera extraescolar, en autoestima y sexualidad, de la educación que no se esté brindando en el hogar, de la que se deje de lado en la escuela y así mismo como también de la misma que manifiesta la institución carecer.

Es importante, mencionar que el objetivo del presente capítulo es brindar información sobre la población institucionalizada, a quien va dirigida la presente propuesta, lo cual a la vez permite contar

con información que ayude al profesional de la pedagogía a desarrollar, es decir, a planear mejores programas (en ese caso con una metodología de taller) que estén congruentes con la población a quien se destinan.

5.1. La educación sexual y autoestima en la educación básica: nivel primaria

En este apartado, se presentan los planteamientos de educación sexual y algunas consideraciones referentes a la autoestima, que propone el plan de estudio de la Secretaría de Educación Pública (SEP) en su programa de la asignatura de Ciencias Naturales.

El propósito de este apartado, es conocer y analizar la forma en que se plantea la educación sexual y autoestima en el plan y programas de Ciencias Naturales de la educación básica, específicamente 5° y 6° de nivel primaria, en los cuales se encuentran ubicados los preadolescentes.

Lo anterior, servirá para tener una visión de los contenidos que reciben las preadolescentes, en la educación formal y la manera en que se pretende que la presente propuesta pedagógica sea un apoyo y refuerzo a dicha educación, así como de aquella que pudieran recibir del ámbito familiar. Además que tal propuesta es un medio a través de cual la "Fundación Clara Moreno y Miramón" -en su función de casa hogar- busca procurar esa parte de la educación necesaria para las preadolescentes.

5.1.1. Plan y Programas de la SEP

Es a partir de la década de los setenta, cuando se inicia, de manera formal, una reforma educativa en torno a los temas de sexualidad. La SEP asumió el compromiso de ofrecer educación sexual a los niños y jóvenes de México incorporándose los contenidos de la educación sexual en las escuelas primarias públicas únicamente en los grados 5° y 6° grado, procurando una congruencia entre el programa de sexualidad y el marco de los valores de la sociedad, explícitos en el artículo 3° constitucional.

Por primera vez, en 1975 se introduce en los libros de texto de Ciencias Naturales información sobre educación sexual, pero solamente en el sexto grado, tales contenidos manejaban un enfoque específicamente biológico que pretendía dar respuesta a la política demográfica de la época.²⁵⁴

²⁵⁴ Gabriela, Rodríguez Ramírez. "Treinta años de educación sexual en México" en Martha, Mícher Camarena. *Población, desarrollo y salud sexual y reproductiva* (Coord.) Grupo Parlamentario del PRD Cámara de Diputados LIX Legislatura. Congreso de la Unión, México, 2004, p. 13

Durante el período de 1989 a 1994 se promueve la Modernización Educativa, la cual trae consigo ajustes en los planes y programas oficiales de la SEP, en lo que respecta a la educación sexual del nivel básico, en los cuales se empieza dar importancia a partir de tercero grado de primaria a temas como el desarrollo afectivo, relaciones interpersonales, pubertad y reproducción humana y en sexto grado se revisan aspectos de prevención del SIDA.

Los planes y programas de estudios de la SEP están coordinados con los objetivos de libros de texto gratuito para los niños de nivel primaria. En 1993 la SEP inicia el programa de renovación de los libros de texto gratuito.

A partir de 1993 la Ley General de Educación promueve la preservación de la salud, la planificación familiar y la paternidad responsable, dentro de la educación básica a través de la asignatura de Ciencias Naturales además de abordar temas como los cambios físicos y psicológicos durante la adolescencia, la herencia y la reproducción, se revisaba conceptos como roles de género.

El actual plan de estudios de la SEP, menciona que es un medio para mejorar la calidad de la educación, atendiendo a las necesidades básicas de aprendizaje de los niños mexicanos, que vivirán en una sociedad más compleja y demandante que la actual, y además agrega que el Estado y la sociedad en su conjunto realizan esfuerzos sostenido para elevar la calidad de la educación que reciben los niños.²⁵⁵

Por otra parte, se menciona que este plan de estudios responde a una prioridad de una reorganización, que considera las necesidades educativas, como el fortalecer los conocimientos y habilidades básicos, entre los cuales destacan la vinculación del conocimiento científico con la preservación de la salud.

Dentro de las fortalezas²⁵⁶ de los programas de estudios 1993 se encuentran:

- ✓ Aceptación del tratamiento de contenidos de educación sexual en la escuela.
- ✓ Inclusión de temáticas relevantes y de interés para los alumnos: adicciones, sexualidad.
- ✓ Propiciar la participación de manera activa de los alumnos en la promoción de la cultura para la prevención en su sentido amplio (accidentes, riesgos, enfermedades, adicciones), esto con el fin de fomentar el cuidado de la salud individual y colectivamente y para mejorar el entorno en el que se vive.

²⁵⁵ SEP. *Plan y Programas de estudio: Primaria*. SEP, México, 1993. p. 9

²⁵⁶ SEP. (2008). *Reforma Integral de la Educación Básica*. Página Web: [http://basica.sep.gob.mx/dgdc/sitio/pdf/PlandeestudioCN\(200508\).ppt](http://basica.sep.gob.mx/dgdc/sitio/pdf/PlandeestudioCN(200508).ppt). Consultada 28 de junio de 2008.

- ✓ Buscar fortalecer la autoestima y desarrollar la autonomía como componente de la formación integral.

Hoy en día como resultado del proyecto de modernización educativa se pretende dar continuidad y actualización a los contenidos temáticos de los libros oficiales de texto de las primarias, dar un enfoque más integral a la sexualidad, aunque aún siguen siendo mínimos y no hay una metodología específica a trabajar.

Los programas de Ciencias Naturales en la enseñanza primaria responden a un enfoque formativo, su propósito central es que los alumnos adquieran conocimientos, capacidades, actitudes y valores que se manifiesten en una relación responsable con el medio natural, en la comprensión del funcionamiento y las transformaciones del organismo humano y en el desarrollo de hábitos adecuados para la preservación de la salud y el bienestar.²⁵⁷

Conforme a esta idea, el estudio de las Ciencias Naturales en este nivel los contenidos son abordados a partir de situaciones familiares para los alumnos, de tal manera que cobren relevancia y su aprendizaje sea duradero.²⁵⁸

La organización de los programas responde a los siguientes principios orientadores.

1º Vincular la adquisición de conocimientos sobre el mundo natural con la formación y la práctica de actitudes y habilidades científicas.

2º Relacionar el conocimiento científico con sus aplicaciones técnicas.

3º Otorgar atención especial a los temas relacionados con la preservación del medio ambiente y de la salud.

4º Propiciar la relación del aprendizaje de las ciencias naturales con los contenidos de otras asignaturas.

En lo que respecta, específicamente al principio 3º, el plan de estudios menciona que estos temas están presentes a lo largo de los seis grados, cada vez con mayor precisión. En el tratamiento del tema de la salud, los programas proponen la incorporación de los elementos de explicación científica pertinentes y adecuados al nivel de comprensión de los niños. El tema de la preservación de la salud, en la cual se encuentran contenidos la educación sexual y solo algunos puntos de la autoestima, se incluyen en el programa de la asignatura de Ciencias Naturales. Por lo que es conveniente de ampliar e incluir los aspectos psico-sociales de la sexualidad humana.

²⁵⁷ Armando, Sánchez Martínez. *El estudio de la sexualidad en la educación básica*. en Martha, Mícher Camarena. *Óp. Cit.* p. 66

²⁵⁸ SEP. *Plan y Programas de estudio: Primaria*, p. 13.

Una prioridad de la propuesta para la enseñanza y el aprendizaje de las Ciencias Naturales en las escuelas primarias son la comprensión del funcionamiento y los cambios del cuerpo humano, con una orientación hacia el desarrollo de hábitos adecuados para el cuidado de la salud y para el desenvolvimiento integral del individuo.²⁵⁹ En este contexto se proporciona la educación sexual en los contenidos de los programas de Ciencias Naturales de educación primaria, particularmente en uno de los cinco ejes que con los que cuenta.

Los contenidos en Ciencias Naturales han sido organizados en cinco ejes temáticos, que se desarrollan simultáneamente a lo largo de los seis grados de la educación primaria. Estos ejes son:

- Los seres vivos.
- El cuerpo humano y la salud.
- El ambiente y su protección.
- Materia, energía y cambio
- Ciencia, tecnología y sociedad.

El eje: El cuerpo humano y la salud.

Este eje está conformado de la siguiente manera:

Quinto grado

- El cuerpo humano y la salud.
- El sistema nervioso.
 - Sus órganos más importantes y su función.
- Glándulas y hormonas.
 - Función general de las glándulas.
 - Glándulas de secreción interna y externa.
- Función general de las hormonas.
 - Hipófisis: una glándula que regula todo el cuerpo.
- Aparato reproductor.
 - Estructura y función del aparato reproductor masculino.
 - Estructura y función del aparato reproductor femenino.
- Los roles sexuales y los prejuicios existentes en cuanto a diferencias de inteligencia, competencia y habilidad entre los sexos.

²⁵⁹ SEP. *La enseñanza de las Ciencias Naturales en la escuela primaria. Guía de Estudio.* SEP, México, 2001, p. 65

- Importancia de la alimentación.
- Alimentación equilibrada. Combinación y variación.
- Repercusión de una dieta inadecuada para el organismo.
- Importancia del aprovechamiento de los alimentos propios de la región.
- Adicciones: alcoholismo y tabaquismo.
- Daños ocasionados por las adicciones y medidas preventivas.
- Influencia de los medios de comunicación en la promoción de las adicciones.

Sexto grado

- El cuerpo humano y la salud.
- Crecimiento y desarrollo del ser humano.
- Características generales. Infancia, pubertad, adolescencia, estado adulto y vejez.
- Caracteres sexuales. Primarios y secundarios.
- Los cambios físicos y psicológicos durante la pubertad.
- Reproducción humana.
- Células reproductoras, masculinas y femeninas.
- Fecundación, embarazo y parto.
- Herencia biológica. Características generales.
- Visión integral del cuerpo humano y de la interacción de sus sistemas.
- Causas que alteran el funcionamiento del cuerpo humano.
- Agentes.
- Prevención, cuidado y control de enfermedades.
- Farmacodependencia y drogadicción.
- Medidas de prevención.
- Sus consecuencias individuales y sociales.
- Consecuencias de una alimentación inadecuada.

Este eje, como se aprecia, se relaciona de manera directa con la educación sexual. Los temas incluidos en este eje están organizados con la finalidad de que los alumnos conozcan la estructura básica de los principales aparatos y sistemas del cuerpo, sus funciones generales y los cuidados que requieren. Se hace hincapié en que para el adecuado funcionamiento del organismo se debe fomentar la promoción de la salud, con acciones encaminadas a su desarrollo integral, así como a la prevención de enfermedades y accidentes.

En este eje se organiza el conocimiento de las principales características anatómicas y fisiológicas del organismo humano, relacionándolo con la idea de que de su adecuado funcionamiento dependen la preservación de la salud y el bienestar físico, implícitamente se emiten ideas acerca de la importancia de la autoestima, haciendo referencia a la valoración positiva de sí mismo.

Se pretende también que los niños se den cuenta de que las enfermedades más comunes pueden ser prevenidas, dando importancia, en la preservación saludable del cuerpo humano a los hábitos adecuados de alimentación e higiene; así mismo, se presentan elementos para el conocimiento y la reflexión sobre los procesos y efectos de la maduración sexual y los riesgos que presentan las adicciones más comunes.²⁶⁰

En este contexto, el estudio de la sexualidad en la educación básica cobra relevancia, ya que con ella se favorece la construcción gradual de conocimientos, el desarrollo de procedimientos y el fortalecimiento de actitudes. Así las niñas y los niños pueden mejorar y mantener la salud sexual, al comprender, aceptar y disfrutar su propia sexualidad. Al mismo tiempo pueden reconocer algunas tradiciones y costumbres sexuales propias de su comunidad, así como la existencia de otras, en un marco de respeto, apegadas a la legislación mexicana y a los derechos humanos.²⁶¹

La asignatura de Ciencias Naturales es impartida con tres horas a la semana cubriendo un total de 120 horas anuales. Con el estudio de las Ciencias Naturales se pretende que los niños conformen una visión integral de su cuerpo.

Específicamente se pretendió dar prioridad en mejorar la educación con la sexualidad y la salud reproductiva de manera tal que lo alumnos obtenga una orientación respetuosa y clara que contribuya a disminuir el embarazo y la maternidad precoz, combatir la agresión sexual y reducir la incidencia de enfermedades sexualmente transmitidas, así como el combatir las adicciones a las sustancias tóxicas y generadoras de dependencia. Claro es que estos temas se abordarían en algunos grados del nivel primaria y se extenderían mayoritariamente al nivel secundaria.

En estos últimos grados (5° y 6°) se brinda el tema de equidad de género, así como las implicaciones afectivas, de valores e intelectuales del desarrollo adolescente y de las relaciones sexuales entre adultos. Se hace hincapié en la importancia de la responsabilidad, la moderación y el respeto a uno mismo y a los demás, como valores indispensables para alcanzar la vida plena.²⁶²

²⁶⁰ SEP. *Plan y Programas de estudio: Primaria*. p. 74

²⁶¹ Armando, Sánchez Martínez. *Óp. Cit.* p. 68.

²⁶² *Ídem*

5.1.2 Libros de texto

Es básicamente en el libro de texto gratuito del Área de Ciencias Naturales para 5° y 6° grado donde se tocan aspectos de la educación sexual; en el cual se nota que en su mayoría habla de aspectos biológicos y anatómicos dejando de lado los aspectos emocionales y afectivos, ya que se encuentran en mensajes implícitos o esporádicos.

Los libros oficiales de texto se han ido modificando; de acuerdo a las respuestas de los avances y cambios políticos, económicos, culturales y educativos que ha venido sufriendo nuestro país. En consecuencia estos deberían ser susceptibles de modificaciones y ajustes para ser considerados como elementos que realmente ayuden al preadolescente a encontrar nuevos caminos y soluciones apropiadas a su contexto y experiencias.

Lo anterior, debe ser aplicable a la sexualidad, ya que en cualquier contexto o lugar los avances en educación sexual por mínimos que estos sean requieren de una nueva educación que permita el desarrollo de las personas y la sociedad misma.

A continuación, aparecen algunos temas de las lecciones que hablan de educación sexual y algunas consideraciones de la autoestima, de los libros de textos gratuitos del área de Ciencias Naturales en los dos últimos grados 5° y 6° grado que son los grados en los que se encuentran las preadolescentes.

Para 5° año²⁶³:

El cuerpo humano y la salud	
La diversidad humana Bloque 3	
Lección 18	"Orden y organización: el sistema glandular". - Función general de las glándulas - Glándulas de secreción interna y externa - Función general de las hormonas - Hipófisis: una glándula que regula todo el cuerpo
Lección 19	"Las mujeres son distintas a los hombres". - Aparato sexual femenino y las hormonas - Ciclo menstrual - Cuidados e higiene del cuerpo - Concepto de reproducción

²⁶³ SEP. *Ciencias Naturales. Quinto grado*, México, 1998.

	<ul style="list-style-type: none"> - Embarazo y parto concepto de fecundación - Relaciones sexuales.
Lección 20	<p>"Los hombres son distintos a las mujeres".</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las hormonas en el desarrollo sexual - Aparato sexual y masculino - Características primarias y secundarias - Concepto de semen, erección, eyaculación y seños húmedos. - Relaciones sexuales - Cuidados e higiene del aparato sexual
A partir de la lección 21 se habla con respecto a cuestiones sobre género y la igualdad entre hombres y mujeres.	
Lección 21	<p>"Especie e individuos, semejanzas y diferencias"</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identidad personal - Aceptación y respeto como valores - Reconocimiento de diferencias físicas, psicológicas, biológicas sociales.
Lección 22	<p>"Las oportunidades entre hombres y mujeres deben ser las mismas".</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equidad de género - Roles en la sociedad - Respeto entre géneros
Lección 24	<p>"La diversidad humana".</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estudia los cambios que se producen en el cuerpo humano a diferentes edades. - Reflexión de los cambios que experimenta su cuerpo - Aceptación de si mismo - Responsabilidad de tomar decisiones para mantener la salud. - Valor de respeto.

En este grado se observa que aparecen nuevos temas, con los cuales aun no se han familiarizado los alumnos, se pretende que las explicaciones sean claras, pero se manejan expresiones en las que se interpretara como si la sexualidad solo se diera en la adultez y que por ser niño aun le falta tiempo para conocer ciertos temas.

Por otra parte, aunque existen temas relacionados con la autoestima como por ejemplo la aceptación de sí mismo, no hay una claridad específica en el tema, ni se le da mayor profundidad, por lo que sólo se transmiten ideas de manera implícita e indirectamente.

Con respecto a las imágenes, aparecen esquemas del cuerpo por partes o en general de acuerdo a los contenidos temáticos y algunas fotografías alusivas en cuanto a las actividades o roles. También se presentan gráficas de apoyo para explicar temas como lo referentes a roles y equidad de género.

Para 6º año²⁶⁴:

El cuerpo humano y la salud	
La diversidad humana Bloque 3	
Lección 17	<p>“Como crecemos y nos desarrollamos”.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concepto y etapas de crecimiento y desarrollo - Relación entre crecimiento y desarrollo - Se refiere a las etapas del desarrollo humano desde la niñez hasta la vejez.
Lección 18	<p>“Los cambios del cuerpo en la adolescencia”.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconocimiento de los cambios corporales - Reafirmación de aparatos sexuales - Características primarias y secundarias - Higiene y salud.
Lección 19	<p>“Camino hacia la edad adulta”</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concepto de identidad - Amistad - Atracción entre ambos géneros - Valor de convivencia - Agresión y violencia

²⁶⁴ SEP. *Ciencias Naturales y Desarrollo Humano. Sexto grado*, México, 1999.

	<ul style="list-style-type: none"> - Equidad de género - Respeto entre ambos géneros - Machismo - Relaciones familiares
Lección 20	<p>“La reproducción humana”.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concepto y vocabulario de la relaciones sexuales - Relaciones sexuales y sus implicaciones fisiológicas, psicológicas y sociales - Concepto y proceso de embarazo - Concepto de parto - Lactancia y cuidados del recién nacido
Lección 21	<p>“La herencia biológica”.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abarca aspectos de genética - Determinación biológica del sexo - Sexo cromosómico - Las alteraciones genéticas que producen enfermedades.
Lección 22	<p>“El cuerpo humano funciona como un todo”</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concepto y funciones de todos los aparatos y sistemas de nuestro cuerpo - Trata en general del funcionamiento del cuerpo humano de la salud y la enfermedad.
Lección 23	<p>“La cultura de la prevención”</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concepto de prevención - Formas de adquirir una cultura de prevención - Prevenir adicciones - Prevención de la enfermedades de transmisión sexual

En este grado se observa una continuidad de los temas con los del grado anterior, en algunos casos se vuelve a reiterar la información y en otros se amplía, pareciera que se contempla a la educación sexual más inclinada en el área de la salud, que de manera integral, es decir, no se ha manejado un equilibrio entre los contenidos abordados respecto a las tres áreas didácticas de la sexualidad (biológica, psicológica y social).

En estos contenidos temáticos existen mayoritariamente fotografías acordes a los textos, también existe algunos dibujos y esquemas de apoyo. Cabe señalar que a lo largo de todo este bloque se observa una historia de vida de diferentes etapas y procesos de desarrollo.

El lenguaje que se usa para las explicaciones y los conceptos es claro y concreto, se retoman la mayoría de los elementos del grado anterior, nuevamente no se le brinda un espacio más amplio al aspecto de la autoestima, solo se menciona entre líneas algunas ideas.

Cabe destacar, que si bien se retoman aspectos biológicos, también se observa que se presentan temas importantes como: equidad de género, así también se presentan algunos valores tales como el respeto. Se muestran diversas actividades de apoyo y se plantean preguntas para iniciar algunos elementos del tema que se aborda.

De acuerdo, a los contenidos de los programas y libros de Ciencias Naturales de educación básica, que se imparte en la escuela primaria, no están basados en algunas necesidades básicas de las niñas de casa hogar por ejemplo: autoestima.

Aunado a esto, es necesario mencionar que el docente a veces no cuenta con una capacitación adecuada sobre los ajustes y cambios de los libros de texto y mucho menos cuenta con una orientación sobre la importancia de su rol frente a los educandos al trabajar los diversos temas de sexualidad así como de autoestima.

Hoy en día se cuenta con más materiales didácticos, libros de texto gratuito actualizado y guías para los docentes, pero también existen o prevalecen algunos grupos que rechazan la posibilidad de seguir abordando y actualizando el tema, aún persiste la falta de capacitación y orientación a los docentes, áreas en las que también es necesario reestructurar con una visión pedagógica.

Si bien, se reconoce que es claro que los contenidos que manejan los programas son elementales, y han mejorado notablemente, pero es necesario trabajar de manera extraescolar en esta áreas de la sexualidad y autoestima, en las que hay que tomar en cuenta las inquietudes de los educandos, partiendo no solo aspectos reducidos a los biológico, sino que involucren el placer y la satisfacción, así como ejercicios de una sexualidad plena y responsables, es decir considerar a la sexualidad de

manera integral, considerando el aspecto biológico, psicológico y social. Se debe brindar una atención especial a la autoestima de tal forma que el educando se conozca y logre tener confianza en sí mismo, para aprovechar adecuadamente sus capacidades como ser humano, así mismo sea capaz de comunicar su pensamiento y su afectividad.

También se reconocer "...En el proceso de construcción de conocimientos sobre sexualidad humana resulta imprescindible la comunicación y colaboración entre niñas y niños, maestras y maestros, madres y padres de familia"²⁶⁵, y de todo el que esté a cargo de la educación, si bien es cierto, no toda esta labor depende completamente de la Educación Formal

Deberá tenerse presente que la educación sexual no involucra únicamente el estudio en clase de las lecciones que parecen en el libro de texto, sino que es un proceso permanente en el ser humano resultado de sus múltiples interacciones.

De ahí que surja la importancia de este tipo de propuestas como la del presente trabajo.

A continuación se presenta una serie de resultados e información valiosa, arrojados por los cuestionarios aplicados a la población preadolescentes que viven en la Casa Hogar Fundación "Clara Moreno y Miramón" y al personal de la misma institución.

La población que se consideró para la aplicación de los instrumentos fue una muestra de 16 menores, que se ubiquen dentro de los rasgos característicos de la preadolescencia de acuerdo a la población total de la institución, edades entre los 10 y 12 años que se encuentran cursando el 5º y 6º de primaria.

5.2. Cuestionario: ¿Cómo se vive en la casa hogar?

Se aplicó un cuestionario colectivo²⁶⁶ revisado y aprobado por la Fundación "Clara Moreno y Miramón", para conocer más afondo a las preadolescentes así como sus actividades dentro de la institución, en el área personal, social, escolar y familiar. Cuyo objetivo fue evaluar la percepción de sí mismas en el marco institucional, así como la relación con los demás miembros de la institución, en su entorno escolar y familiar. Este cuestionario arrojó información cualitativa.

De la muestra de las dieciséis preadolescentes, seis de ellas cuentan con 10 años de edad, cinco con 11 años y cinco más con los 12 años cumplidos. Dicha población se encuentra cursando el 5º y 6º año respectivamente, acudiendo a la escuela primaria "General Francisco Menéndez" por las tardes.

²⁶⁵ Armando, Sánchez Martínez. *Óp. Cit.* p. 67.

²⁶⁶ Ver anexo A

Aproximadamente, 5 preadolescentes de esta población lleva viviendo seis meses en la institución, 4 llevan cuatro años, solo una de ellas ha permanecido en la institución desde hace cinco años, el resto varía entre 1 y 3 años de permanencia dentro de la institución.

A continuación se muestran los resultados que arrojó el cuestionario, del cual se retoman algunos de los reactivos que resultan importantes y necesarios para fundamentar la propuesta pedagógica.

Frecuencia y porcentajes de los reactivos referentes a la estancia de las niñas con la casa de hogar.

ESTANCIA EN LA INSTITUCIÓN (CASA HOGAR)

TABLA I

Reactivo		
¿Sabes por qué estás aquí en la Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
No la pueden cuidar por que tienen otras hijas	6.25	1
Pasa mucho tiempo en la calle	6.25	1
La mamá no la puede cuidar por que trabaja	75	12
Problemas familiares	6.25	1
Sus papás trabajan	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Te gusta vivir en la Casa Hogar? ¿Por qué?		
Respuesta	%	Frecuencia
Sí - Porque tiene muchas amigas. - Tiene quien la cuide. - La hacen sentir feliz y a gusto. - La divierten, la llevan al doctor y de paseo. - No contesta.	56.25	9
No - No se ha acostumbrado. - No ve a sus tías. - No contesta.	18.75	3
Más o menos - Está lejos de su mamá y no le gusta la comida. - Tiene amigas, pero no ve a su mamá.	25	4

- Se aburre pero se siente protegida.		
Total	100	16
Reactivo		
¿Qué es lo que más te gusta de Casa Hogar? ¿Por qué?		
Respuesta	%	Frecuencia
Ver a sus compañeras.	25	4
Los paseos o salidas le son divertidos.	12.50	2
Las guías son muy cariñosas.	6.25	1
Le gusta que la cuiden y se siente protegida.	6.25	1
Las actividades le parecen divertidas y aprende.	6.25	1
La escuela.	6.25	1
Los juegos de mesa en su terapia.	6.25	1
Es divertido y la hacen reír.	12.50	2
La comida, los paseos, la hacen feliz.	6.25	1
Por tener la oportunidad de aprender más.	6.25	1
Por el dormitorio, ya que duerme a gusto.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Qué es lo que te disgusta de Casa Hogar? ¿Por qué?		
Respuesta	%	Frecuencia
El salón, no le gusta escribir tanto	6.25	1
Les piden muchas cosas y en su familia no hay dinero.	12.50	2
No les gusta la comida.	31.25	5
Las guías son regañonas.	12.50	2
No la dejan peinarse y vestirse como quiere.	6.25	1
Casi todo le parece mal.	6.25	1
Despertarse tan temprano para hacer su trabajo.	18.75	3
Todo le gusta nada le disgusta.	6.25	1
Total	100	16

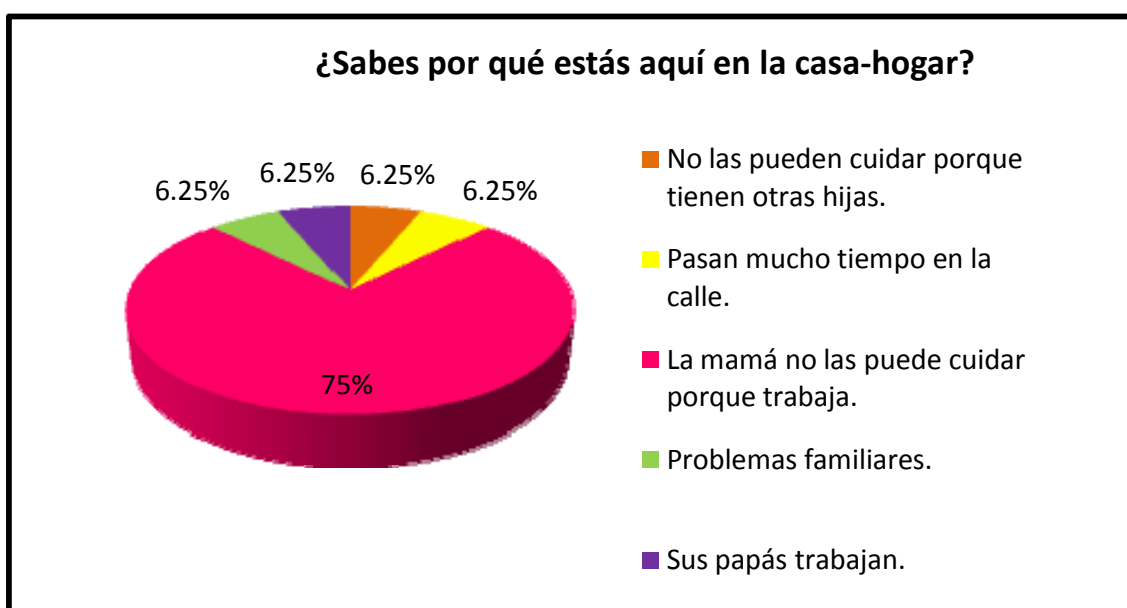
Reactivo		
¿Qué es lo que más te gusta hacer en Casa Hogar? ¿Por qué?		
Respuesta	%	Frecuencia
Jugar Porque: - Se entretiene mucho y se divierte. - Convivir con las demás niñas no la hace sentir sola. - Convive en armonía y en paz.	68.75	11
Hacer cosas.	6.25	1
Nada.	6.25	1
Ir a los paseos.	12.50	2
Comer y ver televisión.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Qué es lo que más te disgusta hacer en Casa Hogar? ¿Por qué?		
Respuesta	%	Frecuencia
Levantarse temprano	18.75	3
Hacer el oficio: Le cuesta mucho trabajo. Le enfada hacer quehacer. Se le resecan las manos. Le da flojera.	50	8
Correr o hacer ejercicio.	6.25	1
Le da flojera hacer tarea y escribir.	6.25	1
Le gusta hacer todas las cosas.	6.25	1
No contesta.	12.50	2
Total	100	16
Reactivo		
¿Dentro de la Casa Hogar con quién te llevas mejor?		
Respuesta	%	Frecuencia
Compañeras.	62.50	10
Orientadora y amigas.	6.25	1
Guías.	12.50	2
Orientadora y Guías.	6.25	1
Psicóloga.	6.25	1
Guías, amigas y terapeutas.	6.25	1
Total	100	16

Reactivo		
¿Cómo te llevas con las personas que te cuidan en la Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Bien.	68.75	11
Más o menos.	18.75	3
Muy bien.	6.25	1
Normal.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Cómo te tratan las personas que te cuidan en la Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Bien.	62.50	10
Excelente.	6.25	1
Muy Bien.	18.75	3
Roberto mal, lo demás bien.	6.25	1
Más o menos.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Qué sucede cuando no obedeces a las personas que te cuidan en Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Castigan, no sales al patio.	12.50	2
Ponen oficio.	31.25	5
Ponen consecuencia.	31.25	5
Se enojan conmigo.	6.25	1
Me llaman la atención.	6.25	1
Creo que nada.	6.25	1
Me pasan accidentes.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
Si alguna vez te sintieras triste o tuvieras algún problema, ¿A quién acudirías?		
Respuesta	%	Frecuencia
Guía.	56.25	9
Psicóloga.	6.25	1
Terapeuta.	18.75	3
A su mejor amiga.	6.25	1
Guía, Psicóloga o terapeuta.	12.50	2
Total	100	16
Reactivo		
¿Por qué? De la respuesta anterior		
Respuesta	%	Frecuencia
Por la confianza.	37.50	6
Son las personas más cercanas.	12.50	2
Por que las cuidan.	12.50	2

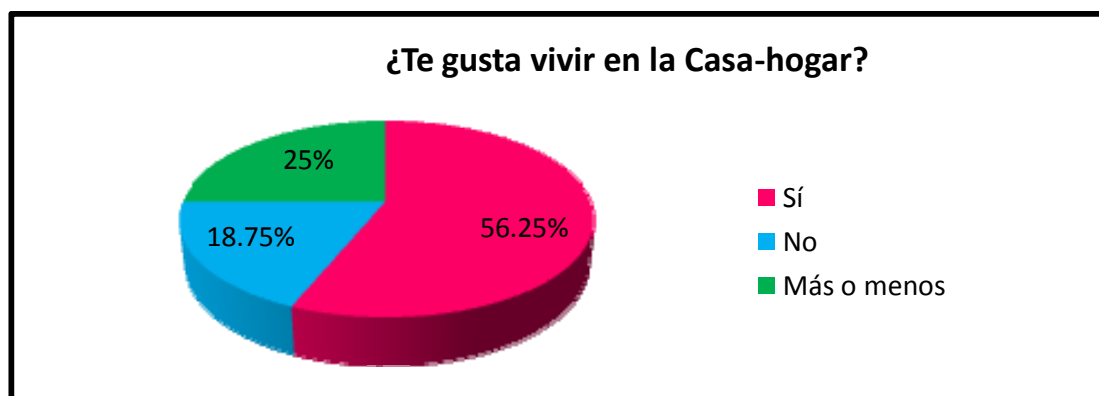
Ella le puede decir que se tranquilice.	6.25	1
Se siente más segura.	6.25	1
No contesta.	12.50	2
Las guías son como sus mamás.	6.25	1
Las guías solucionan sus problemas.	6.25	1
Total	100	16

ESTANCIA EN LA INSTITUCIÓN (CASA HOGAR)

Gráficas

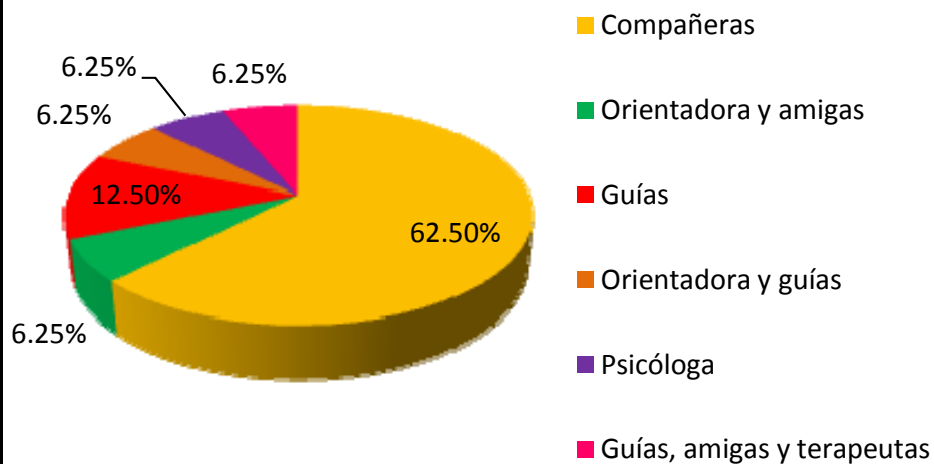


Gráfica 1



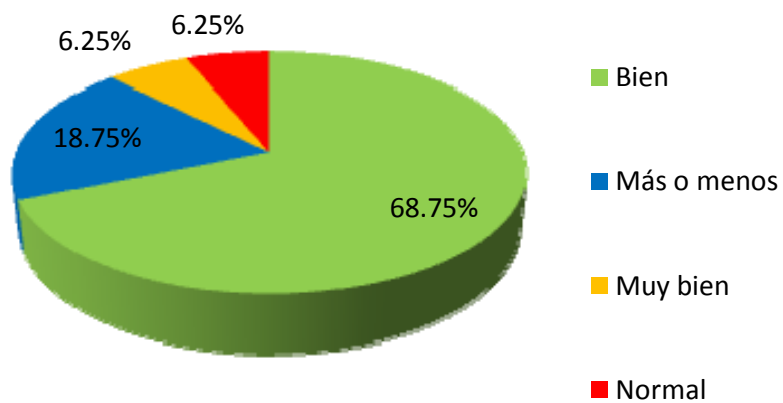
Gráfica 2

¿Dentro de la casa-hogar con quién te llevas mejor?

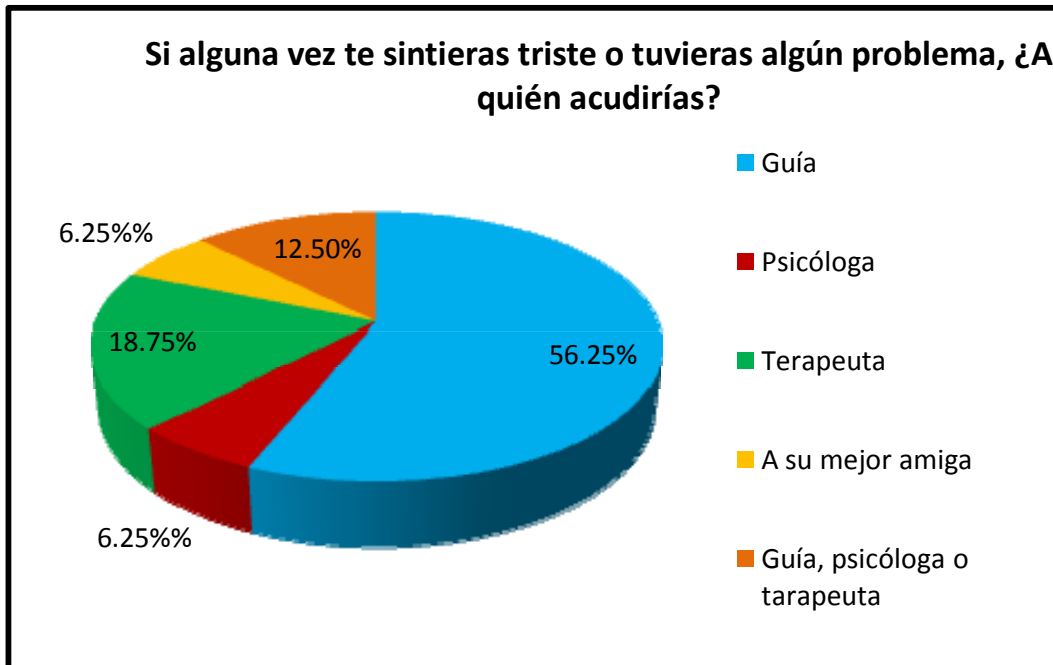


Gráfica 3

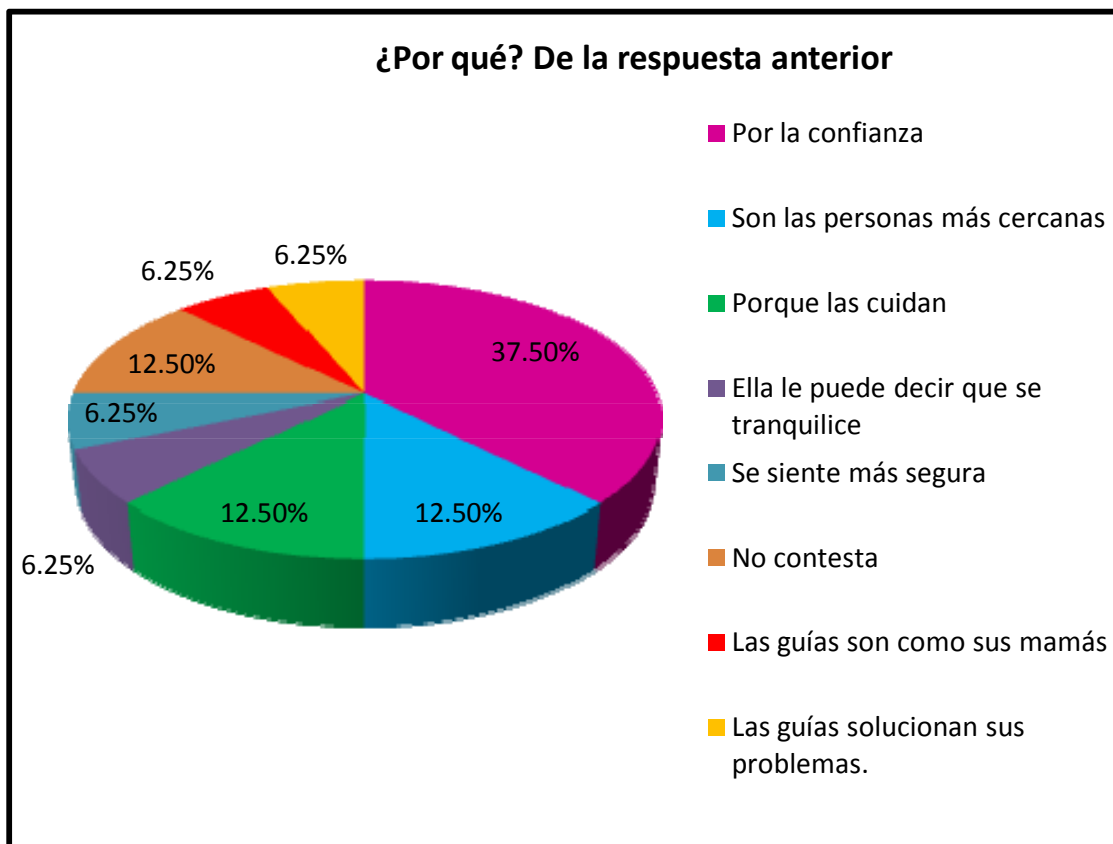
¿Cómo te llevas con las personas que te cuidan en la Casa-hogar?



Gráfica 4



Gráfica 5



Gráfica 6

De acuerdo a los datos proporcionados por la Tabla 1 y las gráfica 1 se observa que, el 75 % de la población permanece en la casa hogar, debido a que la madre y el padre no las pueden cuidar ya que tienen que trabajar, la misma institución señala que la gran mayoría de la población que atiende son hijas de madres y padres solteros, separados o divorciados, por lo que las preadolescente no pueden quedarse solas en sus casas así como también no hay algún otro familiar que pueda ver por ellas; en esta pequeña muestra, solo se observa un caso de problemas o conflictos familiares, en el que la preadolescente señala específicamente que sus papás están divorciados.

También, se observa en la gráfica 2 que el 56.25% de la población le gusta vivir en casa hogar, debido a que se sienten protegidas, cuidadas y tienen amigas, lo que les permite no sentirse solas, aunque en algunos casos el acostumbrarse a la vida de casa hogar les es difícil; así como el no ver a diario a sus mamás y convivir con ellas, es algo que no les agrada mucho, es decir, por un lado, sienten la protección, seguridad y cuidado de la casa hogar, pero por el otro, extrañan convivir y estar al lado de su mamá y del resto de sus familiares, también el modo de vida que llevaban en su hogar y el acoplarse a vivir en la institución misma, es un proceso que les cuesta trabajo.

Así mismo, la institución les parece un espacio donde pueden hacer amigas, divertirse, salir a paseos, que les permite acudir a la escuela, donde hay personas que las cuidan y les brindan cariño, así como el lugar donde se sienten protegidas y cuidadas. Pero también hay cosas que les disgusta de casa hogar como por ejemplo: la comida, realizar las actividades escolares, que las regañen, que pidan materiales extras los cuales su familia no puede cubrir porque no tienen dinero.

Cuando llegan a desobedecer al personal se manifiesta en castigos como hacer su "oficio" (quehaceres de casa hogar), llamadas de atención y en algunos casos no permitirles realizar alguna actividad que a las preadolescentes les agrade.

En la Tabla I, se observa también un caso en el que no le gusta nada de casa hogar, así como lo contrario, es decir, que todo le gusta y nada le desagrada.

Así mismo, se observa, que a más de la mitad de las preadolescentes le gusta jugar, platicar y convivir con sus compañeras, ver televisión, comer y hacer actividades en las que se distraigan y diviertan, pero les disgusta levantarse temprano, realizar actividades o quehaceres de la casa hogar, así como trabajar en las actividades escolares en las horas que les brinda la institución.

Otro dato apreciable, (gráfica 3) es que le 62.5% de las niñas manifiesta que dentro de la institución con quienes se llevan bien es con sus compañeras, el resto de las preadolescentes hace referencia a algún miembro del personal de la institución, pero este es variable, ya que tanto puede ser la

orientadora, la guía o la terapeuta, en algunos casos manifiestan llevarse bien tanto con algunos miembros del personal así como con sus compañeras.

La relación con el personal que cuida de las preadolescentes en sí, (gráfica 4) de acuerdo a como se aprecia en los resultados, es buena, solo tres personas manifiestan llevarse en un término medio, así mismo también se estima que las preadolescentes consideran que reciben un buen trato, ya que más de la mitad de ellas manifiestan llevarse bien con el personal que las cuida y que el trato así como la atención que reciben es buena, hasta llegan a calificar el trato con términos como “muy bueno y excelente”.

La buena relación con el personal (gráfica 5) en especial con las “guías” –es el personal que cuida a las niñas tanto en las labores domesticas así como las escolares dentro de la casa hogar- se ve explícita en la respuesta que dan las preadolescentes, cuando se les pregunta que con quien acudirían si tuvieran un problema o se sintieran tristes, pues el 56.25% contesta con sus guías y el 18.75% con sus terapeutas, en algunos casos acuden con ambas, argumentando motivos muy importantes para ellas, tales como la confianza, la cercanía, porque son quienes las cuidan, con quienes se sienten más seguras y llegan a considerar a las “guías” como si fueran sus mamás (gráfica 6).

Frecuencia y porcentajes de los reactivos referentes al área personal

ÁREA PERSONAL
TABLA II

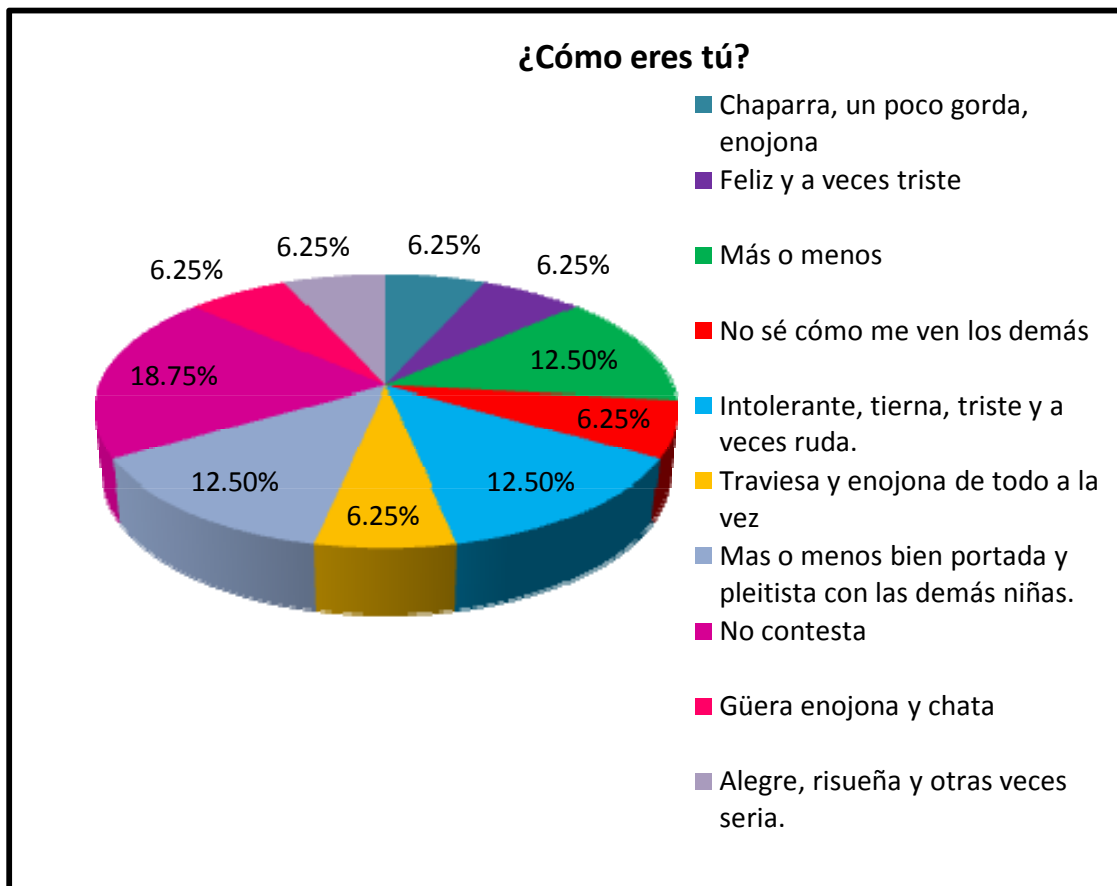
Reactivo		
¿Cómo eres tú?		
Respuesta	%	Frecuencia
Chaparra, un poco gorda, enojona.	6.25	1
Feliz y a veces triste.	6.25	1
Más o menos.	12.50	2
No sé cómo me ven los demás.	6.25	1
Alegre y feliz.	12.50	2
Intolerante, tierna triste y a veces ruda.	6.25	1
Traviesa y enojona de todo a la vez.	6.25	1
Más o menos bien portada y pleitista con las demás niñas.	12.50	2
No contesta.	18.75	3

Güera, enojona y chata.	6.25	1
Alegre y risueña, y otras veces sería.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Qué es lo que más te gusta de ti?		
Respuesta	%	Frecuencia
Todo.	12.50	2
Labios gruesos.	6.25	1
Ser alegre.	6.25	1
No contesta.	12.50	2
Tranquila y triste.	6.25	1
Carácter.	6.25	1
Su forma de ser.	12.50	2
Que se quiere.	6.25	1
Ojos.	6.25	1
Como canta.	6.25	1
Su cuerpo.	6.25	1
Contenta.	6.25	1
Ser chaparra.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Cómo te sientes viviendo en la Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Bien.	62.50	10
Contenta.	6.25	1
Segura.	6.25	1
Tranquila.	6.25	1
Normal.	6.25	1
Más o menos.	12.50	2
Total	100	16
Reactivo		
¿Qué haces cuando alguna compañera te molesta?		
Respuesta	%	Frecuencia
La acusa.	62.50	10
Le pega.	12.50	2
Nada.	12.50	2
Le dice de cosas.	6.25	1
No contesta.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Qué haces cuando te regañan?		
Respuesta	%	Frecuencia

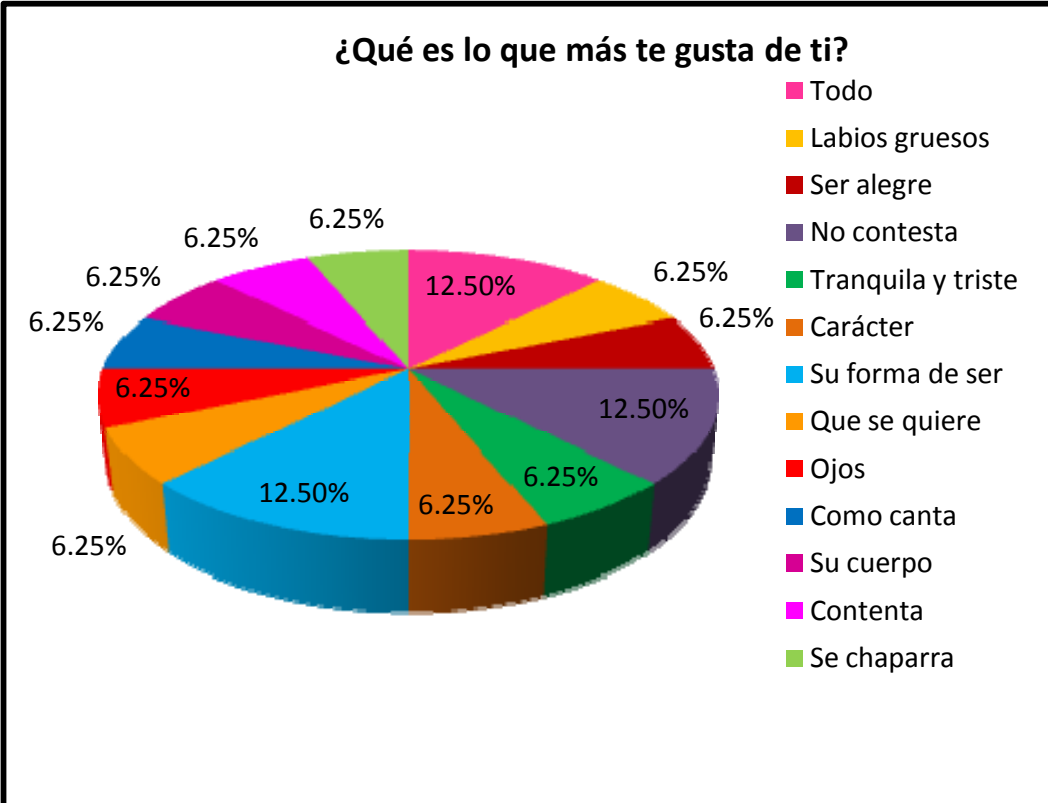
Nada se queda callada, obedece.	43.75	7
Se enoja.	6.25	1
Se pone triste.	25	4
Baja la mirada y no se siente bien.	6.25	1
Llora enojada.	6.25	1
No sabe.	6.25	1
No la regañan.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Cómo te sientes cuando te regañan?		
Respuesta	%	Frecuencia
Triste.	31.25	5
Enojada.	12.50	2
No lo sabe.	12.50	2
Mal	25	4
Normal.	12.50	2
No la regañan.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Cómo quién te gustaría ser de grande? ¿Por qué?		
Respuesta	%	Frecuencia
Bombrera porque su escuela exploto.	6.25	1
Como su tía, porque es muy linda.	6.25	1
Como nadie, quiere ser ella misma, diferente.	25	4
Veterinaria, le gustan los animales.	12.50	2
Paris Hilton bella y popular.	6.25	1
Chef, le gusta cocinar.	6.25	1
Guía Tania, es tierna y amorosa.	6.25	1
Aeromoza y veterinaria, por saber muchos idiomas.	6.25	1
No sabe.	18.75	3
Como Luz María por que tiene buen trabajo.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Qué te gustaría ser de grande?		

Respuesta	%	Frecuencia
Bombero.	6.25	1
Feliz sin problemas.	6.25	1
Veterinaria.	25	4
Aeromoza.	12.50	2
Como mi mamá.	6.25	1
Chef.	6.25	1
Astronauta.	6.25	1
No contesta.	6.25	1
Cantante.	6.25	1
Doctora o enfermera.	6.25	1
No sabe.	6.25	1
Psicóloga.	6.25	1
Total	100	16

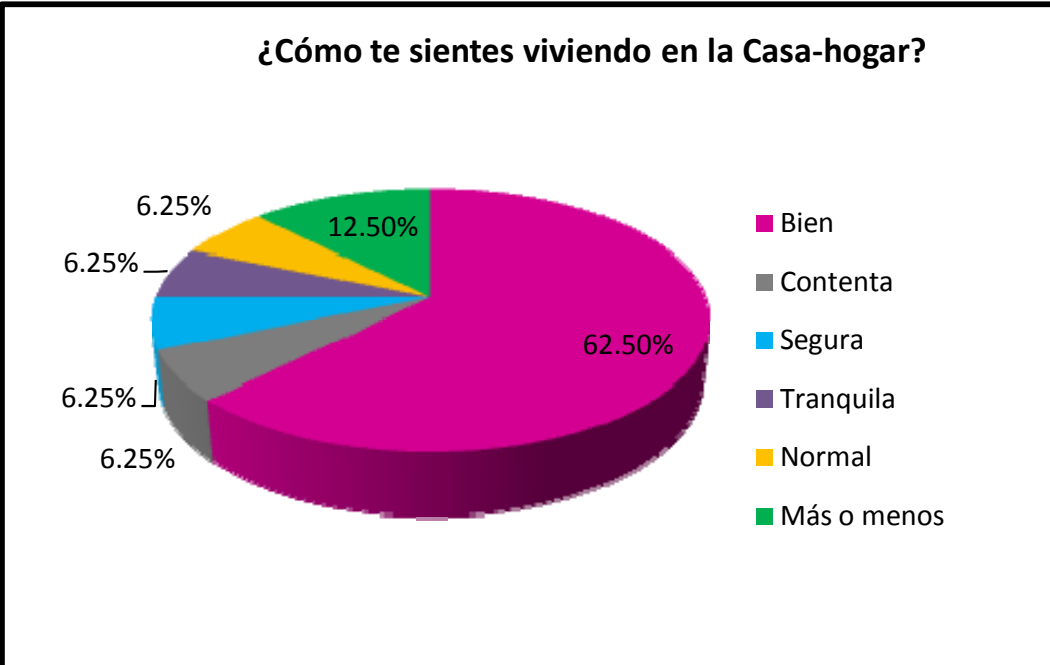
ÁREA PERSONAL
Gráficas



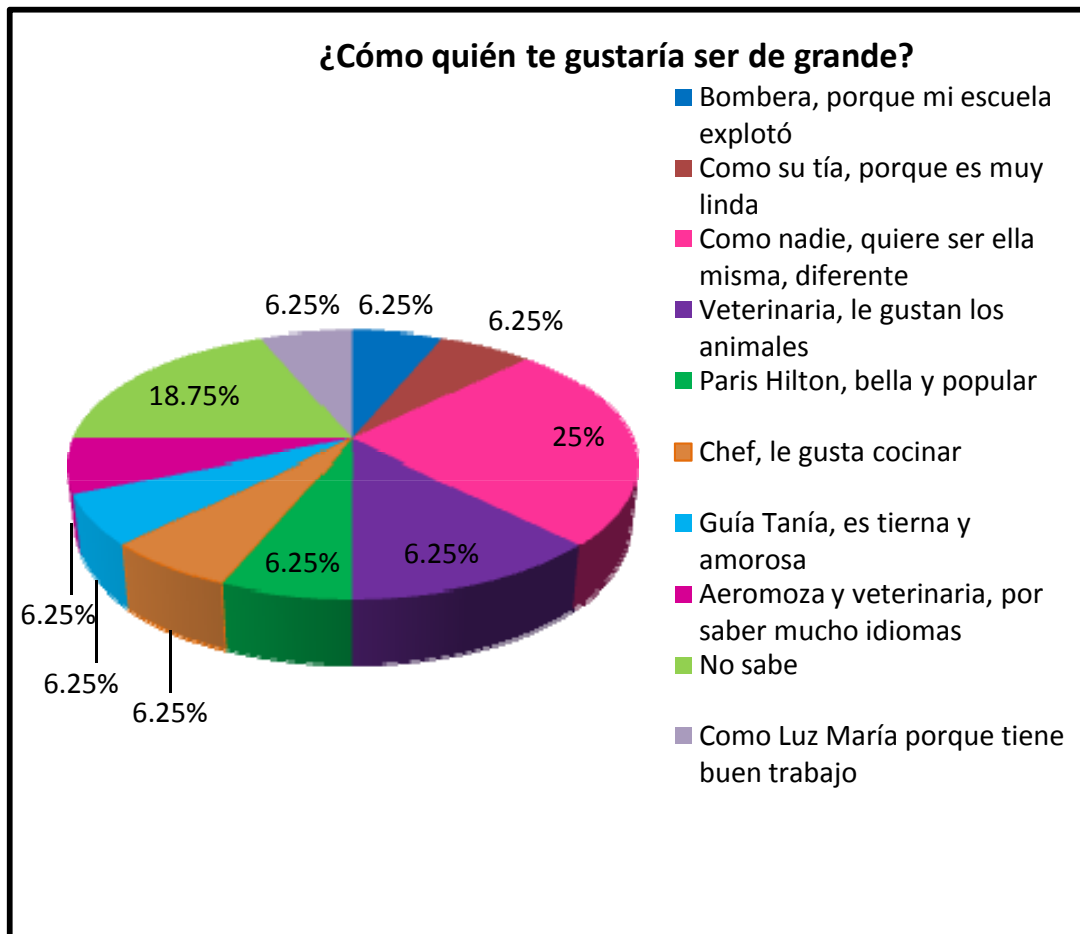
Gráfica 7



Gráfica 8



Gráfica 9



Gráfica 10

En lo que se refiere, al área personal (gráfica 7) se observa que la descripción que hacen las preadolescentes de ellas, en la gran mayoría de casos se describe de acuerdo a su estado de ánimo, más que considerar el aspecto físico; su estado de ánimo es variado, de acuerdo a las respuestas, en algunas ocasiones son alegres, traviesas, risueñas y felices, pero en otros momentos pueden estar tristes, enojadas, serias y hasta algunas de ellas comentan que pueden ser “pleitistas, rudas e intolerantes”. Un caso especial es aquella chica que menciona que ella se piensa de acuerdo a como la vean los demás. Por lo todo lo anterior, se observa que en las preadolescentes hay una gran influencia del estado emocional y psicológico.

Respecto a lo que más le gusta de sí mismas (gráfica 8) se encontró que las preadolescentes nuevamente manifestaron una inclinación sobre el aspecto psicológico y emocional que por el aspecto físico, en algunos casos se observa aspectos positivos como el gustarse por ser “alegre, por que se quiere, por ser contenta”, en otros casos contestan de manera muy general diciendo que

“todo” o “por su forma de ser”, pero no se sabe exactamente como son; quizá hay unos rasgos importante en los que cabe trabajar y analizar con algunas preadolescentes tales como: “el gustarse por ser tristes” o las omisiones donde no dan ninguna respuesta.

En el reactivo que hace referencia al sentimiento de cómo se sienten en la institución, (gráfica 9) un alto porcentaje menciona que se siente bien, esto se debe a que se sienten protegidas, cuidadas, seguras; son muy pocos los casos en los que se sienten a veces mal y a veces bien, debido a que extrañan a su mamá, su casa o porque no se acoplan a vivir en casa hogar.

En lo que refiere, al cómo las niñas resuelven los conflictos con otras compañeras, más de la mitad prefiere acusarla con algún miembros del personal, para no inmiscuirse en más problemas; en algunos otros casos, se observa que acuden a la violencia ya sea con insultos o golpes; y en otros casos reaccionan de manera pasiva ya que dicen “no hacer nada”.

En la reacción que representan la preadolescentes cuando las regañan, un 43.75% no hacen nada, se quedan calladas y obedecen, el 25% se pone triste, en algunos otros casos se enojan y lloran. A sí mismo, el sentimiento que presentan al ser regañadas es “ponerse tristes y sentirse mal” en más de la mitad de las preadolescentes, algunas son más explosivas y se manifiesta su sentimiento como “enojo”, otro porcentaje más, no toman importancia y reacciona de manera “normal”.

En el reactivo referente a la persona que las niñas idealizan y cómo quien quisieran ser (gráfica 10), el 25% manifiesta que quieren ser como son ellas mismas y no como alguien más, es decir hay una búsqueda de sí mismo, en algunos casos hacen referencia a alguno de los familiares o al personal que las cuida. Varias de las preadolescente plasmaron que es lo que querían ser ellas de grandes más que una identificación con alguien más.

El siguiente reactivo, que es el que se refiere a lo que les gustaría ser de grandes, algunas preadolescentes manifiestan inclinación por carreras como veterinaria, psicóloga o doctora, relacionándolas con el curar o hacer el bien a otros, en otros casos, mencionan profesiones como chef, aeromoza, astronauta, bombera y cantante, porque les llama la atención y se les hace interesante. La respuesta “Feliz sin problemas” que manifiesta una preadolescente, me parece importante mencionar, ya que está relacionada con el sentimiento que presentan algunas preadolescentes inherente al modo de vida en una institución y no en un hogar estable, y relacionado a como se sienten en el presente y como desearían que cambiará su vida en un futuro.

Frecuencia y porcentajes de los reactivos referentes al área social-escolar

ÁREA SOCIAL-ESCOLAR

TABLA III

Reactivo		
¿Cómo te llevas con las demás niñas de la Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Bien.	62.50	10
Más o menos.	25	4
Con algunas muy bien y con otras muy mal.	6.25	1
Normal.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Tienes amigas en la Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Si.	100	16
No.	0	0
Total	100	16
Reactivo		
¿Tienes amigas en la escuela?		
Respuesta	%	Frecuencia
Si	87.50	14
No	12.50	2
Total	100	16
Reactivo		
¿Tienes más amigas en la Casa Hogar o en la Escuela?		
Respuesta	%	Frecuencia
En las dos.	18.75	3
Casa Hogar.	43.75	7
Escuela.	6.25	1
No contestan.	31.25	5
Total	100	16
Reactivo		
¿Cómo te llevas con los maestros (a) y pedagogas de Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Bien.	75	12
Muy Bien.	6.25	1
Perfecto.	12.50	2
Más o menos.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Cómo te llevas con tu psicóloga de Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Bien.	62.50	10

Súper.	6.25	1
Excelente.	6.25	1
Muy bien.	6.25	1
No tiene.	12.50	2
Es divertida.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Cómo te llevas con tu maestra (o) de la escuela?		
Respuesta	%	Frecuencia
Bien.	81.25	13
Muy bien.	12.50	2
Normal.	6.25	1
Total	100	16

Reactivo		
¿Te gusta ir a la escuela? ¿Por qué?		
Respuesta	%	Frecuencia
Si	68.75	11
Por que aprende.		
Si porque es divertido.	18.75	3
Si porque le gusta.	6.25	1
No porque se aburre.	6.25	1
Total	100	16

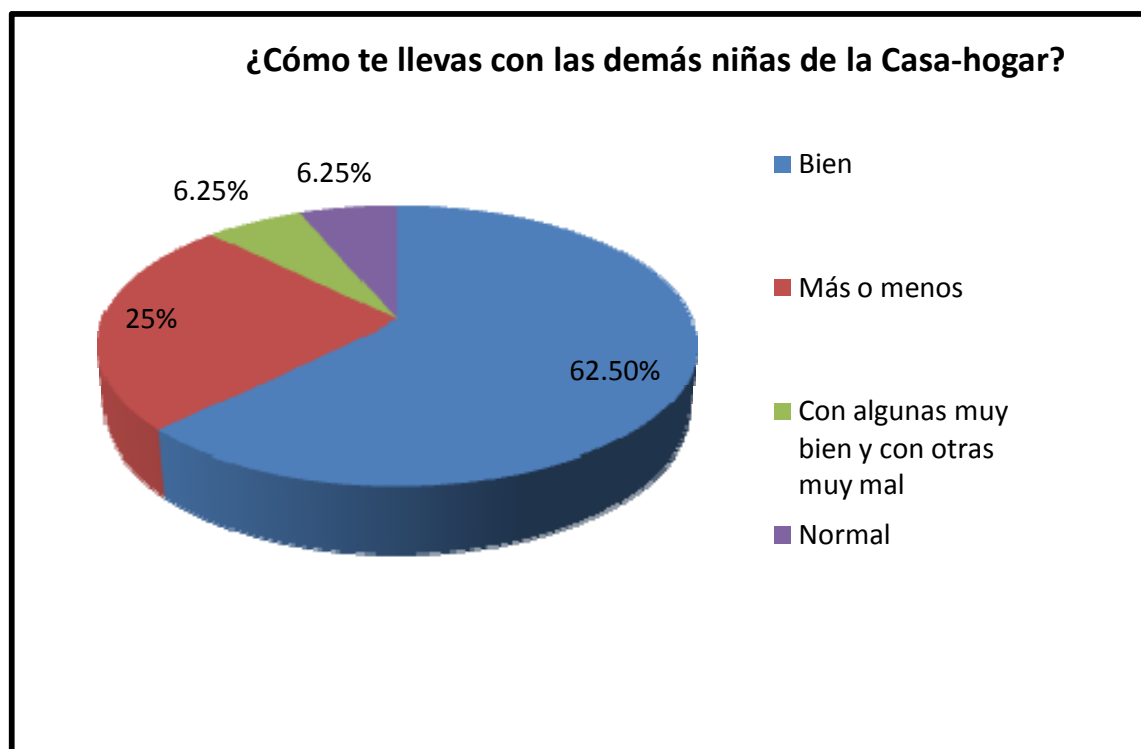
Reactivo		
¿Qué es lo que más te gusta hacer en la escuela?		
Respuesta	%	Frecuencia
Actividades y trabajar.	18.75	3
El recreo.	25	4
Jugar.	6.25	1
Nada.	6.25	1
Jugar, leer y cantar.	6.25	1
Las Matemáticas.	12.50	2
Escribir y Leer.	12.50	2
Todo.	12.50	2
Total	100	16

Reactivo		
¿Qué es lo que más te disgusta de la escuela? ¿Por qué?		
Respuesta	%	Frecuencia
Nada, porque son buenos con ellas.	37.50	6
Todo porque se pudren.	6.25	1
Dejan mucha tarea.	6.25	1
Hacer trabajos, le aburre.	12.50	2
Que la pongan a repetir, le	6.25	1

molesta.		
No dura mucho el recreo.	6.25	1
Las clases son aburridas.	6.25	1
El maestro luego bromea con ellas.	6.25	1
No dejan correr o jugar con la pelota.	6.25	1
Los niños.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Cómo eres en la escuela?		
Respuesta	%	Frecuencia
Se porta más o menos.	12.50	2
Atenta en clases.	6.25	1
Bien.	6.25	1
Muy seria.	6.25	1
No sabe.	12.50	2
Buena.	12.50	2
Normal.	6.25	1
Ruda.	6.25	1
Igual que en el internado.	18.75	3
Obediente y ordenada.	6.25	1
Tranquila y triste.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Te gusta participar en actividades grupales? ¿Por qué?		
Respuesta	%	Frecuencia
Si Porque son: - Divertidas. - Es mejor estar en grupo que solo. - Hago más amigas.	75	12
No - Si dicen algo se ríen de la persona.	6.25	1
Mas o menos A veces es divertido y otras veces no, se aburren.	18.75	3
Total	100	16
Reactivo		
¿Cómo vas en la escuela?		
Respuesta	%	Frecuencia
Más o menos.	43.75	7

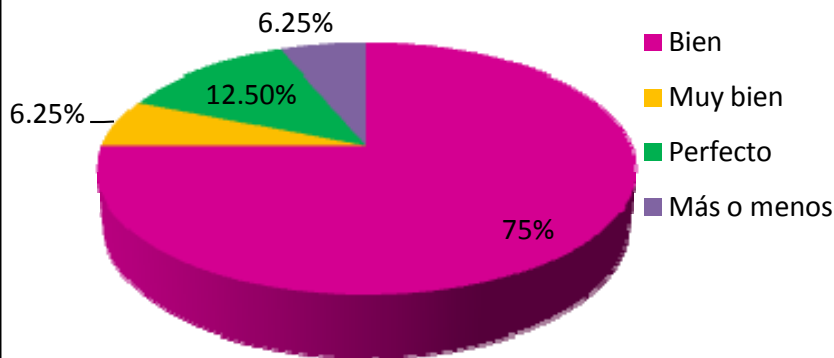
Bien y me gusta mi promedio.	50	8
No sabe.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Cómo vas en las actividades de Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Muy bien.	6.25	1
Bien.	62.50	10
Más o menos.	31.25	5
Total	100	16

ÁREA SOCIAL-ESCOLAR
Gráficas



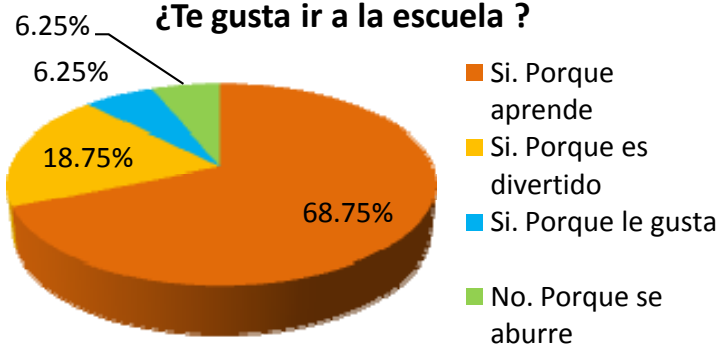
Gráfica 11

¿Cómo te llevas con los maestros (as) y pedagogas de Casa-hogar?



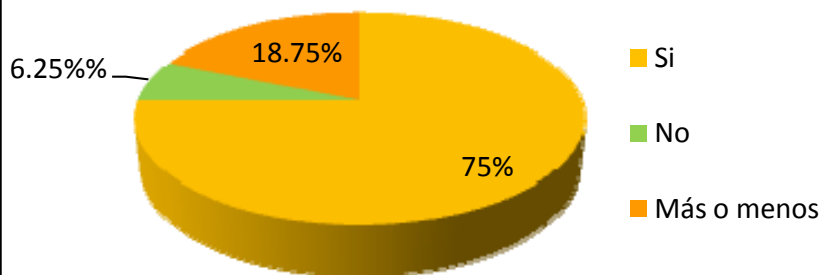
Gráfica 12

¿Te gusta ir a la escuela ?

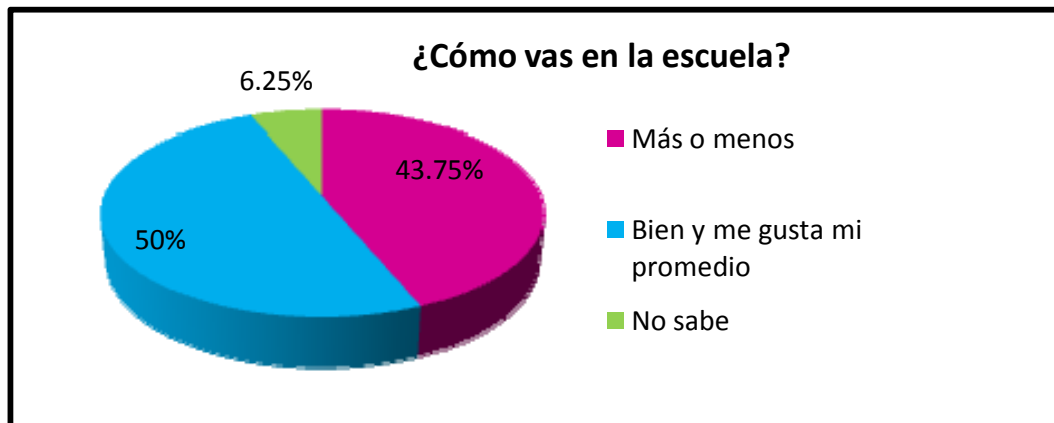


Gráfica 13

¿Te gusta participar en actividades grupales?



Gráfica 14



Gráfica 15

En el área social-escolar, se encontró que un gran porcentaje de las preadolescentes manifiestan llevarse bien con las demás niñas de casa hogar (gráfica 11). En lo que se refiere a los reactivos de relaciones de amistad, el 100% de las preadolescentes manifestó que tiene amigas en casa hogar, y el 87.5% también manifestó tener amigas en el ámbito escolar, de esta manera se muestra capacidad para socializar. Así mismo se observa que poseen más amigas dentro de la casa hogar, debido a que conviven más tiempo y comparte más experiencias juntas, que con sus compañeras de escuela.

En las relaciones de las preadolescente con los maestros y psicólogas de casa hogar (gráfica 12), así como con los maestros de la escuela, también se observa altos porcentajes manifestando llevarse bien con palabras como “bien, muy bien, excelente, perfecto”. Para ellas, el personal representa un gran apoyo y en especial, el de casa hogar pues es con ellos con quienes pasan mayor tiempo.

En lo que concierne a la escuela, especialmente, se observa que a la mayor parte de las preadolescentes le gusta ir a la escuela (gráfica 13), argumentando aspectos como “aprendizaje, diversión y gusto”. Por un lado, lo que les gusta hacer en la escuela son las actividades y trabajos escolares, así como jugar, lo que conlleva la relación con los otros así como la convivencia. El 37.5% de las preadolescentes llegan a mencionar que nada les disgusta de la escuela “porque son buenos con ellas”, por otro lado hay cosas que les disgustan como realizar ciertas actividades escolares o les parecen aburridas las clases, en algunos casos no les gusta la escuela por la actitud del profesor o la de los niños.

En cuanto a la descripción que hacen de sí mismas en el ambiente escolar, sus respuestas de la preadolescentes es muy variada, en algunos casos aceptan que tienen tanto buena y mala conducta, en tres casos se describen como “bien, buena, obediente y ordenada” por lo que no mencionan aspectos negativos, y en dos casos más se observa que su conducta es pasiva ya que se describen como “muy seria, tranquila y triste”. Las preadolescentes de acuerdo a su autoconcepto, no logran establecer en su descripción tanto características positivas como negativas, para lograr que este sea equilibrado y realista.

En lo que se refiere a la participación en actividades grupales (gráfica 14), el 75% manifiesta que sí le agrada participar en este tipo de actividades, ya que argumentan que les parecen “divertidas, es mejor en grupo que individual, hacen más amigas”; el 18.75% menciona que más o menos debido que en algunas ocasiones les parece divertido y en otras se aburren; solo un caso menciona que no le gustan explicando que “si dicen algo se ríen de la persona que lo dijo”. Por lo que se observa que existe un desarrollo social al querer realizar este tipo de actividades.

Con respecto, a cómo consideran las preadolescentes su desarrollo académico (gráfica 15), el 50% considera que va bien en la escuela y a la vez que le gusta su promedio, mientras que el 43.75% considera que su desarrollo académico es regular (más o menos). Mientras, que su desempeño en las actividades de casa hogar, un alto porcentaje considera que “va bien y muy bien”, y solo el 31.25% considera que su desempeño es regular (más o menos), nuevamente se observa que la mayor parte de las preadolescentes, considera que su desempeño y desarrollo académico es “bueno”. Este porcentaje, de alguna manera, busca dar una imagen favorable de sí mismas, ya que de acuerdo al personal de la institución falta mayor esfuerzo para mejorar en las actividades educativas.

Frecuencia y porcentajes de los reactivos referentes al área familiar

ÁREA FAMILIAR

TABLA IV

Reactivo		
¿Qué piensas de estar aquí, en la Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Que está bien.	37.50	6
Esta muy bien porque las cuidan.	12.50	2
Nada.	37.50	6
Me gusta.	6.25	1
Feo.	6.25	1

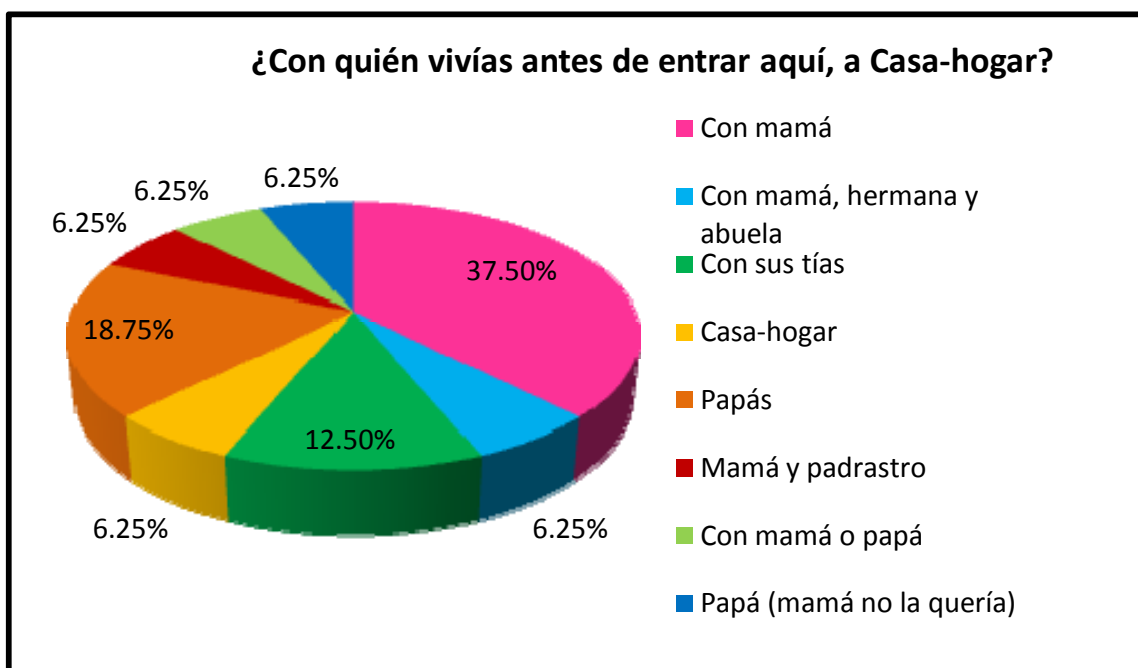
Total	100	16
Reactivo		
¿Con quién vivías antes de entrar aquí, a Casa Hogar?		
Respuesta	%	Frecuencia
Con mamá.	37.50	6
Mamá, hermana y abuela.	6.25	1
Con sus tías.	12.50	2
Casa Hogar.	6.25	1
Papás.	18.75	3
Mamá y padrastro.	6.25	1
Con mamá o papá.	6.25	1
Papá, (mamá no la quería)	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
¿Con quién te llevas o te llevabas mejor de tu familia? ¿Por qué?		
Respuesta	%	Frecuencia
Con su tía, ella la cuida bien.	6.25	1
Mamá, hay comunicación y solo somos las dos juntas.	37.50	6
Primos, son buena onda.	6.25	1
Con todos.	25	4
Papá.	6.25	1
Abuela.	6.25	1
Hermanos, son divertidos.	12.50	2
Total	100	16
Reactivo		
¿Te vienen a visitar? ¿Quiénes y cada cuando?*		
No reciben visita, salen cada fin de semana a su casa.		
Respuesta	%	Frecuencia
Se van a sus casas todos los fines de semana, con sus familiares.	81.25	13
A veces sale son sus familiares	6.25	1
No contestan	12.50	2
Total	100	16
Reactivo		
¿Qué haces con ellos cuando te visitan?*		
Respuesta	%	Frecuencia
Nada	18.75	3
Platicar	6.25	1
Jugar	31.25	5
Abrazarlos	12.50	2
Cosas	6.25	1

Pasear	6.25	1
No contestan	18.75	3
Total	100	16
Reactivo		
¿Tienes hermanas aquí, en la Casa Hogar? ¿Cómo se llaman? ¿En qué edificio viven? ¿Convives con ellas?		
Respuesta	%	Frecuencia
Si Nombre: No contestan. Viven: Edificio de abajo. No se ven por los horarios.	43.75	7
No	56.25	9
Total	100	16
Reactivo		
¿Tienes hermanos en otra Casa Hogar? ¿En cuál? ¿Convives con ellos? ¿Cada cuándo?		
Respuesta	%	Frecuencia
No. En tres casos menciona que tienen hermanos que viven en la casa de su mamá y conviven con ellos los fines de semana.	100	16
Total	100	16

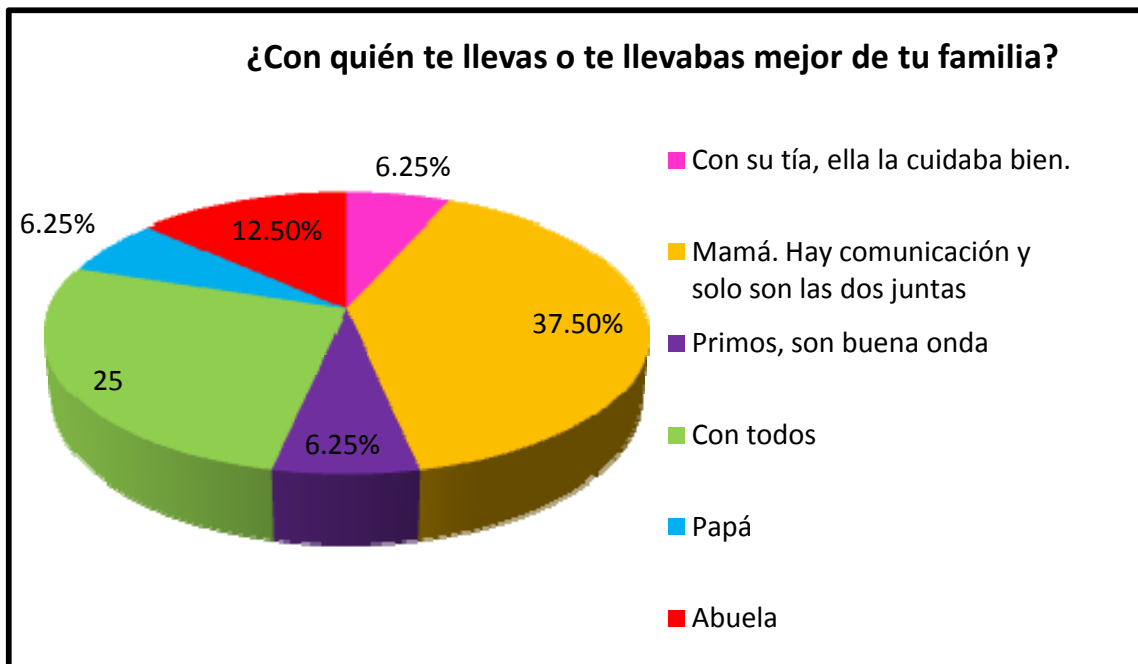
*Se aclaró la pregunta al momento de aplicar el cuestionario.

ÁREA FAMILIAR

Gráficas



Gráfica 16



Gráfica 17

En el área familiar, en cuanto a lo que piensan de estar en la institución se observa que el 37.50% simplemente piensan "que está bien", en otros casos agregan que está bien porque las cuidan, o les gusta; el mismo nivel de porcentaje de la población contesta que no piensan "nada" y solo en un caso piensa que es feo, pero no da motivos del por qué piensa de esta manera.

También se observa (gráfica 16) que un 37.50% vivía solo con su mamá, mientras que solo se da un caso en el que es el papá el que es responsable de la menor, solo el 18.75%, lo que representa a tres casos, vivía con ambos padres; el 12.50% vivía con otros familiares como tías, y se dan casos de manera individual donde ya sea que vieran con el papá o la mamá, la mamá y su pareja o con otros familiares. Solo se observa un caso que ha vivido en una ambiente de institucionalización, ya que anteriormente había estado en otra institución.

Específicamente en el reactivo que se refiere a la relación significativa que llevan o llevaban las niñas en su familia, se observa que concuerda, en algunos casos, que son los únicos familiares con los que vivían a los que -obviamente son su apoyo- prefieren, es decir con quien se llevan mejor, ya que el 37.50% menciona a su mamá, el 25% menciona que con todos sus familiares se llevan bien, y otros casos prefieren a algún familiar como la tía, la abuela, hermanos (gráfica 17).

Los reactivos que preguntaban sobre las visitas y que actividades hacían cuando las visitaban, se eliminaron, porque, las niñas no reciben visitas, sino salen cada fin de semana a sus hogares, y conviven con sus familiares, las que no llegan a salir, no reciben visita.

Respecto de que tan frecuente ven a sus familiares las preadolescentes, y de cómo se sigue manteniendo la relación familiar, un alto porcentaje sale cada fin de semana a la casa de sus familiares, ya sea madre, padre, o ambos, o en otros casos tíos o abuelos, solo existe un caso que se da que a veces puede o no salir, dependiendo de la disposición de los familiares; el personal de la institución llega a comentar que hay casos en que debido a la situación familiar de las niñas, muchas veces permanecen largos períodos de tiempo en casa hogar, sin salir cada fin de semana.

Las actividad que mayormente realizan la preadolescentes con sus familiares es “jugar”, otros caso mencionan actividades como platicar y pasear, pero la gran mayoría da respuestas no dan respuestas específicas o sus respuestas son “vagas” el contestar “nada, cosas” o simplemente no contestar.

También se observa que el 43,75% tiene hermanas dentro de la misma casa hogar, pero por ser de diferente edad viven en otro edificio, y lamentablemente tampoco se da mucho la relación familiar, porque sus horarios de convivencia no coinciden debido a que asisten a la escuela en diferentes horarios, así como también estos varían para la realización de las actividades de casa hogar, por lo que no se ven ni conviven mucho entre hermanas.

Ninguna de las preadolescentes tiene hermanos en otras instituciones de casa hogar, sólo tres de ellas tienen hermanos que permanecen con la mamá en su hogar y los ven cada fin de semana.

5.3. Cuestionario sobre la sexualidad

Se aplicó un cuestionario sobre el tema de sexualidad²⁶⁷, aunque se incluyen algunas preguntas sobre autoestima, que como ya se ha dicho esta en gran relación con la sexualidad. En el cual tenía como objetivo conocer los conocimientos, nivel de información que tienen las preadolescentes acerca del tema de la sexualidad, así mismo, también se pretendía obtener información sobre la educación sexual que han recibido y su actitud de ellas con respecto a que se les brinde un taller sobre esta temática.

En este apartado, se muestran los resultados arrojados por los cuestionarios sobre la temática de sexualidad. Dicho cuestionario fue aplicado a 16 niñas, dentro del rango de 10 a 12 años de edad.

²⁶⁷ Ver anexo B

Bloque de reactivos de opción múltiple

Tabla I

Reactivo		
1.- A la capacidad de tener confianza y respeto por uno mismo se le llama:		
Respuesta	%	Frecuencia
a) Egoísmo.	37.50	6
b) Autoestima.	56.25	9
c) Autoconocimiento.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
2.- Una estrategia para mejorar la autoestima es pensar que:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Merezco que me quieran.	68.75	11
b) Los demás no valen nada.	18.75	3
c) Soy una persona llena de defectos.	12.50	2
Total	100	16
Reactivo		
3.- Cuando pensamos, queremos o sentimos algo lo que debemos hacer es:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Expresarlo gritando y reclamando.	12.50	2
b) No expresarlo.	6.25	1
c) Expresarlo tranquilamente y con claridad.	81.25	13
Total	100	16
Reactivo		
4.- A la serie de características físicas que distinguen al hombre de la mujer se le llama:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Sexualidad.	25	4
b) Sexo.	62.50	10
c) Genitalidad.	12.50	2
Total	100	16
Reactivo		
5.- Al punto donde se reúnen en uno solo los conceptos sexo, identidad de género, papel sexual y se conforma de lo que pensamos, sentimos y hacemos se llama:		
Respuestas.	%	Frecuencia
a) Conducta	37.50	6
b) Sexo.	18.75	3
c) Sexualidad	31.25	5
No sabe.	12.50	2
Total	100	16

Reactivo		
6.- Tres partes del aparato reproductor femenino son:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Testículos, ovarios y vulva.	12.50	2
b) Ovarios, Trompas de Falopio y útero.	68.75	11
c) Pene testículos y epidídimo.	12.50	2
No sabe.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
7.- Tres partes del aparato reproductor masculino son:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Útero, ovarios y óvulos.	12.50	2
b) Ovarios, pene y escroto.	18.75	3
c) Pene, escroto y testículos.	62.50	10
No sabe.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
8.- Una de las cosas que tienes que hacer para mantener limpios tus genitales es:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) No lavarlos.	6.25	1
b) Durante el baño debes separar con dos dedos de una mano los labios mayores de la válvula y con la otra asear los genitales que quedan descubiertos.	62.50	10
c) Lavar los labios mayores solamente por fuera.	25	4
No sabe.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
9.- El ensanchamiento de caderas, la menstruación y el crecimiento de los senos son tres cambios físicos que aparecen durante la pubertad en:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) El hombre.	6.25	1
b) No sé.	6.25	1
c) La mujer.	87.50	14
Total	100	16
Reactivo		
10.- El ensanchamiento de hombros, la eyaculación y el crecimiento de barba y bigote son tres cambios físicos que aparecen durante la pubertad en:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) El hombre.	75	12
b) No sé.	25	4
c) La mujer.	0	0

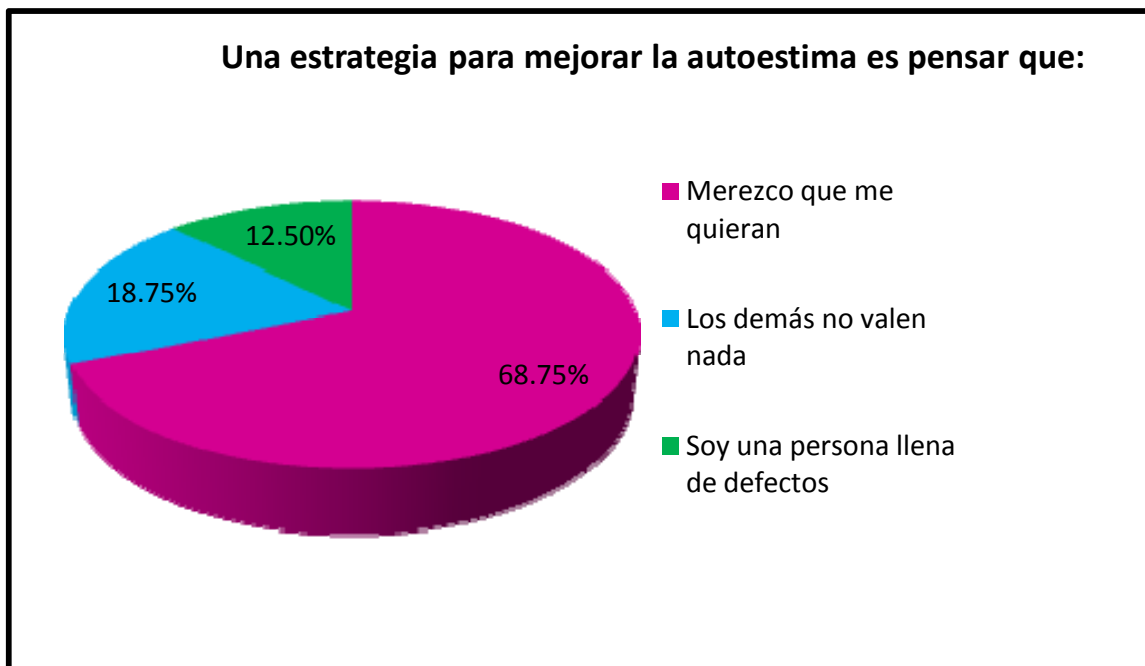
Total	100	16
Reactivo		
11.- La finalidad que tiene una relación de noviazgo es:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Pasar el rato.	25	4
b) Conocerse y establecer una pareja.	62.50	10
c) Jugar con los sentimientos de otra persona.	6.25	1
No sabe.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
12.- Al afecto entre las personas que se procuran el bien mutuo y desinteresadamente con estima y simpatía se le llama:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Noviazgo.	6.25	1
b) Amor.	37.50	6
c) Amistad.	50	8
No sabe.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
13.- Un sueño húmedo es:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Un sueño erótico que produce una eyaculación involuntaria, ocurre generalmente durante la noche.	50	8
b) Soñar que llueve y te mojas.	31.25	5
c) Soñar que te haces de la pipi.	18.75	3
Total	100	16
Reactivo		
14.- La masturbación es:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Acariciar objetos.	12.50	2
b) Una eyaculación involuntaria que ocurre durante la noche.	6.25	1
c) Tocarse el cuerpo con el fin de obtener placer.	50	8
No sabe.	31.25	5
Total	100	16
Reactivo		
15.- La homosexualidad es:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Es una relación sexual entre personas de sexos opuestos.	12.50	2
b) Que un hombre y una mujer se	12.50	2

besen.		
c) Es una relación sexual entre personas del mismo sexo.	68.75	11
No sabe.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
16.- El abuso es:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Discutir con otra persona.	6.25	1
b) Aprovecharse de otra persona a través del chantaje, soborno, amenaza y fuerza física.	75	12
c) No defender nuestros derechos.	12.50	2
Considera doble respuesta (a y c).	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
17.- A la acción de obligar a una persona a comprometerse en cualquier acto sexual, mediante chantaje, soborno, amenaza o golpes y se pide guardar el secreto se llama:		
Respuestas.	%	Frecuencia
a) Maltrato.	18.75	3
b) Daño.	12.50	2
c) Abuso sexual.	68.75	11
Total	100	16
Reactivo		
18.- Un derecho es:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Algo que no te pueden quitar, algo que puedes hacer sin pedir permiso y algo que puedes exigir.	62.50	10
b) Algo que te exigen hacer aunque tú no quieras.	12.50	2
c) Algo que no puedes reclamar porque no lo mereces.	18.75	3
No contesta.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
19.- Si una persona intenta tocar tu cuerpo y tú no quieres, lo que debes hacer es:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Pegarle y gritar para que no te toquen.	25	4
b) Dejar que te toquen aunque tú no quieras.	6.25	1
c) Alejarte de esa persona y contarlo a alguien a quien le tengas confianza.	68.75	11

Total	100	16
Reactivo		
20.- Cuando alguien te toca sin que tú quieras y te piden que no digas a nadie es un secreto:		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Bueno.	0	0
b) No sé.	12.50	2
c) Malo.	81.25	13
No contesta.	6.25	1
Total	100	16

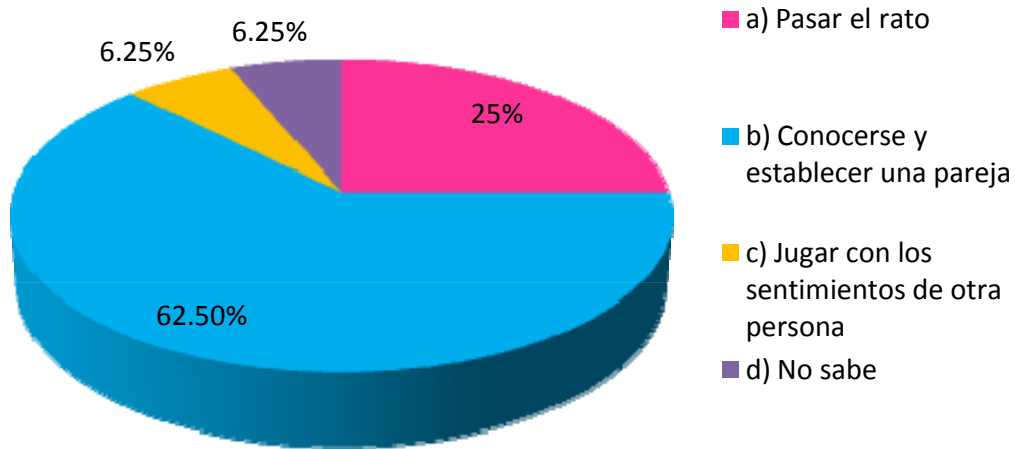
Bloque de reactivos de opción múltiple

Gráficas



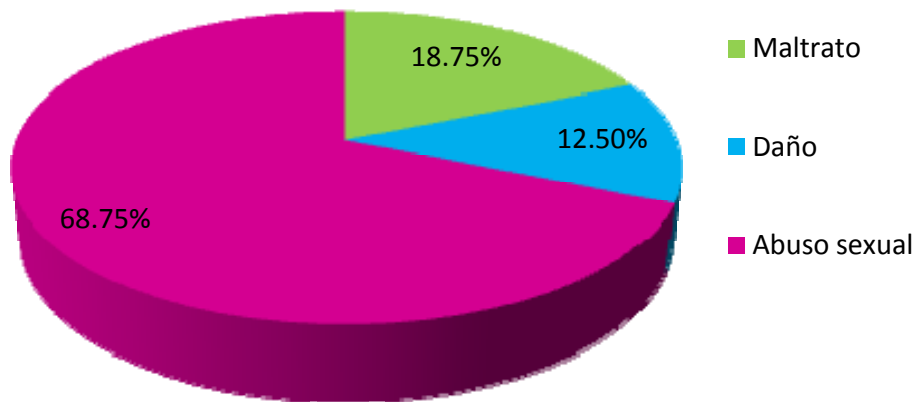
Gráfica 18

La finalidad que tiene una relación de noviazgo es:



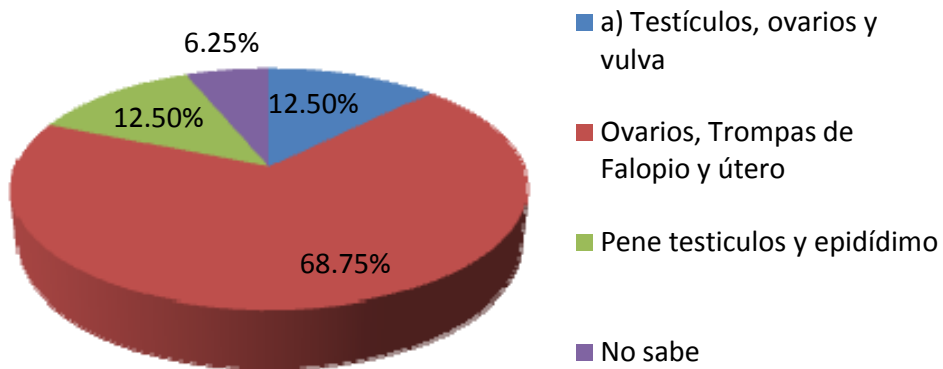
Gráfica 19

A la acción de obligar a una persona a comportarse en cualquier acto sexual, mediante chantaje, soborno, amenaza o golpes y se pide guardar el secreto se llama:



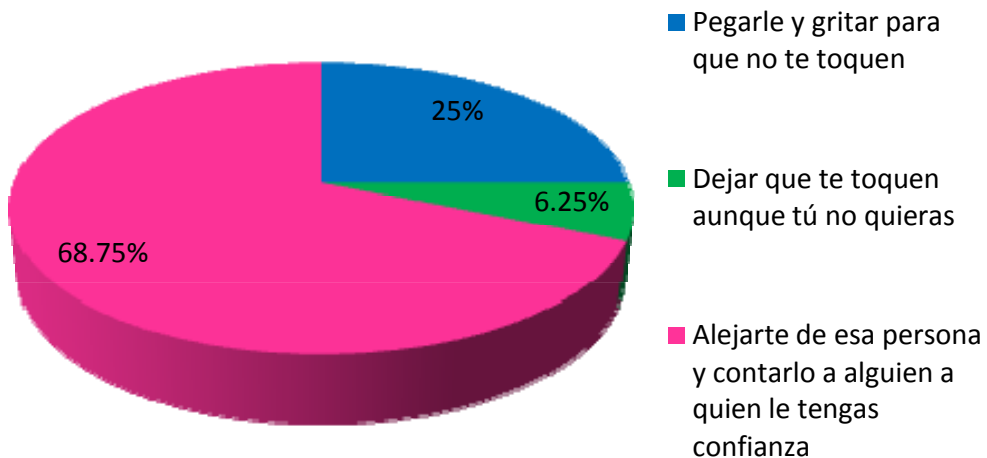
Gráfica 20

Tres partes del aparato reproductor femenino son:



Gráfica 21

Si una persona intenta tocar tu cuerpo y tú no quieres, lo que debes hacer es:



Gráfica 22

De acuerdo a la tabla anterior, se observa que el 56.25% de las preadolescentes tiene la noción de la palabra autoestima y de lo que ella significa, pero el 37.50% considera que el tener confianza y

respeto por sí mismo es caer en el egoísmo por lo que a este porcentaje de preadolescente les faltaría aclarar acerca de en qué consiste la autoestima.

Cuando se les pregunta acerca de lo que, para ellas, sería una estrategia para la autoestima (gráfica 18) un alto porcentaje considera la opción que señala "Merezco que me quieran", aunque en un porcentaje menor (2% y 3%) mencionan las opciones como soy una persona llena de defectos y los demás no valen nada, esta última pareciera ser como una opción utilizada como defensa. La respuesta "Soy una persona llena de defectos" correspondería a las características definen a un nivel bajo de autoestima.

En lo que respecta, a la pregunta relacionada a la asertividad, el 81.25% de las preadolescentes, señala la opción más viable de cómo expresar lo que se piensa y siente, solo en un caso eligió la repuesta de "No expresarlo" y el 12.50% respondió como opción que decía "Expresarlo gritando y reclamando" quizá esta respuesta no es porque no supieran que el inciso "c" fuera el más apropiado, sino como una forma de llevar la contraria, la cual estaría muy relacionado con su forma de vida en la que se encuentra.

En el reactivo, acerca de lo que se refiere la palabra sexo, se aprecia que la gran mayoría sabe a qué se refiere tal término, pero en un 25% de la población aún hay confusión entre la palabra sexo y sexualidad, y este resultado, también se apoya en las respuestas que brindan, más adelante, las preadolescentes cuando se les realiza una pregunta relacionada con la presente.

En lo que se refiere a la idea de lo que es la sexualidad, el 31.25% brindo una respuesta correcta al considerar el inciso "c", mientras que el 37.50% considera que el enunciado que se le brinda está más apegado a lo que ellas consideran como "conducta", así como hubo algunas preadolescentes que no supieron contestar. Esto se deba a que quizá faltó claridad en la pregunta, así como la necesidad de aclaraciones en la información y conocimientos previos que ya poseen las preadolescentes, por lo anterior se observa que hubo confusión entre lo que podría llamarse la sexualidad y que a la vez ésta se expresa, sin duda alguna, a través de la conducta. Solo en tres casos se dio como respuesta el inciso "b" que se refiere al sexo.

En el reactivo, que se pregunta acerca de tres partes del aparato reproductor femenino (gráfica 21) el 68.75% de la población dio la respuesta correcta, pero el 25% de la población no conoce claramente como está formado el aparato reproductor femenino, así también se dio el caso que expresa no saberlo.

De igual manera, en el caso que se pregunta sobre tres partes del aparato reproductor masculino, el 62.50% contesta de manera correcta, el resto no tiene claramente definido como está compuesto el aparato sexual masculino, y también se da un caso en que no lo sabe.

El reactivo, que hace referencia a la limpieza de los genitales femeninos, un porcentaje considerable contestó el inciso "b" que es la opción que señala como se debe de llevar a cabo más específicamente y la manera de correcta de asear los genitales, el 25% considera que solo debe ser el aseo de manera externa, y otro caso más responde que no lo sabe. Por lo que se observa que hay una falta de información en este tipo de aspectos que hablan del aseo corporal.

En lo que respecta a los cambios físicos que se producen en las mujeres un alto porcentaje (87.50%) tiene conocimientos acerca de ellos, ya que solo se presenta un caso en que no lo sabe.

Mientras que, en lo que se refiere a los cambios físicos que presentan los hombres el 75% brindó la respuesta correcta, pero el 25 % lo desconoce o no sabe claramente cuáles son los cambios que se producen en el hombre.

El noviazgo (gráfica 19) es considerado para el 62.50% "conocerse y establecer una pareja, pero para el 25% considera que es una relación para "pasar el rato", quizá esta respuesta se deba por la situación de inestabilidad emocional que viven las preadolescentes en sus relaciones con las personas de más apego y lo trasladan a las relaciones interpersonales con otras personas. Esto mismo también, se puede manifestar en una de las preadolescente que expresa como correcta, la opción que indica "jugar con los sentimientos de otra persona".

En lo que se refiere, al reactivo relacionado con el sentimiento de lo que es la amistad, el 50% considero que tal reactivo hace referencia a la amistad, pero el 37.50% lo relacionó con el amor; este reactivo quizá no estuvo planteado de la manera correcta, porque dicho enunciado puede estar muy relacionado tanto con el sentimiento de amor como de amistad.

Cuando se les pregunta a lo que hace referencia "un sueño húmedo", el 50% acierta a la respuesta correcta, pero el resto de la población presenta una gran confusión y no lo sabe, ya que en el mismo momento de la aplicación, manifestaron de manera oral, algunas de ellas, que no sabían a qué se refería la pregunta o que no habían escuchado el término.

Así mismo, en el reactivo que se pregunta sobre lo que es la masturbación el 50% de la población brinda la opción que es la correcta, pero el resto de las preadolescentes nuevamente presenta confusión de lo que es en sí la masturbación, o la diferenciación entre masturbación y eyaculación.

Un 31.25% expresa no saber a qué se refiere el termino masturbación. De tal, forma que se observa una falta de información sobre estos temas.

En lo referente al reactivo que habla sobre homosexualidad, el 68.75% de la población tiene la idea de lo que es la homosexualidad, mientras que el resto de la población, nuevamente contesto la opción que le parecía más apegada a lo que ellas consideran se refería el termino homosexualidad, en este reactivo solo se da un caso que manifiesta no saberlo.

En el reactivo que se pregunta sobre lo qué es el "abuso" (gráfica 20), un alto porcentaje contesta de manera correcta al señalar la respuesta b), en menor porcentaje se expresan opciones como: "no defender nuestro derechos" o considera doble respuesta, es decir, tanto el inciso "a" y "c". En el caso que se señala al abuso con opción correcta el inciso "c", quizá se esté relacionado, al abuso como aquella acción en la cual no se respetan los derechos que tenemos cada persona, pero específicamente en el caso del abuso, muchas veces no depende de la persona que está sufriendo el abuso el defender sus derechos, sino que el otro (el que está cometiendo el abuso) sepa respetarnos y no obligarnos hacer cosas que no queramos.

Referente al abuso sexual (gráfica 22), el 68.75% de las preadolescentes tienen la idea a lo que se refiere dicho termino, y en otros porcentajes (18.75% y 12.50%) manifiestan las otras características que están muy relacionadas con el abuso sexual.

Se puede observar, que los dos reactivos anteriores, de alguna manera, están muy relacionados al tipo de vivencia o experiencia de la forma en que las preadolescentes hayan vivido algún tipo de abuso, por lo que ellas tienen su propia perspectiva de cómo ve tal acción, además cabe agregar que pertenecen a una población de alta vulnerabilidad.

En lo que respecta a qué consideran un derecho, el 62.50% de la población considera que es "Algo que no te pueden quitar, algo que puedes hacer sin pedir permiso y algo que puedes exigir", por lo que se considera cierta su pregunta; en un menor porcentaje, confunden derecho en cierta forma con el abuso; mientras que un 18.75% considera que un derecho es "Algo que no puedes reclamar porque no lo mereces", quizá esta respuesta se deba a las reglas de la institución, y (de alguna manera en general) que se les indica a las menores de la institución que así como tienen derechos tiene obligaciones y quien no cumple con sus obligaciones también no puede reclamar ciertos derechos.

En la pregunta de lo que harían si una persona les intenta tocar el cuerpo y ellas no quieren, un alto porcentaje contesto que se alejaría de esa persona y se lo contaría a alguien a quien le tengan

confianza. El 25% de las preadolescentes contestó con reacciones impulsivas como pegarle y gritar para que no la toquen, y solo en un caso se dio la respuesta que aceptaría que la tocaran aunque no quisiera.

Relacionado con el reactivo anterior, se les pregunta el cómo considerarían el secreto de que alguien las tocara sin que ellas quisieran y les piden que no lo digan, un alto porcentaje sabe muy bien que tal acción es un secreto malo y un 18.75% no sabe como considerarlo o no contesta.

Por lo que se observa que algunas temáticas como por ejemplo el abuso sexual, es necesario que sean abordadas con las niñas, pero es importante planear como se debe abordar dicha temática.

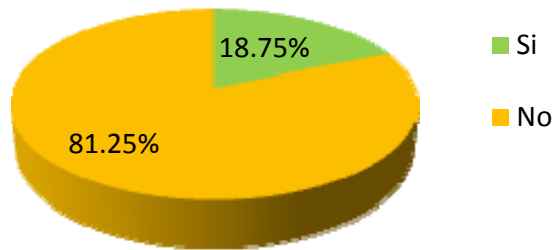
Bloque de reactivos de preguntas abiertas
Tabla II

Reactivo		
21.- ¿Sabes a qué se refiere la palabra sexualidad? Explicalo		
Respuestas	%	Frecuencia
Si Hacer el amor. Que tipo eres: Hombre o Mujer. Que te toquen tus partes y tú no quieres.	18.75	3
No.	81.25	13
Total	100	16
Reactivo		
22.- ¿Qué entiendes por la palabra sexo?		
Respuestas	%	Frecuencia
No sé.	50	8
Que hacen cosas por dinero.	6.25	1
Que él es masculino y ella femenino.	12.50	2
El amor entre dos personas.	31.25	5
Total	100	16
Reactivo		
23.- ¿Conoces la diferencia entre sexo y sexualidad? Explicala		
Respuestas	%	Frecuencia
No.	93.75	15
Si, Son diferentes porque uno se trata de un abuso y el otro de femenino y masculino.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
24.- ¿Sabes qué es la menstruación?		
Respuestas	%	Frecuencia
No.	6.25	1

Si, cuando empiezas a reglar.	43.75	7
No muy bien.	6.25	1
Si, cuando sale sangre por lo vagina.	12.50	2
Sí, pero no la explican.	31.25	5
Total	100	16
Reactivo		
25.- ¿Tienes dudas acerca de la menstruación? Menciona algunas		
Respuestas	%	Frecuencia
No	87.50	14
Si, ¿Porque menstruas y sale sangre? ¿Por qué huele feo?	12.50	2
Total	100	16
Reactivo		
26.- ¿Sabes qué son los métodos anticonceptivos y por qué son importantes? Explícalo		
Respuestas	%	Frecuencia
Si, Para cuidarse de no embarazarse al tener relaciones sexuales.	12.50	2
Si, sin explicación.	12.50	2
No.	75	12
Total	100	16
Reactivo		
27.- ¿Conoces a qué se le llama las enfermedades de transmisión sexual y como se previenen? Explícalo		
Respuestas	%	Frecuencia
No	87.50	14
Si, usando condón.	6.25	1
Si, ovario va por el óvulo y se hace el bebé.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
28.- ¿Sabes cuáles son las consecuencias de un embarazo no deseado o a temprana edad?		
Respuestas	%	Frecuencia
No.	56.25	9
Si, sin explicación.	18.75	3
Si, - Abortos. - Irresponsabilidad. - No estudia. - No saber cuidar beber.	25	4
Total	100	16

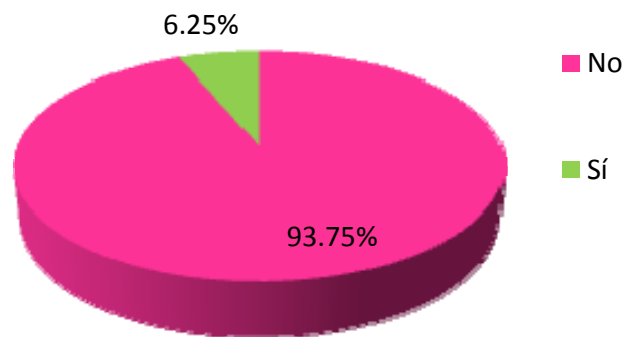
Bloque de reactivos de preguntas abiertas
Gráficas

¿Sabes a qué se refiere la palabra sexualidad?



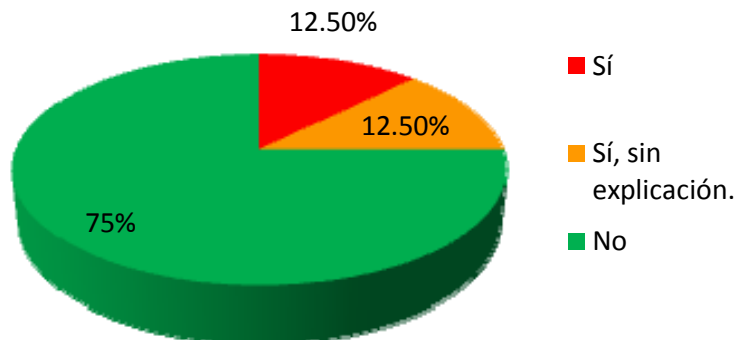
Gráfica 23

¿Conoces la diferencia entre sexo y sexualidad?

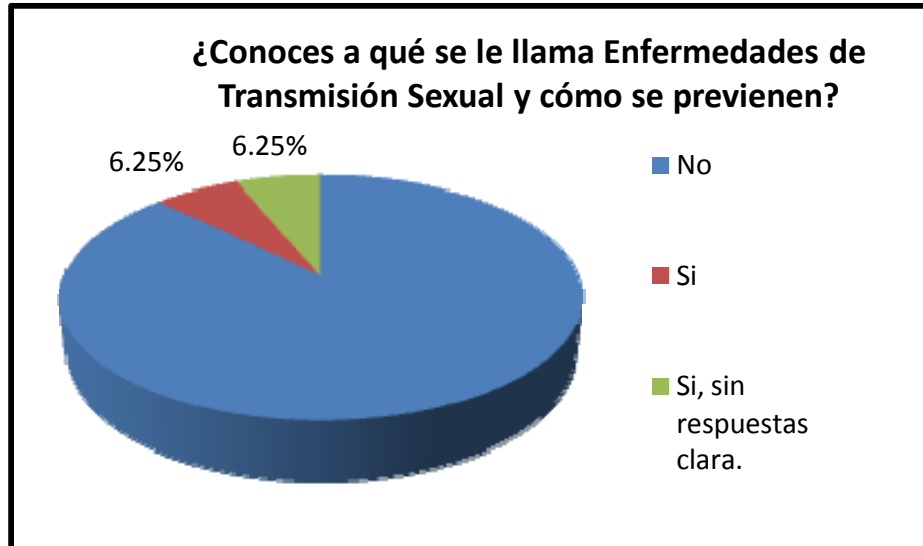


Gráfica 24

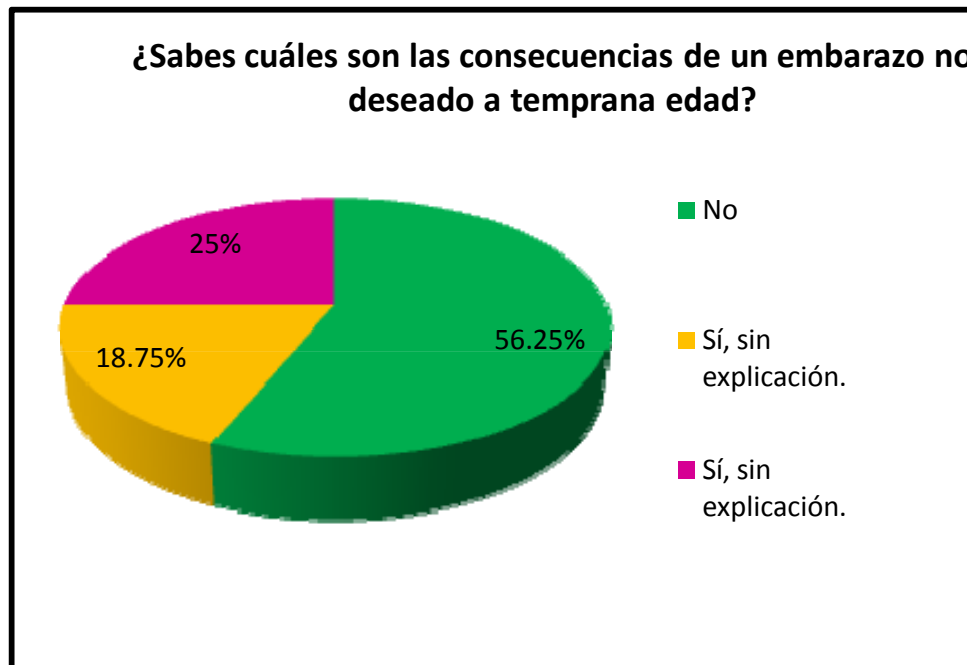
¿Sabes qué son los métodos anticonceptivos y por qué son importantes?



Gráfica 25



Gráfica 26



Gráfica 27

En este apartado se observa que cuando se les pregunta acerca de lo que para ellas se refiere el término sexualidad (gráfica 23), un alto porcentaje (81.25%) contesta que no, mientras que un 18.75% considera la sexualidad brindando respuestas como “hacer el amor, define si eres hombre o mujer o que toquen tus partes y tú no quieres”. Por lo que también se observa que poseen un concepto limitado y confusiones de lo que es la sexualidad. Aunque esta pregunta ya se había

incluido en los reactivos de opción, se correlaciona con las respuestas que brindan las preadolescentes, al no saber o confundirse.

En la pregunta que entienden por la palabra sexo, la mitad de la población contesta que no sabe, el 31.25% menciona que es "el amor entre dos personas", solo en dos casos se menciona que la palabra sexo se refiere a la diferencia entre masculino y femenino y una preadolescente contestó que "es hacer cosas por dinero", de alguna forma, lo relaciona con prostitución.

De las dos preguntas anteriores, se deriva la siguiente pregunta que se refiere a si saben la diferencia que hay entre sexo y sexualidad (gráfica 24), un alto porcentaje (93.75%) de las preadolescentes contesta que "no" y solo una preadolescente contesta que "sí", pero brinda una respuesta confusa y sobre todo que uno de los conceptos lo distingue como abuso.

En lo que se refiere al reactivo que trata sobre la menstruación, solo se da un caso que contesta con un "no" y otro más que responde con un "no muy bien". El resto de la población responde que "sí", brindando explicaciones muy generales tales como "cuando se empieza a reglar, cuando sale sangre de la vagina", en un 31.25% no brinda alguna explicación.

Relacionada con el reactivo anterior, se les pregunta si tienen dudas sobre la menstruación y así mismo que las expresen, el 87.50% considera que "no" y solo el 12.50% responde que "sí". Debido a la forma de la pregunta solo se observa que se obtuvo un "no" por respuesta, pero lamentablemente no expresan dudas que en algunos momentos surgen platicando con ellas.

En el reactivo que se pregunta qué son los métodos anticonceptivos y por qué son importantes, resultó (gráfica 25) que el 70% de las preadolescentes contestó que "no" y solo 25% de la población responde que "sí", pero solo la mitad explica que "son para cuidarse de no embarazarse al tener relaciones sexuales" mientras que el resto de la población no brinda ninguna explicación en su respuesta afirmativa.

En lo que respecta, así conocen sobre las enfermedades de transmisión sexual (gráfica 26) un alto porcentaje contestó que "no" (87.50) y solo el 12.50% respondió que "sí", pero en uno de estos casos se brindó una explicación equivocada, haciendo referencia al proceso de reproducción.

Cuando se pregunta sobre el conocimiento que tienen de las consecuencias de un embarazo no deseado o a temprana edad (gráfica 27) un poco más de la mitad de la población menciona que "no" y el 43.75% menciona que sí, de este porcentaje, se observa, que solo el 25% da respuestas más explícitas argumentado por ejemplo como consecuencias "abortos, irresponsabilidad, no poder estudiar y no saber cuidar el bebé).

Se logra observar en esta segunda tabla, que cuando se les pregunta a las preadolescentes de manera abierta, no se obtienen respuestas muy alentadoras, y sobre todo si la respuesta se elabora para contestar un "sí" o un "no" y no se les pide explicación, las preadolescentes no manifiestan alguna opinión o explicación más profunda.

Bloque de reactivos de opción múltiple y preguntas abiertas, sobre la forma de recibir la educación sexual

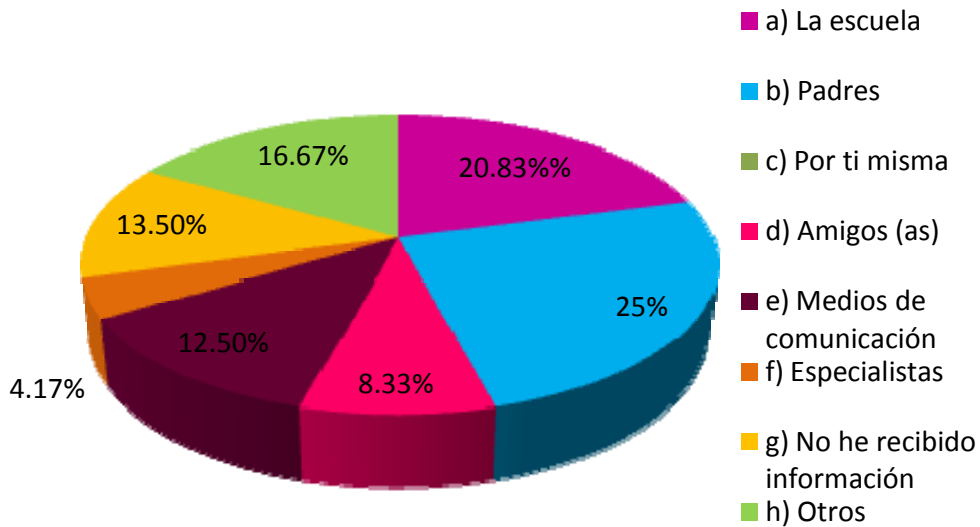
Tabla III

Reactivo		
29.- ¿De quién has recibido información importante sobre sexualidad? Subraya la respuesta		
Respuestas	%	Frecuencia
a) La escuela (profesor).	20.83	5
b) Padres.	25	6
c) Por ti mismo.	0	0
d) Amigos.	8.33	2
e) Medios de comunicación.	12.50	3
f) Especialistas.	4.17	1
g) No he recibido información.	12.50	3
h) Otro: - De todos. - Fundación. - Tutor. - Tíos.	16.67	4
Total	100	24
Reactivo		
30.- ¿En qué materia(s) has visto temas relacionados con la sexualidad y la autoestima?		
Repuestas	%	Frecuencia
Todavía no lo veo.	6.25	1
No contesta.	12.50	2
Ciencias Naturales.	50	8
Españolo y Civismo.	6.25	1
En ninguna.	18.75	3
No sé.	6.25	1
Total	100	16
Reactivo		
31.- ¿De qué manera te han explicado los temas de sexualidad? Subraya la respuesta.		
Respuestas	%	Frecuencia
a) Carteles	5	1
b) Cuentos	0	0
c) Esquemas / imágenes	35	7
d) Exposición	10	2
e) Otro: No mencionan cual	35	7
No sabe.	15	3

Total	100	20
Reactivo		
32.- ¿Consideras que es importante recibir información de los temas de sexualidad y autoestima? ¿Por qué?		
Respuestas	%	Frecuencia
Si Para saber más. Por si pasa algo y no sabe. Para que no haya embarazos no deseados, no enfermedades sexuales. Porque tiene que saber cuidarse.	62.50	10
No sé.	37.50	6
Total	100	16
Reactivo		
33.- ¿De qué temas de sexualidad y autoestima te gustaría que te dieran información?		
Respuestas	%	Frecuencia
No sé.	56.25	9
De lo que sea.	6.25	1
Todo.	6.25	1
Nuestro cuerpo.	6.25	1
De ninguno.	12.50	2
No contesta.	12.50	2
Total	100	16
Reactivo		
34.- ¿Estarías dispuesto a participar en un curso o taller que hable sobre los temas de autoestima y sexualidad? ¿Por qué?		
Respuestas.	%	Frecuencia
No, porque me da pena.	31.25	5
No contesta.	6.25	1
Tal vez.	25	4
Si Aprendo más. Saber más cosas. Se me hace interesante.	37.50	6
Total	100	16

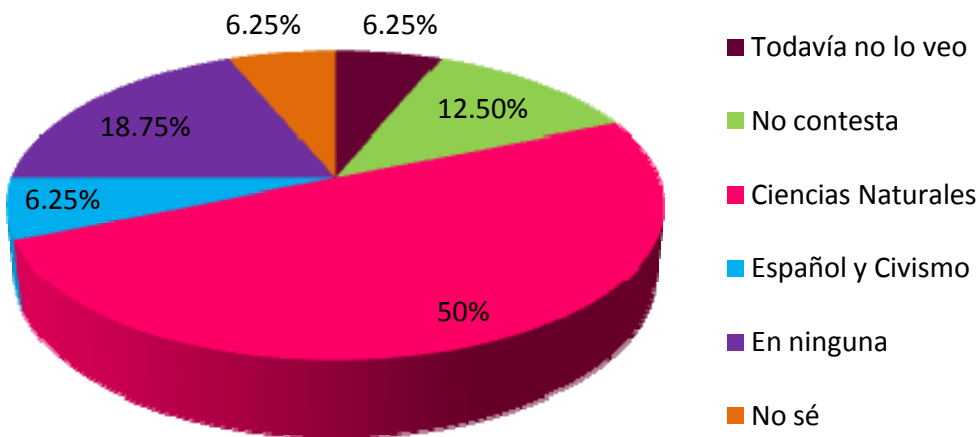
Bloque de reactivos de opción múltiple y preguntas abiertas, sobre la forma de recibir la educación sexual
Gráficas

¿De quién has recibido información importante sobre sexualidad?



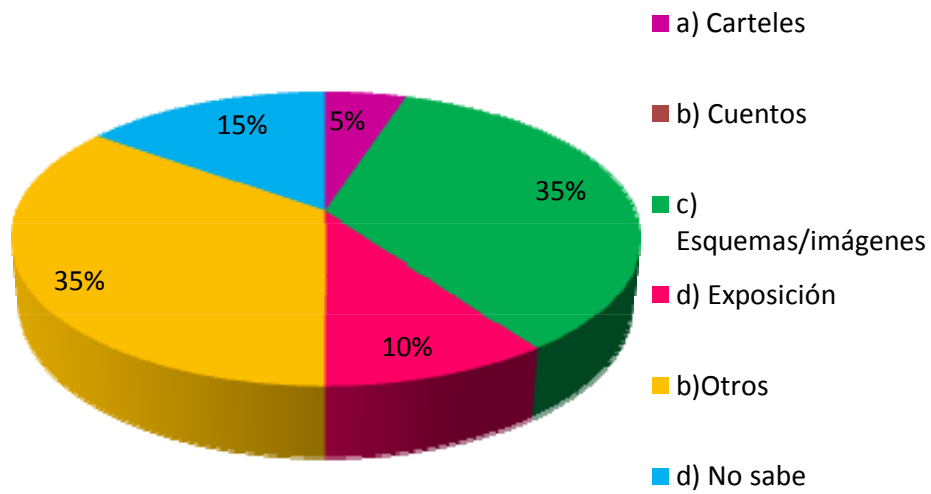
Gráfica 29

¿En qué materia(s) has visto temas relacionados con la sexualidad y la autoestima?



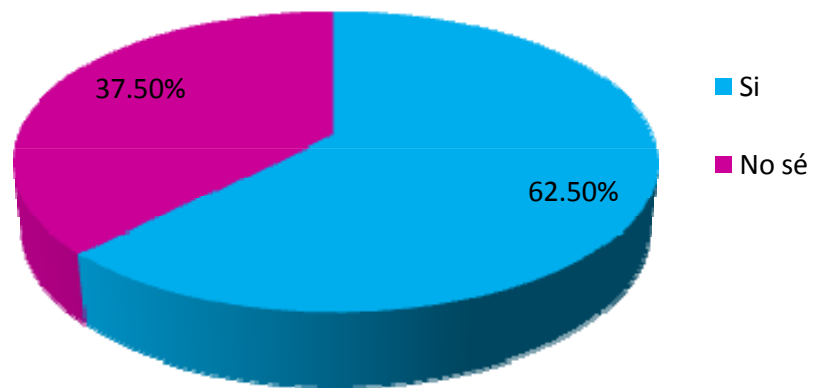
Gráfica 30

¿De qué manera te han explicado los temas de sexualidad?

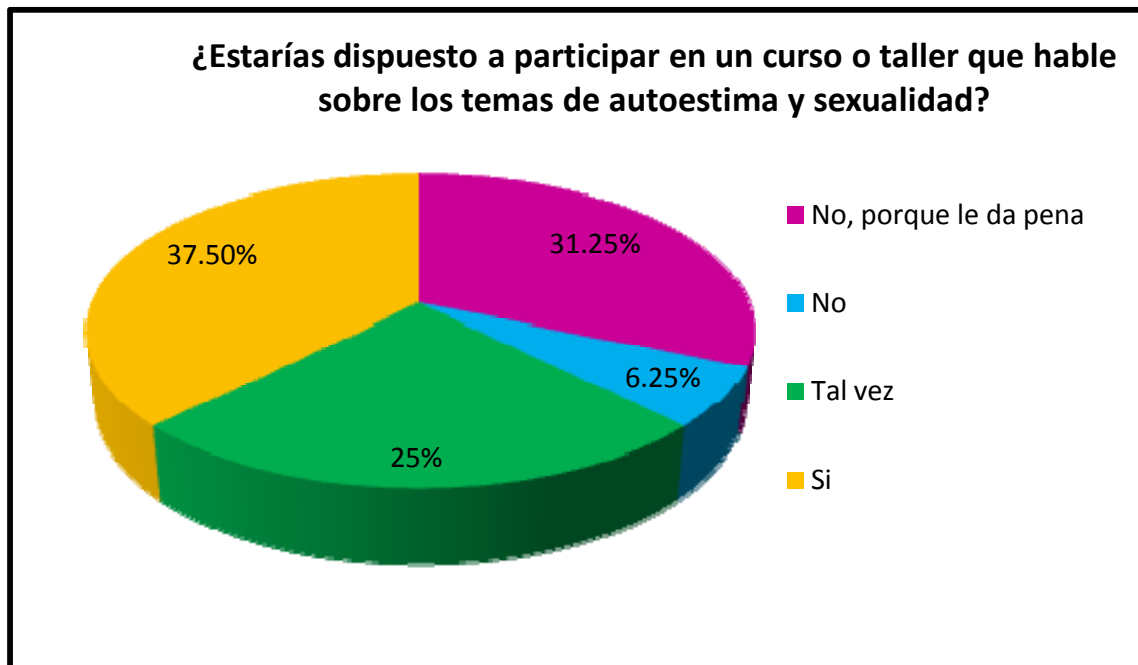


Gráfica 31

¿Consideras que es importante recibir información de los temas de sexualidad y autoestima?



Gráfica 32



Gráfica 33

De acuerdo a la información, que proporcionan los preadolescentes, acerca del medio por quien han recibido información sobre sexualidad (gráfica 29), el 25 % de esta tarea la han llevado a cabo los padres, a continuación se menciona a la escuela (20.83%) y en tercer lugar se encuentra "otros" (16.67) tales como "de todos, fundación, tutor o tíos", el resto de la información se ha obtenido por los amigos, medios de comunicación, especialistas, y se dan los casos en lo que no se ha recibido información.

Con respecto a qué materias han visto temas relacionados con sexualidad y autoestima (gráfica 30), el 50% comenta que en la materia de Ciencias Naturales, y el resto de la población argumenta respuestas como todavía no ha visto esos temas, en las materias de español y civismos o no lo sabe, cabe resaltar que el 18.75% menciona que en ninguna materia.

En lo referente a la manera cómo les han explicado los temas de sexualidad (gráfica 31), se observa que el recurso más utilizado son los esquemas e imágenes, solo en algunos casos se dan explicaciones con carteles y exposición como estrategia metodológica. Mencionan los preadolescentes que se utiliza "otra" manera de explicar estos temas, pero no hacen explícito a cuál específicamente se refieren. También se presentan los casos en los que no saben la metodología o los recursos pedagógicos utilizado para explicar estos temas; ésta respuesta esta correlacionada con las niñas que no han recibido información, de ahí que por ello no sepan contestar a esa pregunta.

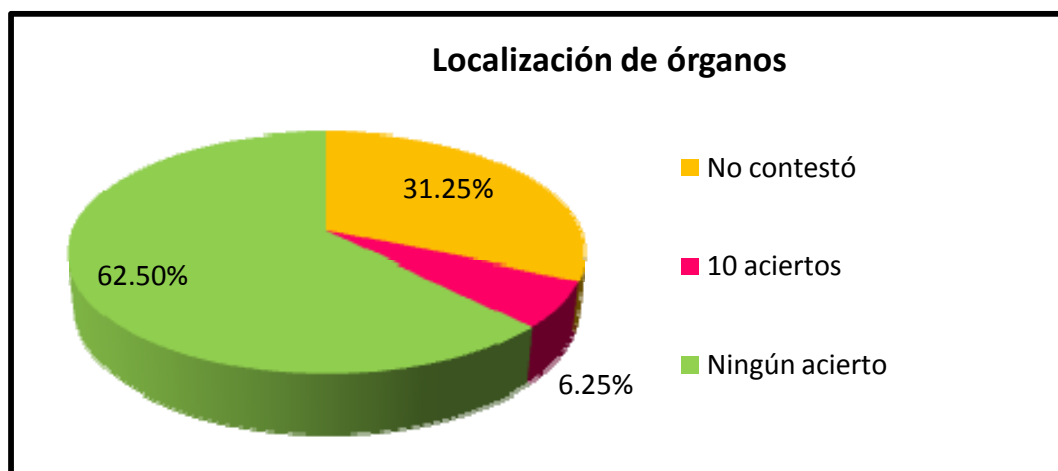
Con respecto a qué tan importante consideran las preadolescentes recibir información sobre los temas de sexualidad y autoestima (gráfica 32), el 62.50% considera que es importante argumentando su respuesta con comentarios como “para saber más, para que no haya embarazo no deseados y tampoco enfermedades sexuales, y para cuidarse”. El 37.50% contesta que no lo sabe. Tocante a los temas que a ellas les gustaría que se les brindará de autoestima y sexualidad, solo se dio que una preadolescentes contestó que sobre “nuestro cuerpo”, el resto no brindo una sugerencia, ya que contestaron que “De lo que sea, no saben, de todo” así hay quienes no contestan y en otros más dicen que de “ninguno”.

En el reactivo: si estarían dispuestas a participar en un curso o taller que hable sobre temas de autoestima y sexualidad y el por qué (gráfica 33), los resultados indican que el 37.50% responde que “si” debido que “aprenden más, saben más cosas, o se les hace interesante”; un porcentaje casi similar (31.25%) responde que no “porque le da pena” o no dan explicación; y el resto menciona que tal vez. De alguna manera en este reactivo se observa cómo hay todavía una inhibición para hablar de estos temas en las niñas, quizá por que como ya lo mencionan arriba, no se les ha hablado de estos temas o tiene inferencia la forma en que se les haya brindado la educación sexual.

Reactivo de localización/identificación

Tabla IV

Reactivo		
35.- Localización de órganos		
Respuestas	%	Frecuencia
No contesto.	31.25	5
10 Aciertos.	6.25	1
Ningún acierto.	62.50	10
Total	100	16



Gráfica 34

En esta tabla se observa como ninguna de las preadolescentes logró identificar por completo cuales eran los órganos que correspondían al aparato sexual femenino y masculino respectivamente, un alto porcentaje no obtuvo ningún acierto bueno (62.50%), mientras que el 31.25% se abstuvo de contestar. De acuerdo a los resultados anteriores, se permite ver que las niñas no tienen un conocimiento sólido acerca de cómo está constituido tanto el aparato sexual femenino como masculino.

5.4. Inventario de Autoestima de Coopersmith

De acuerdo con Castro²⁶⁸ es conveniente recabar datos antes de empezar a actuar, es decir, propone aplicar a las personas una escala para verificar su nivel de autoestima antes de comenzar alguna acción con un programa.

De esta forma se tendrá delimitado el nivel de autoestima, y así comenzar un programa de intervención dirigido a elevar la autoestima, que es en definitiva el objetivo principal que debería plantearse. Por ello, se prosiguió a la aplicación del Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith.

Stanley Coopersmith, psicólogo de la Universidad de California, en Davis, empezó sus estudios sobre autoestima en 1959, considera que el individuo se evalúa y cuestiona en cuánto merece o no como ser humano y este diagnóstico es experimentado a nivel cognoscitivo y afectivo y se manifiesta a través de la conducta, con las consecuencias actitudes de rechazo o aceptación de sí mismo.²⁶⁹

Coopersmith es uno de los autores que más ha estudiado la autoestima en los niños y según él, los aspectos que contribuyen al desarrollo de la autoestima son: la evaluación que el niño percibe de los otros hacia sí mismo expresado en afecto, reconocimiento y atención, la propia experiencia del niño con los éxitos y fracasos en relación a las aspiraciones, demandas y el estilo de conducta del niño respecto a la retroalimentación negativa que recibe de su medio ambiente, incluyendo las críticas.

Dicho autor, también señala que los niños aprenden que son merecedores cuando se sienten aceptados por sus progenitores; tratados con afecto y respeto y tienen límites claramente establecidos. Por el contrario, la indiferencia parental, el exceso o carencia de límites y modelos degradantes afectan negativamente la autoestima. También dice que las experiencias de éxito o

²⁶⁸ Juan A., Castro Posada. *Guía de autoestima para educadores*. Salamanca, Amarú Ediciones, 2000, p. 29

²⁶⁹ Chris, Mruk. *Auto- Estima. Investigación, Teoría y Práctica*. 2ª ed. Bilbao, Desclée de Brouwer, 1998, p.

fracasos en su capacidad para influir y controlar a otros (poder), el grado de atención, aceptación y afecto que los demás le brinden (significado), su cumplimiento de las normas morales (virtud) y el nivel de sus logros (competencia) contribuyen en la formación de sentimientos de competencia y merecimiento.²⁷⁰

El desarrollo de la autoestima, según Coopersmith está estrechamente ligado a cómo el niño es tratado en su núcleo familiar, ya que conforme los niños se desarrollan se forman imágenes de sí mismos basadas en la forma en que son tratados por personas que les son significativas, como los padres, maestros o compañeros.

De acuerdo a este autor, el punto más importante en el estudio de la autoestima radica en la creencia de que está relacionada significativamente con la satisfacción personal y el funcionamiento afectivo del individuo.²⁷¹

En 1967 Coopersmith, publica una escala de medición de la autoestima para niños de 5º y 6º grado que es ampliamente utilizada. Coopersmith utilizó esta prueba de 58 reactivos como base para el desarrollo de la versión para adultos.

En un estudio realizado con gran número de niños preadolescentes que asistían a la escuela pública de la región central de Connecticut en los Estados Unidos, Coopersmith encontró notables diferencias en los mundos experimentales y en las conductas sociales de niños que diferían en su autoestima.²⁷²

Por otra parte, Verduzco y cols.²⁷³ motivados porque la autoestima había sido poco estudiada en México y por no contar con los instrumentos apropiados para medirla, probaron un instrumento que ha sido muy utilizado e investigado en los países de habla inglesa, y se comparó el comportamiento de la población mexicana. Este trabajo presentó el procedimiento para la elaboración de la primera versión en español del Inventario de Autoestima de Coopersmith, así mismo los datos normativos, correspondientes, para que puedan servir de parámetros en investigaciones posteriores.

Por lo anterior, se desarrollo un instrumento de evaluación de la autoestima que sirve como herramienta de investigación, entre la que se encuentra el Inventario de Coopersmith para niños.

²⁷⁰ *Ibidem.* p.118

²⁷¹ *Ídem.*

²⁷² *Ibidem.* p. 26

²⁷³ Ma. Angélica Verduzco, *et al.* “Validación del inventario de autoestima de Coopersmith para niños mexicanos” en *Revista intercontinental de psicología y educación*. No.2, Vol. 7, diciembre 1994, México, p. 55

Este estudio tuvo por objetivo lograr un instrumento que tuviera validez y confiabilidad para la población mexicana en su versión en español del inventario de autoestima de Coopersmith para niños, a través de una muestra de 1223 niños de 8 a 14 años. Los autores encontraron que el inventario presenta adecuados niveles de validez y confiabilidad (un coeficiente de 0.77) que permite contar con un instrumento psicométricamente adecuado a nuestra cultura.²⁷⁴

El resultado de estos trabajos fructificó en un instrumento con 5 escalas: deseabilidad social, social, escolar, self general y hogar en 58 reactivos, la cual se contesta en forma dicotómica que concluye con la calificación del instrumento.

Lo anterior, está relacionado con la estructura de la autoestima, si bien algunos autores han planteado que se trata de una dimensión única y global, pero suele suceder que tenemos un concepto de nosotros mismos y consecuentemente una valoración del mismo, diferente en cada uno de los ámbitos o contextos relevantes de nuestra vida, como por ejemplo, el ámbito familiar, el académico, el físico o el intelectual. En este sentido, un niño puede tener un buen concepto de sí mismo en el ámbito familiar, pero no en el académico o viceversa. Una consecuencia de esta consideración es la necesidad de potenciar las distintas dimensiones de la autoestima.

Para el presente trabajo se utilizó la versión en español del Inventario de Autoestima de Coopersmith²⁷⁵, el cual consta de 58 reactivos y se aplica a una población de 8 a 15 años. Los reactivos miden específicamente la autoestima, agrupadas en escalas.

-Social (con 8 reactivos). Se refiere a la autoevaluación que hace el individuo con respecto al grado de aceptación que percibe de su grupo social. Una puntuación alta indica que el sujeto posee mayores dotes y habilidades en las relaciones con amigos y colaboradores, así como con extraños. La aceptación social y de sí mismos están muy combinados.

- Escolar (con 8 reactivos). Se refiere a la autovaloración que realiza el individuo en relación a su rendimiento escolar. Los niveles altos indican que el individuo afronta adecuadamente las principales tareas académicas, posee buena capacidad para aprender. Trabaja a satisfacción tanto a nivel individual como grupal.

²⁷⁴ *Ibidem.* p. 55

²⁷⁵ El Inventario de Autoestima de Coopersmith fue tomado de las siguientes fuentes: Ma. Angélica Verduzco, *et al.* "Validación del inventario de autoestima de Coopersmith para niños mexicanos" en *Revista intercontinental de psicología y educación*. No.2, Vol. 7, diciembre 1994, México, p. 55-64. Pruebas para medición educativa y psicológica. (2008) Página Web: <http://www.educagratis.cl/moodle/mod/resource/view.php?id=1061> Consultado el 18 de junio de 2008. Ver anexo C

- Familiar (con 8 reactivos) indica la imagen que el sujeto percibe de sus padres y su medio familiar con respecto a él mismo. Un nivel alto revela buenas cualidades y habilidades en las relaciones íntimas con la familia, se siente respetado, tiene independencia y una concepción moral propia.
- Self general (con 26 reactivos). Es la autovaloración global que hace el individuo de sí mismo. Los puntajes altos indican valoración de sí mismo y altos niveles de aspiración, estabilidad, confianza, adecuadas habilidades sociales y atributos personales.
- El inventario incluye además una escala de deseabilidad social (con 8 reactivos) que miden el intento por dar una imagen favorable de sí mismo.

Los reactivos se responden con un SI o un NO y en algunos casos, una respuesta afirmativa indica alta autoestima mientras que en otros, ésta es manifestada por una negativa.

La calificación de los reactivos se hace de la siguiente manera; SI corresponde a 1 y NO corresponde a 0 en los reactivos siguientes:

2, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 13, 14, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 27, 28, 29, 32, 34, 35, 36, 41, 45, 47, 48, 55, 57.

SI corresponde a 0 y NO corresponde 1 en los reactivos siguientes:

1, 3, 7, 8, 12, 15, 16, 17, 22, 25, 26, 30, 31, 33, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 46, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 56, 58.

Tomando en cuenta dichas indicaciones, se obtiene la suma de los puntajes y dicho puntaje es el puntaje total.

INVENTARIO DE COOPERSMITH

Cuestionario aplicado a 16 preadolescentes
Edad: 10-12 años.

RESULTADOS

Puntaje total obtenido por cada preadolescente y su respectivo Nivel de autoestima

Tabla I

Puntaje total por preadolescente	Nivel de Autoestima
21	Muy Baja
27	Baja
28	Baja
29	Baja
32	Normal*
32	Normal*
33	Normal*
34	Normal
36	Normal

36	Normal
37	Normal
37	Normal
37	Normal
37	Normal*
41	Alta
43	Alta

*En estos casos, las preadolescentes proporcionan respuestas inclinadas a brindar una imagen favorable de sí mismas.

En la Tabla 1 se indica el puntaje total obtenido por cada preadolescente, a la que se le aplicó el inventario de autoestima, y el nivel que poseen de la misma.

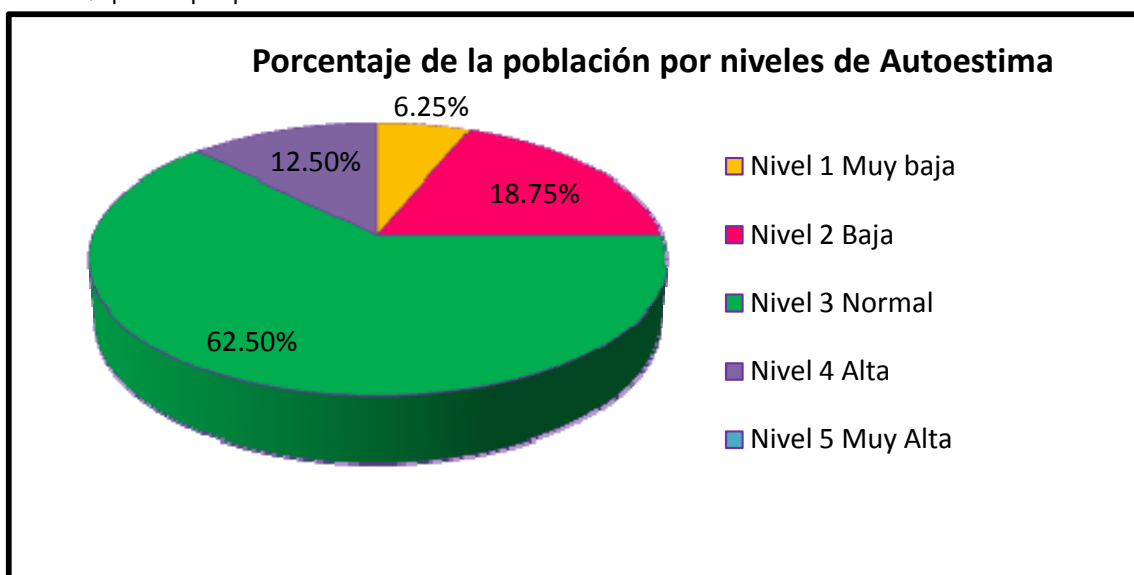
Se pretende proporcionar el puntaje total obtenido ordenado de menor a mayor, que obtuvieron las preadolescentes y con respecto a estos puntajes relacionarlos con su nivel de autoestima correspondiente, éste último se analiza mejor en la siguiente tabla.

Porcentaje de la población por Niveles de Autoestima

Tabla II

Niveles de Autoestima	Frecuencia	Porcentaje
Nivel 1 Muy Baja	1	6.25%
Nivel 2 Baja	3	18.75%
Nivel 3 Normal	10	62.5%*
Nivel 4 Alta	2	12.5%
Nivel 5 Muy Alta	0	0%
Total	16	100%

*De este porcentaje el 25% pueda solo estar respondiendo más por dar una imagen favorable de sí mismas, que lo que pueda ser verdad.



Gráfica 35

En esta tabla, se indica el nivel de autoestima en el que se encuentra la mayoría de la población de acuerdo a su puntaje total obtenido, se observa que la mayor parte del porcentaje tienen un nivel de autoestima "normal", lo que indica que estas preadolescentes se perciben adecuadamente respecto de sí mismas y en la interacción con el medio, es decir se sienten valiosas e importantes; un 12.5% presentan un nivel por encima de lo normal, lo que puede determinar mayor seguridad y amor hacia sí mismas, mayor recursos para enfrentarse a la vida así como mayor seguridad para interactuar con el entorno.

Solo se presenta un caso un nivel muy bajo de autoestima y 18.75% de autoestima baja, lo que estaría representando un 25% de la población que muestra características relacionadas con la poca confianza, inseguridad, devaluación, conflictos emocionales, temores y miedos.

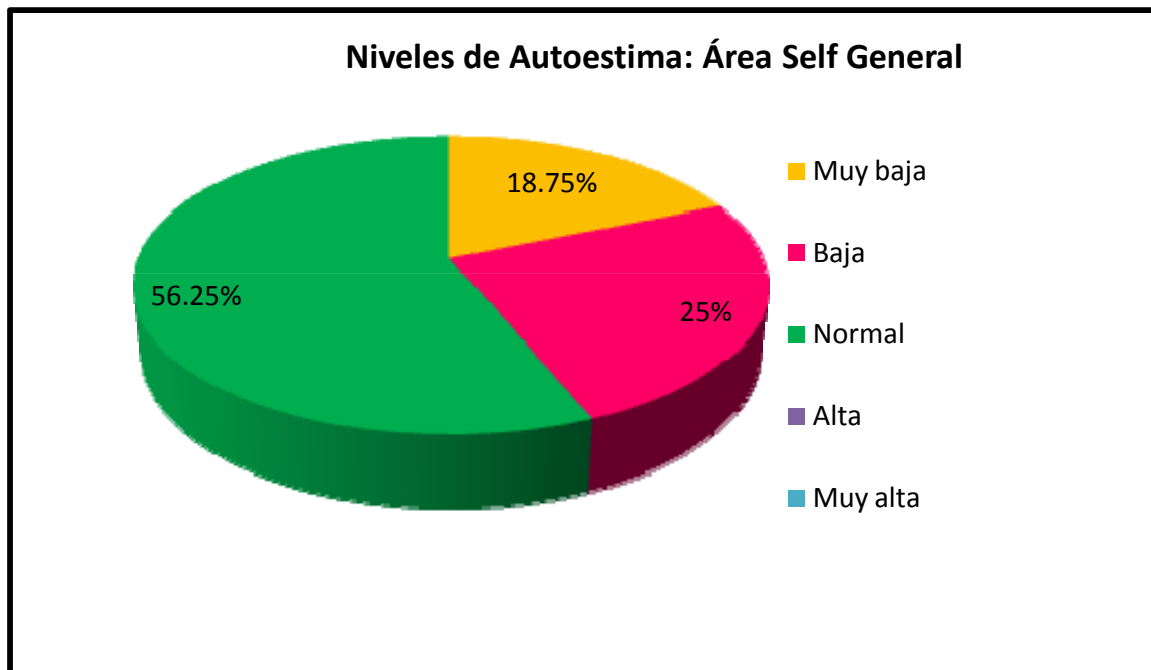
El diagnóstico del nivel de autoestima general para este grupo de preadolescentes, de acuerdo al Inventario de Autoestima de Coopersmith, es normal, pero se observan casos en los que las preadolescentes, pueden responder más por dar una imagen favorable de sí mismas, que lo que pueda ser verdad.

Nivel de Autoestima por Áreas

TABLA III

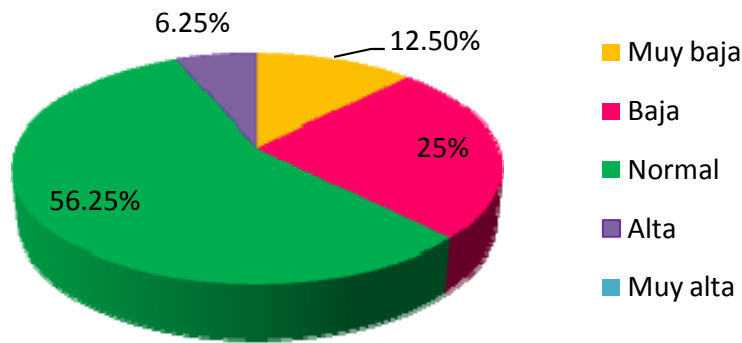
Self General		
Niveles de Autoestima	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	3	18.75
Baja	4	25
Normal	9	56.25
Alta	0	0
Muy Alta	0	0
Total	16	100%
Social		
Niveles de Autoestima	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	2	12.5
Baja	4	25
Normal	9	56.25
Alta	1	6.25
Muy Alta	0	0
Total	16	100%
Hogar		
Niveles de Autoestima	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	1	6.25
Baja	0	0
Normal	6	37.5
Alta	4	25

Muy Alta	5	31.25
Total	16	100%
Escolar		
Niveles de Autoestima	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	0	0
Baja	0	0
Normal	10	62.5
Alta	4	25
Muy Alta	2	12.5
	16	100%
Deseabilidad social		
Niveles de Autoestima	Frecuencia	Porcentaje
Normal	12	75
Alta	2	12.5
Muy Alta	2	12.5
	16	100%



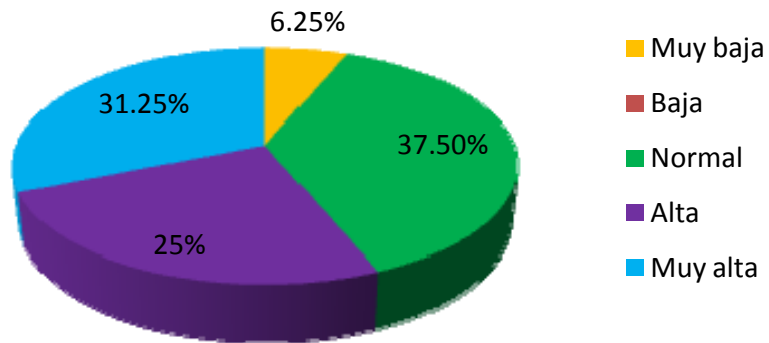
Gráfica 36

Niveles de Autoestima: Área Social



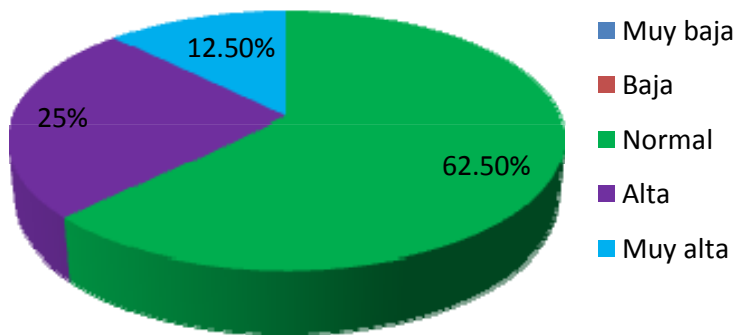
Gráfica 37

Niveles de Autoestima: Área Hogar

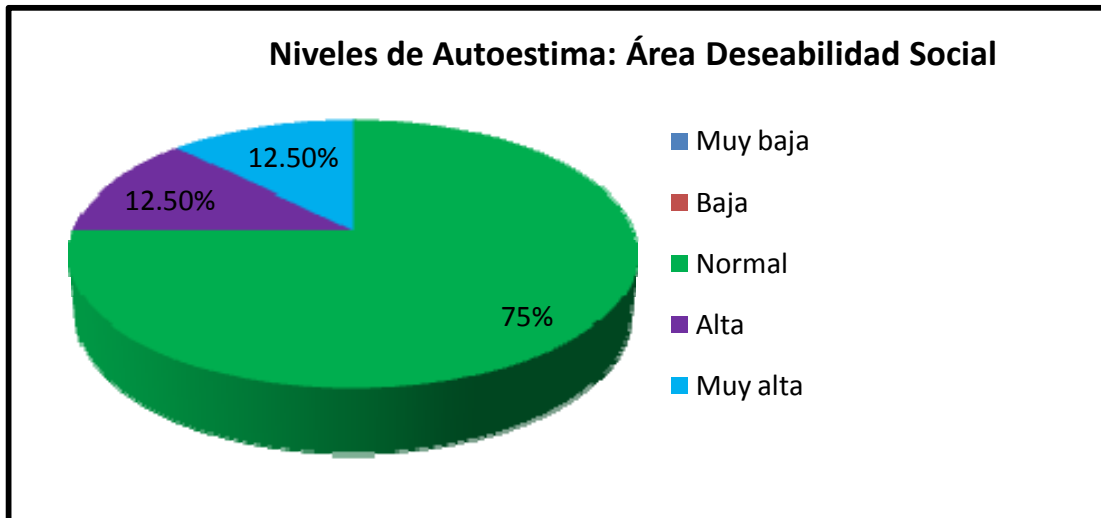


Gráfica 38

Niveles de Autoestima: Área Escolar



Gráfica 39



Gráfica 40

En lo que respecta a las áreas, se observa que en el self general (autovaloración global que hace el individuo de sí mismo) un porcentaje mayor de la población se encuentra con un nivel normal de autoestima, pero el resto se coloca en niveles bajos y muy bajos en su apreciación global de sí mismas.

En el área social (autoevaluación que hace el individuo con respecto al grado de aceptación que percibe de su grupo social), nuevamente se percibe un nivel normal de autoestima, y también se aprecia un 37.5% de la población con niveles bajos, y en esta área solo se da un caso con un nivel alto con referente al grado de aceptación que percibe de los demás.

Por el caso contrario, en lo que respecta al área del Hogar o Familiar (imagen que el sujeto percibe de sus padres y su medio familiar con respecto a él mismo), se observa que más de la mitad de la población tiene un nivel alto y muy alto con respecto a su hogar o familia; mientras que el 37.5% se mantiene en un nivel normal, y solo se da un caso con nivel muy bajo de autoestima.

Respecto al área escolar (autovaloración que realiza el individuo en relación a su rendimiento escolar) la gran mayoría se coloca dentro del nivel normal (62.5%), y el resto se encuentra localizado en niveles altos y muy altos de autoestima.

Tocante al área de deseabilidad social (intento de la persona por dar una imagen favorable de sí misma), esta solo se considera que los puntajes menores a 5 aciertos se mantienen a niveles normales, dentro de los cuales se encuentra la mayor parte de la población que se le aplicó el cuestionario; considerar aciertos arriba de 5 significa que hay una preponderancia por brindar una

imagen favorable de sí misma, obtener niveles altos de autoestima, aunque ello no significa que realmente sea la verdadera realidad.

5.5 Cuestionario dirigido al personal de casa hogar

En las siguientes tablas, se muestran las respuestas que fueron brindadas por el personal de la institución, a las cuales se les aplicó un cuestionario.²⁷⁶ De las respuestas se retoman ciertos elementos esenciales para fundamentar la propuesta del Taller de Educación Sexual y Autoestima.

Las personas a quienes se les aplicó el cuestionario ocupan los siguientes cargos respectivamente: Subdirectora del área de pedagógica, Orientador Educativo (2), Guía y Psicóloga.

Preguntas Generales

Tabla I

Reactivo
1.- ¿Cuánto niños tiene a su cargo?
Respuestas
83 en forma indirecta.
34 niñas.
22 niñas.
20 niñas.
15 niñas.
Reactivo
2.- ¿Qué edades tienen?
Respuesta
De 12 a 14 años.
De 10 a 14 años.
De 9 a 15 años.
De 5 a 18 años.
Entre 8 y 14 años.
Reactivo
3.- ¿Qué problemas presentan con mayor frecuencia? (Anótelos en orden de importancia)

²⁷⁶ Ver anexo D

Respuesta
Problemas familiares. Maltrato. Enuresis-Ecopresis. Problemas en sus relaciones interpersonales.
Rezago académico. Problemas de aprendizaje. Problemas a nivel neurológico. Inmadurez.
Violencia física entre pares y en sus familias. Conductas autolesivas. Falta de cohesión grupal. Patrones cognitivos y pesimistas.
Indisciplina. Agresiones.
Baja autoestima. Poca tolerancia a la frustración. Apatía. Agresión verbal y física.

De acuerdo a la Tabla I se observa que el personal que trabaja directamente con las niñas de la casa hogar atiende en promedio 25 niñas, solo los jefes de cada área atienden indirectamente a todas las niñas apoyándose a través del trabajo que realizan el resto del personal, como son psicólogos, orientadores y guías.

Para el desarrollo del presente trabajo, se aplicó el cuestionario al personal que directamente se encuentra trabajando con el grupo de menores dentro de las cuales se encuentran las preadolescentes, por lo que se observa en la tabla que los rangos de edad van aproximadamente de los 8 a los 15 años.

Dentro de los problemas que detecten con mayor frecuencia en las menores que atienden, en ningún caso se menciona de manera directa un problema o necesidad en lo que se refiera a la sexualidad, pero más adelante llegan a referirse que el tema es importante, que las menores

presentan dudas, que hay caso de abuso sexual, que no hay programas sobre esta temática, por lo que se observa que de repente este tipo de temas como es la sexualidad, se hace a un lado, cuando hay evidencias de que es necesario abordarse o generar propuestas.

Solo se da un caso donde se menciona de manera explícita que hay problemas de baja autoestima, y el resto del personal explica que se presentan conductas agresivas, indisciplina, violencia, bajo rendimiento, problemas en su relaciones interpersonales, entre otros, como consecuencia de los problemas familiares y muy asociado a ello se encuentra el bajo nivel de autoestima que tienen la menores.

Preguntas sobre la necesidad de Educación Sexual

Tabla II

Reactivo
4.- ¿Qué importancia considera usted tiene brindar educación sexual a las niñas?
Respuesta
Creo que es de gran importancia ya que el perfil de nuestras niñas y adolescentes abarca esa área.
En la medida que se les vaya formando sexualmente podrán ser capaces de tomar decisiones y ser responsables para llevar una vida sexual con salud y sin riesgos de cualquier índole.
Les permite un autoconocimiento propio que previene problemas de salud y de relación social.
Es muy importante y básica para no distorsionar la información.
Tiene mucha importancia, es absolutamente necesaria, porque en general en la familia no lo hablan.
Reactivo
5.- ¿Cuáles son las preguntas más frecuentes que le hacen las niñas sobre sexualidad?
Respuesta
Persona 1 Sobre el coito. Sobre que se siente. Sobre lo que escuchan.
Persona 2 ¿Qué es hacer el amor? ¿Qué es masturbarse?
Persona 3

¿Cuándo puede quedar (edad y etapa del ciclo menstrual) embarazada una niña?
¿Qué es un orgasmo?
Persona 4
¿Cómo se embarazan?
¿Qué es un orgasmo?
¿Cómo se penetran los hombres?
Persona 5
¿Si tengo novio?
¿Si he tenido relaciones sexuales?
¿Qué es un orgasmo?
¿Qué se siente?
Reactivo
6.- ¿Alguna de las niñas ha sido víctima de abuso sexual?
Respuesta
Si (5 es el número de personas que proporcionaron esta respuesta)
Reactivo
7.- ¿Alguna de las niñas ha abusado sexualmente de otras?
Respuesta
No (4 es el número de personas que dieron esta respuesta)
Desconoce (1)
Reactivo
8.- ¿Qué información de tipo sexual ha dado usted a las niñas?
Respuesta
Noviazgo, órganos sexuales, relación de pareja, agresión en la pareja.
Toda la que he tenido a mi alcance, folletos, pláticas, etc.
Desde el aspecto biológico, el relacionado con el aparato reproductor femenino y masculino.
Directamente a ninguna, pero se busca apoyo en especialistas.
Lo que han solicitado.
Reactivo
9.- ¿Se ha proporcionado anteriormente información sobre el tema a las niñas?

Respuesta
Si (5 es el número de personas que proporcionaron esta respuesta).
¿Quién?
Respuesta
Talleres -Dictado por otras instituciones- La escuela.
Sin respuesta.
Médico General.
Algunas instituciones dedicadas a estas cuestiones.
Centro de Integración Juvenil.
Reactivo
10.- ¿Cada cuándo y de qué forma se brinda ésta información?
Respuesta
Esporádica en forma de plática o taller.
No responde.
No está establecido.
Cada año se organizaba e informaba a las chicas, pláticas, vídeos y dinámicas.
No hay una planeación, parece ser que cuando se ofrece el servicio.
Reactivo
11.- ¿Existen programas de educación sexual en la institución?
Respuesta
No (4 es el número de personas que proporcionaron esta respuesta).
Si, (1) pero no se ha implementado.
Reactivo
12.- ¿Qué temas abordan?
Respuesta
Desarrollo, embarazo, enfermedades de transmisión sexual, anticonceptivos.
Reactivo
13.- ¿Quién los elabora?
Respuesta
El área de Salud integral.

Reactivo		
14.- ¿Cuánto duran los programas?		
Respuesta		
No hay respuesta.		
Reactivo		
15.- ¿Quién los imparte y cada cuándo se llevan a cabo?		
Respuesta		
Psicólogos, Médicos generales.		
Reactivo		
16.- ¿A qué rangos de edad o a qué tipo de la población de la institución están dirigidos?		
Respuesta		
De 6 a 18 años, población con desventaja social con o sin antecedentes de abuso sexual y violencia física o psicológica así como negligencia.		
Reactivo		
17.- ¿Cómo miden el impacto de los programas en las niñas?		
Respuesta		
Por diversas áreas (Cada una tiene su indicador) como rendimiento escolar, trabajo escolar, resultados obtenidos en enlace, etc.		
Reactivo		
18.- ¿Hay intervención de instituciones externas que brinden educación sexual a las niñas? ¿Cuáles?		
Respuesta		
No.		
Sí, Centro de Integración Juvenil.		
Sí, no recuerda el nombre.		
No hay respuesta.		
Sí, pero no menciona el nombre.		
Reactivo		
19.- ¿Qué actitud manifiestan las niñas cuando se les habla sobre sexualidad?		
Respuesta.	Porcentaje	Frecuencia

Interés.	29.41%	5
Burla.	23.53%	4
Nerviosismo.	23.53%	4
Rechazo.	5.88%	1
Naturalidad.	11.76	2
Otros (menciónelos):	5.88%	1 (Apatía y Malestar)
Total	100%	17

El personal, encargado de las preadolescentes, considera que brindar educación sexual, tiene una gran importancia, para la etapa en la que se encuentran las menores, así como para la toma de decisiones responsables para su bienestar y su salud; así mismo también se considera importante impartir educación sexual para brindar información no distorsionada, además por incluir esa parte de la educación que le correspondería a la familia, y que por la forma en que se da el modo de vida de la niñas muchas veces la educación sexual no se brinda en las familias.

Con respecto a las preguntas más frecuentes que realizan sobre sexualidad las menores, que el personal detecta, se observa que la gran mayoría están preocupadas, con relaciones sexuales: coito, orgasmo así como embarazo, por lo que sí se observa que hay una curiosidad sexual.

También se observa que lamentablemente, dentro de la población que atiende la casa hogar, hay menores que han sido abusadas sexualmente en su familia, y dentro de la institución no se han dado casos de abuso sexual de niñas mayores a las menores. Los casos de abuso sexual son atendidos con terapia psicológica, pero no se brinda algún otro apoyo sobre esta temática así como de la sexualidad en su totalidad.

Con respecto a la información que el personal ha brindado a las menores se puede apreciar, que en algunos casos solo se enfocan en el aspecto biológico, en otros casos se brinda información cuando es solicitada; así mismo también hay casos en lo que se busca a especialistas o se apoyan de otros recursos para brindar la información necesaria de sexualidad.

De acuerdo a las respuestas brindadas por el personal, cuando se les pregunta si las menores han recibido con anterioridad educación sexual, se observa que mayormente la educación sexual es brinda por otras instituciones ajenas a la Casa Hogar Fundación "Clara Moreno y Miramón", solo cuando es muy necesaria la brinda el mecido general. Dentro de las instituciones que se menciona

se hace referencia al Centro de Integración Juvenil, pero de acuerdo al objetivo de este centro, va más enfocado a lo que concierne a la drogadicción y farmacodependencia, que a la sexualidad.

Así mismo, muy relacionado con la respuesta anterior, se aprecia, que la educación sexual que se proporciona no es constante o continua, suele ser "esporádica" como lo menciona el personal es decir, solo se da cuando se solicita porque se llega a necesitar el servicio o si alguna institución desea brindar este apoyo, se acepta y se brinda información sobre sexualidad, de otra forma, no hay un curso o taller, o algún otro apoyo pedagógico para brindar la educación sexual a las preadolescentes.

También el mismo personal, manifiesta que no hay un programa de educación sexual para que se pueda trabajar con la población, mucho menos un programa específico para las etapas de la preadolescencia y adolescencia. Solo una persona contesta que cuentan con un programa pero que este no se ha implementado, es decir, no hay un trabajo actualmente que se esté llevando a cabo con las menores sobre sexualidad.

Se puede observar que, la carencia de una educación sexual sólida por parte de la Casa Hogar que se dirija a las menores, está íntimamente relacionado con los resultados obtenidos en el cuestionario sobre sexualidad, aplicado a las preadolescentes, en donde se aprecia que desconocen elementos importantes sobre sexualidad.

De la pregunta 12 a la 17 sólo fue contestado por una sola persona, que respondió sí a la pregunta número 11, es decir, que sí hay existencia de programas de educación sexual; pero algunas respuestas son muy generales, por ejemplo: los temas con que se trabajan, no hay un respuesta de cuanto duran, los programas son manejados solo por el departamento de salud integral, así como la mención de que el programa está dirigido a la población total con la que cuentan de la institución. Estas respuestas, no logran tener la contundencia suficiente, para hablar sobre la existencia de un programa de educación sexual, sobre todo si el resto del personal encuestado manifiesta que no cuentan con programas sobre dicha temática, en la institución.

Cuando se les pregunta sobre la intervención de otras instituciones para brindar educación sexual y cuáles son la que llevan a cabo dicha acción, refuerza la respuesta dada anteriormente, en la que se manifiesta que esporádicamente se brinda educación sexual, ya que en algunos casos se aprecia que el personal dice que no hay intervención de otras instituciones o no contestan y los casos en los que se dice que sí hay apoyo de otras instituciones no recuerdan el nombre, o mencionan instituciones dedicadas específicamente a otras acciones más que a la sexualidad.

Tocante, a la actitud que manifiestan las menores cuando se le habla de sexualidad, el personal opina que en un 29% se muestra una actitud de interés, en un 23.53% tanto se presenta la burla y el nerviosismo, en pocos casos, se puede apreciar actitudes de rechazo, apatía o malestar o se actúa con naturalidad. De acuerdo con ello, se poya la idea de que brindar educación sexual es un tema que es de gran importancia para la población atendida por la Casa Hogar y por el interés que muestran las menores en tales temáticas.

Preguntas sobre la necesidad de Educación de la Autoestima

Tabla III

Reactivo
20.- ¿Qué importancia considera usted tiene abordar el tema de la autoestima con las niñas?
Respuesta
Les permite a las beneficiarias conocerse mejor, a potencias sus fortalezas y reconocer sus áreas de mejora.
Es muy importante ya que la mayoría de nuestras niñas chicas tienen problemas.
No hay respuesta.
Es importante ya que la mayor parte de las beneficiarias manejan bajo nivel de autoestima.
Mucha importancia.
Reactivo
21.- ¿Existen problemas de autoestima en las niñas? ¿De qué tipo? ¿Cómo se manifiestan? ¿A qué lo atribuye usted?
Respuesta
A dificultades de tipo familiar.
Si, en la poca apreciación a su persona. Se atribuye a la falta de estructura familiar y la violencia que hay en algunas familias.
Si, piensan que no valen nada, que son tontas, que no son importantes, lo manifiestas de diferentes formas; apáticas, groseras, burlonas, tristes, intolerantes, etc. y lo atribuye a su historia de vida.
Si, no se aceptan como son, se burlan de sí mismas, se agraden a sí mismas, poco interés en su aseo personal, etc.
Si, baja autoestima, pesimismo, autoconcepto sesgado, con apatía, malas herramientas sociales, conductas autolesivas y proyectado en el juego o en el dibujo.

Reactivo
22.- ¿Cómo trabaja usted con las niñas para reforzar su autoestima?
Respuesta
Con la familia y mostrando en especial las fortaleza de cada niña.
Yo no trabajo directamente con ellas.
Con mucho esfuerzo ya que todas requieren de atención personalizada aunque sea 5 minutos, pero por el exceso de niñas a veces es imposible pero cuando se puede, trato de motivarlas, apapacharlas, llamarles la atención cuando las conductas no son apropiadas, con cariño sin olvidar los límites.
Le hago hincapié en cosas positivas de su forma de ser, de su arreglo personal, de su comportamiento, etc.
No contesta.
Reactivo
23.- ¿Se ha proporcionado anteriormente información sobre el tema a las niñas?
Respuesta
Si, (5 es el número de personas que proporcionaron esta respuesta)
¿Quién?
Respuesta
Centro de Integración Juvenil, Programas de valores.
No, no lo tengo bien claro.
No recuerdo el nombre.
Diversos ponentes y los terapeutas y orientadores.
No contesta.
Reactivo
24 ¿Cada cuándo y de qué forma se brinda ésta información?
Respuesta.
No responde.
Cotidianamente durante la realización de actividades.
No lo tengo claro.
No hay planeación.

De manera mensual, en forma general y semestral de forma específica.
Reactivo
25.- ¿Existen programas de autoestima en la institución?
Respuesta
No hay. (5 es el número de personas que proporcionaron esta respuesta).
Reactivo
26.- ¿Quién los elabora?
27.- ¿Quién los imparte y cada cuándo se llevan a cabo?
28.- ¿Cuánto duran los programas?
29.- ¿Qué temas abordan?
30.- ¿A qué rangos de edad o a qué tipo de la población de la institución están dirigidos?
31.- ¿Cómo miden el impacto de los programas en las niñas?

En el caso del reactivo relacionado con la importancia que guarda la autoestima para las menores, el personal contesta que es un tema muy importante para que las menores se conozcan mejor (fortalezas y debilidades), así mismo, comentan que las menores tienen un bajo nivel de autoestima y que la mayoría tiene problemas relacionados con la autoestima.

Cuando se pregunta si existen problemas de autoestima en las menores, todo el personal encuestado contesta que sí, estos problemas se manifiestan en la poca aceptación, en el tipo de autoconcepto que tienen, es decir, en todas aquellas características de baja autoestima, que se manifiestan (como lo menciona el personal) en: "poca apreciación a su persona, piensan que no valen nada, que son tontas, no son importantes, son apáticas, groseras, burlonas, tristes, intolerantes o se agreden." Así mismo, también se observa que estos problemas de autoestima, se deben a la historia de vida de la menor, específicamente a la estructura familiar.

De acuerdo, a la información anterior, brindada por el personal, se muestra como ellos consideran que hay problemas de autoestima de acuerdo a las manifestaciones de conducta que presentan las menores, y esto puede estar relacionado con el cuestionario aplicado de autoestima de Coopersmith, aunque se aprecia que el 62.5% de las menores se encuentra en un nivel "normal", pero de este porcentaje un 25% pueda estar ocultando un nivel bajo de autoestima y aunado con el otro 25% de autoestima con nivel "bajo y muy bajo", se considera que un 50% de la población presenta niveles bajos de autoestima.

En lo que se refiere a la forma en que se observa que se refuerza la autoestima a las menores, se aprecia que no hay un programa de apoyo, o un curso o taller que se trabaje específicamente con las menores, sino que esta tarea se lleva a cabo a través de pláticas, y en las situaciones de la vida diaria que den lugar a demostrar los aspectos positivos que tienen cada menor, o se brinda motivación y cariño. Es evidente que en el caos de la autoestima, muchas veces la forma de reforzar un nivel alto, es a través de las situaciones que se presentan en situaciones diarias, pero también es necesario, que a través de actividades estructuradas y debidamente planeadas, se trabaje con estrategias que puedan servir de recurso para que las menores puedan llevar su nivel de autoestima.

Con respecto, al reactivo que pregunta si se ha proporcionado información sobre el tema a las niñas sobre la autoestima, el personal contesta que sí, pero cuando se pregunta acerca de quién ha llevado a cabo dicha acción, no tienen bien definido quien la lleva a cabo o no contestan; se menciona nuevamente al Centro de Integración Juvenil pero solo con programas de valores, en otros casos se menciona que terapeutas y orientadores, es decir por el mismo personal que atiende a la población en la institución, y como ya lo manifiestan, brindan un reforzamiento de autoestima a través del contacto que se tiene con las niñas.

De manera clara, se observa que no hay una sistematización en cuanto al reforzamiento de la autoestima, ya que cuando se les pregunta sobre cuándo y de qué forma se brinda esta información, no se brinda respuesta, o no hay claridad en la misma, por parte del personal. Se aprecia que, la forma de trabajar con el aspecto de la autoestima, se trabaja de forma general, y como lo menciona una de las respuestas: "Cotidianamente durante la realización de actividades".

Aunado a lo anterior, un dato importante, para la justificación de la presente propuesta, es que en la institución no cuentan con un programa específico para trabajar la autoestima con las menores que atienden.

De acuerdo con la información proporcionada, se aprecia, que tampoco cuentan un apoyo de alguna institución o programa de manera continua para trabajar el aspecto de la autoestimas con las menores.

Las preguntas de la 26 a la 31 no son respondidas por el personal, debido que tienen inherencia a la existencia de programas de autoestima en la institución.

Preguntas relacionadas con la importancia de impartir un taller de autoestima y sexualidad

TABLA IV

Reactivo
32.- ¿Considera necesario impartir un taller de autoestima y educación de la sexualidad a las niñas de esta institución?
Respuesta
Si, (4 es el número de personas que proporcionaron esta respuesta).
No (1).
¿Por qué?
Respuestas
Si (respondieron 4 personas) Porque son aspectos que recurrentemente se ponen en evidencia en las niñas. Para dar seguimiento. Ya que son temas que les van a ser significativos para toda su vida. Creo que es importante ya que están en el proceso de adquirir todo sin embargo las pláticas no han funcionado muy bien.
No, (respondió una sola persona) Por que se requiere más talleres para plasmar la información que es necesaria en hábitos de higiene, habilidades sociales, etc.
Reactivo
33.- ¿Cuáles serían sus sugerencias para la elaboración del taller?
Respuesta
Dinámicas, audio-videos, juegos, que sea todo más dinámico.
Cumplimiento en horarios, adecuación de un programa para ellas, seguimiento del programa, información fidedigna, muchas fotografías y sobre todo que sean muy interesantes.
Que fuera un curso del cual se evaluara su impacto.
No dar demasiada información, sino manejarlo vivencialmente. Trabajar en base a lo que las niñas soliciten.
Que pueda concretarse en actividades cotidianas, pues la interacción por sí misma tiene poco impacto en esta población.
Reactivo
34.- Mencione los temas que usted cree que deberían incluirse en el taller

Respuesta
Amistad, noviazgo, sexualidad, sensualidad, relación de pareja, autoestima, órganos sexuales y su funcionamiento, embarazo, enfermedades de transmisión sexual, etc.
Periodos menstruales, noviazgo, prostitución, aborto, métodos anticonceptivos, relaciones sexuales (orgasmos), diferentes preferencias sexuales (lesbianismo) y Amor.
Abuso, autoestima, violación, qué es una relación sexual, que debo cuidar.
Prevención de embarazo, lo natural de la sexualidad, mitos de la sexualidad, comunicación entre padres e hijos, etc.
Resolución de problemas Habilidades sociales Autoconcepto y autoeficacia Higiene sexual.
Reactivo
35.- ¿Qué beneficios cree usted que puede proporcionar este taller a las niñas?
Respuesta
Hábitos que previenen enfermedades y un mayor conocimiento sobre los cambios que se dan en su cuerpo y psique.
Desmitificar creencias, hablar libremente sobre el tema, aclarar dudas.
No contesta
Por lo menos el aprendizaje y el mejor manejo de este tema
Ampliarles el panorama, reconocer su cuerpo, aceptarse, quererse.

Reactivo
36.- ¿Qué es lo que esperaría del taller?
Respuesta
Que las chicas fueran más conscientes de todo lo que implica la sexualidad.
Que resolvieran dudas y que además las niñas pudieran transmitir sus aprendizajes. Interesante y muy informativo.
Poder medir el impacto y clarificar sus dudas.
Que proporcione más que gran cantidad de información, tranquilidad y confianza en su sexualidad.

Que las beneficiarias tuvieran más información y conductas de higiene que les permitan gozar de mayor salud (prevención) naturalidad y sobre su propio cuerpo.
Reactivo
37.- ¿Qué duración cree usted conveniente que debe tener el taller de educación de la sexualidad y autoestima?
Respuesta
Todo un ciclo escolar
Un mes
Un semestre o temas por bimestre
Una vez por semana con duración de 90 minutos por tres meses, descansar y retomar.
Todo el ciclo escolar con una o dos horas a la semana y con las actividades dinámicas y temas interesantes.

La mayoría del personal encuestado, que tiene a su cargo a las preadolescentes, considera que sí es necesario que se imparta un taller sobre autoestima y sexualidad, ya que consideran que son importantes en la formación de las niñas, porque se observa en ellas las necesidades sobre estos temas, así como también estos temas les van a ser significativos para "toda la vida", y de alguna manera para dar seguimiento al trabajo con las menores. Solo un caso, manifiesta que no es importante abordar estos temas, ya que piensa que es necesario darle prioridad a otras necesidades.

Así también el personal, de acuerdo a la experiencia y el trabajo directo con las preadolescentes, brinda sus sugerencias para elaborar el taller, tales como: que el taller sea dinámico y vivencial, adecuación del programa de acuerdo al tipo de población, información sea fidedigna, seguimiento del programa y la evaluación del impacto que tenga el programa.

Dentro de los temas, que el personal, piensa que deberían trabajarse con la preadolescentes se encuentran los siguientes: Amistad, noviazgo, sexualidad, preferencias sexuales, relaciones sexuales, autoestima, órganos sexuales, menstruación, embarazo, aborto, métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual, abuso sexual, violación, resolución de problemas, autoconcepto y eficacia e higiene sexual. Estos temas serán tomados en consideración para la elaboración del taller de educación de la autoestima y la sexualidad.

Los beneficios, que traerá la realización de un taller de autoestima y sexualidad, de acuerdo al personal entrevistado son: prevención de enfermedades, el conocimiento sobre los cambios que atraviesan las menores al entrar a la adolescencia, el "desmitificar creencias", libertad en el tema, la aclaración de sus dudas, el aprendizaje sobre los temas y mas conocimiento sobre ellos, así como la aceptación y el amor hacia sí mismas.

Con respecto a lo que el personal de la institución espera de la realización de un taller de autoestima y sexualidad, se observa que se busca el cambio de actitudes en las menores, como ser más conscientes en su sexualidad, también se espera que el taller resuelva las dudas de las preadolescentes, que propicie tranquilidad y confianza en la sexualidad, brinde información, permita la prevención y el goce de la sexualidad, así como la medición de su impacto.

Por último, encontramos las repuestas obtenidas de la duración, que el personal considera que debería tener el taller, estas respuesta son muy variadas, pero se aprecia que coinciden en la mayor parte, en una duración de periodos largos, de aproximadamente dos horas a la semana, es decir que sea un taller que se imparte de forma constante a la población.

Toda la información anteriormente proporcionada fue considerada para la elaboración de la propuesta pedagógica que aparece en el siguiente capítulo y es motivo del presente trabajo.

CAPÍTULO VI

Propuesta Pedagógica de un Programa Estudios: "Taller de Educación de la Autoestima y la Sexualidad para las preadolescentes"

En este capítulo final, se presenta el desarrollo del programa de estudios del taller de educación de la autoestima y sexualidad, que lleva por título *Aprendiendo a mejorar mi autoestima y sexualidad*. Primero se realizará la presentación del taller, después se indica cual es el objetivo general, así como los objetivos particulares a alcanzar; posteriormente se presentan los contenidos básicos, la metodología, y los criterios de acreditación y evaluación; por último se agrega una bibliografía básica que pueda ser completaría para la realización del taller.

La propuesta de taller es relevante porque le permite a la preadolescente conocer sus potencialidades (habilidades, capacidades, aptitudes, etc.) para un desarrollo humano e integral, conocerse así mismo para el logro de la interacción social (relaciones interpersonales) y para el desarrollo de una sexualidad plena y saludable; además de propiciar una participación activa, de manera que pueda expresar sus vivencias personales, su efectividad y sus experiencias.

Es ineludible para el desarrollo integral de la preadolescente poder contar con talleres en lo que se pueda trabajar de forma amplia, dinámica e interactiva, con el propósito de promover en ellos un interés en estos temas tan importantes para el desarrollo de sus habilidades sociales, también para que haya la posibilidad de orientar y dar solución y respuesta a sus inquietudes.

En este proyecto, consiste en presentar actividades que se relacionan con el autoconocimiento, la autoaceptación, la autoestima y la sexualidad; necesarias para un desarrollo humano posterior, para que el individuo sea capaz de tomar decisiones y que se responsabilice de sus propias acciones, consecuencias y elecciones.

6.1. Programa Estudios: Taller de Educación de la Autoestima y la Sexualidad para niñas preadolescentes



Duración: 80 sesiones de 60 min. Aproximadamente (cuatro días a la semana).

Lugar: Fundación "Clara Moreno y Miramón"

Dirigido a: Preadolescentes de la casa hogar "Fundación Clara Moreno Miramón"

6.2. Introducción

La preadolescencia, se torna un período en el cual la persona se enfrenta a los cambios físicos, donde se da la maduración de las características sexuales primarias y secundarias, que pueden ser perturbadoras para el preadolescente.

El considerar esta etapa de la preadolescencia, de alguna manera, es por el motivo de fortalecer la autoestima que tienen de sí mismas, ya que están en una etapa antecedente a la adolescencia y que si bien muchas veces el tema de autoestima no es tratado en esta etapa, sólo se ve de manera más detallada cuando ya se está en la adolescencia, propiamente dicha, y de alguna manera con la sexualidad pasa lo mismo en estas edades; solo se ve el tema de manera superficial y no se atienden aspectos que son significativos para el desarrollo y maduración de la niña, así como la expresión de su sexualidad.

A lo anterior, cabe mencionar que la educación sexual y afectiva se ha hecho siempre, sólo que a veces de manera pasiva o represiva, acelerada o retardada, contradictoria y sesgada, condicionada y subjetiva, violenta o callada, oculta o incompleta, dejándola al azar o en manos de la familia o del profesorado y sus actitudes, bajo la influencia del grupo de iguales, o la referencia de los medios de comunicación y de los modelos que ofrece o bajo la manipulación de los agentes políticos, religiosos o económicos.

Además, es sabido que la familia es el núcleo a partir del cual, la niña construye su identidad, se forma valores sociales y puede evaluarse en relación con sus propias capacidades, motivaciones, expectativas, logros y limitaciones. De esta manera, la familia juega un papel muy importante para la formación de la personalidad de la niña, y por ende de su sexualidad y su autoestima. Por lo que la desintegración familiar y en algunos casos, el vivir en casa-hogar, afectan al desarrollo sexual y mantenimiento de la autoestima.

De lo anterior, se desprende mi interés por querer trabajar con niñas de casa hogar, específicamente con las preadolescentes de Casa Hogar para Niñas Fundación "Clara Moreno y Miramón", debido a que no cuentan, en algunos casos, con padres, otras no los pueden ver, algunas reciben visita cada mes y en otros hay niñas que sufrieron abusos y maltratos de sus propios padres, por lo cual no cuentan con la estabilidad de los padres para que ellos les brinden una educación sexual y además les formen una alta autoestima, y no vivan en situación de casa-hogar.

También parte de mi interés por realizar este trabajo fue por la experiencia al realizar mi servicio social al CNMAIC Casa Hogar para Niñas (DIF). Cuando inicié, realmente no sabía cuáles serían

propriadamente mis actividades, cómo se llevaba a cabo el trabajo en tal institución y especialmente en qué espacio del área pedagógica me iba corresponder; una vez que me la designaron y que me comentaron como se trabajaba en el grupo de alta vulnerabilidad, comprendí que ahí se encontraban niñas que requerían mayor apoyo y que presentaban situaciones más especiales tanto psicológicas como académicas.

Por lo anterior, dentro de las necesidades pedagógicas que consideré también muy pertinentes para las preadolescentes, fue fortalecer su autoestima y brindarles educación sexual para abarcar no solo el aspecto académico sino también el social y emocional.

Este presente propuesta de taller se hace viable porque las niñas de Casa Hogar "Fundación "Clara Moreno y Miramón" presentan necesidades emocionales, psicológicas y académicas, algunas de ellas comienzan a manifestar cambios propios del inicio de la adolescencia y presentan dudas e interés acerca de estos temas y dificultad para adaptarse a Casa Hogar, de acuerdo a los resultados que sustentan la propuesta pedagógica.

Por otra parte, la escuela ocupa un lugar importante en la educación sexual de los niños, aunque se han dado casos en que se ha visto con problemas, a nivel primaria, en la publicación de sus libros de texto gratuito, tal es el caso de temas como la reproducción, especialmente en las imágenes de los aparatos reproductores, esta institución debe permitir que estas temáticas se aborden en clase y que no se vean superficialmente, no se debe permitir que la sexualidad solo se vea reducida a lo biológico, mientras que los aspectos sociales y emocionales son tratados de manera superficial, sin considerar que la sexualidad es un concepto más integral y con el cual se busca educar al niño.

Aunque las preadolescentes acuden a la escuela oficial fuera de la institución albergadas, se hace necesario el apoyo extraescolar que se requieren en estas temáticas, ya que si bien hace falta reforzar el trabajo que en estos temas lleva la escuela y además brindar la educación necesaria en estas temáticas que no pueden dar los padres por las causa antes mencionadas, de ahí que le corresponda a la Casa Hogar prestar este servicio y especialmente en el área de psicopedagogía, en la cual entra nuestro trabajo como pedagogos de desarrollar propuestas pedagógicas a partir de las necesidades encontradas y abarcar un área más de la pedagogía que nos compete como es la educación sexual y la formación de la autoestima necesaria para el desarrollo integral del ser humano.

Es de vital importancia brindar educación de la autoestima para afrontar las crisis propias de la preadolescencia y adolescencia, ya que cuando una persona tiene bien claro quién es y se siente a

gusto consigo mismo, puede tomar decisiones firmes y acertadas con respecto a su propia persona, lo cual hará que se sienta una persona segura, puesto que es importante que la preadolescente cuente con herramientas que le permitan conocerse y aceptarse a sí misma, amarse a sí misma.

Es necesario trabajar con las preadolescentes de tal forma que se hagan conscientes de la situación y después hacerlas responsables de sus acciones, dándoles alternativas que les permitan identificar las consecuencias de sus actos, formas y procedimientos sujetos a mejorar la génesis y desarrollo de la autoestima y su sexualidad, a diseñar e implementar actividades que favorezcan la corrección de valoraciones no ajustadas a la realidad.

También es preciso considerar que una persona participa, no solo en el nivel cognoscitivo, como se piensa, sino también a nivel social y afectivo, por lo que es muy substancial comenzar a proveer una educación que atienda de manera significativa aspectos como la autoestima y ésta como base fundamental para la sexualidad, ambas son elementos importantes para la formación y desarrollo de la persona.

Ante las situaciones anteriores, surge la necesidad e importancia de proporcionar a las preadolescentes herramientas a través de un programa -unidad didáctica de taller-, que le permita enfrentar las diversas problemáticas en las que se ven inmersas y aunque está la escuela presente en esta tarea, en ocasiones el tiempo con el que se cuenta resulta poco para abordar detenidamente cada una de esta problemáticas, pues en ellas se ven envueltas una serie de factores personales.

Aunado a todo lo anterior, también considere pertinente realizar la propuesta pedagógica sobre los temas de autoestima y sexualidad, debido a que la propia Casa-Hogar, Fundación "Clara Moreno y Miramón" le interesó el poder contar con dicha aportación, ya que no cuenta con programas que hablen sobre esas temáticas para trabajar con las preadolescentes. Mi propuesta pretende ser un aporte para la institución y especialmente para las niñas que viven en dicha institución.

Consultando algunos trabajos desarrollados de educación sexual y algunos de autoestima, estos se concentran dentro de la educación preescolar y la etapa de la adolescencia, dirigidos a padres de familia, alumnos y a docentes, mi propuesta es para preadolescentes, considerando que aunque no han entrado en la etapa de la adolescencia propiamente, las niñas comienzan a presentar ya ciertos cambios propios del desarrollo de su sexualidad acompañados con la búsqueda de identidad.

Es importante, considerar estos dos aspectos de gran importancia que son la autoestima y la sexualidad; ya que el desarrollo de ambos componentes son necesarios para fortalecer la confianza

y la seguridad que más adelante, ayudará a la preadolescente a desenvolverse en el medio que le rodea.

6.3. Objetivo general

Que las preadolescentes conozcan y cuenten con más información sobre los temas de autoestima y sexualidad, lo cual a la vez les lleve a desarrollar y fortalecer una mejor autoestima que les permita expresar de forma adecuada sus pensamientos, creencias y sentimientos, y vivir una sexualidad plena, saludable y feliz, de esta forma al contar con dichos elementos las preadolescentes sean capaces de dar solución con base en sus propios valores a las situaciones que se le presenten.

6.4. Contenidos

Apertura: encuadre grupal

En esta unidad, de naturaleza introductoria, se realiza la presentación del ponente y de las preadolescentes, así como la realización de una técnica grupal donde se establezca una relación familiar entre ellos, y para crear un clima de seguridad y confianza para hablar. Así también, se pretende presentar a las preadolescentes el encuadre del taller y la realización de una evaluación diagnóstica.

a) Objetivo particular:

Propiciar un ambiente de confianza y de trabajo agradable, con el fin de generar una mejor dinámica grupal, a través de la presentación de la ponente y de las preadolescentes, así como del encuadre del taller.

b) Actividades Básicas

- Presentación
- Integración grupal
- Encuadre del taller
- Evaluación diagnóstica

Unidad I “Conceptos básicos en sexualidad”

En esta unidad, se pretende trabajar con los conceptos de sexualidad, sexo, genitalidad y rol sexual, de tal forma que se pueda establecer las diferencias que existen entre los conceptos al utilizarlos y como estos forman parte del vocabulario de la sexualidad humana.

a) Objetivo particular:

Explicar con sus propias palabras los conceptos básicos en sexualidad, sexo, identidad sexual y rol sexual que permitan un entendimiento de la construcción social de la sexualidad.

b) Contenidos básicos:

- Sexualidad
- Sexo
- Genitalidad
- Identidad sexual
- Rol sexual

Unidad II “Desarrollo Humano: Pubertad y Adolescencia”

En esta unidad, se presentan, de manera muy general, las características de las etapas del desarrollo humano, y un acercamiento al conocimiento de las características de la pubertad y la adolescencia, de tal forma que se identifiquen estas etapas, como parte del desarrollo humano, en las cuales se realizan diversos cambios que están comenzando a experimentar las preadolescentes.

a) Objetivo particular:

Identificar las características generales de las etapas de desarrollo humano y específicamente de las características de la pubertad y adolescencia.

b) Contenidos básicos:

- Etapas del desarrollo físico humano
- Concepto de pubertad y adolescencia
- Características generales y de la adolescencia y de la pubertad.

Unidad III “La pubertad”

En esta unidad, se pretende brindar un acercamiento mas detenido a la etapa de la pubertad, especialmente abordar los cambios físicos que se dan durante la pubertad tanto en varones como en mujeres, así como también el identificar las partes del cuerpo, y en especial los órganos sexuales masculinos y femeninos, así como su función. En esta misma unidad, se presenta la importancia de de la higiene sexual y la forma de cómo llevarla a cabo, por la necesidad de mantener en adecuadas condiciones la higiene del cuerpo y en particular de los genitales.

a) Objetivo particular:

Identificar los cambios físicos que ocurren en la Pubertad y reconocer que todas las partes del cuerpo tienen igual importancia, incluyendo los órganos sexuales, los cuales también requieren de una adecuada higiene.

b) Contenidos básicos:

- Esquema corporal
- Caracteres sexuales primarios
 - Anatomía y fisiología masculina y femenina
- Caracteres sexuales secundarios masculinos y femeninos
- La menstruación
- Higiene sexual

Unidad IV “Desarrollo psicosexual en la adolescencia”

En esta unidad, se abordará a la adolescencia como la etapa del desarrollo humano en la que se presentan cambios psicológicos muy importantes, así como también se pretende trabajar con la importancia de la amistad y las finalidades de una relación de noviazgo y lo que ello implica.

a) Objetivo particular:

Identificar los cambios psicológicos que se dan en la adolescencia y comprender lo que significa la amistad, el amor y noviazgo durante esta etapa.

b) Contenidos básicos:

- Adolescencia
- Amistad
- Noviazgo

Unidad V “Abuso sexual”

En esta unidad, que es de carácter delicado, se pretende trabajar primero con el tema de qué es el abuso sexual, la forma en qué se lleva a cabo, en especial se pretende brindar las formas de protección ante las señales de abuso sexual, así como también se busca que los niños generen alternativas de solución.

a) Objetivo particular:

Mencionar las formas de protegerse ante las señales de abuso sexual y además generar alternativas de solución.

b) Contenidos básicos:

- Abuso
- Abuso sexual
- Derechos de los niños
- Alternativas de solución

Unidad VI “Conducta sexual adolescente”

En esta unidad, se pretende que las preadolescentes conozcan a que se hace referencia cuando se habla de los sueños húmedos y que comprendan que son una función natural del cuerpo humano; qué son las fantasías; platicar sobre los mitos, falacias, tabúes así como realidades que hay sobre la masturbación; identificar las orientaciones sexuales y establecer que las relaciones sexuales implican responsabilidad, amor y respeto.

a) Objetivo particular:

Identificar las conductas de tipo sexual y las preferencias sexuales que se pueden presentar en la adolescencia.

b) Contenidos básicos:

- Sueños húmedos
- Fantasías
- Masturbación
- Orientaciones sexuales
- Relaciones sexuales

Unidad VII “Enfermedades de Transmisión Sexual”

En esta unidad, se pretende un acercamiento al conocimiento de las Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS), sus características generales como: medio de contagio, síntomas, agente transmisor y sus medidas preventivas; especialmente se trabajara con el tema del VIH-SIDA, haciendo hincapié sobre la importancia de preservar la salud de manera preventiva. Por último se hace alusión a las instituciones que pueden brindar ayuda especializada en caso de que se presente alguna ETS.

a) Objetivo particular:

Conocer los diferentes tipos de Enfermedades de Transmisión Sexual y sus características para prevenirlas y mejorar la salud sexual.

b) Contenidos básicos:

- Concepto de Enfermedades de Transmisión sexual
- Tipos de ETS
- Características de las ETS
- El VIH: SIDA
- Medidas preventivas
- Instituciones para solicitar ayuda especializada

Unidad VIII “La reproducción”

En esta unidad se realiza el estudio de las etapas del proceso de la reproducción humana así como también se abordará el tema de la maternidad y paternidad en la adolescencia y sus implicaciones tanto individuales y sociales, de tal forma que la preadolescente le lleve a poder tomar decisiones conscientes y responsables. Así como también se pretende brindar un acercamiento al tema del aborto.

a) Objetivo Particular:

Identificar las etapas del proceso de la reproducción humana, y concientizar sobre la paternidad responsable, a través del análisis de las implicaciones Individuales y sociales del embarazo durante la adolescencia.

b) Contenidos básicos:

- Fecundación
- Embarazo
- Síntomas y cambios durante el embarazo
- Cuidados prenatales (edad para la reproducción)
- El parto
- La lactancia
- Embarazo adolescente y sus consecuencias biosociales
- El aborto

Unidad IX “Métodos anticonceptivos”

En esta unidad se pretende brindar una visión acerca de los diferentes tipos de métodos anticonceptivos que existen, en especial la forma en que se utilizan, indicaciones, las ventajas y desventajas, así como también hacer énfasis en la utilización adecuada de los métodos anticonceptivos, especialmente hacer hincapié en el uso del condón, no solo como un método anticonceptivo más, sino el único medio que protege contra alguna enfermedad sexual.

a) Objetivo particular:

Conocer los diferentes métodos anticonceptivos que existen para evitar la reproducción humana, en especial a temprana edad.

b) Contenidos básicos

- Definición de métodos anticonceptivos
- Tipos de métodos anticonceptivos y sus características
 - Los métodos naturales
 - Los métodos de barrera
 - Los métodos hormonales
 - Los métodos definitivos
 - Anticoncepción de emergencia
- El condón

Unidad X “Comunicación”

En esta unidad, primero se explica que es la comunicación, después se analizan los elementos de la comunicación y la importancia de estos para que se de la comunicación. Así también se analiza la importancia que tiene la comunicación en las relaciones entre los seres humanos para intercambiar puntos de vista, compartir sentimientos, emociones, o para resolver conflictos. En esta unidad se pretende brindar las formas para comunicarse de manera adecuada.

a) Objetivo particular:

Comprender la importancia que tiene llevar a cabo una adecuada comunicación entre ellas y sus padres así como con sus pares, para poder intercambiar puntos de vista y sentimientos en un marco de respeto.

b) Contenidos básicos:

- Concepto de comunicación

- Elementos de la comunicación
- Importancia de la comunicación
- Formas adecuadas de comunicarse

Unidad XI “Autoestima”

En la presente unidad, primero se busca un acercamiento al concepto de autoestima para poder comprenderlo, posteriormente se analizan las fuentes de las que proviene la autoestima, para que la preadolescente, de acuerdo a su experiencia, determine su propio nivel de autoestima y se dé cuenta de la influencia que han tenido las fuentes de formación de su autoestima.

a) Objetivo particular:

Aclarar el concepto de autoestima y analizar las fuentes que la forma para identificar el valor que se tiene de sí mismo.

b) Contenidos básicos:

- Concepto de autoestima
- Fuentes de formación de la autoestima:
 - La concepción que tienen las personas (familia, amigos, maestros etc.)
 - La concepción de sí mismo.

Unidad XII “Autoconcepto”

En esta unidad se pretende primero abordar el tema de autoconcepto, para que la preadolescente sepa a que hace referencia dicho término, posteriormente se establece la diferencia entre autoestima y autoconcepto. En otro momento, se trabajará con los elementos externos e internos que influyen en la formación del autoconcepto.

a) Objetivo particular

Conocer el significado de autoconcepto para identificar las maneras en que cada persona es única.

b) Contenidos básicos:

- Significado de autoconcepto
- Diferencia entre autoconcepto y autoestima
- Influencia de sí mismo y de la idea que tienen los demás
- Concepto de sí mismo

Unidad XIII “Elementos de la autoestima”

En esta unidad, se abordan en lo individual cada uno de los elementos de la autoestima, pero considerando que cada uno depende de los otros, para que en conjunto integren la autoestima. Posteriormente se pretende que estos contenidos los trabaje individualmente cada preadolescente.

a) Objetivo particular:

Reflexionar acerca de los elementos que conforman la autoestima para lograr elevarla.

b) Contenidos básicos:

- Autoconocimiento
- Autoconcepto
- Autoevaluación
- Autoaceptación
- Autorespeto

Unidad XIV “Características de la autoestima”

En esta unidad se plantea primero la revisión de aquellas características que definan a una persona con autoestima baja, en segundo momento se revisarán las características que definen a una persona con alta autoestima, para posteriormente, cada preadolescente identifique sus propias características e identificar si su autoestima es baja o alta.

a) Objetivo particular

Identificar las diferencias entre autoestima adecuada e inadecuada.

b) Contenidos básicos

- Autoestima adecuada
 - Características
- Autoestima inadecuada
 - Características

Unidad XV “Práctica de ser consciente”

En esta unidad, se pretende analizar qué significa ser consciente, trabajar propiamente con los términos: intereses, gustos, sentimientos, motivaciones, valores y metas, para dar lugar a que las preadolescentes determinen cada uno de ellos con respecto a su vida personal.

a) Objetivo particular

Lograr ser consciente de sí mismo: sus acciones, intereses, gustos, valores, motivaciones y metas.

b) Contenidos básicos:

- Intereses
- Gustos
- Sentimientos
- Motivaciones
- Valores
- Metas

Unidad XVI “Aceptarse a sí mismo”

En esta unidad se trabajan el tema de las actitudes con respecto hacia sí mismo, la importancia que tiene el cuerpo, sus funciones y la forma de ser y por último pretende que cada preadolescente identifique porque cada ser humano es diferente al otro a partir de su propia visión.

a) Objetivo particular:

Lograr la aceptación de sí mismo como una persona diferente, única, importante y valiosa, tal y como es.

b) Contenidos:

- Actitud y aceptación hacia sí mismo
- Los seres humanos somos diferentes

Unidad XVII “Valoración de sí mismo”

En esta unidad, se pretende, trabajar sobre las capacidades, habilidades y debilidades, así como las cualidades y defectos, reconocimiento de limitaciones, pero también de las potencialidades que lleven a la preadolescente al logro de la valoración de sí misma, por la persona que es, por cómo se valora y por cuánto se ama.

a) Objetivo específico:

Reconocer su propio potencial humano y la valoración de sí misma y de manera más profunda algunos aspectos de sí misma.

b) Contenidos básicos:

- Habilidades y debilidades
- Cualidades y defectos.
- Potencialidades y limitaciones

Unidad XVIII “Estrategias para mejorar la autoestima”

En esta unidad, se analizan cada uno de los elementos que componen la docena mágica propuesta por Nathaniel Branden, donde se pretende que a partir de la participación de las preadolescentes, de acuerdo a su propia apropiación, ejemplificar cada uno de los elementos de dicha docena mágica.

a) Objetivo particular:

Adquirir la estrategias necesarias que le ayuden a mejorar su autoestima y la lleve a valorarse a sí misma de manera positiva para poder vivir feliz.

b) Contenidos básicos

1.1 La docena mágica

Unidad evaluativa, de síntesis e integración

En esta unidad, de con carácter de cierre, se pretende hacer una síntesis y evaluación de lo aprendido y vivido en el taller, a través de la exposición de los trabajos realizados en taller y una evaluación considerando el diagnóstico previo. Así también se pretende evaluar el taller y reconocer a las participantes realizando una pequeña actividad de convivencia armónica.

a) Objetivo particular

Evaluar el taller y lo aprendido durante el mismo con el fin de valorar la importancia que lleva educarse en autoestima y sexualidad.

b) Actividades básicas.

- Exposición de trabajos
- Evaluación individual
- Evaluación del taller
- Reconocimientos

6.5. Metodología:

La metodología del presente programa, se preñe trabajar en el marco central de la unidad didáctica de taller, para ello es importante mencionar algunos aspecto que guarda tal modalidad.

La palabra taller proviene del francés *atelier* y significa estudio, obrador, obraje, oficina. También define una escuela o seminario de ciencias donde asisten los estudiantes.²⁷⁷

El concepto de taller, en el ámbito educativo, es una forma pedagógica que pretende lograr la integración de teoría y práctica de una forma interactiva entre el docente y los alumnos, es un aprender haciendo.

De acuerdo a Kisnerman "los talleres son unidades productivas de conocimientos a partir de una realidad concreta para ser transferidos a esa realidad a fin de transformarla, donde los participantes trabajan haciendo converger la teoría y práctica."²⁷⁸

De esta forma el taller es una realidad integradora, en donde convergen la teoría y la práctica para que se pueda lograr el proceso pedagógico; así el taller se vuelve un trabajo complejo, pero reflexivo, ya que permite el interactuar y trabajar con la realidad social. En el taller no solo se da la participación del docente, sino que se centra en el alumno, a través del diálogo, la participación, el trabajo, en el cual cada uno es un miembro más del equipo y hace sus aportes específicos.

Los alumnos, en el taller se ven estimulados a dar su aporte personal, ser críticos y creativos, partiendo de su propia realidad y transformándose en sujetos creadores de su propia experiencia y superando así la posición o rol tradicional de simples receptores de la educación.²⁷⁹

De acuerdo con Maya²⁸⁰, los objetivos generales de los talleres son:

- Promover y facilitar una educación integral, de manera simultánea, en el proceso de aprendizaje el aprender aprender, a hacer y a ser.
- Realizar una tarea educativa y pedagógica integrada y concreta entre docentes, alumnos, instituciones y comunidad.
- Superar en la acción la dicotomía entre la formación teórica y la experiencia práctica, benéfica tanto a docentes o facilitadores como a alumnos o miembros de la comunidad que participen en él.

²⁷⁷ Maya Betancourt, Arnobio. *El taller educativo*. Cooperativa Editorial Magisterio, Colombia. 1996 p. 14

²⁷⁸ Kisnerman, Natlio. "Los talleres, ambientes de formación profesional". En *El Taller, Integración de Teoría y Práctica*. De Barros, Nidia y otros. Editorial Humanitas. Buenos Aires. 1977. P.34

²⁷⁹ Ander-Egg, Ezequiel. *El taller: una alternativa de renovación pedagógica*. Magisterio del Rio de la Plata. Argentina. 1999 15

²⁸⁰ Maya Betancourt, Arnobio. *Op.cit.*

- Facilitar que los alumnos o participantes en los talleres sean creadores de sus propios procesos de aprendizaje.
- Permitir que tanto el docente o facilitador como el alumno o participante se comprometan activamente con la realidad social en la cual está inserto el taller, buscando conjuntamente con los grupos las formas más eficientes y dinámicas de actuar en relación con las necesidades que la realidad social presenta.
- Lograr un acercamiento de contrastación, validación y cooperación entre el saber científico y el saber popular.
- Crear y orientar situaciones que impliquen ofrecer al alumnado o a otros participantes la posibilidad de desarrollar actitudes reflexivas, objetivas, críticas y autocríticas.

Con lo anterior, se observa claramente, como la modalidad de taller cobra relevancia, ya que permite la participación reflexiva y activa del alumno, donde confluye su experiencia, la convergencia de la teoría y la práctica, a través del trabajo en grupo y en la interacción con la realidad que le permita obtener aprendizajes más significativos así como brindar una formación integral.

Mediante el taller, los docentes y los alumnos desafían en conjunto problemas específicos buscando también que el aprender a ser, el aprender a aprender y el aprender a hacer se den de manera integrada, como corresponde a una auténtica educación o formación integral.²⁸¹

El taller educativo:

- Integra la teoría y la práctica en un mismo momento (tiempo) y en un mismo lugar (espacio) cuando se da el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Contribuye a una formación integral de los sujetos que participan en el taller: aprender a aprender, a hacer y ser.
- El aprendizaje se enriquece no sólo por la presencia de los conocimientos científicos y técnicos que se dan cita de acuerdo con el tipo de problema que se plantea, sino por la puesta en común de experiencias de todos los participantes.
- Vinculan los aprendizajes a situaciones reales y la solución de problemas y necesidades vigentes de los que participan en el taller.
- Fomenta la creatividad, iniciativa y originalidad de los participantes, generando también el espíritu investigativo, tan necesario en una concepción de educación permanente.

²⁸¹ *Ibíd.* p 15.

- Desarrolla la capacidad de registrar y sistematizar experiencias ya actividades propias de quienes participan en los talleres.
- Promueve y desarrolla la capacidad de reflexionar en grupo y de trabajar en equipo con un enfoque interdisciplinario y como respuesta a las necesidades de operar sobre una realidad multifacética y compleja.
- Fomenta la participación activa y responsable de la propia formación y de la asunción de las tareas del programa.
- Facilita el aprendizaje en la práctica de los valores democráticos y de la participación.
- Estimula el liderazgo democrático no solamente del docente sino de todos los participantes del taller.

El taller promueve la construcción del conocimiento a partir del mismo alumno y del contacto de éste con su experiencia y con la realidad objetiva en que se desenvuelve. Realiza una integración teórico-práctica en el proceso enseñanza aprendizaje. Así también permite que el ser humano viva el aprendizaje como un ser total y no solamente estimulando lo cognitivo, ya a que además de conocimientos aporta experiencias de vida que exigen la relación de lo intelectual con lo emocional y afectivo e implica una formación integral del alumno.

También es importante señalar que para que el taller se pueda lograr llevar a cabo es necesario tener al frente un coordinador que presente conocimientos, habilidades y actitudes que le permitan llevar a cabo un trabajo donde se realizan múltiples actividades, donde se dé lugar a la participación del alumno y donde promueva un trabajo generador de aprendizajes significativos para los participantes o alumnos.

Las funciones principales del coordinador son:

- El coordinador debe conocer el tema del taller y tener una posición clara.
- Debe conducir al grupo al logro de objetivos, mediante el ordenamiento de los contenidos, las preguntas de reflexión y de problematización, la capacidad de preguntar y cuestionar al grupo, para que este siga buscando y construyendo su respuesta.
- Es saber animar de integrar al grupo y propiciar la participación, saber preguntar, saber qué preguntar y cuando hay que preguntar, saber opinar y saber calar; el coordinador debe ser sencillo y amistoso.
- El coordinador planifica, organiza, ejecuta y evalúa el taller.

- Promueve y propone actividades que faciliten el vínculo y la tarea.
- Salvaguarda la libertad de expresión, aún las de aquellos que circunstancialmente no se expresan, ya que aún el silencio implica comunicación.
- Mantiene el intercambio en un nivel que todos entiendan, se interesen y puedan participar.
- Facilitar la exploración, el descubrimiento y la creación de nuevas respuestas.
- Interviene para explicar, lograr nuevos enlaces y estimular el pasaje de lo vivencial y afectivo a lo conceptual y teórico.
- Respeta el tiempo grupal, sin dejar de sostener el encuadre establecido.
- Favorece la evaluación y realimentación permanente.

El coordinador, de acuerdo a lo anterior debe poseer la formación necesaria en planear y realizar talleres que promuevan el desarrollo las potencialidades y necesidades individuales y grupales, fomentando el aprendizaje significativo de los alumnos.

El presente taller se pretende llevar a cabo utilizando técnicas como la lluvia de ideas, a través de juegos, discusión, la técnica expositiva considerando sus etapas de introducción, información y síntesis, permitiendo la participación de los alumnos.²⁸²

Así mismo se llevará a cabo trabajo individual como grupal, el cual a veces será haciendo división en varios subgrupos, con el fin de analizar y discutir determinada información de las temáticas para obtener conclusiones, además trabajar en plenaria para la puesta en común de aprendizajes, así como aclaraciones de dudas, de manera que se realice una retroalimentación.

Se utilizará un buzón, a lo largo de todas las sesiones, para que las preadolescente puedan aclarar dudas y hacer comentarios de una manera escrita y anónima a través de un buzón sobre los temas que se trabajaran en el taller.

Cada sesión cuenta con sus respectivas actividades de apertura, desarrollo y cierre. Se pretende que el taller trabaje alternativamente los temas de Autoestima y Sexualidad.

Las actividades de apertura, consideran la recuperación de los conocimientos previos de las preadolescentes. Cabe aclarar que en cada sesión, se deben retomar los contenidos de la sesión previa; el coordinador a partir de las actividades propuestas y la participación de las preadolescentes dará lugar a la relación que guardan cada uno de los temas (autoestima y sexualidad).

²⁸² Ver anexo E. Plan de actividades.

Para el presente taller se pretende tomar en cuenta de sus necesidades individuales y de grupo, propiciar un ambiente permisivo y cordial, con la sensación de seguridad, interés centralizado en el proceso y en las tareas grupales, decisiones tomadas por el propio grupo, aplicación de conocimientos teóricos, utilizando la información existente, ejercitación del uso de las técnicas, actuación frente a los acontecimientos, aprendizaje de resolución de problemas prácticos.

6.6. Criterios e instrumentos de evaluación con fines de acreditación

Para ello se tomará los dos tipos de criterios que consideró Rogers para la evaluación de los alumnos:

- Criterios significativos desde el punto de vista personal:

- Se propone la autoevaluación como una opción válida; el individuo valorará su propio aprendizaje y decidirá su propia autoevaluación.
- Grado de satisfacción con el trabajo conseguido.
- Compromiso personal con el curso.
- Evolución intelectual y personal.

- Criterios impuestos desde fuera.

- Grado de profundidad con que se trabajaron los materiales.
- Dedicación puesta en las clases y trabajos.
- Se tomará en cuenta la participación de cada preadolescente en cada sesión.
- Se supervisará la realización de actividades y ejercicios, pasando a sus lugares y a través de la observación.
- Realizar las actividades, con escalas.
- Se considerarán los trabajos realizados en el taller
- Así como el trabajo final del taller.

6.7 Fuentes de consulta para la propuesta pedagógica

- Alcántara, J. *Como educar la autoestima*. España. Ediciones CEAC. 1990.
- Ander-Egg, Ezequiel. *El taller: una alternativa de renovación pedagógica*. Magisterio del Río de la Plata. Argentina. 1999.
- Bisquerra, Rafael. *Orientación psicopedagógica para la prevención y el desarrollo*. Barcelona. Editorial Boixareu Universitaria. 1992.
- Branden, Nathaniel. *La psicología de la Autoestima*. México, Paidós. 2001.
- Castro Posada, Juan A. *Guía de autoestima para educadores*. Salamanca, Amarú Ediciones, 2000.
- Cledes, Harris y Bean, Reynold. *Como desarrollar la autoestima en los niños*. Madrid, Debate, 1993.
- Feldman, Jean. *Autoestima para niños*. España. Alfaomega. 2003.
- Font, Pere. *Pedagogía de la sexualidad*. Barcelona. Grao. 1999.
- González Garza., Ana. *El niño y la educación*. Trillas México.1995.
- Hiriart Riedemann, Vivianne. *Educación sexual en la escuela*. México, Paidós, 1999.
- Rodríguez, Mauro. *Autoestima: clave del éxito personal*. México. Manual Moderno. 1991.
- Vargas, E. y Vargas, C. *Afecto: educación integral, salud y sexualidad y vida familiar*, México. Norma ediciones. 1994.

CONCLUSIONES

Para concluir este trabajo, plasmo las siguientes ideas:

La educación, sin duda alguna, es una tarea ardua en la cual se encuentran inmiscuidos un sin fin de procesos, en los que ubicamos de manera especial e importante la enseñanza-aprendizaje. Especialmente, dentro de este proceso el pedagogo ha jugado un papel importante para la formación de los individuos que integran una sociedad.

La sexualidad y la autoestima son dos aspectos del desarrollo humano que influyen de manera determinante en la vida personal, social y familiar, los cuales permiten, de manera positiva, conocer, disfrutar, vivir plena y satisfactoriamente la vida y las relaciones humanas que se van generando.

La preadolescencia es una etapa que marca el inicio de la pubertad con la cual comienzan a manifestarse los cambios a nivel físico, aunados a los cambios cognoscitivos y psicosociales, que se manifiestan de manera más explícita en la adolescencia, y que están imbricados con tanto con la autoestima y la sexualidad.

Es de suma importancia planear y llevar a cabo talleres sobre autoestima y educación sexual que favorezcan el adecuado desarrollo del ser humano, buscando siempre que sea capaz de conocerse, tomar decisiones acertadas, tener metas establecidas, resolver situaciones de conflicto adecuadamente, respetarse y amarse a sí misma como a los otros, marcar sus propios límites, desarrollar sus potencialidades para insertarse en la sociedad como un seres íntegros y responsables, es decir, tratar de orientar para que sepan y logren vivir mejor, para irradiarlo en la sociedad.

La finalidad de brindar educación de la autoestima y la sexualidad a las preadolescentes es poder procurar una posibilidad o medio para que sean capaces de conocerse y de sentirse seguras de sí mismas, vivir plena y responsablemente su sexualidad, lo cual también puede ayudarles para saber tomar decisiones ante diversas situaciones a las que se enfrenten.

Aunque es necesario brindar educación de la autoestima y la sexualidad a todo tipo de población, es necesario que se tome en cuenta a las preadolescente por la constate búsqueda de identidad, por los cambios físicos y psicológicos que comenzarán a vivir y que sin duda alguna influyen en la vida futura de la persona como adulta, así como también que pueda lograr ser una persona feliz y responsable de su vida.

De igual forma, es necesario atender a poblaciones que viven en instituciones sociales, como son casa hogares porque en la gran mayoría la relación con los padres y sus hijos son limitadas, siendo

este un posible factor para el tipo de educación que se brinda de los temas de autoestima y sexualidad, así mismo viven en una inestabilidad emocional a diferencia de aquellos que viven en hogar estable y a lado de sus padres.

Se espera que este programa y la unidad didáctica de taller, como tal, sea un motivo para realizar posteriores investigaciones, con nuevas propuestas relacionadas con el valor de la autoestima y la sexualidad en el desarrollo de la persona, para que México se mejore en cuanto a este tipo de educación se refiere, considerando a la vez que la educación, guarda una características especial: ayudar, en este caso, la tarea del pedagogo será la de ayudar a buscar el bien del otro.

Aunado a lo anterior, cabe destacar, que realizar este tipo de propuestas pedagógicas lleva una acción previsoras en donde logran responsabilidad es diseñar, planear y elaborar programas didácticamente apropiados para que el ser humano que lo requiera pueda ser mejor.

De acuerdo a lo anterior, también es necesario mencionar, que la tarea de conocer, observar y participar en esa realidad educativa implica una tarea más, que es la de planear las actividades que se pretenden realizar para el trabajo con el ser humano; de manera que se establezca un trabajo serio, eficiente y con objetivos claros, tal como es el lograr el aprendizaje de las personas.

De esta manera, lo que se busca con esta propuesta no es quedar a un nivel de planeación didáctica, sino lo esencial y su mayor aporte sea al intervenir en la realidad, en la práctica educativa, en especial lograr ese proceso de enseñanza-aprendizaje, es decir, que la propuesta se lleva a cabo para ayudar al ser humano, y de esta manera también se vea enriquecida la misma propuesta pedagógica.

Al parecer es inconmensurable lo que se ha trabajado sobre los temas de sexualidad y autoestima pero es necesario brindar aportes teóricos-metodológicos, desde una mirada pedagógica que estará encaminada a llevar a cabo la tarea educativa dirigida a la persona humana en cuanto a cómo potenciar sus capacidades y cómo superar sus limitaciones, por lo tanto no se inclinará a una sola área o aspecto del ser humano sino que considerará que este necesita desarrollar sus áreas cognoscitiva, afectividad y de habilidades, en la búsqueda de un perfeccionamiento continuo.

La educación de la autoestima y de la sexualidad son tareas que no solo competen a la familia sino también a los pedagogos; que podrán dar grandes aportes desde un enfoque educativo, enseñando no solo en aspectos informativos, sino también valorativos, tal como aprender a valorar el cuerpo, enseñar a quererse respetarse, porque de esta manera podrá querer y respetar a los demás; para

ello es necesario tener la preparación profesional suficiente para responder de manera sencilla, clara y natural para que la entiendan, permitirles aceptarse.

Claro es que la presente propuesta brinda un aporte mínimo, ya que cubre un sector reducido de la población total de preadolescente del país, pero considero que logra aportar elementos suficientes y necesarios en cuanto al trabajo sobre los temas de autoestima y sexualidad, considerando el planteamiento teórico que sustenta a la propuesta si como la planeación didáctica llevada a cabo.

Así mismo, queda claro que, aún hay mucho trabajo por realizar en lo que a estas temáticas se refiere; el no darse por vencido y decir frases como: "ya hay muchos escritos sobre dichos temas" sino que, por el contrario, es necesario rescatar y comprender que cada uno de los trabajos -bien realizados- aporta algo significativo para diferentes seres humanos de los numerosos que somos y que pueden significar un pequeño comienzo al propugnar por la educación de la autoestima y de la sexualidad por todo lo que aún queda por hacer.

Una contribución de este trabajo viene hacer a la pedagogía comunitaria por el diseño de una propuesta que enriquezca a un sector desprotegido y con carencias en este tipo de educación, como son las niñas que viven en situación de casa-hogar. También viene ser una aporte el trabajo con preadolescentes, pues muchas investigaciones centran sus estudios más en la infancia o adolescencia, debido como menciona Freud en esta etapa la manifestación de la sexualidad no hay una fuente de placer como tal, de alguna manera la preadolescencia, es en donde se puede prevenir mejor los riesgos en la adolescencia, generar un mejor conocimiento de sí mismos, aumentar la autoestima y el desarrollo pleno, saludable, responsable y feliz de la sexualidad, para vivir como adultos en interacción con la sociedad.

El pedagogo propone grandes aportes en cuanto al tema de educación se refiere, tanto en la planeación didáctica de programas para realizar talleres, cursos seminarios, etc., diseñando estrategias de enseñanza-aprendizaje, o elaborando material didáctico pertinente y útil, también orienta, pero además siempre está en miras en ver qué más puede hacer por las necesidades de la sociedad y en este caso por brindar mejor educación en autoestima y sexualidad para educar mejores seres humanos capaces de vivir responsable y plenamente.,

No obstante, aunque el pedagogo no es un psicólogo especializado o sexólogo especializado, es capaz de brindar una aporte significativo en cuanto el tema educativo se refiere y aprender contenidos de otras especialidades, pero del mismo modo cabe recordar que la pedagogía siempre está en constante interrelación con las otras disciplinas y que por ello también es importante contar

con el apoyo de especialistas para poder trabajar sobre estos temas, y sobre todo aprender de los otros.

El programa ofrece una amplia variedad de actividades las cuales ofrecen diferentes alternativas para estimular y favorecer el buen desarrollo de la autoestima y aplicadas en su conjunto ofrecen una buena alternativa para ayudar a la preadolescente en su desarrollo integral. El pedagogo debe estar abierto hacia nuevas formas de enseñanza, intentar comprender a los educandos poniéndose en su lugar, y ser sensible a sus percepciones y sentimientos, rechazar posturas autoritarias y egocéntricas, así también debe actuar de manera innovadora.

Pero es ineludible continuar con la educación de la autoestima y la sexualidad con los demás grupos de edad, crear programas para forma docentes y a también para padres de familia. Nuevamente cabe la reflexión de nosotros como pedagogos para insertarnos en el campo de la pedagogía sexual y afectiva (autoestima), ya que este requiere de nuestra participación, pues existen áreas que necesitan precisamente de la pedagogía para que pueda tomar otros rumbos y que realmente en los diferentes niveles educativos se dé una verdadera educación.

Por último, es preciso agregar que la presente propuesta es una aportación no acabada, flexible a diferentes modificaciones, que necesita ser retroalimentarla, porque ello le permitirá ser mejorada y ser más significativa para los demás seres humanos que es a quienes pretende beneficiar.

Fuentes de consulta:

- Aguilar Gil, José. "Educación de la sexualidad en la adolescencia: métodos y contenidos" en: *Antología de la Sexualidad Humana* (Tomo III) México. CONAPO.
- Alcántara, J. *Como educar la autoestima*. España. Ediciones CEAC. 1990.
- Ander-Egg, Ezequiel. *El taller: una alternativa de renovación pedagógica*. Magisterio del Río de la Plata. Argentina. 1999.
- Barragán, Fernando Medero y Clara Bredy Domínguez. *Niñas, Niños, maestros, maestras: una propuesta de educación sexual*. Españ. Diada Editora. 1996.
- Barranco Romero, Berenice. *Evaluación del Nivel de Autoestima en niñas institucionalizadas en relación con la presencia de las cuidadoras*. 2005. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología.
- Bermúdez, María Paz. *Déficit de autoestima. Evaluación, tratamiento y prevención en la infancia y adolescencia*. Madrid. Pirámide. 2000.
- Bernardi, Marcello. *Un problema inventado*. España. Gedisa. 1996.
- Bisquerra, Rafael. *Orientación psicopedagógica para la prevención y el desarrollo*. Barcelona. Editorial Boixareu Universitaria. 1992.
- Blos, Peter. *Psicoanálisis de la adolescencia*. Planeta. España. 1992.
- Bowlby, J. *Cuidado maternal y amor*. FCE. México, 1951.
- Branden, Nathaniel. *Cómo mejorar su autoestima*. México. Paidós. 1989.
- _____ *La psicología de la Autoestima*. México. Paidós. 2001.

- _____ *Los seis pilares de la autoestima*. México. Paidós. 1995.
- Castro Posada, Juan A. *Guía de autoestima para educadores*. Salamanca. Amarú Ediciones. 2000.
- Caunt, John. *Eleve su autoestima*. Barcelona, Gedisa, 2005.
- Cava, María Jesús y Gonzalo, Musitu. *La potenciación de la autoestima en la escuela*. Barcelona. Paidós. 2000.
- Cledes, Harris y Bean, Reynold. *Como desarrollar la autoestima en los niños*. Madrid. Debate. 1993.
- Coleman, J. y L. Hendry. *Psicología del adolescente*. Madrid. Morata. 2003.
- CONAPO. *La educación de la sexualidad humana*. México. CONAPO. 1982.
- Corona Vargas, Esther. "Una ética para la nueva sexualidad" en: José Ángel Aguilar Gil y Beatriz Mayén Hernández (Comps.). Antología: *Hablemos de sexualidad*. México, CONAPO-MEXFAM. 1997.
- Craig, Grace. *Desarrollo psicológico*. Prentice-Hall, México, 1997.
- Dolto, Françoise. *Psicoanálisis y Pediatría*. 22 ed. Siglo XXI Editores. México. 2007.
- Durkheim, Émile. *Educación y sociología*. México. Colofón. 2001.
- Erikson, Erik. *Infancia y Sociedad*. 7 ed. Paidós. Buenos Aires. 1978.
- Feldman, Jean. *Autoestima para niños*. España. Alfaomega. 2003.

- Fermoso Estébanez, Paciano. *Teoría de la educación*. México. Trillas. 1981.
- Fernández, Evaristo. *Psicopedagogía de la Adolescencia*. Narcea. Madrid. 1991.
- Freire, Paulo. *Pedagogía del oprimido*. México. Siglo XXI.
- Ferran, Ferre. *Cómo educar la Sexualidad en la Escuela*. Tercer Edición. Ediciones CEAC. España. 1992.
- Font, Pere. *Pedagogía de la sexualidad*. España. ICE-Graó. 2ª ed. 1999.
- Fregoso Iglesias, Emma Margarita. *Educación no formal. Educación para el cambio*. México, Praxis-UNAM, 2000.
- Freud, Sigmund. "Tres ensayos de teoría sexual" Ensayo No.2 "La sexualidad infantil" en *Obras Completas*. Vol. 7. Amorroutu. Buenos Aires, 1990.
- Gil Martínez, Ramón. *Manual para tutorías y departamentos de orientación*. Madrid. Escuela Española. 1997.
- González Garza., Ana. *El niño y la educación*. Trillas México.1995.
- González, José de Jesús. *Psicopatología de la adolescencia*. México. El Manual Moderno. 2001.
- Hiriart Riedemann, Vivianne. *Educación sexual en la escuela*. México. Paidós. 1999.
- Horrocks, John. *Psicología de la Adolescencia*. México. Trillas. 1986.
- Hubert, René. *Tratado de Pedagogía general*. Argentina. El ateneo. 1963.

- Hurlock, Elizabeth. *Psicología de la Adolescencia*. México. Paidós. 1991.
- Kimmel, Douglas y Weiner, Irving. *La adolescencia: una transición del desarrollo*. Ariel. España. 1998.
- Kisnerman, Natlio. "Los talleres, ambientes de formación profesional". En *El Taller, Integración de Teoría y Práctica*. De Barros, Nidia y otros. Editorial Humanitas. Buenos Aires. 1977.
- Kohlberg, Lawrence. *Psicología del Desarrollo Moral*. Descleé de broker. España, 1992.
- López, Alfonso. "Hacia una nueva cultura: la salud sexual" en: José Ángel Aguilar Gil y Beatriz Mayén Hernández (Comps.). Antología: *Hablemos de sexualidad*. México. CONAPO-MEXFAM. 1997.
- López, Fernando. *Educación sexual de adolescentes y jóvenes*. México. Siglo XXI. 1996.
- López Sánchez, Félix. *La educación sexual*. España. Biblioteca Nueva. 2005.
- Maier, Henry. *Tres Teorías sobre el desarrollo del niño: Erikson, Piaget y Sears*. Amorrortu, México. 1981.
- Maya Betancourt, Arnobio. *El taller educativo*. Cooperativa Editorial Magisterio. Colombia. 1996.
- Mejía, María Consuelo. "Derechos sexuales y reproductivos: para elevar la calidad de vida y promover la justicia social" en: José Ángel Aguilar Gil y Beatriz Mayén Hernández (Comps.). Antología: *Hablemos de sexualidad*. México, CONAPO-MEXFAM, 1997.

- Monroy, Anameli. *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud*. México, Pax México, 2002.
- Moraleda, Mariano. *Psicología del desarrollo: infancia, adolescencia, madurez y senectud*. Alfaomega. México. 1999.
- Mruk, Chris. *Auto- Estima. Investigación, Teoría y Práctica*. 2ª ed. Bilbao, Desclée de Brouwer. 1998.
- Muss, Rolf E. *Teorías de la Adolescencia*. Paidós-Estudio. México. 1995.
- Nassif, Ricardo. *Pedagogía General*. Argentina. Kapelusz, 1958.
- Newman, Barbara y Newman, Philp. *Desarrollo del niño*. Limusa. México. 1985.
- Papalia, Diane *et al.* *Desarrollo Humano*, 9 ed., McGraw-Hill. México, 2005.
- Piaget, Jean. *Seis estudios de Psicología*. Barcelona, Planeta-Agostini. 1993.
- Piaget, Jean y Inhelder. B. *Psicología del niño*, 16 ed. Morata, Madrid, 2002.
- Pick, S. y cols. *Planeando tu vida: Programa de educación sexual y para la vida dirigido a adolescentes*. Manual para el instructor, México, Planeta, 1996.
- Rice, Philip. *Desarrollo Humano: estudio del ciclo vital*. 2a ed. Prentice-Hall. México. 1997.
- Rodríguez, Mauro *et. al.* *Autoestima. Clave del éxito personal*. México. Manual Moderno. 1985.
- Rodríguez Ramírez, Gabriela. "Treinta años de educación sexual en México" en Martha, Micher Camarena. *Población, desarrollo y salud sexual y reproductiva* (Coord.) Grupo

Parlamentario del PRD Cámara de Diputados LIX Legislatura. Congreso de la Unión, México, 2004.

- Rubio Auriolés, Eusebio. "Introducción al estudio de la sexualidad humana" en: *Antología de la Sexualidad Humana* (Tomo I) México. CONAPO.
- Rubio Auriolés, María Guadalupe. "Educación de la sexualidad en la infancia: métodos y contenidos" en: *Antología de la Sexualidad Humana* (Tomo III) México, CONAPO.
- Santrock, John. *Psicología del Desarrollo en la Adolescencia*. 9 ed. Madrid. McGraw-Hill. 2004.
- _____ *Psicología del desarrollo de la infancia*. McGraw-Hill Interamericana. 2004
- Secretaria de salud DOF 1999.
- SEP. *Ciencias Naturales. Quinto grado*. México. 1998.
- _____. *Ciencias Naturales y Desarrollo Humano. Sexto grado*. México. 1999.
- _____. *La enseñanza de las Ciencias Naturales en la escuela primaria. Guía de Estudio*. SEP. México. 2001.
- _____. *Plan y Programas de estudio: Primaria*. SEP. México. 1993.
- Stone, Joseph y Church, Joseph. *El adolescente de 13 a 20*. Paidós. Argentina. 1970.
- _____ *El escolar de 6 a 12 años*. Paidós. Buenos Aires. 1982.
- Trilla Bernet. Jaume. *La educación fuera de la escuela*. España, Ariel, 1993.

- Vargas, E. y Vargas, C. *Afecto: educación integral, salud y sexualidad y vida familiar*, México. Norma ediciones. 1994.

- Verduzco, Ma. Angélica *et al.* "Validación del inventario de autoestima de Coopersmith para niños mexicanos" en *Revista intercontinental de psicología y educación*. No.2. Vol. 7. diciembre 1994. México.

- Villalobos Pérez-Cortés, Elvia M. *Didáctica integrativa y el proceso de aprendizaje*. México, Trillas, 2002.

- SEP. (2008). *Reforma Integral de la Educación Básica*. Pagina Web: [http://basica.sep.gob.mx/dgdc/sitio/pdf/PlandeestudioCN\(200508\).ppt](http://basica.sep.gob.mx/dgdc/sitio/pdf/PlandeestudioCN(200508).ppt). Consultada 28 de junio de 2009.

- Pruebas para medición educativa y psicológica. (2009) Página Web: <http://www.educagratias.cl/moodle/mod/resource/view.php?id=1061> Consultado el 18 de junio de 2009.

AneXOS

ANEXO A

CUESTIONARIO: ¿Cómo se vive en la Casa-hogar?
(Adaptado. Barranco Romero)

I. FICHA DE IDENTIFICACIÓN

Nombre: _____
Edad: _____ Escolaridad: _____ Turno: _____
Nombre de la Escuela: _____
Fecha de Nacimiento: _____ Fecha de Ingreso: _____
Motivo de Ingreso: _____
Institución de procedencia: _____
Tiempo de permanencia en la Institución: _____

II. ESTANCIA EN LA INSTITUCIÓN (CASA HOGAR)

1.- ¿Desde cuándo vives aquí?

2.- ¿Sabes por qué estas aquí en la Casa Hogar?

3.- ¿Te gusta vivir en la Casa Hogar? ¿Por qué?

4.- ¿Qué es lo que más te gusta de Casa Hogar? ¿Por qué?

5.- ¿Qué es lo que te disgusta de Casa Hogar? ¿Por qué?

6.- ¿Qué es lo que más te gusta hacer en Casa Hogar? ¿Por qué?

7.- ¿Qué es lo que más te disgusta hacer en Casa Hogar? ¿Por qué?

8.- ¿Dentro de la Casa Hogar con quién te llevas mejor?

9.- ¿Cómo te llevas con las personas que te cuidan (mamis)?

10.- ¿Cómo te tratan las personas que te cuidan (mamis)?

11.- ¿Qué sucede cuando no obedeces a las personas que te cuidan (mamis)?

12.- Si alguna vez te sintieras triste o tuvieras algún problema, ¿A quién acudirías?

¿Por qué?

III. ÁREA PERSONAL

13.- ¿Cómo eres tú?

14.- ¿Qué es lo que más te gusta de tí?

15.- ¿Cómo te sientes viviendo en la Casa Hogar?

16.- ¿Qué haces cuando alguna compañera te molesta?

17.- ¿Qué haces cuando te regañan?

18.- ¿Cómo te sientes cuando te regañan?

19.- ¿Cómo quién te gustaría ser de grande? ¿Por qué?

20.- ¿Qué te gustaría ser de grande?

IV. ÁREA SOCIAL-ESCOLAR

21.- ¿Cómo te llevas con las demás niñas de la Casa Hogar?

22.- ¿Tienes amigas en la Casa Hogar?

23.- ¿Cómo te llevas con los maestros (a) y pedagogas de Casa Hogar?

24.- ¿Cómo te llevas con tu psicóloga de Casa Hogar?

25.- ¿Cómo vas en las actividades de Casa Hogar?

26.- ¿Te gusta ir a la escuela? ¿Por qué?

27.- ¿Qué es lo que más te gusta hacer en la escuela?

28.- ¿Qué es lo que más te disgusta de la escuela? ¿Por qué?

29.- ¿Tienes amigas en la escuela?

30.- ¿Tienes más amigas en la Casa Hogar o en la Escuela?

31.- ¿Te gusta participar en actividades grupales? ¿Por qué?

32.- ¿Cómo eres en la escuela?

33.- ¿Cómo te llevas con tu maestra (o) de la escuela?

34.- ¿Cómo vas en la escuela?

V. ÁREA FAMILIAR

35. ¿Qué piensas de estar aquí, en la Casa Hogar?

36.- ¿Con quién vivías antes de entrar aquí, a Casa Hogar?

37.- ¿Con quién te llevas o te llevabas mejor de tu familia? ¿Por qué?

38.- ¿Te vienen a visitar? ¿Quiénes y cada cuando?

39.- ¿Qué haces con ellos cuando te visitan?

40.- ¿Tienes hermanas aquí, en la Casa Hogar? ¿Cómo se llaman? ¿En qué edificio viven? ¿Convives con ellas?

41.- ¿Tienes hermanos en otra Casa Hogar? ¿En cuál? ¿Convives con ellos? ¿Cada cuándo?

ANEXO B

CUESTIONARIO DE SEXUALIDAD Adaptado. Ledesma Correa

Este cuestionario pretende saber tus conocimientos acerca de los siguientes temas. Contesta sinceramente.

Nombre: _____

Edad: _____

Fecha: _____

INSTRUCCIONES: A continuación se te presentan unas preguntas, lee cuidadosamente cada una de ellas y encierra en un círculo la respuesta que tu creas que es la correcta.

- 1.- A la capacidad de tener confianza y respeto por uno mismo se le llama:
 - a) Egoísmo
 - b) Autoestima
 - c) Autoconocimiento

- 2.- Una estrategia para mejorar la autoestima es pensar que:
 - a) Merezco que me quieran
 - b) Los demás no valen nada
 - c) Soy una persona llena de defectos

- 3.- Cuando pensamos, queremos o sentimos algo lo que debemos hacer es:
 - a) Expresarlo gritando y reclamando
 - b) No expresarlo
 - c) Expresarlo tranquilamente y con claridad

- 4.- A la serie de características físicas que distinguen al hombre de la mujer se le llama:
 - a) Sexualidad
 - b) Sexo
 - c) Genitalidad

- 5.- Al punto donde se reúnen en uno solo los conceptos sexo, identidad de género, papel sexual y se conforma de lo que pensamos, sentimos y hacemos se llama:
 - a) Conducta
 - b) Sexo
 - c) Sexualidad

- 6.- Tres partes del aparato reproductor femenino son:
 - a) Testículos, ovarios y vulva
 - b) Ovarios, Trompas de Falopio y útero
 - c) Pene testículos y epidídimo.

- 7.- Tres partes del aparato reproductor masculino son:
 - a) Útero, ovarios y óvulos
 - b) Ovarios, pene y escroto
 - c) Pene, escroto y testículos.

- 8.- Una de las cosas que tienes que hacer para mantener limpios tus genitales es:
- No lavarlos
 - Durante el baño debes separar con dos dedos de una mano los labios mayores de la válvula y con la otra asear los genitales que quedan descubiertos.
 - Lavar los labios mayores solamente por fuera.
- 9.- El ensanchamiento de caderas, la menstruación y el crecimiento de los senos son tres cambios físicos que aparecen durante la pubertad en:
- El hombre
 - No sé
 - La mujer
- 10.- El ensanchamiento de hombros, la eyaculación y el crecimiento de barba y bigote son tres cambios físicos que aparecen durante la pubertad en:
- El hombre
 - No sé
 - La mujer
- 11.- La finalidad que tiene una relación de noviazgo es:
- Pasar el rato
 - Conocerse y establecer una pareja
 - Jugar con los sentimientos de otra persona.
- 12.- Al efecto entre las personas que se procuran el bien mutuo y desinteresadamente con estima y simpatía se le llama:
- Noviazgo
 - Amor
 - Amistad
- 13.- Un sueño húmedo es.
- Un sueño erótico que produce una eyaculación involuntaria, ocurre generalmente durante la noche.
 - Soñar que llueve y te mojas
 - Soñar que te haces de la pipi
- 14.- La masturbación es.
- Acariciar objetos
 - Una eyaculación involuntaria que ocurre durante la noche
 - Tocarse el cuerpo con el fin de obtener placer
- 15.- La homosexualidad es.
- Es una relación sexual entre personas de sexos opuestos
 - Que un hombre y una mujer se besen
 - Es una relación sexual entre personas del mismo sexo
- 16.- El abuso es:
- Discutir con otra persona
 - Aprovecharse de otra persona a través del chantaje, soborno, amenaza y fuerza física.
 - No defender nuestros derechos

17.- A la acción de obligar a una persona a comprometerse en cualquier acto sexual, mediante chantaje, soborno, amenaza o golpes y se pide guardar el secreto se llama:

- a) Maltrato
- b) Daño
- c) Abuso sexual

18.- Un derecho es:

- a) Algo que no te pueden quitar, algo que puedes hacer si pedir permiso y algo que puedes exigir.
- b) Algo que te exigen hacer aunque tú no quieras
- c) Algo que no puedes reclamar porque no lo mereces.

19.- Si una persona intenta tocar tu cuerpo y tú no quieres, lo que debes hacer es:

- a) Pegarle y gritar para que no te toquen
- b) Dejar que te toquen aunque tú no quieras
- c) Alejarte de esa persona y contarlo a alguien a quien le tengas confianza.

20.- Cuando alguien te toca sin que tú quieras y te piden que no digas a nadie es un secreto:

- a) Bueno
- b) No sé
- c) Malo

Instrucciones: Contesta con tus palabras las siguientes preguntas

21.- ¿Sabes a qué se refiere la palabra sexualidad? Explícalo

22.- ¿Qué entiendes por la palabra sexo?

23.- ¿Conoces la diferencia entre sexo y sexualidad? Explícala

24.- ¿Sabes qué es la menstruación?

25.- ¿Tienes dudas acerca de la menstruación? Menciona algunas

26.- ¿Sabes qué son los métodos anticonceptivos y por qué son importantes? Explícalo

27.- ¿Conoces a que se le llama las enfermedades de transmisión sexual y cómo se previenen? Explícalo

28.- ¿Sabes cuales son las consecuencias de un embarazo no deseado o a temprana edad?

29.- ¿De quién has recibido información importante sobre sexualidad? Subraya la respuesta

- a) La escuela (profesor)
- b) Padres
- c) Por ti mismo
- d) Amigos
- e) Medios de comunicación
- f) Especialistas
- g) No he recibido información
- h) Otro: _____

30.- ¿En qué materia(s) has visto temas relacionados con la sexualidad y la autoestima?

31.- ¿De qué manera te han explicado los temas de sexualidad? Subraya la respuesta.

- i) Carteles
- j) Cuentos
- k) Esquemas / imágenes
- l) Exposición
- m) Otro: _____

32.- ¿Consideras que es importante recibir información de los temas de sexualidad y autoestima? ¿Por qué?

33.- ¿De qué temas de sexualidad y autoestima te gustaría que te dieran información?

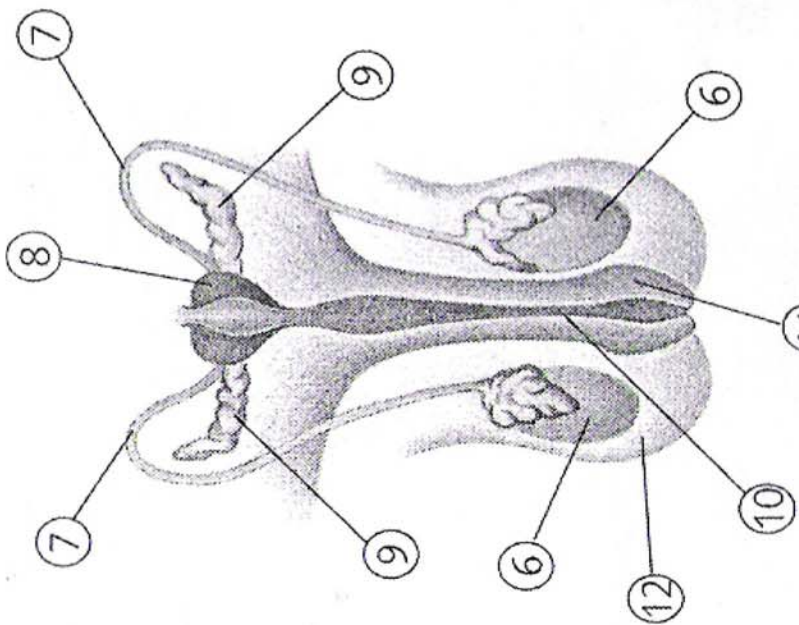
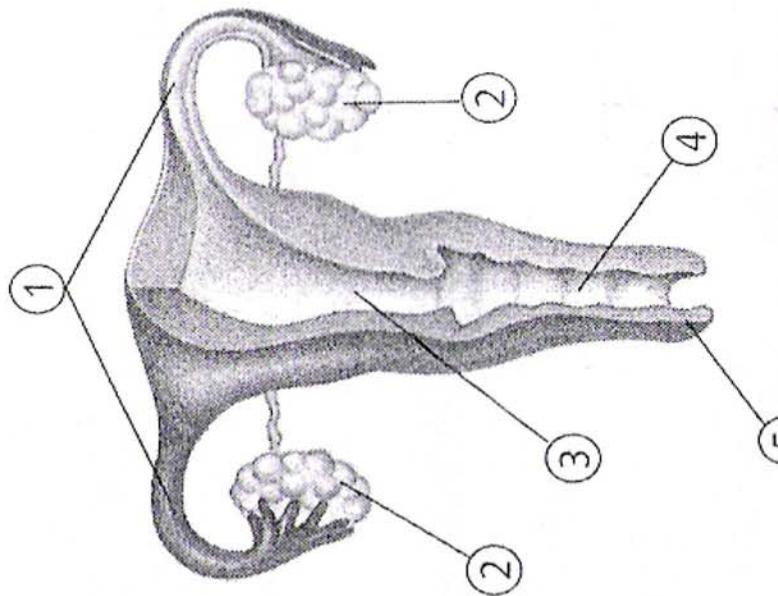
34.- ¿Estarías dispuesto a participar en un curso o taller que hable sobre los temas de autoestima y sexualidad? ¿Por qué?

LOCALIZACIÓN DE LOS ÓRGANOS SEXUALES DEL HOMBRE Y LA MUJER

Instrucciones: Coloca en cada paréntesis el número que le corresponda

- () Pene
- () Escroto
- () Uretra
- () Vesícula Seminal
- () Ovarios
- () Próstata
- () Trompas de Falopio
- () Testículos

- () Conductos seminales
- () Labios
- () Útero
- () Vagina



ANEXO C

INVENTARIO DE COOPERSMITH

Nombre: _____
 Escuela: _____ Grado _____
 Fecha de Aplicación: _____ Edad: _____
 Fecha de Nacimiento: _____

Por favor marca cada oración de la siguiente manera:

Si la oración dice como te sientes, casi siempre, pon una (X) debajo de “SI” en la misma línea.

Si la oración NO dice como te sientes, casi siempre, pon una (X) debajo de “NO” en la misma línea.

Ejemplo:	SI	NO
Soy muy trabajador	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SI ERES MUY TRABAJADOR MARCA SI	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SI NO ERES MUY TRABAJADOR MARCA NO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

*No hay respuestas ni buenas ni malas.

	SI	NO
1.- Me gusta mucho soñar despierto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.- Me siento muy seguro de mí mismo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.- Muchas veces me gustaría ser otra persona	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.- Le caigo bien a la gente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.- Mis padres y yo nos divertimos mucho cuando estamos juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.- Soy despreocupado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.- Me cuesta mucho trabajo hablar enfrente de la clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.- Me gustaría ser más chico	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.- Me gustaría poder cambiar muchas cosas de mí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.- Puedo escoger fácilmente lo que quiero	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.- Soy simpático	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.- En casa me enojo fácilmente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.- Siempre hago lo que está bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.- Me gusta como hago el trabajo de la escuela	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.- Siempre necesito que alguien me diga lo que tengo que hacer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.- Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.- Muchas a veces me arrepiento de las cosas que hago	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.- Casi todos mis compañeros me escogen para jugar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.- A mis papás les importa mucho lo que yo siento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.- Siempre estoy contento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.- Hago mi trabajo lo mejor que puedo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.- Me doy fácilmente por vencido	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.- Generalmente me cuido solo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.- Soy muy feliz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.- Prefiero jugar con niños más chicos que yo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

26.- Mis padres me piden que haga más de lo que puedo.		
27.- Me cae bien toda la gente que conozco		
28.- Me gusta que me pregunten en clase		
29.- Yo entiendo como soy		
30.- Odio como soy		
31.- Mi vida es muy difícil		
32.- Mis compañeros casi siempre hacen lo que les digo		
33.- En mi casa me ignoran		
34.-Me regañan muy poco		
35.- Me gustaría hacer mejor el trabajo de la escuela		
36.- Cuando escojo hacer algo, lo hago		
37.- Me disgusta ser hombre (mujer)		
38.- Me choca mi manera de ser		
39.- Me choca estar con otras personas		
40.- Muchas veces me gustaría irme de mi casa		
41.- Pocas veces me da vergüenza		
42.- Me disgusta la escuela		
43.- Muchas veces me avergüenzo de mí		
44.- Soy más feo (a) que los demás		
45.- Siempre digo lo que quiero		
46.- A los niños les gusta molestarte		
47.- Mis padres me comprenden		
48.- Siempre digo la verdad		
49.- Mi maestro me hace sentir que soy inútil		
50.- Me da igual lo que me pase		
51.- Todo lo hago mal		
52.- Me molesta mucho que me regañen		
53.- A los demás los quieren más que a mí		
54.- Mis padres son muy exigente		
55.- Siempre se qué contestarle a la gente		
56.- Me aburre la escuela		
57.- Los problemas me afectan muy poco		
58.- Quedo mal cuando me encargan algo		

Gracias por tu colaboración

ANEXO D

ENTREVISTA DE AUTOESTIMA Y EDUCACION SEXUAL DIRIGIDA AL PERSONAL DE CASA HOGAR (Adaptado. Ledesma Correa)

Nombre:

Cargo:

Fecha: _____

La presente entrevista tiene como finalidad recabar información para diseñar un taller de autoestima y educación de la sexualidad para niños internos en esta institución. Por ello le pedimos conteste con la mayor sinceridad posible. Esta información es confidencial.

1.- ¿Cuánto niños tiene a su cargo?

2.- ¿Qué edades tienen?

3.- ¿Qué problemas presentan con mayor frecuencia? (Anótelos en orden de importancia)

- 1.- _____
- 2.- _____
- 3.- _____
- 4.- _____

4.- ¿Qué importancia considera usted tiene brindar educación sexual a las niñas?

5.- ¿Cuáles son las preguntas más frecuentes que le hacen las niñas sobre sexualidad?

6.- ¿Alguna de las niñas ha sido víctima de abuso sexual?

7.- ¿Alguna de las niñas ha abusado sexualmente de otras?

8.- ¿Qué información de tipo sexual ha dado usted a las niñas?

9.- ¿Se ha proporcionado anteriormente información sobre el tema a las niñas?

Sí _____ No _____

¿Quién?

10.- ¿Cada cuándo y de qué forma se brinda ésta información?

11.- ¿Existen programas de educación sexual en la institución?

12.- ¿Qué temas abordan?

13.- ¿Quién los elabora?

14.- ¿Cuánto duran los programas?

15.- ¿Quién los imparte y cada cuándo se llevan a cabo?

16.- ¿A qué rangos de edad o a qué tipo de la población de la institución están dirigidos?

17.- ¿Cómo miden el impacto de los programas en las niñas?

18.- ¿Hay intervención de instituciones externas que brinden educación sexual a las niñas? ¿Cuáles?

19.- ¿Qué actitud manifiestan los niños cuando se les habla sobre sexualidad?

Interés _____

Burla _____

Nerviosismo _____

Rechazo _____

Naturalidad _____

Otros (menciónelos) _____

20.- ¿Qué importancia considera usted tiene abordar el tema de la autoestima con las niñas?

21.- ¿Existen problemas de autoestima en las niñas? ¿De qué tipo? ¿Cómo se manifiestan? ¿A qué lo atribuye usted?

22.- ¿Cómo trabaja usted con las niñas para reforzar su autoestima?

23.- ¿Se ha proporcionado anteriormente información sobre el tema a las niñas?

Sí _____ No _____

¿Quién?

24. ¿Cada cuándo y de qué forma se brinda ésta información?

25.- ¿Existen programas de autoestima en la institución?

26.- ¿Quién los elabora?

27.- ¿Quién los imparte y cada cuándo se llevan a cabo?

28.- ¿Cuánto duran los programas?

29.- ¿Qué temas abordan?

30.- ¿A qué rangos de edad o a qué tipo de la población de la institución están dirigidos?

31.- ¿Cómo miden el impacto de los programas en las niñas?

32.- ¿Considera necesario impartir un curso de autoestima y educación de la sexualidad a las niñas de esta institución?

Si _____ No _____

¿Por qué?

33.- ¿Cuáles serían sus sugerencias para la elaboración del programa?

34.- Mencione los temas que usted cree que deberían incluirse en el curso

- | | |
|-----------|------------|
| 1.- _____ | 6.- _____ |
| 2.- _____ | 7.- _____ |
| 3.- _____ | 8.- _____ |
| 4.- _____ | 9.- _____ |
| 5.- _____ | 10.- _____ |

35.- ¿Qué beneficios cree usted que puede proporcionar este curso a las niñas?

36.- ¿Qué es lo que esperaría del curso?

37.- ¿Qué duración cree usted conveniente que debe tener el curso de educación de la sexualidad?

ANEXO E

Plan de actividades

Apertura: Encuadre grupal

Actividad:

Adiós a los apodos molestos

Material:

- Hojas
- Sobres
- Lápiz o pluma

Procedimiento:

- ☞ Se pide que cada preadolescente responda por escrito a las siguientes preguntas:
 - ¿Cómo te llamas?
 - ¿Cómo prefieres que te nombren?
 - ¿Hay algún apodo que te moleste y que no quieras que te sigan diciendo?
- ☞ Todos las preadolescentes se sientan y cada participante leerá sus respuestas y el resto del grupo anotará el nombre preferido de la persona que está hablando, a fin de memorizarlo y usarlo, a partir de ese momento, siempre que se dirijan a esa compañera.
- ☞ Guardarán sus hojas en un sobre y periódicamente se revisará con todas las participantes del grupo que estén respetando la petición de sus compañeras sobre cómo llamarlas.
- ☞ Al final preguntarles si aceptan el compromiso de sus compañeras, sobre cómo llamarlas.

Actividad:

El baile de los globos

Material:

- Globos
- CD
- Grabadora

Procedimiento:

- ☞ Las preadolescente forman un círculo cada una con su globo.
- ☞ Cuando comienza a sonar la música, todos empiezan el baile intentando que los globos no caigan al suelo. Para eso pueden utilizar cualquier parte del cuerpo, pero sin soltarse de las manos.

- ☞ Si para la música, los participantes dejan de bailar aunque deben seguir manteniendo los globos en el aire.
- ☞ Al sonar de nuevo al música, vuelven a bailar, poco a poco se les irá introduciendo mas globos hasta que el grupo no los pueda seguir manteniendo en el aire.
- ☞ Se comentará la actividad en plenaria.

Actividad:

Las reglas del juego

Material:

- Rotafolio
- Diurex

Procedimiento:

- ☞ Estando todas las preadolescente sentadas, se les mostrará un rotafolio donde se presenten los siguientes puntos:
 - Solo podrá hablar una persona a la vez para que todo podamos ser escuchados.
 - Todo lo que se diga en el grupo será para compartir experiencias, por lo tanto deben eliminarse las burlas.
 - Se expresan los sentimientos y pensamientos sinceramente.
- ☞ Posteriormente se pide con lluvia de ideas de lo que esperan del taller y las reglas que les gustaría que todo el grupo respetase.
- ☞ Finalmente se les pregunta si están de acuerdo con las reglas y por qué es importante respetarlas.

Actividad:

Presentado el programa

Material:

- Copia de un programa de actividades

Procedimiento:

- ☞ Explicar el programa de actividades y su propósito.
- ☞ Comentarán dudas, comentarios y sugerencias.
- ☞ Aplicar el examen diagnóstico.

Unidad I "Conceptos básicos en sexualidad"

Actividad:

Acróstico

Materiales:

- Pizarrón
- Gis

Procedimiento:

- ☞ Escribir la palabra SEXUALIDAD en sentido vertical.
- ☞ Pedir a las preadolescentes que digan las palabras que empiezan por cada una de las letras de la palabra SEXUALIDAD.
- ☞ Mencionar que las palabras escritas forman parte de un concepto amplio de sexualidad.
- ☞ Aclarar que la sexualidad no implica solo órganos genitales o la diferencia entre hombre y mujeres; la sexualidad es nuestro cuerpo y la forma como interactuamos con él.

Actividad:

Las caricaturas de la sexualidad

(Actividad para crear un clima de confianza)

Materiales:

- Imágenes o caricaturas (mural)

Procedimiento:

- ☞ Mostrar imágenes o caricaturas acerca de temas de sexualidad, pero que representan algo divertido.
- ☞ Las preadolescentes comentarán en plenaria, acerca de la caricatura o imágenes, y la forma en que se expresa la sexualidad.

Actividad:

Sobre de conceptos

Materiales:

- Sobres
- Copia de conceptos.

Procedimiento:

- ☞ Se formaran cuatro equipos de trabajo y se les repartirá un sobre con los conceptos y sus definiciones.
- ☞ Los equipos tendrán que leerlos, analizarlos, discutirlos, para después explicarlos a sus compañeras, con ayuda del coordinador, deberán aclarar sus dudas, hasta que logren explicar lo que comprendieron de la definición con sus propias palabras.
- ☞ Cuando los equipos estén listos. Explicarán el resto de grupo las definiciones.
- ☞ El coordinador intervendrá si existen dudas o aclaraciones.

Actividad:

Manifestaciones de la sexualidad

Materiales:

- Papel
- Marcadores
- Revistas
- Pegamento
- Tijeras

Procedimiento:

- ☞ Pedir a las preadolescentes que mencionen o representen en un papel, algo que hayan visto en televisión, el cine o en la comunidad (anuncio, persona) que se refieran a la sexualidad.
- ☞ Revisar la lista y comentar sobre la naturaleza de los elementos incluidos. Si los elementos que se brindaron representan una definición de sexualidad limitada, brindar una definición más amplia., que incluya roles de género, roles sociales, sentimientos de sí mismos y de otros, relaciones con amigos, parientes.
- ☞ Dividir al grupo en equipos y poner a su disposición el material.
- ☞ Pedirles que busquen en las revistas otros aspectos sobre la sexualidad. Pedirles que recorten anuncios o fotografías o que describa hechos cotidianos que representen los amplios aspectos de la sexualidad.
- ☞ Reunirse en plenaria, pedirles que compartan su trabajo y preguntar:
 - ¿De dónde viene nuestra definición de sexualidad?
 - ¿En qué forma somos seres sexuales al nacer?

- ¿En qué forma son sexuales los ancianos?
- ¿Qué tipo de mensajes sobre sexualidad presenta medios de comunicación?

Actividad:

El marciano

Materiales:

- Dibujo del marciano
- Grabadora con las preguntas del marciano

Procedimiento:

- ☞ Esta actividad consiste en explicar a un marciano las diferencias entre hombres y mujeres.
- ☞ El coordinador presenta un marciano que acaba de llegar a nuestro planeta y quiere saber las diferencias entre el hombre y la mujer, porque en sus planetas estas diferencias no existen.
- ☞ El marciano pide a los integrantes que mencionen toda clase de diferencias: físicas, psicológicas, modo de sentir, pensar, actuar y manifestar emociones.
- ☞ Después, el dice que ya sabía todas esas diferencias porque ha viajado por varios lados del planeta. Ahora el marciano quiere saber las diferencias que no cambian ni con el tiempo, ni con el lugar, ni la cultura, ni nada. Solo deberían quedar las diferencias físico-sexuales.
- ☞ Luego se reflexiona con los integrantes sobre cómo, a partir de una diferencia física, la socialización que recibimos toda la vida se encarga de enseñarnos modos diferentes de comportarnos para los hombres y para las mujeres.

Actividad:

Reacciones

Materiales:

- ☞ Copia de los casos

Procedimiento:

- ☞ Dividir el grupo en equipos y pedir a cada uno seleccionar un relator.
- ☞ Distribuir la hoja con los casos.
- ☞ Un integrante del equipo lee en voz alta las situaciones
- ☞ Cada grupo deberá considerar las preguntas siguientes:

¿Cómo reaccionarías ante esta situación?

¿Cómo hubieran reaccionado sus padres ante esta situación, cuando eran jóvenes?

☞ Después de un tiempo reunir a todo el grupo para comentar las reacciones y los puntos de discusión.

Estudio de casos:

(Material de trabajo)

1.- *Es la primera cita de Santiago y Paula. Van a ir a bailar. Santiago piensa que ella le debería ayudar a pagar la cuenta. ¿Qué debe hacer él? ¿Qué debe hacer ella?*

2.- *Dora se siente atraída por Daniel. Ella cree que él también se interesa en ella, pero es demasiado tímido para invitarla a salir. Ella ha pensado en pedirle que salgan, pero teme forzarlo. ¿Qué pasaría si ella lo invita a salir?*

3.- *Claudia está embarazada, pero quiere regresar al trabajo tan pronto como pueda después de tener al bebé. Su esposo quiere que ella permanezca en casa hasta que el niño entre a la escuela. ¿Qué debe hacer ella?*

4.- *Samuel ha estado pensando en comprarle una muñequita a su hermano de tres años de edad. Se ve muy graciosa en la tienda. Sin embargo, cuando lo menciona a su amigo Juan, él le responde: "A los niños varones no se les da muñecas"... ¿Qué debe hacer Samuel?*

5.- *Gustavo ayuda a su esposa a lavar la ropa y a preparar la comida. Sus amigos se burlan de él y le dicen que esos trabajos son para mujeres. ¿Cómo puede Gustavo lograr que sus amigos no lo molesten, sin lastimarlos ni pelear con ellos?*

☞ Llamar a voluntarias para que expliquen por qué reaccionaron como lo hicieron y cómo creen ellas que la gente hubiera reaccionado ante la misma situación, 20 años atrás.

☞ ¿Qué tanto han cambiado las cosas en la actualidad?

☞ ¿Qué creen que ha causado estos cambios?

☞ ¿De qué manera el rol de los géneros ha afectado las relaciones entre hombres y mujeres?

¿Estos cambios son buenos o malos?

Actividad:

Reacciones

Materiales:

- ☞ Memorama grande

Procedimiento:

- ☞ Realizar el juego "Memorama". Se colocan en el pizarrón las definiciones de los conceptos de forma que no sean visibles para las preadolescentes. Una representante de cada equipo volteará la definición pegada y ayudada por su equipo tratarán de adivinar a que concepto se refiere.

Unidad II "Desarrollo Humano: Pubertad y Adolescencia"

Actividad:

¿En qué etapa estoy?

Materiales:

- Los necesarios para realizar la presentación.

Procedimiento:

- ☞ Colocar debajo de la mesa de trabajo un papel indicando alguna de las etapas de desarrollo.
- ☞ Indicarles a las preadolescentes que debajo de su mesa hay un papelito donde indica que etapa de desarrollo de la vida les tocará trabajar.
- ☞ Formarán equipos de trabajo de acuerdo a la etapa que les haya correspondido, se les brindará material para hacer marionetas, y en las características más importantes y sobresalientes que describen a esta etapa.
- ☞ Las preadolescentes tendrán la oportunidad de crear una historia o alguna otra idea creativa.
- ☞ Cuando se les haya dado el tiempo suficiente y estén listas presentaran por orden las etapas de desarrollo.
- ☞ En plenaria se evaluará la actividad.

Actividad:

Ideas confusas

Materiales:

- Características impresas en papeles de colores

- Rotafolio de la pubertad y de la adolescencia.

Procedimiento:

- ☞ Primero se dividirá al grupo en dos partes.
- ☞ Se les repartirá a las preadolescentes diferentes características de la pubertad y de la adolescencia.
- ☞ Cada equipo realizará un dibujo o una historia que se refiera a las características de la pubertad y adolescencia respectivamente.
- ☞ Con la guía del coordinador complementaran su trabajo o corregirán si tienen dudas.
- ☞ Después pasaran a presentarlo al grupo.
- ☞ El coordinador mostrará un rotafolio con la información correspondiente a las características de la pubertad y adolescencia.
- ☞ Las actividades y dudas se comentarán en plenaria.

Actividad:

El juego del desarrollo humano

Materiales:

- Tablero de crucigrama en tamaño grande.
- Tablero de crucigrama en copias (individual)
- Preguntas sobre los temas (impreso).

Procedimiento:

- ☞ El coordinador repartirá una copia del crucigrama a cada preadolescente.
- ☞ En el piso colocará un tablero grande del crucigrama para que cada preadolescente pase anotar la respuesta correcta.
- ☞ El coordinador dará lectura a una pregunta y le pedirá a alguna preadolescente que la responda y pasará anotarla al tablero; el resto del grupo anotará la respuesta en su copia.
- ☞ Quien no conteste acertadamente, se le brindará un material la respuesta y se le pedirá que la identifique o la describa como se manifiesta en el ser humano y a qué etapa de desarrollo corresponde.
- ☞ Cuando concluya la actividad, en plenaria se comentará la actividad y los temas.

Unidad III "La pubertad"

Actividad:

Mi cuerpo

Materiales:

- Rompecabezas del esquema corporal.

Procedimiento:

- ☞ Se entregará a cada preadolescente un rompecabezas del esquema corporal.
- ☞ El coordinador irá señalando cada una de las partes del cuerpo, teniendo las preadolescentes que identificarlas en sus rompecabezas.
- ☞ Las preadolescentes armaran su rompecabezas.
- ☞ Cuando las preadolescentes hayan armado su rompecabezas el coordinador explicará qué función tiene una determinada parte del cuerpo y ellas habrán de identificar de qué parte se trata.

Actividad:

Conociendo mi cuerpo

Materiales:

- Copia de los órganos sexuales masculino y femenino
- Dibujo de los órganos sexuales femenino y masculino para franelógrafo.
- Plastilina
- Tabla de madera.
- Tablero de globos
- Dardo
- Globos

Procedimiento:

- ☞ El coordinador coloca al grupo en círculo.
- ☞ Entrega la hoja de trabajo de los órganos sexuales. Asigna unos minutos para que cada una intente escribir los nombres que recuerda.
- ☞ Después muestra el franelógrafo de los órganos sexuales femenino y masculino y con todo el grupo va llenando los espacios preguntando por el nombre correcto y su función

- ☞ Cuando esta actividad haya concluido, a cada preadolescente se le repartirá plastilina y una base madera para que represente los órganos sexuales femeninos y masculinos y los complete con sus nombres. Esta actividad se irá concluyendo como actividad extra.
- ☞ Posteriormente se pasa al tiro al blanco, donde las preadolescentes, tienen que romper un globo del tablero y cada globo traerá una parte de cualquiera de los órganos sexuales, la preadolescente deberá recordar la función que recuerde de dicha parte de los órganos.

Actividad:

Como cambio

Materiales:

- Fanelografo con dibujos del esquema corporal de una mujer y de un hombre.
- Dibujos de tela que indiquen los caracteres sexuales secundarios.

Procedimiento:

- ☞ Se dividirá al grupo en dos equipos de trabajo, a cada equipo se les repartirá los dibujos de los caracteres sexuales secundarios.
- ☞ Después se les indicará que deben colocar los dibujos en los esquemas corporales según corresponda al hombre o al de mujeres y en que parte del cuerpo.
- ☞ Al finalizar la actividad, el coordinador corregirá si hay errores y explicará la forma en que se dan esos cambios.
- ☞ El coordinador solicitará escribir un cuento acerca de los hábitos de limpieza que debemos tener con respecto a nuestro cuerpo y en especial de nuestros genitales.
- ☞ Después se les pedirá que lo paseen a leer al frente.
- ☞ Estos escritos se reunirán en una carpeta (tipo antología).
- ☞ En plenaria responderá dudas y se ampliará la información.

Actividad:

Menstruación

Materiales:

- Calendario
- Toallas sanitarias
- Cuadro de palabra mágica

- Claves de abecedario
- Colores

Procedimiento:

- ☞ A través de la técnica de lluvia de ideas el coordinador pregunta a las preadolescentes que sabe acerca de la menstruación.
- ☞ Después les explicara a través de la presentación en power point como se da el ciclo menstrual.
- ☞ Les dará un calendario para colorear como se da el ciclo menstrual.
- ☞ El coordinador mostrará algunas marcas de toallas sanitarias y sus características.
- ☞ En plenaria se comentarán algunas dudas sobre el tema.

Unidad IV "Desarrollo psicosexual en la adolescencia"

Actividad:

Memorama de la adolescencia

Materiales:

- Memoramas con imágenes y frases de los cambios de la adolescencia.

Procedimiento:

- ☞ Se solicitará a las preadolescentes que trabajen en binas, a cada equipo se le dará un juego de memora.
- ☞ Las preadolescentes jugaran con el memorama.
- ☞ Después se llevará a cabo la técnica de lluvia de ideas para comentar que cambios se dan en la adolescencia, el coordinador anotara las ideas más importantes.
- ☞ En plenaria se comentará sobre lo anotado en el pizarrón y así mismo se les preguntará a las preadolescentes con respuesta a su propia experiencia.

Actividad:

Red de la amistad

Materiales:

- Una madeja de estambre.

Procedimiento:

- ☞ Pedir a las preadolescentes que se sienten en el suelo formando un círculo.
- ☞ Agarrar la madeja y rodear la mano con el estambre. Decir una cosa que le gusta de alguna de sus compañeras; luego lanzarse a esa compañera.
- ☞ La compañera que recibe el estambre, toma la madeja y rodea su mano, dice algo bonito sobre su amiga y lanza la bola a su amiga.
- ☞ El juego continua hasta que cada preadolescente haya tenido su turno. Luego todo dejan caer el estambre en el suelo, creando una red de amistad.

Actividad:

¿Cómo elijo a mis amigos?

Materiales:

- Copia del material de trabajo *¿Cómo elijo a mis amigos?* Para cada alumno
- Lápiz

Procedimiento:

- ☞ Se reparte a las preadolescente una copia del material de trabajo.
- ☞ Se les pide que respondan de manera sincera cada pregunta.
- ☞ Se hace un análisis en plenaria de la forma en que se concibe la amistad y de los valores en común.

¿Cómo elijo a mis amigos?

Material de trabajo)

- a) Estoy orgulloso de mis amigas porque
- b) Me gustaría que mis amigas
- c) Espero que mis amigos no
- d) Me siento contenta cuando mis amigos

Actividad:

Somos Novios

Materiales:

- Material que sea necesario.

Procedimiento:

- ☞ Se les presentara la obra de teatro "Comienzo de un noviazgo"
- ☞ Después en plenaria se comentará sobre los elementos principales del tema de noviazgo, y se realizarán preguntas ¿Qué importancia tiene de elegir a una pareja? ¿Qué se espera de un noviazgo? ¿Cuáles son las finalidades de un noviazgo?

Actividad:

Tipos de noviazgo

Materiales:

- Casos prácticos
- Lápiz
- Cuaderno

Procedimiento:

- ☞ El coordinador dividirá a las participantes en equipos y repartirá a cada equipo un caso práctico para que lo analizarán y contestaran las siguientes preguntas:
 - ¿Por qué está equivocado el noviazgo?
 - ¿Qué falló?
 - ¿Cómo podría prevenirse?
- ☞ Una vez respondidas las preguntas, cada equipo expondrá su caso y se llegará a conclusiones grupales.

Caso prácticos:

(Material de trabajo)

1. *Admirar a una persona no significa estar enamorado*
Una alumna se enamora de su profesor de porque además de estar cerca de él tres veces a la semana, es según ella apuesto, brillante, apto, decidido y propuesta seguridad y es muy fuerte.
2. *Sentimiento de compasión*
Andrea piensa hacerse novia de Alfredo porque es un muchacho muy solo, y nadie le ha hecho caso. Nunca ha tenido novia, ella será la primera que acepte serlo.
3. *Baja autoestima:*

Nora acepta que su novio la golpea, y piensa seguir con él porque también le tiene miedo a que el haga algo terrible.

- ☞ Se abrirá una especie de charla a partir en la cual las preadolescentes comenten sobre cómo se da la relación de noviazgo de alguien conoce o de su propia experiencia, para aclarar dudas y preguntas sobre el tema.

Unidad V "Abuso sexual"

Actividad:

Participa con tus ideas

Materiales:

- Juego de sopas de letras en grande.
- Copia individual de la sopa de letras.
- Carteles con dibujos.
- Carteles con definiciones.

Procedimiento:

- ☞ Se colocará la sopa de letras en tamaño grande al frente del salón y cada preadolescente se le dará una copia individual.
- ☞ Primero se explicarán los conceptos como abuso, amenaza, abuso sexual, para ello se colocaran definiciones y dibujos. etc. y después pasaran a buscar las palabras y a llenar individualmente su sopa de letras.

Actividad:

Considerando opiniones

Materiales:

- Un tablero (trazado en papel) con seis apartados marcados.
- Dados.

Procedimiento:

- ☞ A partir del tablero que dirá:
 - *Abusos que me hacen sentir humillada*
 - *Abuso que me hace sentir enojo*
 - *Abuso que lastima mi cuerpo*

- *Abuso sexual*
 - *Abuso antes los cuales puedo responder por sí misma.*
 - *Abuso ante los cuales puedo pedir ayuda a otra persona*
- ☞ Se realizará el juego, las participantes, por turnos, tiraran el dado, leerán el escrito de la casilla que les corresponde según lo que marca el dado que tiran y deben responder.
- ☞ Si se llegaran a sentir incomodadas ante el texto o no se les ocurre alguna idea, pueden volver a tirar el dado, pues el objeto del ejercicio no es presionar a las participantes; sino propiciar el análisis y la reflexión individual y grupal.
- ☞ Después se comentaran en plenaria sobre el tema y lo que respondieron, se hará un cierre general al tema del abuso sexual haciendo sentir a las preadolescentes seguras y en ambiente de confianza.

Actividad:

Mis derechos

Materiales:

- Cartulinas
- Pinturas
- Bases para pintar
- Plastilina

Procedimiento:

- ☞ Las preadolescentes reunirán en equipos de trabajo y se les repartirá los derechos de los niños para que los expongan.
- ☞ Deberán explicar con sus palabras el derecho y realizar una pintura o escultura con plastilina representando el derecho que les haya correspondido respectivamente.
- ☞ Se comenta en plenaria acerca de la importancia de conocer y de tener derechos.

Actividad:

Yo propongo

Materiales:

- Títeres de papel
- Pizarrón

- gises

Procedimiento:

- ☞ Las preadolescentes se reunirán en equipos de trabajo.
- ☞ Se les explicara que tendrán que hacer una representación teatral con las alternativas de solución o lo que harían ante caso de abuso sexual a través del teatro guiñol.
- ☞ Cuanto estén listas presentaran su obras de teatro.
- ☞ Se discutirán las alternativas que dieron cada equipo y se le propondrá algunas sugerencias de cómo se debe actuar.

Unidad VI "Conducta sexual adolescente"

Actividad:

De película

Materiales:

- Película *La paloma azul*
- DVD
- Televisión
- Rotafolio con los temas de la sesión

Procedimiento:

- ☞ Primero, el coordinador presentará el video de la película "La paloma azul"
- ☞ Posteriormente, en plenaria comentará lo visto en el video.
- ☞ El coordinador identificará y explicará con ayuda de los rotafolios y de la película cada uno de los temas.
- ☞ En plenaria de comentarán dudas y se resumirá la información

Actividad:

Armando folletos

Materiales:

- Papel
- Recortes
- Tijeras
- Pegamento

- Colores

Procedimiento:

- ☞ Se les pedirá a las preadolescentes que formen cinco equipos y a cada equipo se le repartirá uno de los temas.
- ☞ Después se les comentará acerca de la función y características de los folletos.
- ☞ Se les solicitará que elaboren un folleto (borrador) de acuerdo al tema que se les asignó, así mismo, se les indicará que deberán elaborarlo de acuerdo a como ellas mas consideran pertinente en la forma en que lo entenderían compañeras de su edad, al leerlo.
- ☞ Para la realización del folleto se les brindará el material necesario, así como información.
- ☞ Cuando terminen de elaborarlo, se les hará las correcciones pertinentes.
- ☞ Cuando esté listo, se pasará el borrador a limpio, en computadora y se imprimirán ejemplar para cada preadolescente, (esto se hará con todos los folletos)
- ☞ Se expondrán al grupo los folletos y se explicará el tema.
- ☞ En plenaria se comenta acerca de la importancia de hablar de estos temas, así también se responderán dudas.

Actividad:

Tú decides

Materiales:

- Copia de la historia o caso.
- Hojas
- Lápiz o pluma
- Pizarrón y gises

Procedimiento:

- ☞ Se le proporcionará a cada preadolescente el caso a analizar para que lo lean de manera individual.
- ☞ Se formaran equipos para que analicen los hechos, las situaciones y las soluciones del caso en cuestión. Se nombrará una representante por cada equipo.
- ☞ El coordinador hará tres columnas en el pizarrón correspondiente a los hechos, las situaciones y las soluciones.

- ☞ El representante de cada equipo participará expresando lo que en su opinión son los tres aspectos referidos, para llegar, posteriormente, a una solución propuesta en plenaria.

Gabriela y Armando

(Material de trabajo)

Armando le pide a Gabriela, su novia, tener relaciones sexuales ya que llevan dos años de novios necesitan algo que evítela monotonía de su relación.

Ella piensa... "Si tengo relaciones con Armando le voy a dar una gran prueba de amor y me va a querer mas. Voy a saber que se siente hacerlo; además, si todos los hacen, ¿Por qué yo no?"

"Pero si tengo relaciones, lo más probable es que quede embarazada o contraiga una enfermedad venérea. Puede ser también, que si tenga relaciones sexuales sea más aceptada en mi círculo de amigas y que encuentre el verdadero amor con Armando.

"Pero si tengo relaciones y quedo embarazada, ¿Armando reconocerá a nuestro hijo? Yo creo que no, y si no lo reconoce voy a tener que abortar, y si aborto estaré matando a un ser humano y pondré en peligro mi salud.

"Si tengo relaciones sexuales puede ser que Armando me pierda el respeto y crea que soy una chica fácil. Pero a la vez quiero saber que se siente, y si lo hago voy a hacer muy popular entre mis amigas.

"Además si tengo relaciones sexuales les voy a demostrar a mis papás que ya no soy una niña. Pero a la vez puedo defraudar la confianza que han depositado en mí. El remordimiento sería tan grande que no me dejaría vivir."

"¿Qué decisión tomaré?"

La decisión estará en tus manos, tú tienes la última palabra porque te conoces y sabes que es lo que más te conviene.

Unidad VII "Enfermedades de Transmisión Sexual"

Actividad:

Cacería de firmas

Materiales:

- Hojas de papel pequeña de 9 x 9 cm

Procedimiento:

- ☞ Antes de entregar un papel pequeño de aproximadamente 9 cm x 9 cm, a cada participante, marcar uno de ellos con una pequeña "x" y otro diferente con una pequeña "c".
- ☞ Pedir, en secreto, a una de las integrantes que no siga las instrucciones, aunque reciba igual que todos el papel pequeño (No debe buscar firmas, ni firmar)
- ☞ Entregar una hoja a cada miembro del grupo y pedirles que se paren y que soliciten a tres personas que les firme su hoja.
- ☞ Cuando todas hayan recogido tres firmas pedirles que regresen a su asiento.
- ☞ Preguntar cómo se sintieron, si tuvieron alguna dificultad, si alguien se negó a firmarles, si fueron muy buscadas para firmas...
- ☞ Decirle a alguna de las participantes que se paren al centro del salón.
- ☞ Explicarles que esa persona representa una Enfermedad de Transmisión Sexual. Después se va a suponer que la persona está infectada. Las firmas van a representar un contacto sexual sin ninguna protección.
- ☞ Pedirles a todos los que tienen firmas de esa persona y a quienes le firmaron que vayan al centro del salón.
- ☞ Pedirles a todos los que tienen las firmas de esa persona que se coloquen en el centro del salón. Todos deben quedar de pie, excepto el participante al que se le pidió que nos siguiera las instrucciones.
- ☞ Preguntar por la persona que tiene el papel marcado con la "C". Explicar que este participante ha usado condón y no corre mucho riesgo. Se hace sentar también a esa persona.
- ☞ Después pedirles que vayan a su lugar para la plenaria.
- ☞ Plenaria
- ☞ Preguntar y comentar acerca:
 - De cómo sintió la persona que se le nombró como portadora de la enfermedad de transmisión sexual.
 - ¿Qué sintieron al saber que estaban contagiados?
 - ¿Cómo se sintió la persona que se le pidió no participar?
 - ¿Es difícil NO participar en una actividad en la que todos participan?
 - ¿Qué sintieron los compañeros cuando esta persona se negó a darles la firma?

¿Cómo se sintió quien descubrió que no se había infectado por el uso del condón?

¿Creen que en realidad la transmisión se presenta como en la dinámica? ¿Por qué? ¿Por qué no?

La persona que estaba infectada no sabía que estaba infectada ¿Cómo podríamos haber sabido esto por anticipado?

Actividad:

Esto le pasa a otro, no a mí

Materiales:

- Preguntas de la hoja de trabajo.
- Presentación de Power Point
- Cañón.
- Laptop.
- Folleto o sobre las Enfermedades de Transmisión Sexual.

Procedimiento:

- ☞ Formar equipos de acuerdo al número de integrantes total del grupo.
- ☞ Explicar que cada uno de ellos fue a realizarse un examen de laboratorio para ver si había contraído una ETS. El examen llegó y es positivo.
- ☞ Recordar que ponerse en el lugar de otros es difícil, pero que traten de actuar lo mejor posible
- ☞ Entregarles el resultado del examen de laboratorio donde, previamente, se ha escrito una ETS diferente para cada miembro del equipo. De tal forma que en un equipo habrá enfermedades diferentes.

“Esto le pasa a otro, no a mí”

(Material de trabajo)

El resultado del examen que usted se hizo de _____ le ha salido positivo.

Relea las características de esta infección y asuma los síntomas como propios para resolver el siguiente cuestionario:

¿Quién cree que pudo infectarlo?

¿Alguna vez pensó que podría llegar a infectarse? ¿Por qué?

¿Qué piensa ahora que está infectado?

¿A quién le ha contado sobre su enfermedad?

¿Se siente rechazado? ¿Por qué?

¿Se ha informado de su enfermedad a quienes estuvieron en contacto sexual con usted?

¿Qué conductas de riesgo cree que están favoreciendo la presencia de esta enfermedad en su medio?

- ☞ Después cada uno debe leer en el folleto las características de la infección de contraído y responder verbalmente, a su compañeros de equipo las preguntas que le presentan.
- ☞ Terminada la actividad por equipos, se reúne al grupo para que las personas que tenían la misma enfermedad expongan a los demás las de dicha infección.
- ☞ Plenaria:
 - ¿Cómo se sintieron en el lugar de quienes se han contagiado?
 - ¿Qué diferencias hubo entre quienes tenían una infección curable con los que no la tienen?
 - ¿Qué conductas de riesgo están favoreciendo la transmisión de las infecciones? ¿En qué formas nos podemos proteger de las ETS?

Actividad:

El autódromo

Materiales:

- Tablero y fichas
- El autódromo es la simulación de una carrera de automóviles

Procedimiento:

- ☞ El coordinador prepara previamente un tablero la "pista" el autódromo. Obviamente, puede ampliarlo al puntaje que desee y agregar premios o sanciones en la parte inferior de la pista.
- ☞ Dividir el grupo en equipos de 4 o 5 personas y atribuirles a cada miembro del equipo una letra; así en todos los subgrupos habrá participantes A, B, C, D y E. Además asignar un nombre a cada equipo según los anotados en la pista del autódromo.
- ☞ El coordinador entrega a cada equipo dos tarjetas de diferente color donde este escrita la letra V en una y la letra F en otra, para indicar a los demás si las respuestas del equipo es Verdadera o Falsa.
- ☞ Se inicia el autódromo cuando el coordinador lee la primera pregunta.

- ☞ Concluida la lectura, atribuir su tiempo aproximado de treinta segundos dependiendo de la dificultad de la pregunta para que cada equipo escoja la respuesta. A una señal del coordinador se cierran las discusiones.
- ☞ El coordinador llama, siempre en orden alterno, a una de las letras. El participante titular de la misma, en cada equipo, debe ponerse de pie, teniendo en sus manos la ficha con la respuesta V o F.
- ☞ Interroga rápidamente a cada participante y marca al pie del nombre del grupo la respuesta elegida.
- ☞ Cuando todos los equipos hayan presentado sus respuestas el facilitador anuncia y explica la alternativa correcta y señala en la pista del autódromo el avance, o no, de los equipos.
- ☞ Todo acierto corresponde a un avance señalado con una "X" en la pista y todo error equivale a sanaciones previstas.

Enunciados posibles para el juego del autódromo

(Material de trabajo)

- 1.- En la actualidad no se conoce una cura para el SIDA, pero si existen vacunas para prevenir la infección*
- 2.- La causa del SIDA es un virus conocido como el Virus de Inmunodeficiencia Humano VIH.*
- 3.- Este virus cambia la estructura de las células cuando ataca.*
- 4.- Cuando una persona está infectada con el virus que produce el SIDA, o sea con el VIH, puede verse y sentirse bien y no haber que esta infecta con él.*
- 5.- Toda persona que tienen SIDA esta infectad pro el VIH, pero no toda el que tienen el VIH desarrolla el SIDA.*
- 6.- El virus se transmite por compartir los utensilios de cocina, baños, piscinas o alimentos.*
- 7.- Usted puede contagiarse si tiene relaciones sexuales con una persona que tenga el virus en su organismo.*
- 8.- El SIDA es una enfermedad que les da a los homosexuales y drogadictos.*

9.- *Las personas promiscuas se constituyen en un grupo de alto riesgo para contraer la infección.*

10.- *Todo contacto sexual es peligroso.*

11.- *Con una sola relación sexual con una persona infectada no se puede contraer la enfermedad.*

12.- *Se puede contraer el SIDA a través de una masturbación.*

13.- *El condón es útil para la prevención de las enfermedades de transmisión sexual.*

14.- *Una mujer con SIDA puede quedar embarazada sin transmitirlo al bebé.*

15.- *La picadura de un mosquito puede transmitir el virus.*

16.- *Usted puede saber si una persona está infectada con el VIH, por algunos indicios físicos.*

17.- *El SIDA no se transmite por tocar objetos usados por personas con el virus.*

18.- *El examen del SIDA puede resultar positivo después de 20 días de haber contraído la enfermedad.*

19.- *Si alguien es sero positivo es porque no puede transmitir la enfermedad a otros.*

Actividad:

El foro

Materiales:

- El que sea necesario.

Procedimiento:

- Invitar a un especialista que haya trabajado con personas infectadas con VHS/SIDA, que tengan conocimientos directos en los grupos de apoyo.
- Concluida la presentación de los especialistas dar tiempo suficiente para las preguntas y la discusión.
- Dejar un buzón para preguntas. Es posible que haya participantes que no se atrevan a hacerlo verbalmente.
- Planear con el especialista situaciones para plantear al grupo, en trabajo en equipos.

Actividad:

Promoviendo la salud

Materiales:

- Los que sean necesarios.

Procedimiento:

- ☞ Campaña sobre prevención de Enfermedades de Transmisión Sexual, organizada por las preadolescentes y dirigida por la coordinadora.
- ☞ Planear la forma de presentación.
- ☞ Realización de materiales
- ☞ Presentación de la campaña.
- ☞ Consideraciones en plenaria.

Unidad VIII "La reproducción"

Actividad:

Nueva Vida

Material:

- Película *El embarazo*
- Televisión
- DVD
- Rotafolio con los temas de la sesión

Procedimiento:

- ☞ Primero, el coordinador presentará el video de la película sobre *El embarazo*
- ☞ Posteriormente, en plenaria comentará lo visto en el video.
- ☞ El coordinador identificará y explicará con ayuda de los rotafolios y de la película cada uno de los temas.
- ☞ En plenaria de comentarán dudas y se resumirá la información.

Actividad:

Piénsale

Materiales:

- Copia para cada alumno del material de trabajo "*Embarazo adolescente*"
- Lápiz

Procedimiento:

- ☞ A cada preadolescente se le dará una copia del material "*Embarazo adolescente*" y se les pedirá que la lean cuidadosamente y analicen la lectura.

Embarazo adolescente

(Material de trabajo)

Esta vez me dejaste fría con tus noticias. ¿Cómo es posible que te hayas embarazado? No lo puedo creer. ¿Qué se siente? ¿Qué vas a hacer? ¿Ya no vas a tener fiesta de 15 años? Cuando lo supe, pensé que a cualquiera nos puede pasar, pero ¿por qué no lo pensaste? Si tú tenías otros planes, querías terminar la secundaria y entrar a la escuela de ballet. ¿Crees que podrá continuar esa formación que requiere tanto esfuerzo durante muchos años?

Por lo que me cuentas de Jack, yo creo que él está evadiendo la responsabilidad. Eso de que se irá a vivir contigo y con tu hijo después, cuando termine la carrera y consiga trabajo, no se la creo. ¿Sabes cuántas cosas pueden pasar en esos años?; y tú mientras tanto encargada de todo, no es justo. Además yo creo que a él no le interesa su hijo. Dime, ¿te quieres casar con alguien así?, ¿Cómo va a tratar después a su hijo?, ¿Cuánto te quiere a ti si te deja sola? Yo lo pensaría muy bien antes de decidir cualquier cosa.

Solo a Mónica se lo conté –tal como quedamos-, y se impresionó mucho. Te imaginamos con tu bebé encerrada, dándoles de comer, viendo si tus papás te darán para los gastos, llevándolo al doctor, ¡que atareada vas a estar! Ojalá para entonces yo pueda irme unas vacaciones para ayudarte, aunque sea un par de semanas, te juro que voy a intentarlo, ¡con lo que me gustan los bebés!

Qué bueno que tu mamá te va a apoyar; creo que será importante aunque eso de que ella se encargue de todo y que tu bebé sea otro hijo de ella, no me suena muy bien. Yo no permitiría que otra persona educara a mi hijo, ni que decidiera sobre su vida. Creo que eso no sería lo mejor para ti ni para el bebé, ¡perdona que te lo diga!, pero creo que si me lo permites, tu pasarías hacer la hermana de tu hijo, y a lo mejor dependerías más de tus padres, no te van a permitir ir a fiestas, ni nada. ¿No te convendría empezar a buscar trabajo e irte haciendo cargo de tu hijo?

Hay algo que me preocupa mucho. ¿Sabes que cualquier embarazo antes de los 19 años puede ser peligroso? Mónica y yo leímos en una revista médica que vimos en el consultorio de mi tío Luis. Ahí decía que la mujer que se embaraza antes de los 15 años deja de crecer físicamente; es más probable que aborte y también que tenga un parto prematuro. O sea antes de tiempo. Debes acudir cada 15 días a cada mes al médico para que te revise. Dime, ¿Has notado que se te hinchan las piernas? ¿Estás comiendo bien? Ahí decía que esto es muy importante, pues también puede haber problemas después con el bebé; podría pesar menos de lo normal o enfermarse si no tiene todos los cuidados necesarios. Seguramente te lo dirán en ese curso para madres solteras al que entraste. No dejes de ir. Por lo que leímos es muy importante que te cuides.

Tu situación nos ha hecho reflexionar mucho sobre nuestras vidas, creemos que debes pensar en ti y no dejar que otros decidan por ti, ni sobre tu hijo.

Con todo esto, también me he puesto a pensar en Jorge, que me gusta cada vez más; hasta sueño con él. Cuando lo veo me pongo muy nerviosa, no sé qué decirle y mejor me voy. Pero aunque me guste mucho, yo no quiero casarme pronto, ni mucho menos tener hijos, aunque si hago planes.

Por favor, escíbeme pronto para saber cómo va todo. Mándame una foto en la que se te note la panza para ve cómo te ves.

Te deseo muchísima suerte.

Atte.

Ana.

- ☞ Una vez que cada preadolescente terminó se hace una discusión en plenaria sobre el tema.

Actividad:

¿Cómo nace un bebé?

Materiales:

- Plastilina
- Base
- Lápiz
- Hojas

Procedimiento:

- ☞ Se dividirá al grupo en grupos de trabajo y se les pedirá que escojan algunos de los subtemas vistos, por ejemplo la fecundación, y se les explicará que tendrán que hacer con plastilina una maqueta, un esquema, figuras que representen el tema que les correspondió.
- ☞ Cuando esté listo el trabajo, lo explicaran al resto del grupo en el orden de los subtemas.
- ☞ Se les pedirá a las preadolescentes que a partir de los trabajos vistos y la explicación de los temas, escriban una historia o cómo imaginan como fue el embarazo de sus mamás de las preadolescente.
- ☞ Se leerán las experiencias frente al grupo.
- ☞ Se comentarán las actividades en plenaria.

Actividad:

Hablar del tema

Materiales:

- Los materiales que sean necesarios.

Procedimiento:

- ☞ Invitar a un especialista que hay trabajado con el aborto, que tengan conocimientos directo en los grupos de apoyo.
- ☞ Concluida la presentación de los especialistas dar tiempo suficiente para las preguntas y la discusión.
- ☞ Dejar un buzón para preguntas. Es posible que haya participantes que no se atrevan a hacerlo verbalmente.

- ☞ Planear con el especialista situaciones para plantear al grupo, en trabajo en equipos.

Unidad IX “Métodos anticonceptivos”

Actividad:

Recolectando información

Materiales

- Cada uno de los métodos anticonceptivos
- Presentación de Power Point
- Cañón

Procedimiento:

- ☞ Solicitar a los participantes, en pocas palabras, su conocimientos e ideas más diversas sobre lo que los métodos anticonceptivos.
- ☞ En el pizarrón se van registrando las respuestas.
- ☞ Con ayuda del grupo, analizar las ideas y se van eliminando unas y perfeccionando otras.
- ☞ Motivar a las participantes para que enuncien las razones por las que es importante o necesario planificar.
- ☞ Pedirles que enumeren lo métodos anticonceptivos que conozcan, como funcionan y sus características.
- ☞ Se le complementará la información hablándoles de la efectividad, los efectos sobre la salud, se les mostrará material sobre cada método para que los reconozcan.
- ☞ Tener en cuenta que muchos de los participantes, apenas habrán oído mencionar los métodos que se van numerando.
- ☞ En la medida en que se explique método, explicar ventajas y desventajas. Así mismos es van aislando los mitos sobre la anticoncepción.

Actividad:

El cuadro de anticonceptivos

Materiales

- Cuadro de anticonceptivos
- Sobre las características de los métodos anticonceptivos.
- Un cuadro grande para todo el grupo

Procedimiento:

- ☞ Se divide el grupo en equipos,
- ☞ A cada uno se le proporcionara un sobre que contenga un método anticompetitivo y algunas de sus características. En el pizarrón se colocará un cuadro grande incompleto donde anotarán la información brindada en el sobre según corresponda.
- ☞ Cada preadolescente deberá completar su cuadro.

Actividad:

El anuncio publicitario

Materiales:

- ☞ Revistas
- ☞ Periódicos
- ☞ Marcadores
- ☞ Cartulina
- ☞ Crayones
- ☞ Pegante
- ☞ Algunos otros materiales necesarios.

Procedimientos.

- ☞ Dividir al grupo en grupos pequeños
- ☞ La tarea de cada equipo será la de crear un pequeño texto comercial sobre el método anticonceptivo que se le asigne.
- ☞ Cada grupo pondrá su mejor empeño para promocionar el método que le correspondió. Para ello se debe informar sobre todo lo referente al mismo.
- ☞ Cumpliendo el tiempo previsto, cada grupo debe presentar su aviso publicitario.
- ☞ De ser posible presentarlos en la escuela primaria y secundarias a las que acuden las niñas de la institución.
- ☞ El grupo ha de evaluar el trabajo, como excelente, bueno, regular o deficiente.
- ☞ En plenaria comentará sobre la visión de la iglesia, el sector salud, la familia y la escuela.
- ☞ Se comentará sobre:
 - ¿Cuáles métodos son más convenientes?
 - Según la frecuencia de las relaciones sexuales

- Por su efectividad
- Por la prevención de ETS
- Por su economía
- Por la facilidad para usarse
- ¿Quehacer si la pareja no coopera para el uso de los anticonceptivos?
- ¿Qué mitos conoce sobre los métodos? O darles a conocer algunas ideas falsa sobre los métodos de anticoncepción.

Unidad X "Comunicación"

Actividad:

El chisme

Materiales:

- Ninguno

Procedimiento:

- ☞ Pedir a cinco voluntarias que ayuden al ejercicio. Al respecto, debe salir del salón y después entrar de una en una cuando el coordinador les pida que lo hagan. Deberán permanecer lejos del salón para que no oigan ni vean lo que sucede.
- ☞ A las voluntarias se les explicará que en el grupo se contará una historia que a ellas se les narrará de una en una.
- ☞ A quienes queden en el salón se les leerá la historia siguiente:

(Material de trabajo)

Un día, al llegar a la escuela, estaban dos niñas y tres niños en la puerta. Cuando vieron que llegaba la maestra, se escondieron entre los coches estacionados para que no los viera. Los niños habían planeado "irse de pinta" ese día. Cuando tocó la campana y todos entraron a clase, los niños salieron de sus escondites, se fueron a la esquina y pidieron aventón. Pasó un viejito que los subió a su camioneta y los niños le pidieron que los llevara a Chapultepec. El viejito les preguntó para qué y ellos le dijeron que debían hacer un trabajo en el Museo de Historia Natural. El viejito los llevó al museo y después estacionó su coche donde los niños no lo vieran y empezó a seguirlos y a espiarlos. Cuando vio que le habían dicho mentiras, los tomó de sorpresa, los subió al coche a la fuerza y los llevó a la escuela con el director. Los

niños estaban muy asustados y prometieron no volver a "irse de pinta" ni a decir mentiras.

- ☞ Se les debe contar la historia y pedir a una de las participantes del salón que la recuerde bien, que pedirá venga una de las compañeras de afuera y ella deberá contarle de memoria la historia que le contaron. Deberá pedirle que le cuente todo lo sucedido en ella y como ella le haya entendido.
- ☞ Se deberá llamar a una de las voluntarias, y la participante que estaba en el salón le contará la historia y a la primera voluntaria deberá contarla a la siguiente. Así cada una de las que estén fuera entrarán al salón, una por una, y quien oyó la historia deberá repetirla a la que entra. La última contará la historia al grupo. Después se leerá la historia al grupo completo y se comparará con la que último voluntario contó al grupo.
- ☞ Pedir al grupo que sin importar lo que pase o se diga, deberán guardar silencio. No deberán corregir a la que cuente la historia, ni reírse. En silencio escucharán bien y se fijarán cómo la historia cambia.
- ☞ Después de que la última platique la historia al grupo y el coordinador lea la original, este preguntará al grupo:
 - ¿Qué cambios ocurrieron en ella?
 - ¿Creen que alguna de las que contó la historia hizo algunos cambios con mala intención?
 - ¿Por qué piensan que sucede esto?
 - ¿Cómo aplicarían esto a su vida diaria, para no caer en "chismes" sin intención de hacerlos?

Actividad:

Rondas de comunicación

Materiales:

- Papel.
- Lápiz.
- Colores
- Plastilina
- Materiales para decoración

Procedimiento:

- ☞ Las rondas de comunicación son varios ejercicios con los que se logra un mismo objetivo: compartir con el grupo opiniones, ideas pensamientos o sentimientos acerca de algún tema definido de antemano. Los temas o frases serán:
 - Una cosa que me molesta mucho...
 - En mi casa...
 - Una cosa que me hace feliz...
 - Algo que nunca haría por nada del mundo es...
- ☞ De acuerdo con el grupo y sus necesidades, se pondrá alguna de las frases aplicables de las maneras siguientes:
- ☞ En dos círculos concéntricos, de modo que una persona se sienta frente a otra hablarán uno y otro sobre el tema durante tres minutos. Cuando terminen, el círculo del centro se moverá hacia la derecha para formar otras parejas con las que hablarán sobre el tema, hasta volver a quedar como empezaron.
- ☞ En un círculo grande se numeran las personas del uno al tres. El número uno dará su opinión sobre el tema. El dos dirá si está de acuerdo o no con el uno y por qué; el tres hará lo mismo que el dos pero sobre lo que el uno y el dos dijeron y si está o no de acuerdo con sus compañeros y por qué.
- ☞ El círculo seguirá funcionando de la misma manera hasta que todos hayan hablado.
- ☞ En forma individual deberán escribir una historia que empiece con la frase sin terminar, para compartirla en grupos pequeños y llegar a una conclusión para después comentarla en plenaria.
- ☞ Un ejercicio más, es expresar la última frase a través de una escultura de plastilina o con una maqueta.
- ☞ Después se mostrarán ante el grupo.
- ☞ Cada actividad se comentará en plenaria y se clarificará la importancia de la comunicación.

Actividad:

Mi cuerpo lo dice todo

Materiales:

- Ninguno.

Procedimiento:

- ☞ Se forman dos equipos.
- ☞ Después se les comentará que trabajan a través de mímica con actividades como “adivina cómo me siento” y “Adivina lo qué seré de grande”
- ☞ Un grupo, una vez que se ponga de acuerdo nombrará a una persona que pasará al frente y, sin hablar, representará el sentimiento que el otro equipo adivinará. Cuando el otro equipo logre adivinar, deberá representar lo que será de grande dependiendo de la preadolescente que pase al frente.
- ☞ Conforme cada participante pasa, se le pregunta el por qué se siente así y por qué desea ser eso cuando crezca.
- ☞ Después se comenta la actividad en plenaria.

Unidad XI “Autoestima”

Actividad:

El espejo mágico

Materiales:

- Caja con tapa (caja de zapatos o caja de regalo).
- Cinta.
- Espejo pequeño.
- Pegamento.

Procedimiento:

- ☞ Pegar el espejo al fondo de la caja. Ponerle la tapa y pasar la cinta alrededor de la caja.
- ☞ Reunir a las preadolescentes y decirles que la persona más maravillosa del mundo está dentro de la caja. Dejar que ellas sacudan la caja y adivinen qué puede ser.
- ☞ Desatar la caja y pasearla por el aula para que cada preadolescente pueda mirarla (Decirle que mantenga en secreto lo que ha visto hasta que todos hayan tenido su turno para mirar).
- ☞ Preguntar a las preadolescentes por qué ellas son la persona más maravillosa del mundo.
- ☞ Enseñarles a las preadolescentes este texto:

“Yo tengo diez dedos de las manos (levantar los dedos)

Y yo tengo diez de los pies (señalar los dedos de los pies)

Yo tengo dos ojos,

Una boca y una nariz. (Señalar los ojos, boca y nariz)

Pon los todos juntos

¿Qué ves tú? (Poner las manos en las caderas)

Algo maravilloso, y esa soy yo. (Señalarse con los pulgares)

Actividad:

Libro de escalones

Materiales:

- Tres hojas de papel de color para cada preadolescente.
- Engrapadora
- Rotuladores.

Procedimiento:

- ☞ Dar a cada preadolescente tres hojas de papel. Mostrar cómo colocar las hojas debajo una de otra a 1.5 cms. de distancia.
- ☞ Doblar la parte superior de las hojas hacia atrás para hacer seis páginas.
- ☞ Engrapado en el doblez de arriba.
- ☞ Dejar a las preadolescentes dibujar y escribir sobre los siguientes temas en cada página:
 - Primera página – nombre “Esta es una fotografía mía y esto es lo que valoro y no valoro de mí”*
 - Segunda página – “Esta es mi familia y esto es lo que valora y no valora de mí”*
 - Tercera página – “Este es mi maestro y esto es lo que valora y no valora de mí”*
 - Cuarta página – “Estos son mis amigos y esto es lo que valoran y no valoran de mí”*
 - Quinta página – “Estas son las cosas que me gustan y me disgustan de mí”*
 - Sexta página – “Lo mejor de mí”*
- ☞ Colocar los libros en la estantería especial del aula para que el facilitador los lea, analice y aporte aspectos positivos y comentarios pertinentes en los aspectos negativos que se localicen y reforzar los aspectos positivos.
- ☞ Comentar en plenaria la actividad y de ser posible sugerir a las preadolescentes, que el resto del grupo pueda conocer y leer todo los libros.

Actividad:

Vasos de palabras maravillosas

Materiales:

- Vasos de plástico (de preferencia).
- Pinturas plásticas de diferentes colores
- Adornos diversos del gusto de las participantes
- Plumones permanentes.
- Tijeras y pegamento.
- Barniz y brochas.
- Bebida de sabor.
- Vasos.

Procedimiento:

- ☞ Dar a cada preadolescente un vaso y que ellas mismas elijan las pinturas y adornos de su preferencia para adornar su vaso.
- ☞ Cada preadolescente debe escribir su nombre en el vaso y dibujar su fotografía.
- ☞ Pedirles que piensen en palabras maravillosas que las describen. ¿Cuáles son algunas cosas bonitas que otras personas dicen de ellas? Dejar que escriban las palabras en su vaso y así también deben pedirle a su maestro y los miembros de su familia que escriban alguna palabra.
- ☞ De ser posible barnizar los vasos exteriormente.
- ☞ Todo mundo colocará sus vasos en una mesa al frente para que todas las preadolescentes puedan observarlos.
- ☞ Brindar por cada una de ellas por ser personas importantes, con alguna bebida de sabor servida en cada uno de sus vasos.

Unidad XII "Autoconcepto"

Actividad:

Tú eres maravilloso (a)

Materiales:

- Cajas.
- Hojas de colores.

- Lápices, colores o plumones.

Procedimiento:

- ☞ Todo el grupo debe sentarse en círculo. Elegir a una preadolescente para que se ponga de pie mientras el coordinador canta una canción junto con las compañeras del grupo:
Nosotras pensamos que tú eres maravillosa.
Nosotras creemos mucho en ti.
Nosotras pensamos que (nombre de la preadolescente) es generosa.
Nosotras gritamos nuestro canto para ti.
- ☞ A continuación la persona que paso al frente dice "yo soy..." y después todas las compañeras le expresan alguna cualidad que hayan observado en ella desde que la conocen.
- ☞ La preadolescente que está al centro deberá voltear a manera de mirar de manera directa a la compañera que la está elogiando.
- ☞ Es muy importante que en esta actividad sólo se hagan ver las cualidades por lo que, de ser necesario, deberá cortarse cualquier intervención que pretenda hacer incomoda a la persona del centro.
- ☞ Una vez terminadas las participaciones de quienes elogian, se le da las gracias a la preadolescente del centro y se le pide a otra persona que pase.
- ☞ Normalmente, conforme vaya avanzando el ejercicio habrá más participantes que quieran pasar, sin embargo esta actividad no debe alargarse mucho, sino después la atención se dispersa.
- ☞ Es importante que se le dé oportunidad a pasar a todos los miembros del grupo, aunque sea en sesiones diferentes.
- ☞ Después se les preguntará ¿Cómo se sintieron al estar en el centro?
- ☞ Escribir los comentarios positivos que las preadolescentes hacen unas de otras y ponerlas en una cajita para cada participante.

Actividad:

Así soy yo

Materiales:

- Copia para cada participante del material de trabajo "Así soy yo"

- Lápiz.

Procedimiento:

- ☞ Se dará a cada alumno el material de trabajo "Así soy yo" donde tendrá que completar las frases que ahí se presentan.
- ☞ Una vez que concluyan entregarán el cuestionario al facilitador.
- ☞ Después comentarán en plenaria la actividad y se les preguntará: ¿Cómo se sintieron al contestar el cuestionario? y si ¿Fue fácil o difícil?

"Así soy yo"
(Material de trabajo)

Me llamo: _____

Yo soy una persona: _____

Mi físico es: _____

Mi forma de ser: _____

Como hermana soy: _____

Cuando estoy con mis padres soy: _____

Como amigo soy: _____

Como estudiante soy: _____

Me siento feliz cuando: _____

Me enojo cuando: _____

Me siento triste cuando: _____

Me da miedo cuando: _____

Algo que hago bien es: _____

Lo que menos me gusta de mí es: _____

En este grupo me he dado cuenta que: _____

Actividad

Lo mejor sobre mí

Materiales:

- Caja de cartón.
- Tijeras.
- Plumones.
- Dos palos de madera más largos que la caja.
- Papel.
- Cinta adhesiva.
- Materiales para decorar.

Procedimiento:

- ☞ Hacer un tipo televisor: Para conseguir la pantalla del televisor, hacer una abertura en la parte de debajo de la caja.
- ☞ Hacer dos agujeros opuestos en cada uno de los lados de la caja para meter los palos.
- ☞ Cortar un trozo largo de papel (Cada preadolescente necesitará aproximadamente 50 cm para dibujar y escribir)
- ☞ Hablar sobre las características especiales de cada una. Pedirles que se describan y que escojan lo mejor de sí mismas y que lo pinten y escriban en el papel (Deberán escribir su nombre al principio)
- ☞ Pegar con cinta adhesiva la última parte al palo de arriba.
- ☞ Enrollar el papel alrededor del palo de arriba.
- ☞ Pegar con cinta adhesiva la otra parte del papel al palo de abajo.
- ☞ Pensar un título para el principio del programa y créditos para el final.
- ☞ Realizar una grabación para acompañar el Programa de tv.
- ☞ Girar lentamente el palo de abajo para revelar lo "mejor" de cada preadolescente.
- ☞ Comentar la actividad en plenaria.

Actividad:

Lista de autoconceptos

Materiales:

- Hoja blanca o de color.
- Lápiz.
- Lista de autoconceptos.

Procedimiento:

- ☞ Se pide a las preadolescentes que, con una línea, dividan la hoja en dos partes iguales. En la parte superior de una de ellas escribirán la frase "Conceptos que creo tener" y en la otra escribirán la frase "Conceptos que no creo tener"
- ☞ Posteriormente se irá leyendo una lista de conceptos, dando tiempo suficiente para que los participantes escriban.
- ☞ Al finalizar se piden voluntarias para leer sus características.

- ☞ En plenaria se realizan preguntas como: ¿Por qué cada persona ubicó de manera diferente los conceptos? y ¿Cómo influyen los demás en el concepto que tenemos de nosotros mismos?

Lista de conceptos:

(Material de trabajo)

Servicial	Positiva
Inteligente	Sumisa
Sincera	Flexible
Relajada	Cariñosa
Agradable	Alegre
Autoritaria	Consciente
Comprometida	Intelectual
Respetuosa	Compartida
Responsable	Comprensiva
Profunda	Segura
Valiente	Decidida
Tolerante	Importante
Activa	Conformista
Constante	Humilde
Prudente	Creativa
Triunfante	Egoísta
Tonta	Pesimista
Rebelde	Hipócrita
Rígida	Tensa
Fría	Desagradable
Aburrida	Distraída
Indiferente	Emotiva
Cínica	Retraída
Irresponsable	Superficial
Insegura	Miedosa
Indecisa	Intolerante

Insignificante

Inconforme

Orgullosa

Rutinaria

Liberal

Recriminante

Enjuiciante

Pasiva

Inconstante

Imprudente

Fracasada

Indulgente

Rechazante

Conforme

Unidad XIII "Elementos de la autoestima"

Actividad:

Este soy yo

Materiales:

- Cuestionario fotocopiado.
- Lápiz.

Procedimiento:

- ☞ Comenzar la sesión pasando a cada estudiante el cuestionario "Este soy yo".
- ☞ Decirles que la actividad de ese día supone contestar el cuestionario.
- ☞ Destinar de cinco a diez minutos para que lo contesten.
- ☞ Después se les pedirá que se reúnan en parejas para discutir los cuestionarios.
- ☞ Se les dará un tiempo suficiente para que compartan la información.
- ☞ Después cada preadolescente dirá algo nuevo que aprendió de su compañera.
- ☞ Al final se comentará de manera general acerca de los cuestionarios.

Éste soy yo

1.- Nombre: _____

2.- Estatura: _____

3.- Dirección: _____

4.- Yo soy: _____

5.- Algunas de mis necesidades son: _____

6.- Algunos de mis sentimientos son: _____

- 7.- Yo huyo de: _____
- 8.- Soy bueno para: _____
- 9.- Algunas de mis metas son: _____
- 10.- Casi siempre me enojo cuando: _____
- 11.- ¿Tienes hermanos o hermanas? _____
- 12.- ¿Cuántos? _____
- 13.- ¿Qué edad tienen? _____
- 14.- ¿Cuál es tu programa de televisión favorito? _____
- 15.- ¿Cuál es tu alimento favorito? _____
- 16.- ¿Qué juegos te gusta practicar? _____
- 17.- ¿Cuál es tu canción favorita? _____
- 18.- ¿Tienes algún pasatiempo? _____
- 19.- Color de cabellos y ojos: _____
- 20.- ¿Cuál es tu color favorito? _____
- 21.- ¿Cuáles son tus libros favoritos? _____
- 22.- ¿Tienes una mascota? _____
- 23.- En caso afirmativo, ¿Qué es? _____
- 24.- En caso negativo, ¿De qué tipo de gustaría tenerla? _____
- 25.- ¿Cuál es tu película favorita? _____
- 26.- Si pudieras ir a cualquier parte del mundo ¿A dónde irías? _____
- 27.- ¿Qué viaje has hecho que te haya gustado? _____
- 28.- Escribe dos cosas en las cuales crees. _____

Actividad:

Una escultura de mi mismo

Materiales:

- Plastilina, masa o barro.

- Base de madera o cartón.

Procedimiento:

- ☞ El coordinador explicará a las participantes que deberán reflexionar acerca de sí mismas.
- ☞ Dará a cada participante barras de plastilina y pedirá que se representen a sí misma positivamente, como quieran hacerlo, pueden utilizar símbolos o lo que se les ocurra que hable sobre su persona.
- ☞ En la parte inferior del cartel escribirán un pensamiento que les guste mucho y que diga algo sobre ellas, puede ser inventado, algo que ya este escrito o algo que revele como se sienten consigo mismas.
- ☞ Al terminar, solicitará a los participantes que, de manera individual y voluntaria, expresen sus sentimientos acerca del trabajo realizado.
- ☞ Después las compañeras se dirigirán a la participante que hizo la escultura, la felicitarán y le dirán como se sintieron al verlo.
- ☞ Se colocará las esculturas en un lugar visible del salón.

Actividad:

¡Mi propia evaluación!... De diez

Materiales:

- Cuadrados de pale de 10 cm x 10 cm.
- Lápiz.

Procedimiento:

- ☞ Repartir a cada preadolescente diez cuadros de papel de colores.
- ☞ Luego deberán escribir una palabra que hable de ellas en cada cuadro.
- ☞ Después se les pedirá que acomoden el papel con la palabra que más les agrade, encima de ellos demás papeles, después otra que les agrade menos, después otra que les agrade menos, hasta llegar a poner hasta abajo la palabra que menos les agrade.
- ☞ Pedir a una voluntaria que comparte cuatro palabras de su lista sin decir cómo fueron ordenadas.
- ☞ Pedir a otras preadolescente que sugieran cómo su compañera probablemente ordenó las palabras.
- ☞ Después preguntar a la preadolescente cómo las clasificó.

☞ Comentar la actividad en plenaria.

Unidad XIV "Características de la autoestima"

Actividad:

Me comporto de acuerdo a...

Materiales:

- Copia para cada alumno del material de trabajo "La historia de Tomás"
- Lápiz

Procedimiento:

- ☞ A cada preadolescente se le dará una copia del material "La historia de Tomás" y se les pedirá que lean cuidadosamente, la analicen y respondan a las preguntas que ahí se presentan.

La historia de Tomás

(Material de trabajo)



Tomás es un niño que siente un gran afecto hacia su padres y su hermana. Es una persona respetuosa de todas las normas que existen en su casa y en su escuela. Pero es tímido, callado y tiene poca confianza en su capacidad para hacer las cosas "bien". Los domingos

cuando sale con su padre a pasear en bicicleta, Tomás siempre prefiere que lo hagan en el parque y no en la ciclo pista porque dice que él “no es capaz” con tanta gente alrededor. Su padre trata de animarlo pero él no acepta. En la escuela con sus amigos sucede lo mismo. Tomás siempre dice que él “no es capaz” de hacer cosas que los otros niños hacen como: treparse a un árbol, saltar obstáculos, correr alrededor de la escuela, construir torres de arena.

Ahora contesta las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles son las cualidades de Tomás?

2. ¿Y sus defectos?

3. ¿Por qué crees que Tomás piensa así de sí mismo?

4. ¿Qué le aconsejarías para superar su dificultad?

☞ Una vez que cada preadolescente contestó las preguntas se hace una discusión en plenaria sobre las respuestas que dieron.

Actividad:

Haz tu propia historia

Materiales:

- Copia de “Mi historia”
- Lápiz

Procedimiento:

- ☞ Dar las siguientes instrucciones:
- ☞ La historia siguiente tiene algunos espacios en blanco en los cuales pondrás la palabra que debas. Cada historia será distinta, porque cada uno pondrá en ella lo que desee.
- ☞ Individualmente completa la historia:

Mi historia (Material de Trabajo)

Era una mañana _____ cuando me levanté. Ese día me sentía _____ porque tenía que ir a _____. Al salir de casa, me encontré a un _____ que usaba _____, lo cual me hizo sentir _____ y seguí mi camino. Al llegar a _____ corrí a ver a _____ y me dio _____. Juntos decidimos _____, lo cual nos hizo sentir _____. Creo que hoy fue un día.

- ☞ En plenaria se leerán algunas historias y se comentará el ejercicio.

Actividad:

¿Quién es quién?

Materiales:

- Materiales improvisados para representación.
- Lista de palabras.

Procedimiento:

- ☞ El grupo se dividirá en dos equipos de trabajo.
- ☞ Se les indicará a cada uno de los equipos que debe crear una historia en la cual algunos personajes deberán actuar con una alta autoestima y otros con baja autoestima.
- ☞ Cuando los equipos están listos y hayan tenido tiempo suficiente para organizarse, se presentara uno de los equipos, cuando terminen su representación, el otro equipo tratará de edificar a los personajes de acuerdo al tipo de autoestima, analizar por qué los considera de esa manera y brindar formas de cambiar los caso de autoestima baja.
- ☞ El ejercicio se repite ahora con el segundo equipo y la misma actividad.
- ☞ Al final se comentará la actividad en plenaria.

-	Me quiero y me soporto, pase lo que pase.												
-	Normalmente estoy satisfecho del modo en el que me desarrollo como persona.												
-	Me respeto.												
-	Preferiría ser yo a cualquier otra persona.												

Unidad XV "Práctica de ser consciente"

Actividad:

Mis motivaciones

Materiales:

- Revistas o recortes.
- Cartulinas
- Resistol
- Diurex
- Marcadores

Procedimiento:

- ☞ Se les reparte a las preadolescentes revistas o recortes para que elijan aquellas imágenes que mas los motiven.
- ☞ Una vez que hayan seleccionado las imágenes se les pide que hagan un collage o una historia con esas imágenes.
- ☞ Cada alumno realiza la exposición de su creación.
- ☞ Se pregunta ¿Qué necesidades o valores están implicados en la motivación?

Actividad:

Qué será, será...

Materiales:

- Copia con preguntas.
- Lápiz.

Procedimiento:

- ☞ Se le entregará a cada preadolescente una copia con preguntas:

Que será, qué será...

Contesta individualmente las preguntas siguientes; piensa bien antes de contestarlas. Si quieres, puedes escribir una historia acerca de ellas.

a) *¿Qué me gustaría más ser de grande?*

b) *¿Por qué me gustaría?*

c) *¿Me ayudaría a vivir como quiero?*

d) *¿Qué necesito hacer y saber para lograrlo?*

- ☞ Cuando hayan terminado deberán compartir en su grupo sus respuestas o la historia escrita.
- ☞ Se comentará en plenaria el ejercicio.

Actividad 3

Fórmula identificadora de metas

Materiales:

- Copia de fórmula.
- Lápiz.
- Colores

Procedimiento:

- ☞ Entregar copias con la siguiente información (fórmula).

¿Qué deseo lograr? _____
¿Por qué? _____
¿Me beneficiará? Si _____ No _____ No lo sé _____
¿Por qué? _____
¿Cómo afectará a los demás? Positivamente _____
Negativamente _____ No lo sé _____
¿Por qué? _____

- ☞ Se explica cada una de las preguntas. Se les pide a las preadolescentes que escriban una meta que desean alcanzar ese mismo día. Es importante que lo escriban con letra clara y muy bonita.

- ☞ Se les pide, que una vez que este escrito colorean el recuadro del color que más les guste.
- ☞ Después (fuera del recuadro) deberán anotar las principales ideas que pondrán en práctica para alcanzar su objetivo.
- ☞ En plenaria se comenta ¿por qué es importante plantearse metas?

Actividad:

Tu tesoro interior

Materiales:

- Cartulinas.
- Lápiz
- Colores

Procedimiento:

- ☞ El coordinador hablará del valor de cada persona y de la importancia de querer ser como se es y de la de decidir quién se quiere ser.
- ☞ Posteriormente se les pide que en la mitad de la cartulina deberán anotar y/o dibujar sus gustos, cualidades, metas e intereses y en la otra mitad deberán anotar y/o dibujar lo mismo pero a futuro.
- ☞ Después se les pide que expongan su trabajo hacia su demás compañeras.
- ☞ Finalmente se les menciona los obstáculos que podrán enfrentar para poder alcanzar sus intereses, haciendo hincapié en la importancia de no darse por vencidos.
- ☞ ¿Preguntas por qué es importante decidir que queremos ser? ¿Cómo podemos enfrentar los obstáculos?

Actividad:

Mi caja

Materiales:

- Una caja vacía
- Una cinta de colores
- Pintura dorada o plateada
- Polvo brillante
- Pegamento

- Estampas o materiales decorativos.
- Mesa con mantel.
- Letrero: Mis gustos.
- Grabadora.

Procedimiento:

- ☞ A la caja se le pegara de un extremo a otro la cinta de colores con el pegamento.
- ☞ Después se pintará la caja de dorado o plateado.
- ☞ Escribir por fuera de la caja un letrero que diga Los gustos de...
- ☞ Cada preadolescente decorará su caja como quiera, después colocará las cosas que más le guste, ya sea objetos, topa, palabras, comida, etc.
- ☞ Se la podrán llevar a su dormitorio, para incluir las cosas que les gusten de ahí,
- ☞ En algunas sesiones darán a conocer sus gustos que hay en su caja, sobre la mesa especial de gustos, si hay música dentro de los gustos, también se escuchará.

Actividad:

Hacemos más caras con máscaras

Materiales:

- Colores
- Lápiz
- Tijeras
- Tela de yeso
- Papel estraza,
- Papel china blanco
- Agua
- Vaselina
- Pinturas
- Resistol

Procedimiento:

- ☞ Se pide a las preadolescentes que hagan binas, para hacer las máscaras de yeso.
- ☞ Primero, se cortaran dos partes del papel china del tamaño de la cara de cada preadolescente, después se mojará y una de las preadolescentes le deberá colocar el papel

encima de la cara de su compañera, posteriormente le pondrá cuadritos de tela de yeso mojados sobre el papel china, esto será en varias capas, alisando y dando forma de la cara de la compañera; se deja secar 10 minutos y una vez que se haya secado se despega la máscara. El paso se repite para realizar la máscara de la otra compañera.

- ☞ Cuando todos tengan sus máscaras se les indicará que deberán pintarlas y decorarlas de acuerdo a algún sentimiento.
- ☞ Tendrá que haber sentimientos diferentes.
- ☞ Cuando terminan de hacer sus máscaras las expondrán ante todo el grupo, separadas por sentimientos.
- ☞ Se realizarán preguntas como ¿Quién llora, los niños o las niñas? ¿Quién debe tener miedo? ¿Quiénes pueden reír?

Actividad:

El gnomo rosa

Materiales:

- Lectura el gnomo rosa.
- Copia de tarjeta de sentimientos.

Procedimiento:

- ☞ Introducir la actividad enfatizando las diferencias culturales que existen en los sentimientos y emociones de los hombres y las mujeres.
- ☞ Lea al grupo la lectura "El gnomo rosa" cuidando de que todos presten atención
- ☞ Comente la lectura y se propiciará un diálogo entre todos.
 - ¿Cómo se sintieron al escuchar al Gnomo Rosa, diciendo que "alguien" determinó alguna vez que unos sentimientos eran para los hombres y otros para las mujeres?
 - ¿Qué piensan acerca de que hombres y mujeres puedan expresar sentimientos?
 - ¿Quiénes creen ustedes que pueden expresar más amor, los hombres o las mujeres?

El gnomo rosa

Hace mucho, mucho tiempo, el gnomo rosa vivía en la Tierra.

Dicen que era sabio desde antes de que aparecieran en nuestro planeta los dinosaurios.

Le encantaba la humedad y la oscuridad del bosque, de donde nunca salía y era feliz rodeado de animalitos. Un día comenzó a oír voces, voces de gente.

Esto despertó su curiosidad y se dedicó a espiar a los que entraban al bosque a buscar leña o a pasear. Pronto su interés por conocer a la gente lo llevó fuera de los límites de su selva, a pueblos y ciudades, donde siempre escondido escuchaba largamente las cosas que decían hombres y mujeres.

Se debía que los hombres podían ser fuertes, enojarse y tener mucha ira, la cual podían mostrar, pero nunca debían llorar.

En cambio las mujeres podían llorar y ser débiles, pero nunca mostrar ni fuerza, ni rabia, ni ira.

Solo las mujeres podían tener miedo y los hombres valentía...¿Qué absurdo?, dijo el gnomo rosa mientras veía a los hombres triste haciendo esfuerzos para no llorar, mujeres furiosas que guardaban silencio, hombres asustados disimulando su miedo y mujeres que lloraban por cualquier cosa para aparentar ser débiles.

¡Así no se puede vivir!, decía el gnomo rosa. Todas estas creencias de la gente, habían hecho que reinara una gran confusión: ¿para quién era la risa?, ¿para los hombres? ¿Para las mujeres?, ¿Para quién? Por no expresarse libremente, todo el mundo andaba serio, nadie reía.

Entonces de tanto fingir, confundir los sentimientos y las emociones, de tanto aguantarse para no expresar lo que sentían, de desconfiar de los demás, muchas veces los seres humanos ¡explotaban!... entonces ocurrían mentiras, guerra, crímenes, injusticias, ¿tantas cosas malas!

Desesperado ante esta situación, el gnomo rosa reunió a un grupo de personas (de esto hace mucho tiempo) y les propuso algunas cosas. Les dijo que estaban confundidos, que los sentimientos y las emociones son de todos, hombres y mujeres por igual...

No había porque fingir, ni disimular, ni evitar expresarse libremente. Les dijo que tomarán todas las emociones, los sentimientos y los estudiarán, los conocerán,

aprendieran sus nombres y los amaran. Les propuso que los repartieran por todo el mundo, a toda la gente y esa gente los hiciera suyo mostrándolos.

Desde entonces hay muchas personas, hombres y mujeres que lo saben hacer, confían en las otras personas y casi nunca se mienten a sí mismas, ni le mienten a los demás, expresan sus sentimientos y emociones libremente. ¡Casi nunca explotan!

Todavía hay muchos humanos que se olvidan de la risa, del llanto, del asombro, de la ternura, de la melancolía y de casi todos los sentimientos.

Entonces continúan confundidos, continúan ¡explotando!

Como ya sabemos el viejo y sabio gnomo rosa ha vivido muchos, muchos años más que los elefantes y aun más que los dinosaurios y vivirá mucho todavía.

El sigue esperando, porque está seguro de que algunos días todos aprenderemos.

- ☞ Posteriormente trabajaran con la tarjeta de sentimientos, donde en grupo harán lo que pida cada una de las tarjetas según indique el coordinador.
- ☞ Se comentará en plenaria la actividad.

Tarjeta de sentimientos (Material de trabajo)

- *Refleja un momento en que te sentiste emocionado.*
- *Piensa en alguna ocasión en que te sentiste sorprendido actúa.*
- *Actúa como en alguna ocasión en que te hayas sentido apenado.*
- *Muestra un momento de temor.*
- *Piensa en alguna ocasión en que te sentiste disgustado y represéntala.*
- *Demuestra la felicidad.*
- *Recuerda alguna ocasión en que te sentiste alegre y refléjala.*
- *Representa algún momento en que te sentiste enojado.*
- *Cuenta con mímica lo que hiciste en alguna ocasión en que te hayas sentido asustado.*
- *Refleja un momento en que te hayas sentido aterrorizado.*
- *Como represéntalas un momento de humillación.*
- *Recuerda una ocasión en que te sentiste enfurecido y actúa como fue.*

- *Sonríe la vida debe ser feliz.*

Actividad:

El juego de valores

Materiales:

- Papel
- Lápiz

Procedimiento:

- ☞ Pedir a las participantes que enumeren las cosas que se les ofrecerán con 1, 2 y 3, según sea su preferencia: 1, lo que más les gustaría; 2 lo que les gustaría después, y 3, lo que les gustaría menos.
- ☞ Se pedirá que expliquen el por qué de ese orden.
- ☞ Se deberá reunirlos en grupo y pedirles que compartan sus elecciones y por qué las pusieron así.
- ☞ Algunas preguntas que pueden ayudarles son las siguientes:
 - a) ¿Por qué puse las cosas en ese orden?
 - b) ¿Qué dificultades tuve al decidir el orden y por qué?
 - c) ¿Qué hubiera escogido si tuviera menos años de los que tengo?
 - d) ¿Qué hubiera escogido si tuviera más años de los que ahora tengo?

**Lista de valores
(Material de trabajo)**

¿Qué preferirías ser?

- Un televisor
- Un reloj
- Un desarmador

¿Qué preferirías tener?

- Un padre feliz
- Un padre rico y famoso.
- Un padre cariñoso y que tuviera tiempo para estar contigo.

¿Qué te gusta más hacer?

- Lo que debes realizar en ese momento
- Lo que te gustaría efectuar en ese momento
- Lo que te pidiera una persona que hicieras en ese momento.

¿Qué te gustaría ser?

- Invisible
- Electrónico
- Con capacidad para volar

¿Qué ha sido para ti más útil como persona?

- La escuela
- Tu familia
- Tus amigos

Si te ofrecieron ahora un trabajo, ¿Cuál escogerías?

- Como repartidora de periódicos
- Enseñar lo que sabes
- Como vendedora

¿Qué prefieres para comunicarte con los demás?

- Dibujar
- Escribir
- Hablar

Actividad:

La lámpara de Aladino

Materiales:

- Papel
- Lápiz

Procedimiento:

☞ Dar las instrucciones siguientes:

☞ Te has encontrado una lámpara muy antigua. Como le sucedió a Aladino, al limpiarla aparece un genio, quien te dice que te concederá tres deseos por cuatro veces, es decir, 12 deseos en total.

- Los primeros tres deseos son para el mundo en general.

- Los segundos son para tu familia.
 - Los terceros son para tu escuela o para tus amigos.
 - Los últimos tres son para ti.
- ☞ Piensa en los deseos que pedirás y escríbelos
 - ☞ Cuando hayas terminado, se les solicitará que en grupos de cuatro personas comparen sus deseos.
 - ☞ En un grupo se compartirán solo los deseos que pedirán para el mundo en general y para la escuela o amigos, y en grupos más pequeños, se elegirán los tres que consideren más importantes para el mundo, la escuela y los amigos.

Unidad XVI "Aceptarse a sí mismo"

Actividad:

La tienda mágica

Materiales:

- Un escenario dibujado de anaqueles de tienda, vacíos.
- Entrada de la tienda en material resistente.

Procedimiento:

- ☞ El vendedor, dueño de la tienda, es el coordinador.
- ☞ Dará una explicación del juego:

"Imagina que abren hoy una tienda muy distinta de todas las que conoces. Es una tienda en la que puedes ir a comprar cosas que no se venden en ninguna otra. Es una tienda de deseos, cualidades y sentimientos, y en ella encontrarás lo que desearías. Aquí vendemos sentimientos, ojos, narices, amigos, inteligencia, habilidad para algo especial, etc.; pero no se paga con dinero; si no que se debe dejar algo a cambio de lo que tienes como persona. Como dueño de la tienda les diré si me conviene o no el cambio si acepto lo que me dan o si me hace falta algo más.

Se pedirá que cada una piense en algo que desee y con qué pagaría de lo que él es o tiene. Una vez que estén listos, se abrirá la tienda y el coordinador invitará a las compradoras a que pase una por una.

Cuando la compradora entre, el vendedor le preguntará qué quiere comprar y le ofrecerá lo que tiene (alegría, inteligencia, habilidad para dibujar, ojos altura,) Cuando el comprador

diga lo que quiere, deberá preguntarse él para que lo necesita, que hará con ello que quiere comprar. Si le convence, le dirá.

¿Qué podría ofrecerme para conseguirlo? Recuerde que en esta tienda no se cobra dinero, ni cosas materiales sino algo que usted esté de acuerdo en cambiar de lo que es por lo que quiere.

Si el coordinador considera pertinente la razón, lo envolverá para regalo, o en una caja lo que el cliente haya comprado y le dirá que se vaya a su casa. Pues ya lleva con él lo que quería, y cómo se siente con lo que se lleva y con lo que deja.

- ☞ Es básica la habilidad del vendedor para crear conciencia en el comprador de que deja algo valioso de él mismo. Si no lo considera valioso, el vendedor no deberá aceptarlo como pago e insistirá en que lo que vende es más caro, hasta lograr que al comprador le cueste trabajo deshacer del algo suyo.
- ☞ Después se comentará la actividad en plenaria.

Actividad:

Gracias a mí cuerpo

Materiales:

- Grabadora.
- Cd.

Procedimiento:

- ☞ Dirigir a los participantes para que se relajen poco a poco; se les colocará música y se les pedirá que se pongan cómodos, cierren los ojos y se concentren en su respiración sin pensar en nada. Se debe esperar unos momentos en silencio a que logren estar en calma.
- ☞ Decir con calma y lentamente:
"Hoy estaremos conscientes de nuestro cuerpo. Empezaremos por los pies. Recorran con su imaginación desde la punta de sus dedos, hasta la parte más alta de sus piernas, aquella que se une con el tronco. ¿Qué función tiene los dedos y la punta del pie? ¿Cuántos huesos y tendones y ligamento existen en él? Piense en las uñas, ¿Para qué sirven? Es fantástico que los pies, tan pequeño en comparación con el resto del cuerpo, sean los que nos sostienen y aguantan todo el peso. Piensen en todo lo que estas partes del cuerpo no permiten hacer: ¡Qué utilidades y necesarias son!, denle ahora gracias a sus pies y a sus

piernas y por todo lo que hacen por ustedes". Y así sucesivamente con el resto de las partes del cuerpo.

Es muy importante hacer pausas en cada frase para dar tiempo a los participantes a que imaginen con calma.

- ☞ Al terminar, deberá pedirse a los participantes que muevan lentamente cada una de las partes de su cuerpo, y que se estiren "como gatos".
- ☞ Se comentará el ejercicio en plenaria.

Actividad:

Arte del cuerpo

Materiales:

- Papel
- Lápiz
- Tijeras
- Pinturas
- Espejo de gran tamaño.

Procedimiento:

- ☞ Extender el papel en el suelo y que una preadolescente se acueste encima de él.
- ☞ Trazar su cuerpo con un lápiz. Con pinturas decorar el cuerpo. Un espejo grande les dará la oportunidad de observarse cuando están trabajando.
- ☞ Los niños cortaran su cuerpo y colgarán los cuerpo recortados en el aula o en el pasillo.
- ☞ Se hablará cómo el cuerpo de cada uno es semejante y cómo los cuerpos son diferentes.
- ☞ Ser positivo.

Actividad:

Soy bueno para

Materiales:

- Plastilina.
- Base de madera.

Procedimiento:

- ☞ Pedir a las preadolescentes que en forma individual reflexionen un momento sobre todas aquellas cosas que saben hacer bien y se sienten seguros.
- ☞ Dar las instrucciones.
- ☞ Con la plastilina hacer una estrella como quieran.
- ☞ Ponerle picos a la estrella por cada cosa que sabe hacer bien.
- ☞ En cada pico ponerle una de las cosas para lo que eres buena.
- ☞ Cuando terminen debe colocarlo al frente de su mesa.
- ☞ Después deben mirar las de sus compañeras y decirles "Mira las de tus compañeras y trata de encontrar aquellos que se parecen a ti, a los que son buenas para algo que no eres buena tú y a los que podrías ayudar porque no son buenas".
- ☞ Después se comentará el ejercicio en plenaria.

Unidad XVII "Valoración de sí mismo"

Actividad:

Las cosas que los demás conocen de mí

Materiales:

- Hojas blancas o de color.
- Lápiz.
- Cinta adhesiva.

Procedimiento:

- ☞ Se da una hoja a cada participante y se le pide que ponga su nombre en la parte superior.
- ☞ Después de poner su nombre deberán pegarse la hoja en la espalda.
- ☞ Una vez realizado lo anterior cada participante deberá escribir a cada una de sus compañeras alguna cualidad.
- ☞ Ninguna preadolescente deberá quedar sin cualidades escritas en su hoja.
- ☞ Al terminar cada preadolescente observará su hoja y evaluará si se identifica con las cualidades que le escribieron sus compañeros.
- ☞ En plenaria se comentará la actividad y se realizarán preguntas como ¿Por qué es importante identificar nuestras cualidades?, ¿Por qué varían las respuestas dadas por nuestros compañeros y lo que nosotros pensamos de nosotros mismos?

Actividad:***Se vende este grupo*****Materiales:**

- Los que cada grupo requiera.

Procedimiento:

- Aunque sabemos que el ser humano no se vende, pues no es objeto, algunas personas pueden vender, como grupo, sus servicios a otra gente, cuando trabajan en equipo ofrecen cada uno sus conocimientos y habilidades y venden sus servicios como grupo.

- Se divide el grupo en grupos pequeños de tres personas y se les da la instrucciones siguiente:

Su trabajo consistirá en la venta de su grupo como unidad. Tienen la oportunidad de poner un anuncio por televisión en el cual se presentarán como grupo de personas y hablarán de todas las características, habilidades, talentos, cualidades y cosas buenas de cada uno de su grupo y que el grupo en general que puede ofrecer.

La creatividad que pongan en el anuncio les dará mayor o menor oportunidad de lograr el éxito. Pueden utilizar canciones, versos, hacer un anuncio gracioso o uno muy serio y queda en sus manos la publicidad que pueden hacerle a su grupo.

- ☞ Al terminar de preparar su anuncio, se reunirán en un solo grupo y cada uno de los grupos presenta el anuncio a los demás. Conforme se presentan, los que observan el anuncio anotaran cual de los grupos le es más atractivo, cuál de ellos comprarían por lo que les ofrecen.
- ☞ Esto se deber hacer de forma individual; es decir, cada miembro del grupo, sin comentar con los otros, deberán elegir el grupo de su preferencia.
- ☞ Cuando todos los grupos hayan pasado a presentar su anuncio, el coordinador deberá pedir que anoten su votación y del porque su elección, se elegirá al ganador.
- ☞ Nota: deberán ofrecer características y cualidades reales, se descalificar al grupo que invente cosas o que ofrezca aquello que no es verdadero.

Actividad:

Qué me gusta, que me disgusta

Materiales:

- Base para pintar.
- Pinturas
- Pinceles

Procedimiento:

- ☞ Escribir en el pizarrón las siguientes frases:
 - Piensa en cinco cosas que te gustan mucho de ti mismo
 - Piensa en cinco cosas que no te gustan de ti mismo
 - Piensa en cinco cosas que puedes mejorar.
- ☞ Después de reflexionar unos minutos acerca de las frases deberán pintar lo que se les pide.
- ☞ Después deberán compartir su pintura con el resto del grupo y comentarlas.

Actividad:

Día en que "Yo puedo hacer algo especial"

Materiales:

- Los que sean necesarios para cada preadolescente

Procedimiento:

- ☞ Comenzar con un debate sobre el hecho de que todos tenemos talentos especiales. Se les animará a las preadolescentes que digan las diferentes cosas que pueden hacer bien.
- ☞ Preguntar les si les gustaría tener el día de "Yo puedo hacer algo especial". Esos días todas pasarán cantar un canción, contar un cuento, mostrar un trabajo, etc.
- ☞ A cada participante se le debe de aplaudir.
- ☞ Se grabará él video de las preadolescentes. Se pasará nuevamente para que ellas lo vean.
- ☞ Si ellas lo prefieren se puede elegir otro día en que ese vuelva repetir la actividad para reconocer sus talentos.

Actividad:***El árbol de mí mismo*****Materiales:**

- Plastilina
- Base

Procedimiento:

- ☞ Se pedirá que moldeen individualmente un árbol muy grande para que en el centro del tronco escriban su nombre.
- ☞ Pensarán en todo lo que saben hacer bien, en sus talentos y fortalezas.
- ☞ Colocarán una raíz en su árbol por cada cosa que sepan hacer bien, por cada talento y fortaleza. Cada raíz llevará el nombre de cada una de las cosas anteriores.
- ☞ Ahora pensarán en sus éxitos, es decir, en aquello que han podido hacer por ellos mismas y por lo cual se sienten orgullosos. Pondrán tantas ramas en el árbol como éxitos encuentren en su vida. Escribirán en cada rama el éxito que corresponda.
- ☞ Cuando terminen colocaran su árbol en una mesa del aula, para que las demás compañeras puedan verlo.
- ☞ Una vez que todas hayan visto los árboles de sus compañeras, se sentarán en plenaria y compartirán lo que descubrieron de sí mismos y de los demás, así como el sentimiento que tuvieron al realizar la actividad.

Actividad:***La maleta de la vida*****Materiales:**

- Hojas.
- Una caja forrada como una maleta.
- Caja forrada de baúl.
- Lápiz.
- Pluma.

Procedimiento:

- ☞ Distribuir a cada participante una hoja blanca con una maleta y un baúl, lápices y plumas.
- ☞ Escribir en el baúl "lo que dejo" y debajo de la maleta "lo que me llevo".

- ☞ Indicar al grupo que imagine que van a realizar un viaje muy especial, el viaje de su vía, y que necesitan hacer una maleta también especial para que paseen con éxito.
- ☞ Las actividades a realizar consisten en identificar en sí mismas aquellas características que suponen que les van a servir y guardándolas en la maleta, y aquellas características que no les van a servir para viajar, en el baúl.
- ☞ Pedir que expongan ante el grupo sus características y lo que decidieron llevar al viaje y a las que decidieron dejar.
- ☞ Discutir los siguientes puntos:
 - 1.- ¿Qué características les costó más trabajo identificar?
 - 2.- ¿A que creen que se deba tal dificultad?
 - 3.- ¿Cómo creen que pueden perfeccionar esas capacidades y superar esas limitaciones?
- ☞ Guardar su baúl y maleta, con el tiempo podrán añadir o quitar algunas cosas depositadas en su maleta y baúl.

Unidad XVIII “Estrategias para mejorar la autoestima”

Actividad:

Carta a mí mismo

Materiales:

- Papel.
- Pluma.
- Cinta.

Procedimiento:

- ☞ Pedir a las preadolescentes que piensen cómo son ellas a hora que está por terminar el taller: ¿Cómo se ven? ¿Cómo se siente? ¿Qué piensan de sí mismas?, si tienen experiencias positivas o algo que les haya producido satisfacción, si tienen cualidades positivas etc.
- ☞ Después se les distribuirá papel y se les pedirá que escriban una carta a sí mismas, con lo que pensaron.
- ☞ Dejarles que enrollen su carta la aten y entreguen a la coordinadora.
- ☞ Entregarles las cartas y deberán leerla comparándola con la que escribieron al principio del taller (este se realizará al inicio del taller).

- ☞ Después se comentará en plenaria ¿Cuál es la importancia de tener una alta autoestima)

Actividad

Frases para la autoestima

Materiales:

- Copias de "La docena mágica"
- Lápiz

Procedimiento:

- ☞ Entregar a cada preadolescente la copia de "La docena mágica"
- ☞ Pedirlas que las lean en silencio.
- ☞ Después se les pedirá a algunas de las preadolescentes cada frase y que alguien más comente sobre lo que se entiende, el coordinador comentará y complementará la información.
- ☞ En plenaria se comentará que importancia tendrá considerar las frases que proporciona la docena mágica.

Actividad

¡Manos arriba!

Materiales:

- Cartulina
- Marcadores
- Diurex

Procedimiento:

- ☞ Explicar que hay muchas cosas diferentes que podemos hacer para sentirnos orgullosos. Proponer a las preadolescentes que sugieran lo que les hace estar orgullosas de sí mismas.
- ☞ Dar a cada preadolescente una cartulina. Que tracen la silueta de sus manos y la corten.
- ☞ Que las preadolescente escriban en cada mano una cosa que pueden hacer bien o una cosa que les hace sentirse orgullosas de sí mismas.
- ☞ Mientras que las preadolescente describen su trabajo a las demás compañeras, pegan con cinta transparente a una pared. Se colocara el título "Manos arriba".

- ☞ Animar a que conforme aprendan cosas o logren nuevas metas añadan otras huellas de manos.

Actividad

Escribe tres palabras

Materiales:

- Hoja con las indicaciones.
- Lápiz

Procedimiento:

- ☞ En forma individual se entregará una copia, que contenga la siguiente información:
 - ✓ *Escribe tres palabras con las que puedas explicar cómo eres:*
 - ✓ *Escribe tres palabras con las que expliques quien eres:*
 - ✓ *Escribe tres palabras con las cuales digas que significa para ti un amigo:*
 - ✓ *Escribe tres palabras con las cuales describas lo que es para ti una situación difícil:*
 - ✓ *Escribe tres palabras que describan lo que es una situación feliz:*
 - ✓ *Escribe tres palabras que describan lo que para ti significa ser maestro:*
 - ✓ *Escribe tres palabras que describan lo que es para ti ser padre:*
 - ✓ *Escribe tres palabras que describan lo que es para ti tu madre:*
 - ✓ *Escribe tres palabras con las cuales describa lo que es para ti la escuela:*
 - ✓ *Escribe tres palabras que describan lo que más te gusta hacer:*
- ☞ En grupos pequeños compartan sus respuestas
- ☞ Después compartirán experiencias con el grupo grande.

Unidad evaluativa, de síntesis e integración

Actividad:

Diplomas

Material

- Copia de evaluación individual (la que se elaboró en el diagnóstico)
- Diplomas
- Música

Procedimiento:

- ☞ Aplicación de la prueba individual
- ☞ Rellenar el diploma para cada preadolescente con su nombre y algo especial de ella.
- ☞ Reunirlos a las preadolescente para una ceremonia de entrega de diploma.
- ☞ En una copa vacía se les entregara un papelito para que anoten por lo que brindan al finalizar el taller, cuando lo anoten deben echarlo en su copa y brindar por todo ello.
- ☞ Poner la música y entregar a una por una de las preadolescentes su diploma

Actividad:

Presentando todo lo bueno de mí

Material

- Trabajos elaborados en el taller

Procedimiento:

- ☞ Se les pedirá a las preadolescente que presenten su trabajo realizados durante el taller para montar una exposición
- ☞ La exposición será preparada, montada y explicada por los participantes del taller.

Actividad:

Conviviendo

Material

- Adornos
- Refrescos
- Botanas
- Grabadora
- CDs

Procedimiento:

- ☞ Previamente planea la organización de la fiesta con las preadolescentes.
- ☞ Se realiza un convivio como clausura del taller.

Actividad:

Evaluándonos

Material

- Copia de evaluación del curso

Procedimiento:

- ☞ Se entrega el cuestionario de evaluación del curso
- ☞ Al finalizar preguntar cómo se sintieron a lo largo del taller y que les gusto y que no, comentar sobre otros aspectos del taller que consideren las participantes importante.

Cuestionario de evaluación

(Material de trabajo)

Instrucciones: responde a las siguientes preguntas lo más sinceramente posible. La finalidad de este cuestionario es evaluar el taller, no tu participación.

1. ¿Qué has descubierto nuevo en ti a través del taller?

2. ¿Qué cosas nuevas aprendiste en el taller?

3. ¿Crees que el taller le dio un nuevo significado a tu vida?

¿Cuál?

4. ¿Ha cambiado tu manera de pensar después del taller? ¿En qué forma?

5. ¿Por qué es importante la autoestima en tu vida?

6. ¿Te gustaría seguir participando en otros talleres de este tipo?

¿Sobre qué temas?

7. ¿Cómo te pareció el curso?

Excelente ___ Bueno ___ Regular ___ Malo ___

8. ¿Qué sugerencias tienes para mejorar el curso?

9. ¿Cómo te pareció la participación del coordinador?

Excelente ___ Bueno ___ Regular ___ Malo ___

10. ¿Qué sugerencias tienes para el instructor?
