



UNIVERSIDAD OPARIN S.C.

CLAVE DE INCORPORACIÓN UNAM 8794
PLAN 25 AÑO 76

TÍTULO: PROPUESTA DE LOS GRUPOS DE AUTOAYUDA, COMO
UNA ESTRATEGIA DEL ORIENTADOR EDUCATIVO, PARA
FOMENTAR EL AUTOESTIMA EN ALUMNOS DE BACHILLERATO
DEL ESTADO DE MEXICO,

T E S I S
PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A :
JORDI DOMINGO BRIZ.

Asesora: Lic. Francisca Sánchez Carmona

MÉXICO

2011



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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



UNIVERSIDAD OPARIN S.C.

CLAVE 8794

AUTORIZACIÓN DE IMPRESIÓN DE TESIS

**DRA. MARGARITA VELÁZQUEZ GUTIÉRREZ
DIRECTORA GENERAL DE INCORPORACIÓN Y
REVALIDACIÓN DE ESTUDIOS
UNAM
PRESENTE**

Me permito informar a usted que la tesis titulada: PROPUESTA DE LOS GRUPOS DE AUTOAYUDA, COMO UNA ESTRATEGIA DEL ORIENTADOR EDUCATIVO, PARA FOMENTAR EL AUTOESTIMA EN ALUMNOS DE BACHILLERATO DEL ESTADO DE MÉXICO.

Elaborada por:

<u>Domingo</u>	<u>Briz</u>	<u>Jordi</u>	<u>978021319</u>
Apellido Paterno	Apellido Materno	Nombre(s)	Núm. Expediente

Alumno de la carrera de Psicología

Reúne los requisitos académicos para su impresión.

Febrero de 2011.

Lic. Francisca Sánchez Carmona
Nombre y firma del
Asesor de la Tesis



Sello de la
institución

Lic. Francisca Sánchez Carmona
Nombre y firma del
Director Técnico de la carrera

AGRADECIMIENTOS

A mis padres Juan Domingo y Soler, Rosa Ma. Briz y Almaraz y a mi hermano Joan Gerard Domingo Briz, quienes siempre han estado ahí para impulsarme y apoyarme en todo momento y a quienes les brindo este esfuerzo reconociéndoles que sin ellos no hubiera alcanzado mis metas.

A mi mujer Dalia Ma. Marrón Garay quien a estado a mi lado durante todo este proceso brindándome su amor, comprensión, tolerancia y apoyo.

A Rodolfo Cabral Delgado maestro y amigo de toda mi vida, a quien le agradezco la importante influencia que ha tenido en mí, su cariño y valioso apoyo a lo largo de este camino.

A Javier Muñoz García de quien tengo el honor que sea uno de mis más grandes amigos, un jefe excepcional que ha confiado en mí, un gran ejemplo a seguir y que sin su apoyo difícilmente hubiese concluido este proyecto.

A mi asesora de tesis, la Profesora Francisca Sánchez Carmona por su paciencia y dedicación así como por ser un excelente mentor.

Patricia Alvarado Feliciano y Miguel Santiago Vidal por brindarme su valioso apoyo incondicional y amistad.

A mi Universidad Oparin S.C. por ofrecerme una excelente formación académica y todas las herramientas necesarias para mi desarrollo profesional.

ÍNDICE

Introducción.....	05
Capítulo I. Adolescencia.....	08
1.1 Desarrollo biológico en la adolescencia.....	10
1.2 Desarrollo psicológico y personalidad en la adolescencia.....	14
1.3 Necesidades en la niñez que influyen en la adolescencia.....	27
Capítulo II. Familia.....	37
2.1 Tipos de familia.....	39
2.2 Características de la familia funcional y disfuncional.....	42
2.3 Roles de una familia disfuncional.....	56
2.4 Influencia familiar en el adolescente.....	60
Capítulo III. Autoestima.....	65
3.1 Características de la autoestima.....	70
3.2 Desarrollo de la autoestima.....	82
Capítulo IV. Orientación.....	88
4.1 Definición de orientación.....	90
4.2 Origen de la orientación en México.....	94
4.3 Papel del orientador educativo.....	101
4.4 Objetivos de la orientación educativa.....	105
4.5 Las funciones del orientador educativo.....	113
Capítulo V. Grupos de Autoayuda.....	124
5.1 Origen histórico de los grupos de autoayuda.....	127
5.2 Como funcionan los grupos de autoayuda.....	129
5.3 Alcohólicos Anónimos el inicio de los grupos de autoayuda.....	142

5.4 Los profesionales y los Grupos de autoayuda.....	147
Capítulo VI. Propuesta.....	154
Conclusiones.....	183
Bibliografía.....	191

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación, muestra la importancia de los Grupos de Crecimiento y Desarrollo dentro de las instituciones académicas a nivel bachillerato, como es el caso de Centro de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de México (CECYTEM), plantel Coacalco, en el cual se pondrá en marcha esta investigación como una herramienta más de la Orientación Educativa, para brindar información a los alumnos, que presenten alguna problemática o en dado caso cuando ellos mismos se acerquen, para que se les brinde un apoyo y asesoramiento necesario a su problemática.

En esta investigación se abordan temas como adolescencia, familia, autoestima, orientación y grupos de autoayuda.

En el primer capítulo se exhibe a la adolescencia, como tema de interés para explorar las necesidades y riesgos que se presentan en esta etapa, ya que dentro de la adolescencia, hay cambios que se presentan consecutivamente y si no se llevan con el apoyo tanto de los padres y con algún orientador que se encuentre dentro de la escuela, y esté pendiente de las necesidades que el adolescente presenta en el transcurso de su vida, dándole información sobre esos aspectos y ayudarles a tomar decisiones asertivas. Es así como se crea este proyecto, para que los alumnos del plantel tengan un lugar donde expresarse libremente.

En el segundo capítulo se expone a la familia como un tema necesario de analizar, dado que existen diversos tipos de familias, en la cual la mayoría de jóvenes al entrar a la etapa de la adolescencia, presentan conflictos con los integrantes, ya sean con los mismos padres, hermanos, etc., por eso se investigan los diversos tipos, que existen y el rol que juegan dentro de ellas los adolescentes, cuál es su comportamiento, y como a su vez, la familia influye en la problemática que presenten, así como sus riesgos y prevenciones.

En el tercer capítulo se ve un tema de suma importancia para el adolescente: la autoestima. Ésta constituye la parte fundamental de su desarrollo como persona y

en su vida profesional, ya que de ella depende su confianza y seguridad para convivir con otras personas; pero sobre todo, el cómo se valora a sí mismo, sin importar lo que digan las demás personas de él; por eso es que se trata de integrar esta pieza clave en su desarrollo; y por supuesto, dentro de los Grupos de Crecimiento y Desarrollo.

Para lo cual, el cuarto capítulo se enfoca a la orientación y el proceso que se lleva dentro de las instituciones educativas, así como su funcionalidad y el papel que lleva el orientador dentro de las mismas, y de igual manera, la historia de la Orientación Educativa en México y el proceso que ha llevado a lo largo de estas últimas décadas. De todo esto se desprende que los Grupos de Autoayuda serán una herramienta más para el orientado, y para el proceso de formación de los alumnos, como se verá en los capítulos I y III de adolescencia y autoestima respectivamente. De esta forma se abren nuevos caminos para la Orientación Educativa, que si bien forma parte de las instituciones, se ha dejado a un lado su importancia, como parte del desarrollo de los alumnos. Por eso este capítulo forma parte de esta investigación.

En el quinto capítulo se verá la base de esta investigación, que son los Grupos de Autoayuda, que si bien al principio de su historia inician como parte fundamental de los Grupos de Alcohólicos Anónimos, no quiere decir que los Grupos de Autoayuda estén enfocados sólo a las personas que tienen problemas de alcoholismo, sino que son Grupos dedicados a escuchar y atender problemas diversos, como depresión, ansiedad, drogadicción, bulimia, anorexia, etc. Por eso la importancia de este capítulo en enfocar a estos Grupos de Autoayuda, en conjunto de otras técnicas psicológicas y educativas, a los adolescentes, que como se menciona en el primer capítulo, pasan por una etapa de confusiones y problemáticas, generadas por ambientes nocivos, que truncan su sano desarrollo emocional y de ello se derivan problemas, dentro de las instituciones; como un bajo rendimiento escolar o deserción de la misma.

Y como último, se encuentra la Propuesta, que abarca las ideas que se tienen para los Grupos de Crecimiento y Desarrollo dentro de la institución a modo que el

Orientador pase a formar parte de ellos, como un guía dentro de los Grupos, y a su vez, el beneficio hacia los alumnos de bachillerato; quienes pasan por la etapa de la adolescencia, donde surgen tantos cambios que no saben cómo afrontar, y necesitan de un Guía que les brinde confianza y seguridad, por eso se hace la propuesta de integrar los Grupos de Autoayuda, como una herramienta más al Orientador.

Como parte final de esta investigación se encuentra la Conclusión, en donde se mencionan los beneficios que se generaran con la implementación de los Grupos de Crecimiento y Desarrollo, dentro de la institución escolar; así como la participación que tienen los Orientadores al manejar estos Grupos; de igual manera se habla de la participación de los docentes, quienes se encargan de ver y analizar desde otra perspectiva, la problemática que presenten los alumnos y la forma de canalizarlos a los Grupos de Crecimiento y Desarrollo con su debido consentimiento, en los cuales se les brindará el apoyo y las herramientas necesarias, para la solución de la problemática que presenten.

De esta manera, se concluye con esta investigación acerca de los Grupos de Crecimiento y Desarrollo dentro de las Instituciones Escolares.

Capítulo I

ADOLESCENCIA

Capítulo I

ADOLESCENCIA

La adolescencia es esencialmente una época de cambios. Trae consigo enormes variaciones físicas y emocionales, que tienen como fin, transformar al niño en adulto. En la adolescencia se define la personalidad, se construye la independencia y se fortalecen la autoafirmación y la autoestima. La persona joven rompe con la seguridad de lo infantil, corta con sus comportamientos y valores de la niñez y comienza a construirse un mundo nuevo y propio. Para lograr esto, el adolescente todavía necesita apoyo: de la familia, la escuela y la sociedad, ya que la adolescencia sigue siendo una fase de aprendizaje. Desde su nacimiento, el individuo se socializa, adquiriendo rasgos singulares que progresivamente formarán su personalidad adulta. En este proceso de incorporación, aprendizaje de normas sociales, culturales, políticas y económicas, se desarrolla su jerarquía de valores, de acuerdo con la forma en que se presenta su realidad (Compayré, G., 1910)

Los papeles y posiciones en la vida social, política y económica que desempeña el individuo como adulto, son un resultado de las influencias educacionales y afectivas, recibidas en su relación inmediata con la familia y la escuela, durante la niñez y adolescencia; éstas deben cubrir sus necesidades básicas para el desarrollo emocional y fortalecer su autoestima, la cual es determinante, para convertirlo en un adulto funcional y capaz de llevar una vida asertiva, que le permita lograr su realización como ser humano. Los aspectos socioculturales adquieren primero su representación en los padres y los maestros, después en los grupos sociales con los cuales tiene contacto. Cuando surgen necesidades y expectativas personales, el individuo actúa de manera característica, expresando su personalidad; ésta contiene una ideología, un conjunto de expectativas socioeconómicas, socioculturales y una posición ante el aprendizaje y las relaciones afectivas cotidianas.

Es claro que la estructura sociocultural del país se encuentra en un estado crítico para la juventud actual, en la que se manifiestan diversos problemas psicosociales, como son: la falta de información veraz, la desintegración familiar o la nociva influencia de familias disfuncionales, que traen como consecuencias: el aumento en los casos de alcoholismo, drogadicción, dependencias emocionales, embarazos prematuros, delincuencia, vandalismo y deserción académica, entre otras. Y ante las cuales, no se han tomado aún las medidas pertinentes por parte de las instituciones, para atender este tipo de situaciones, dándoles el seguimiento necesario y la formalidad adecuada, para ayudar al adolescente a superar todos estos obstáculos que le impiden lograr una vida mejor. Es por esto que en este trabajo se pretende dar una radiografía (panorama) de los cambios y procesos biológicos, psíquicos y sociales por los que atraviesa el adolescente, denotando además, como influyen la familia y los grupos externos en estos procesos, para que partiendo de un contexto claro y entendiendo mejor las necesidades específicas que se deben de atender a través de la intervención, pueda el orientador coadyuvar en el desarrollo óptimo de los jóvenes. Para ello es necesario que fortalezca su autoestima y les oriente a tomar decisiones asertivas, que contrarresten, las consecuencias de su interacción con una familia disfuncional o la influencia de grupos sociales insanos y nocivos, que pueden marcar el resto de su vida, al hacerlo caer en situaciones problemáticas, como las anteriormente mencionadas.

1.1. Desarrollo biológico en la adolescencia

La palabra adolescencia viene del latín *adolescere*, que significa “crecer” o “madurar” (Muuss, 1962). En la actualidad adolescencia se refiere a un periodo de la vida comprendido entre la infancia y la edad adulta que va aproximadamente de los 13 a los 19 años, retomando lo que menciona Muuss, adolescencia es, “crecer”.

La pubertad hace referencia al fenómeno físico que acontece en la segunda década del ciclo vital y transforma el cuerpo infantil en adulto, hasta alcanzar la maduración física y sexual (Peñacoba C.; Álvarez E.; Lázaro L. 2006).

Por otra parte, la adolescencia es el periodo psicosociológico de transición entre la infancia y la edad adulta. El inicio y el fin de este periodo es difícil de determinar pero, podrían establecerse tres etapas:

- Adolescencia temprana: 11-14 años
- Adolescencia media: 15-17 años
- Adolescencia tardía: 18-21 años

Si bien se puede afirmar que la pubertad es un fenómeno biológico universal, al hablar de adolescencia se debe considerar que no adopta en todas las culturas el mismo patrón, y por tanto, no se le puede otorgar a esta etapa un carácter universal.

Durante el período comprendido entre los 10 y los 19 años el cuerpo del adolescente sufre grandes cambios que llevan a la fase adulta. Estos cambios no son tan sólo físicos, sino también hormonales, psicológicos y emocionales y el acoplarse no es sencillo.

No es fácil para el adolescente verse en el espejo y notar que ya no es el mismo; acostumbrarse a tener un cuerpo diferente al que tenía antes y todavía estar cambiando consecutivamente: dolor de huesos, mucho sueño, nariz grande, brazos largos, acné, vello facial, crecimiento de mamas y cadera, con cuidados especiales, que no tenía cuando era un niño entre otros, que se enumerarán más adelante y que influyen de manera importante en el desarrollo emocional, de identidad, psicológico y de autoestima, que repercute en la forma como se percibe el joven en ese momento y en el futuro de adulto. Es por eso que en ese proceso sí necesita de orientación que le explique con información veraz, sin juicios, ni tabúes, todo lo concerniente a la etapa que está atravesando y fortalezca esas necesidades emocionales o afectivas que debieron ser proveídas en la niñez y durante la adolescencia, porque cuando estas son atendidas debidamente, les facilita y ayuda a los adolescentes a trascender este tipo de cambios, para alcanzar una edad adulta más plena y si no fue así, concientizarlos para ayudarles a entender y atender dichas necesidades, así como concientizar a los padres, de las mismas y la importancia que tienen, para fortalecer la personalidad y la autoestima de sus hijos.

La adolescencia es un fenómeno biológico con una serie de cambios característicos (Papalia D. E.; Wendkos S.; Duskin R. 2005). La primera adolescencia es caracterizada por la pubertad, ya que es el largo proceso biológico que transforma al niño inmaduro, en una persona madura sexualmente.

La pubertad se considera como una serie de acontecimientos vinculados entre sí, que reflejan un grupo de procesos interrelacionados. Los adolescentes evolucionan con estos acontecimientos a ritmos distintos.

Puesto que la pubertad se caracteriza por un crecimiento no uniforme, en algún momento de maduración algunas partes del cuerpo pueden ser desproporcionadamente grandes o pequeñas. Los adolescentes a veces se quejan de que sus manos y pies son demasiados grandes. A medida que continúa el crecimiento, las proporciones del cuerpo suelen ser más armoniosas.

A continuación, basado en los datos obtenidos (Petersen y Taylor., 1980) se retoman las edades promedio en las que tienen lugar los principales cambios físicos que influyen en la pubertad.

TABLA 1. Características físicas producidas en las adolescentes

EDAD	CAMBIO FÍSICO
9 años	Los ovarios aumentan la producción de estrógenos y progesterona
9 años y medio	Los órganos sexuales internos empiezan a aumentar de tamaño
10 años	Brote del pecho
11 años	Comienza a aparecer el vello púbico
11 años y medio	Se inicia el aumento de peso
12 años	Punto máximo del estirón en estatura
12 años y medio	Máximo crecimiento de músculos y órganos
12 años y medio	Ensanchamiento de caderas
12 años y medio	Menarquía
13 años	Aumenta la proporción de grasa corporal
15 años	Distribución final del vello Púbico
16 años	Desarrollo completo del pecho

Tabla 1. Esta primera tabla se muestra las características físicas producidas en las adolescentes (Petersen y Taylor., 1980)

TABLA 2. Características físicas de los adolescentes varones

EDAD	CAMBIOS FÍSICOS
10 años	Los testículos aumentan la producción de testosterona
11 años	Los testículos y el escroto aumenta de tamaño
12 años	Empieza a surgir el vello púbico
12 años y medio	Comienza el crecimiento del pene
13 años	Tiene lugar la primera eyaculación
14 años	Punto álgido de estirón en estatura
14 años y medio	Gran crecimiento de músculos y órganos
15 años	Cambio de voz en un tono más bajo
15 años	Aparece el acné
16 años	Comienza acrecer la barba
18 años	Distribución definitiva del vello púbico

Tabla 2. La segunda tabla se muestra las características físicas de los adolescentes varones (Petersen y Taylor., 1980)

Como ya se ha mencionado, los cambios físicos de la pubertad coexisten en el tiempo, con los cambios propios del desarrollo psicosocial del adolescente. Además existen reacciones a los cambios físicos, dependiendo su magnitud, de las sensaciones experimentadas por cada adolescente, ya que los cambios físicos poseen un efecto significativo en cómo estos se sienten acerca de sí mismos. La forma en que ven su cuerpo de adultos, tanto si es con orgullo, placer, incomodidad o vergüenza, depende en gran medida del contexto psicosocial en el que tiene lugar su pubertad.

Por lo tanto, las reacciones de los adolescentes a la pubertad dependen mucho de los patrones de pensamiento y sentimientos sobre la sexualidad que han tenido durante la niñez, de la reacción de sus padres y compañeros a su cambio de apariencia y las reglas de su cultura; tanto la de su grupo local, como la del resto de la sociedad.

El género también influye sustancialmente, en la reacción de los jóvenes a los cambios físicos. Cada cultura define un tipo de cuerpo en particular, como atractivo y sexualmente apropiado para cada sexo. Los jóvenes aprenden las características de su cuerpo ideal, de los compañeros, de las expectativas de la familia y de las imágenes que ven en la televisión, las películas y las revistas.

El momento en el que llega la pubertad afecta a los sentimientos de ambos sexos sobre sus cuerpos, pero de forma distinta. Los jóvenes que maduran antes

que sus compañeros, suelen estar más satisfechos con sus cuerpos, quizá porque son más altos y musculosos que los demás, durante la primera etapa de la adolescencia. Las reacciones de las jóvenes parecen estar influenciadas por el ideal cultural de estar delgada. Entre las jóvenes, el status dentro del grupo de amigas es más favorable para las que maduran tarde. Estas suelen ser más populares, muy sociables y se convierten en líderes. Por lo contrario las que maduran pronto no gozan de tan buena fama y son más inseguras que las otras.

Por lo tanto, es evidente que los cambios físicos que experimenta el adolescente influyen directamente en su desarrollo emocional y de la autoestima; por ello es necesario que exista una figura que le ayude, a entender y asimilar estos cambios, para que no le afecten en su autoaceptación y sí fortaleciendo las necesidades básicas para su desarrollo emocional.

1.2 Desarrollo psicológico y personalidad en la adolescencia

Durante la adolescencia se alcanza un nivel más complejo de pensamiento, que permite elaborar razonamientos más rigurosos (Feldman R. S. 2007) aunque no por ello libre de sesgos, en base al conocimiento previo. La adolescencia se caracteriza, en este sentido, por el logro del pensamiento formal, que es cuando se desarrolla el pensamiento abstracto. Dentro de esta etapa de la adolescencia, se van desarrollando otros puntos que influyen en el joven, como el desarrollo social, en el cual manifiestan su autoestima y su razonamiento para enfrentar nuevos retos; pero esto se explica más adelante.

Retomando el pensamiento formal, los autores Inhelder y Piaget, (1955) definen que éste es el pensamiento universal que refleja el máximo desarrollo intelectual y que es alcanzado en torno a los 15-20 años. Este pensamiento es uniforme y homogéneo, de forma que permite acceder de manera simultánea a toda la información. Les da una nueva y más flexible forma de manipular la información. Al no estar ya limitados al aquí y ahora, pueden entender el tiempo histórico y el espacio extraterrestre. Además, pueden usar símbolos para símbolos (por ejemplo, hacer que X represente un número desconocido) y por ende pueden aprender álgebra y

cálculo. También aprecian mejor la metáfora y la alegoría y de esta forma encuentran significados más ricos en la literatura. Pueden pensar en términos de lo que podría ser y no sólo de lo que es. También son capaces de imaginar posibilidades y formar y comprobar hipótesis.

Las personas en la etapa de las operaciones formales, pueden integrar lo que han aprendido en el pasado, con los desafíos del presente y hacer planes para el futuro. En esta etapa, el pensamiento tiene una flexibilidad que no era posible en la etapa de las operaciones concretas. La habilidad para pensar de manera abstracta también tiene implicaciones emocionales. Antes, un niño podía amar a un padre u odiar a un compañero. Ahora, el adolescente puede amar la libertad u odiar la explotación. Lo posible y lo ideal cautivan la mente y el sentimiento". (H. Ginsburg y Oppen, 1979). Marcia, (1979, 2002) mencionó que estas categorías no son permanentes, porque pueden cambiar a medida que la gente sigue desarrollándose.

De acuerdo con el desarrollo psicológico, el pensamiento va adquiriendo una etapa más compleja y se va relacionando con el desarrollo cognitivo, el cual influye y se ve reflejado en la personalidad.

Como ya se ha descrito, la adolescencia es una etapa de cambios, tanto a nivel físico como social y cognitivo, y todos esos cambios influyen en la personalidad (Peñacoba C.; Álvarez E.; Lázaro L. 2006). En concreto, estos cambios afectan especialmente al autoconcepto, la autoestima, el desarrollo moral y la consolidación de la identidad, pero todo esto no se forma de la noche a la mañana todo lleva un proceso y un tiempo no determinado, ya que desde la niñez se marcan características que influirán en el futuro de la autoestima e identidad del adolescente.

La mayoría de los expertos creen que la idea de que los adolescentes son regidos por las "hormonas descontroladas" es una exageración. No obstante, esta es una edad llena de cambios rápidos en su estado emocional, el mal genio y una gran necesidad por la privacidad, así como la tendencia a ser temperamentales. Los niños pequeños no pueden pensar en el futuro demasiado, pero los adolescentes sí

pueden y suelen hacerlo con frecuencia; lo que resulta es que se preocupen por el futuro. Algunos podrían preocuparse excesivamente de:

- Su rendimiento en la escuela.
- Su apariencia, su desarrollo físico y su popularidad.
- La posibilidad de que uno de sus padres fallezca.
- Ser hostigados en la escuela.
- La violencia escolar
- No tener amigos.
- Las drogas y el alcohol.
- Hambre y pobreza en el país.
- Fracaso en obtener empleo.
- El divorcio de sus padres.
- La muerte

Muchos adolescentes son un poco cohibidos. Y dado que los cambios físicos y emocionales son drásticos, también suelen ser muy sensibles sobre sí mismos. Quizás se preocupen por algunas cualidades personales o "defectos" que para ellos son algo muy importante, pero que para otros son inconsecuentes. Un adolescente también puede estar bastante absorto en sí mismo. Puede creer que él es la única persona en el mundo que siente como siente él, o que tiene las mismas experiencias, o que es tan especial que nadie más, especialmente su familia, lo puede comprender. Esta creencia puede contribuir a los sentimientos de soledad y aislamiento. Además, el enfoque en sí mismo puede afectar la manera en que el adolescente se relaciona con familiares y amigos.

Las emociones del adolescente a veces parecen exageradas. Sus acciones son inconsistentes. Es normal que los adolescentes cambien repentinamente de estado emocional, entre la felicidad y la tristeza, entre sentirse inteligentes o estúpidos. De hecho, algunos expertos consideran que la adolescencia es como una segunda niñez temprana. De momento quieren que se les trate y les cuide como a un niño pequeño. Pero cinco minutos más tarde quieren que los adultos se alejen de ellos. Puede ser beneficioso si alguien les ayuda a comprender que están atravesando una etapa con muchos y grandes cambios y la problemática que esto implica.

Además de los cambios emocionales que ellos sienten, los adolescentes exploran varias formas de expresar sus emociones. Por ejemplo, un joven que anteriormente saludaba a sus amigos y visitas con abrazos afectuosos, puede de repente cambiar a un adolescente que saluda con el más leve reconocimiento. Similarmente, los abrazos y besos que antes expresaban su amor por sus padres ahora se convierten en un alejamiento. Es importante recordar que estos son cambios a las formas en que ellos expresan sus sentimientos, y no cambios a los sentimientos en sí por sus amigos, sus padres y otros familiares.

Pero se debe estar pendiente por señas de cambios emocionales excesivos o por períodos de tristeza de larga duración. Estas señales pueden indicar problemas emocionales severos.

Dichos cambios tanto físicos como emocionales provocarán dudas, incertidumbre, e incluso crisis que el adolescente irá resolviendo hasta entrar en la edad adulta, etapa de mayor estabilidad; pero no necesariamente, ausente de cambios.

En la adolescencia temprana, el autoconcepto se basa fundamentalmente en características corporales, en el aspecto físico y en el propio pensamiento. Posteriormente, en la adolescencia tardía, las referencias a la apariencia física disminuyen y adquieren protagonismo las alusiones a valores, creencias, convicciones morales, aspiraciones, etc. Todo ello, determinado en gran medida, por las relaciones sociales y los vínculos personales que se tienen en el momento.

En una primera etapa, el adolescente no es capaz de relacionar los distintos componentes del autoconcepto, pero al alcanzar la adolescencia tardía, ya será capaz de establecer relaciones y tomará conciencia de las contradicciones entre los distintos "yo", lo cual, conllevará malestar y explicará los frecuentes comportamientos incoherentes de esta etapa.

La autoestima también adquiere nuevas dimensiones durante la adolescencia, cobrando relevancia los aspectos relacionados con la orientación profesional, el atractivo físico y las relaciones sexuales.

El nivel de autoestima global alcanzado en esta etapa está determinado tanto por las competencias logradas, como por la importancia que se atribuya al logro de cada una de ellas.

En general, se puede decir que el nivel de autoestima desciende durante la adolescencia debido fundamentalmente a la insatisfacción que, inicialmente, provocan los cambios físicos, a los cambios en el contexto educativo (pasando de bachillerato a universidad), y al inicio de las relaciones de pareja (la búsqueda de pareja constituye en estos momentos una fuente de estrés).

Una de las tareas esenciales de la adolescencia es la formación de la identidad, ya que es, un sentido coherente de individualidad formando a raíz de la personalidad y circunstancias del adolescente. Según Erikson (1980) la identidad del adolescente se desarrolla en el silencio con el paso del tiempo, mientras muchas pequeñas partes del “yo” se unen de forma organizada. Estos elementos pueden incluir aspectos innatos de la personalidad, rasgos desarrollados de la misma, como la pasividad, la agresividad y la sensualidad; talentos y habilidades; identificación con modelos, ya sean paternos, de los compañeros o de personajes culturales. Si bien la identidad personal comienza a forjarse desde la infancia y sufre variaciones a lo largo de todo el ciclo vital, es en la adolescencia donde presenta un momento crítico.

El gran reto que debe asumir el adolescente antes de entrar en la edad adulta es lograr alcanzar una identidad sólida y coherente.

Esta identidad, de carácter individual, que integra los diversos aspectos del “yo”. Se establece en el contexto social, a partir de las relaciones interpersonales y del rol que desempeña la persona en cada situación, en función de la interpretación de los valores, las normas y compromisos del grupo. De ahí, que la presión del ambiente pueda limitar la capacidad de decisión y provocar confusión y alienación.

James Marcia (1966), a partir de la teoría de Erikson (1968), identificó cuatro estados de identidad partiendo de la presencia o ausencia de un periodo de conflicto, en el que se analizan las distintas alternativas, al tiempo que se decide sobre ellas (crisis) y del grado de adhesión a una ideología u ocupación (compromiso).

Estos estados son:

- Difusión de identidad: El adolescente no ha vivido todavía periodos de crisis ni ha creado compromisos con alguna vocación o creencia.
- Aceptación sin raciocinio o exclusión: Existe un compromiso con una ideología y unas metas elegidas por otras personas sin haber sufrido crisis.
- Moratoria: La persona está inmersa en un estado de crisis en el que evalúa las distintas opciones ideológicas y ocupacionales, sin llegar a establecer compromisos firmes con ninguna de ellas.
- Logro de identidad: La crisis ha sido superada de forma autónoma, tras una fase de toma de decisiones en la que se han establecido compromisos ideológicos y vocacionales.

Una vez lograda la identidad, la persona tendrá una autopercepción más real que le facilitará las relaciones interpersonales, y por tanto, le permitirá una mayor adaptación al entorno social.

Otro aspecto de la formación de la identidad es el proceso de individualización. A medida que los adolescentes construyen, se separan emocionalmente de sus padres y transfieren parte de su afecto a los compañeros. Los que fracasan en esto y siguen siendo dependientes emocionalmente de sus progenitores, tienen identidades de compromiso. Otros pueden estar despegados de sus padres, pero fracasan en tener confianza en sí mismos y en ser autónomos. Puesto que emocionalmente no son independientes, confían demasiado en sus compañeros. Cuando sucede esto, la distancia emocional va acompañada de un bajo rendimiento escolar, experiencias sexuales prematuras y el consumo de drogas.

Idealmente el adolescente no ha de estar completamente involucrado en la familia, ni totalmente desvinculado; ha de encontrar un equilibrio entre las dos

posturas y hacerse un individuo. El adolescente individualizado todavía está apegado a los padres, pero no depende de ellos, es receptivo a sus necesidades y deseos, pero autónomo (Feldman, R. S. 2007).

Otro de los puntos importantes a identificar es el desarrollo moral, que surge en la etapa temprana del adolescente y va muy ligado a su identidad. Durante esta etapa, los juicios morales se basan en las expectativas del grupo social, dado que se busca la aprobación de los otros, siguiendo las reglas socialmente impuestas. Al entrar en la adolescencia tardía, los juicios se elaboran por encima de las normas sociales impuestas.

Estos cambios en el desarrollo moral hacen de la adolescencia una etapa ambivalente, dado que, en algunos jóvenes, se incrementan tanto los comportamientos de carácter delictivo como los comportamientos de carácter prosocial, que para efectos de este trabajo, es hacia donde se pretende guiar a los adolescentes; porque es claro que la decisión que tomen con respecto al comportamiento, dependerá de la influencia que reciban durante esta etapa. Por eso se pretende que se le pueda ofrecer al adolescente una influencia sana, propositiva y liberadora, donde también sea de su interés, encontrarse con iguales y a través del compartimiento de sus inquietudes e intereses, motivarlo a estas conductas proactivas y prosociales, que permitan inclinar la balanza de este lado.

Es importante mencionar, que en ciertos sentidos el pensamiento de los adolescentes resulta extrañamente inmaduro; a la vez que quieren tomar sus propias decisiones, al mismo tiempo exigen la ayuda de los padres, por lo que resulta un pensamiento incongruente. Pueden ser groseros con los adultos, tener problemas para decidir qué ponerse cada día y a menudo actúan como si el mundo entero girara a su alrededor, pero todo esto sigue siendo un proceso, dentro de la personalidad del adolescente.

De acuerdo con el psicólogo Elkind (1984, 1998), dicha conducta surge de las aventuras inexpertas de los adolescentes en el pensamiento de las operaciones formales. Esta nueva forma de pensamiento, que fundamentalmente transforma la

manera en qué se miran a sí mismos y al mundo, pues resulta tan poco familiar como la nueva forma de su cuerpo, y en ocasiones, se sienten igual de torpes en su uso. A medida que prueban sus nuevos poderes, en ocasiones pueden tropezar como un bebé que aprende a caminar.

Según Elkind, esta inmadurez del pensamiento se manifiesta al menos de cinco formas características:

1. Idealismo y carácter crítico. A medida que los adolescentes prevén un mundo ideal, se dan cuenta de lo lejos que está de serlo el mundo real, del cual hacen responsables a los adultos. Se vuelven sumamente conscientes de la hipocresía y con su razonamiento verbal agudizado, disfrutan de revistas y animadores que atacan alas figuras públicas con sátira y parodia. Están convencidos de que saben mejor que los adultos cómo funciona el mundo y con frecuencia encuentran defectos en sus padres.
2. Tendencia a discutir. Los adolescentes buscan constantemente la oportunidad de probar y demostrar sus nuevas habilidades de razonamiento formal. A menudo discuten conforme reúnen argumentos en cierta lógica para construir un caso como por ejemplo, llegar tarde.
3. Indecisión. Los adolescentes pueden mantener en la mente muchas alternativas al mismo tiempo, pero debido a su inexperiencia, carecen de estrategias efectivas para elegir entre ellas. De esta forma pueden tener problemas para decidir algo tan simple como qué llevar.

Hipocresía aparente: Los jóvenes adolescentes a menudo no reconocen la diferencia entre la expresión de un ideal y los sacrificios que es necesario hacer para estar a la altura del mismo. En un ejemplo presentado por Elkind (1998), algunos adolescentes preocupados por el bienestar animal se manifestaron en frente de una tienda de productos de piel, pero esperaron hasta un cálido día de primavera para hacerlo, evitando así el tener que estar en la calle con abrigo

durante el invierno. Para un observador adulto esta conducta resulta hipócrita, pero en realidad, esos jóvenes serios no advierten la conexión entre su conducta y el ideal que defienden.

Autoconciencia: Los adolescentes ahora pueden razonar acerca del pensamiento, el suyo y el de otras personas. Sin embargo, en su preocupación por su propio estado mental, los adolescentes a menudo suponen que todos los demás están pensando en lo mismo que ellos piensan. Una adolescente puede sentirse mortificada si lleva "la ropa equivocada" para una fiesta, pensando que todos los demás deben estar mirándola con recelo. Elkind se refiere a esta autoconciencia como la audiencia imaginaria, es decir, un "observador" conceptualizado que está tan preocupado por los pensamientos y conductas del joven como él mismo. Elkind dice que la audiencia imaginaria es especialmente fuerte, al inicio de la adolescencia; pero que persiste en menor grado en la vida adulta. Por ejemplo, puede emerger cuando una persona deja caer un tenedor en el piso de un restaurante e imagina que todos la están mirando.

4. Suposición de ser especial e invulnerable: Elkind usa el término fábula personal, para denotar la creencia de los adolescentes de que son especiales, que su experiencia es única y que no están sujetos a las reglas que gobiernan al resto del mundo ("Otras personas se envician al tomar drogas, yo no", o "Nadie ha estado nunca tan profundamente enamorado como yo"). De acuerdo con Elkind, esta forma especial de egocentrismo subyace en buena parte de la conducta de riesgo y a la auto-destructiva. Al igual que la audiencia imaginaria, la fábula personal continúa en la edad adulta. Sin dicha creencia, las personas se convertirían en ermitaños, protegiéndose constantemente de los peligros reales de la vida contemporánea.

Dentro de los anteriores puntos mencionados, los conceptos de la audiencia imaginaria y la fábula personal han recibido amplia aceptación, pero es muy escasa la investigación independiente, que respalde su validez, como marcas distintivas de

la adolescencia. En algunos estudios sobre la fábula personal, los adolescentes mostraron mayor probabilidad que los universitarios o adultos de considerarse vulnerables a ciertos riesgos, como problemas con el alcohol y otras drogas, en lugar de menor probabilidad, como podría predecir la fábula personal (Quadrel, Fischhoff y Davis, 1993). Más que ser características universales del desarrollo cognoscitivo de los adolescentes, se ha sugerido que la audiencia imaginaria y la fábula personal pueden estar relacionadas con experiencias sociales específicas. Dentro de estas experiencias en los adolescentes, se pretende motivar a los jóvenes dentro de los grupos de autoayuda, para que adquieran conocimientos para su formación como personas autónomas.

Además, dado que esos conceptos surgieron de las observaciones clínicas de Elkind, pueden ser más características de los jóvenes que están experimentando dificultades de ajuste (Vartanian y Powlishta, 1996), todo esto va envolviendo al adolescente y va formando su propia personalidad, pero mientras la va desarrollando, tiene que pasar por ciertos puntos que el adolescente no entiende ni comprende, aunque tenga un pensamiento desarrollado. Uno de los puntos que se menciona al principio es el desarrollo social, durante esta etapa, los adolescentes muestran conductas muy estereotipadas y son pocos los que desarrollan comportamientos andróginos. Sin embargo, los jóvenes andróginos manifiestan una alta autoestima y un estatus de identidad avanzado (Dusek, 1996).

Los principales cambios en el desarrollo social, afectan las relaciones familiares y con iguales.

Así, las relaciones entre padres e hijos fluctúan con la llegada de la adolescencia, por los frecuentes conflictos desencadenados por la vestimenta, las relaciones de pareja, el reparto de tareas domésticas, las amistades, los estudios, etc. En opinión de Smetana (1989- 2005), el adolescente suele considerar todos estos aspectos como privados y cree que sus padres no deben opinar, ni establecer reglas sobre ello.

Otro de los motivos por los que la relación varía, es por el cambio de imagen que los hijos tienen sobre sus padres. En este periodo evolutivo, el adolescente tiene

una opinión más crítica sobre los padres, reconociendo sus virtudes y defectos, al tiempo que se desecha la imagen idealizada de sabiduría y poder.

Sin duda, estos cambios son también consecuencia de la ampliación de la red social del hijo, y por tanto, de la disminución del tiempo y las actividades que comparten padres e hijos.

Aparte de la crítica que los adolescentes ejercen hacia sus propios padres, existen las relaciones sociales prototípicas, la cuales son aquellas que se establecen con el grupo de amigos (Peñacoba C.; Álvarez E.; Lázaro L. 2006). A pesar de que las relaciones e influencias de padres y amigos son complementarias y necesarias, pues cada uno aporta algo especial, conforme pierden protagonismo las relaciones con los padres, adquieren mayor fuerza las relaciones con iguales. En el adolescente, la vida social pasa a centrarse en sus amigos y su relación con ellos se hará más intensa y estable. Sin embargo, la presencia que el grupo ejerce sobre el joven no es siempre positiva, por lo que pueden llegar a desencadenarse comportamientos antisociales.

La amistad durante la adolescencia se caracteriza por la reciprocidad (se ofrece y se busca apoyo emocional e instrumental) y por la búsqueda de intimidad (se comparten sentimientos, preocupaciones, ilusiones, información, expectativas, etc.). En base a esta característica se formarán los grupos de autoayuda, que más adelante se explicarán en la propuesta con mayores detalles, para contrarrestar aquellos grupos sociales nocivos, brindándoles lo mismo que buscan, como: libertad de expresar sus ideas, sentimientos, preocupaciones y experiencias; así como sus inquietudes; pero ofreciéndoles actividades, directrices sanas y positivas que coadyuven en su desarrollo emocional, del autoestima y como individuos.

Al comienzo de la adolescencia, los amigos forman un grupo compuesto por personas del mismo sexo y con edades similares. Es un grupo cerrado e interactúan a diario. Más adelante, el grupo será integrado por miembros de distinto sexo, donde los chicos suelen ser mayores que las chicas e interaccionan de forma esporádica (fines de semana, vacaciones, etc.), con relaciones menos íntimas. Por

último, al final de la adolescencia, el grupo se desintegra y pasan a establecerse relaciones de pareja o a formarse grupos más pequeños.

Al tratar de establecer una relación de pareja y a su vez, la búsqueda por una nueva familia, llega a un punto esencial en la vida del adolescente, que pone a prueba sus experiencias y sus conocimientos, la cual es la llamada autonomía, que está relacionada con la individualización y es por tanto, parte de los mismo procesos que están implicados en el desarrollo de la identidad.

Uno de ellos es el distanciamiento de los padres. A medida de que los adolescentes se separan emocionalmente de sus padres, disminuye su resistencia a las presiones de los compañeros. Los adolescentes más desapegados y menos dependientes de sus padres, son los más propensos a sucumbir a la presión de los amigos. La autonomía puede seguir un curso distinto de desarrollo en cada en cada uno de los sexos. Entre un grupo de alumnos de bachillerato, a las jóvenes de cualquier edad que se sentían seguras de sí mismas, les resultaba más fácil resistir a la presión de las compañeras. Pero entre los jóvenes no existe relación entre la confianza entre sí mismos y el oponerse a la presión de los amigos. Puede que un joven muy seguro de sí, caiga con la misma facilidad que el otro joven inseguro.

Se dice que por lo general, las jóvenes muestran más autonomía a cualquier edad, en las relaciones con los compañeros que los jóvenes; ya que resisten más la presión (Papalia D. E.; Wendkos S.; Duskin R. 2005).

Arnett (1999) afirma que aunque no todos los adolescentes experimentan estrés y tensión, éstos son más probables durante la adolescencia que en cualquier otra edad (Buelga S.; Lila M. Cava M.J.; y Musitu G. 2004). Para este autor, la adolescencia se convierte en una etapa más difícil que otros periodos vitales, no sólo para el adolescente, sino también para las personas que le rodean. La idea de que la adolescencia es difícil se encuentra íntimamente relacionada con otros aspectos clave; mayores niveles de conflicto con los padres, alteraciones del estado de ánimo y mayor implicación en conductas de riesgo. Además, cada uno de estos elementos tiene diferentes momentos críticos; el conflicto con los padres en la primera

adolescencia, las alteraciones del estado de ánimo en la adolescencia media y las conductas de riesgo en la adolescencia tardía o primera juventud, en los cuales se explica detalladamente cada uno en los siguientes puntos.

- i. Conflicto con los padres. Los adolescentes tienden a ser rebeldes y a resistirse a la autoridad de los adultos. Ya a principios del siglo XX, Hall afirmaba que el incremento del conflicto entre padres e hijos en la adolescencia se debía a la incompatibilidad entre la necesidad de independencia del adolescente y el hecho de que los padres ven en ellos únicamente a unos niños, tratándolos como tales. Al mismo tiempo que el número de conflictos diarios entre padres e hijos adolescentes crece, disminuye la cantidad de tiempo que pasan juntos, así como su percepción de proximidad emocional. Esto hace de la adolescencia un periodo difícil no sólo para los adolescentes, sino también para sus padres. De hecho, los padres tienden a percibir la adolescencia como el estadio más difícil del desarrollo de sus hijos. Evidentemente, existen importantes diferencias individuales, así como muchas relaciones entre padres y adolescentes, donde el conflicto es prácticamente inexistente. Algunas de las variables individuales que se han relacionado con una mayor probabilidad de conflicto paterno-filial, son el ánimo depresivo en el adolescente, el consumo de sustancias y la maduración temprana en las chicas.
- ii. Alteraciones del estado de ánimo (ya mencionadas anteriormente en su desarrollo emocional).
- iii. Conductas de riesgo. Los adolescentes, en comparación con niños y adultos, se implican con más probabilidad en comportamientos temerarios, ilegales y antisociales. Igualmente, es más probable que causen alteraciones del orden social y que, se impliquen en conductas potencialmente perjudiciales para ellos mismos o para la gente que les rodea. En este sentido, a comienzos de siglo XX Hall señalaba que es normal que todos los adolescentes varones sanos atravesasen un periodo de semicriminalidad. Así, la adolescencia y primera juventud son los periodos donde más elevada

es la prevalencia de una variedad de conductas de riesgo, como por ejemplo: conductas delictivas, consumo de sustancias, conducción temeraria y conducta sexual de riesgo. A diferencia del conflicto con los padres y de las alteraciones del estado de ánimo, los mayores índices de conducción de riesgo se dan en la adolescencia tardía y temprana juventud (Arnett, 1999). Evidentemente, la mayor implicación en estas conductas confirma la idea de la adolescencia como un periodo difícil. En este ámbito también es importante reconocer la existencia de diferencias individuales. Algunas de estas diferencias pueden pronosticarse, a partir de la conducta en periodos anteriores a la adolescencia. Los niños con problemas de conducta, son especialmente proclives a implicarse en conductas de riesgo, cuando llegan a la adolescencia. Las diferencias individuales en características tales como, la búsqueda de sensaciones y la impulsividad, también contribuyen a las diferencias individuales en la conducta de riesgo, durante la adolescencia.

Como observa, estos tres aspectos son algunos de los elementos que, al margen de diferencias individuales y culturales, permiten identificar la adolescencia como un periodo crítico.

1.3 Necesidades en la niñez que influyen en la adolescencia

En este apartado se identificará la importancia de las necesidades básicas en la niñez y su influencia en las etapas siguientes del desarrollo.

El desarrollo del niño se da de manera bio-psicosocia. En muchas ocasiones, las problemáticas de los niños y niñas, son manifestaciones conductuales o físicas del mundo que los rodea y en el que están viviendo. En éste se reflejarán a futuro, en la etapa de la adolescencia; también hay otros puntos importantes, tales como la influencia de las necesidades insatisfechas en la niñez para la adolescencia. El cambio esencial en la percepción de las familias, es un reto que la misma realidad social está imponiendo a los profesionales. La base de este cambio, es pasar de definir la familia desde su composición, a definir la familia desde las funciones que

debe cumplir, para garantizar el desarrollo óptimo de los niños y niñas. Son estas funciones las que hace falta cubrir, para garantizar el desarrollo físico, psicológico y social del niño; y las que los profesionales deberán garantizar en su entorno, sea quien sea quien esté dispuesto a cumplir esas funciones.

Y son esas funciones también las que deben servir como referentes técnicos en la formación de los padres y madres, en el apoyo a su proceso de crianza de los niños y niñas. Proporcionarles estrategias para lograr cumplir esas funciones con el mayor nivel de calidad posible debe ser el objetivo prioritario de un programa de educación parental.

Las funciones que debe cumplir el grupo familiar son las siguientes (Minuchin, S., 1998):

- Generación de los modelos vinculares.
- Función socializadora.
- Función normativa.

Las características que definen un vínculo afectivo son la implicación emocional, el compromiso en un proyecto de vida con continuidad, la permanencia en el tiempo y la unicidad de la relación. Los vínculos afectivos, son personas que han constituido relaciones con el niño o niña, en las que han invertido sus propias emociones, que han cultivado durante tiempo y con la que se han comprometido, generando un proyecto común de relación. Este proceso los ha convertido en personas únicas e insustituibles, en referentes de desarrollo para el niño o niña. Cada relación es diferente, con cada persona construyen un mundo de significados distinto. El proceso de construcción de un vínculo afectivo, es un proceso de dos, en el que cada una de las personas aporta, aunque sea un bebé, sus características diferenciales que hacen la relación única e irrepetible, entre otras, las diferencias sexuales y de género.

Respecto a la función socializadora, el psiquismo se construye de forma narrativa, desde las relaciones afectivas que el niño o niña van estableciendo a lo

largo de su vida, a través de las que va integrando los estímulos, los modelos de referencia, incluidos los de género y los esquemas que le van a permitir empezar a desenvolverse y adquirir experiencia. Es como si construyera un relato, en el que los vínculos afectivos que establece van dejando huellas, muchas positivas, otras no tanto. Esas huellas quedan y hacen que el niño o niña afronten la experiencia de una forma determinada. Esta experiencia, a su vez, seguro modificará sus esquemas, sus modelos y su percepción de la vida, pero el modo en que llega a ella, depende de haber tenido o no la base afectiva adecuada. Por eso vincularse a otra persona es un privilegio, porque conlleva la posibilidad de influir en su desarrollo, pero también una responsabilidad, porque la huella que deja en el psiquismo, el modelo que incorpora permanece y si es negativo, obliga a un trabajo terapéutico y personal posterior.

A través de las relaciones que establecen, los adultos que se vinculan, proporcionan a los niños y niñas estrategias sociales de relación: habilidades sociales, capacidades comunicativas, habilidades de escucha y de expresión, asertividad, autoestima etc. que van a configurar su integración social en el entorno. Además definen la red social del niño y una estructura de vida (sus actividades, horarios, escuela...) que a su vez configura el universo de los niños y niñas, al determinar sus posibilidades de relación. Es decir, no sólo los padres y madres deciden con quién se van a poder relacionar sus hijos e hijas, sino que también condicionan el modo en que van a hacerlo, con el modelo de relación afectiva que han vivido con ellos y los roles de género, desde los que se posicionan en el mundo.

La clave es que las madres y los padres difícilmente pueden transmitir aquello de lo que carecen o que no se plantean. De este modo, sus propios modelos de relación, van a condicionar los de sus hijos e hijas. Ayudar a las madres y padres a hacer conscientes estos modelos y proporcionarles posibilidades y estrategias para trabajarlos, es un requisito imprescindible de cualquier programa de orientación familiar y apoyo psico-educativo. Un ejemplo muy claro de este punto son las vivencias de maltrato en la infancia de los adultos. Si esta vivencia ha sido elaborada terapéuticamente, reconocida y verbalizada, se convierte en un factor de protección

para los miembros de su familia, adultos o niños. Si, por el contrario, esta vivencia ha quedado oculta, negada o incluso olvidada, puede ser un factor de riesgo cara a la repetición transgeneracional de los patrones de violencia.

La tercera función clave de las familias es la normativa. El desarrollo de un niño o niña para ser óptimo, necesita unos cauces o referentes que lo guíen. Las normas y los límites lejos de ser, como muchos creen, un derecho de los padres y madres, son un derecho de los hijos e hijas. Los niños y niñas necesitan en su desarrollo, la orientación de los límites a su desarrollo físico, psicológico y social. Es el reconocimiento de los límites lo que permite que un niño de dos años no se caiga de un árbol, que un adolescente aprenda a manejar la frustración del fracaso, o que los niños y niñas no conciban la violencia, como una forma de resolver los conflictos. Hay límites que no se deben cruzar si no se tienen las capacidades evolutivas para afrontar las consecuencias. No sólo es importante lo que un niño o niña haga, sino que lo haga en el momento adecuado. Por ello, las normas son creaciones sociales que garantizan esos límites protectores y la autoridad es un componente no negociable del proceso educativo.

El trabajo sobre la autoridad, por tanto, es esencial para garantizar el desarrollo óptimo de los niños y niñas. Diferenciarla de la violencia, por un lado, y por otro promover la firmeza en las estrategias de autoridad no violentas.

Un punto importante por mencionar, es el de la influencia de las necesidades insatisfechas en la niñez, para la adolescencia; en donde lo contrario a esto, son las circunstancias normales. El niño debe tener satisfechas ciertas necesidades básicas para desarrollarse sanamente (Barnetche M. E.; Barnetche E.M.; Prieto T. 2000), a continuación se mencionan un recuento de las necesidades que consideran indispensables para un buen desarrollo emocional autores como Maslow (1962), Weil (1973), Miller (1983,1984) y Glasser (1985), las cuales deben cubrirse durante la niñez.

Sobrevivencia y seguridad.

El recién nacido requiere tanta atención que necesita alguien que satisfaga las necesidades básicas para su subsistencia; esto, en su mínima expresión, constituye su seguridad.

Contacto con su piel.

Por los estudios de Spitz, Montague y otros, encuentran que los bebés a quienes les falta el contacto con la piel de otro y las caricias, no florecen, ni crecen normalmente, aunque estén bien protegidos y bien alimentados.

Atención.

Principalmente el padre o la madre deben prestarle atención.

Imitación.

Es cuando el padre o la madre responden a lo que el pequeño hace, para que en esa forma, él sienta que lo entienden; así se satisface su necesidad de ser imitado. A veces esto no ocurre, porque los padres mismos son tan indiferentes que usan al niño para satisfacer sus propias necesidades. El bebé percibe al adulto necesitado y lo provee, pero esto da como resultado la negación de las necesidades reales del niño. A medida que crece, aparece el sufrimiento físico, mental y emocional, como precio de no haber recibido lo que él necesitaba.

Guía.

Esta guía puede darse en forma de consejo, asistencia, o cualquier otra ayuda verbal o no verbal que lo vaya encaminando a adquirir las habilidades sociales propias.

Escuchar, participar y aceptar.

El padre, la madre o cualquier figura sustituta, deben tomar seriamente al niño. Deben demostrar su aceptación, respetando, validando y siendo tolerantes con los sentimientos reales del niño. Esto le dará la libertad de ser auténtico y crecer.

Oportunidad de llorar pérdidas.

Por cada pérdida que se sufre, ya sea real o simplemente la amenaza de sufrirla, se tiene la necesidad de ponerse en contacto con la pena y el dolor que la pérdida ocasiona. Esto lleva tiempo; y, cuando se lloran plenamente, crecen y maduran.

Lealtad y confianza.

Empiezan a formarse en el niño a través de la permanencia de un adulto que lo guíe en sus primeros años. Los logros y éxitos personales del niño le irán dando seguridad que es capaz de completar tareas, para mas adelante irles dando significado. En las familias disfuncionales muchos miembros no terminan lo que empiezan porque no tienen práctica en hacerlo sin guía y el apoyo de alguien importante para ellos. Algunos logran mucho en el trabajo, pero tienen dificultad para lograr éxito en relaciones de intimidad.

Diversión.

Se ha descubierto en la actualidad, que se tiene una necesidad biológica innata de alterar periódicamente el estado de conciencia. Lo anterior se efectúa a través de “soñar despierto”, de reír, de practicar algún deporte, de concentrarse en algún proyecto, de dormir y de otras formas de disfrutar y divertirse.

Esto es muy importante para que el niño llene su necesidad natural de ser espontáneo y de jugar. Se ha visto que esto se logra difícilmente en las familias disfuncionales.

■ Sexualidad.

Este punto se refiere al sentirse bien siendo hombre o mujer y a la capacidad de disfrutar la propia identidad sexual.

■ Libertad.

Poder arriesgarse, explotar y ser espontáneo es muy importante, ya que con la libertad va creciendo la responsabilidad y, en esa forma, se aprende la diferencia entre espontaneidad e impulsividad. Esta última trabaja en nuestro perjuicio.

■ Educación.

Es una de las necesidades de mayor nivel. La persona que cría, educa o nutre, puede proveer lo que el niño necesita en cada ocasión y deba hacerlo, dándole la posibilidad de irse independizando, al mismo tiempo que sigue aceptando ser educado. Esta reciprocidad se da muy pocas veces, pues casi siempre el adulto domina y el niño se somete o se revela.

■ Amor incondicional.

Este tipo de amor es muy difícil de dar, porque las personas se limitan. Estas necesidades en esta línea rara vez son satisfechas totalmente, ya que tampoco las necesidades de los propios padres fueron satisfechas y, a veces, los padres usan a los pequeños para satisfacer sus propias necesidades. Muchas

veces los bebés vulnerables e impotentes, sirven para satisfacer las necesidades de amor de los padres.

Cuando las necesidades del ser humano no son satisfechas para llegar a superar la etapa que el niño vive en el aspecto físico, emocional e intelectual, el “sí mismo auténtico”, “real”, como lo llaman Horney y Masterson; “verdadero”, como lo llaman Winnicott (1962) y Miller (1979/1994), o “niño interior”, como lo llaman los otros clínicos y educadores, se detiene en su desarrollo.

Mientras más se enferma o carente es la condición de los adultos encargados del niño, menos satisfechas son las necesidades de éste. Así, la parte que es creativa, viva, plena del pequeño, queda paralizada. Cuando sus necesidades no son satisfechas o son negadas por los padres y por otras figuras de autoridad, a ese niño le falta alimento para crecer y como no puede expresar sus necesidades y su propio ser, surge para sobrevivir un “Sí mismo falso”, que se ajusta a los deseos y a las demandas de los demás, en lugar de desarrollarse el “sí mismo verdadero”, el “sí mismo auténtico”, el ser “real”.

Para poder distinguir el “sí mismo” que está funcionando, se describen las características de cada uno.

El “sí mismo verdadero”, es el que funciona cuando son más auténticos, más genuinos, ya que es generoso, espontáneo y comunicativo. Se acepta a sí mismo y a los demás. Siente profundamente el gozo y el dolor y puede expresar esos sentimientos. Acepta los sentimientos sin temor y sin prejuicio. El “sí mismo auténtico” sabe jugar y divertirse. Es vulnerable porque es abierto y confiado. Es indulgente consigo mismo de una manera sana. Es libre para crecer y toma en cuenta su relación con otros y con el universo. Es al mismo tiempo su “sí mismo privado”.

A pesar de su capacidad de sentir dolor causado por las heridas, la tristeza, la culpa o la ira, no pierde su vitalidad. Puede sentir el gozo, la felicidad, la inspiración y hasta el éxtasis.

El “sí mismo auténtico” vive desde el nacimiento hasta la muerte sin necesidad de hacer nada para ser “verdadero”. Si se lo permiten, se expresará sin esfuerzo de su parte.

Pero en cambio, cuando el niño o el adolescente es herido, lastimado o desprovisto de sus necesidades, impidiéndole desarrollarse con naturalidad, sus esfuerzos van encaminados a negar la conciencia de él y su expresión libre, porque necesita de tal manera la aceptación de los demás, que va desarrollando un contraste un “sí mismo falso”, el cual se siente a disgusto, perturbado y sin autenticidad.

Ese “sí mismo falso” es como una máscara: es envidioso, crítico y culpa a todos. Es perfeccionista y egoísta. Se obliga a ser lo que piensa que los demás quieren que sea. Es conformista. Da el amor con condiciones. Cubre, esconde y niega los sentimientos. Cuando le preguntan: “¿cómo estás?”, responde automáticamente “bien, gracias”, porque no sabe lo que siente y si lo sabe, juzga sus sentimientos como equivocados o negativos. Es a veces pasivo y a veces agresivo. Parece poderoso y fuerte, pero en realidad no lo es.

Tiende a aislarse y siempre quiere tener el control. No se rinde. Bloquea la información que le llega del inconsciente. La mayoría del tiempo, cuando actúa ese “sí mismo falso”, se siente vacío, a disgusto, como alterado. No se siente real, completo, integrado, sano. Siente que algo está mal. Pero cree que así debe ser, que eso es lo normal.

Ese “sí mismo falso” ha sido descrito innumerables veces. Se le ha llamado “herramienta de supervivencia”, “yo egocéntrico” o “ser defensivo” (Masterson, 1985). Puede ser destructivo para el propio ser, para otros y para las relaciones íntimas. Es

como una espada de dos filos que sirve para diferentes propósitos, entre ellos el de protegerse de las heridas y del rechazo. Se acostumbra tanto a ese “sí mismo falso” que el “sí mismo verdadero” se siente culpable como si fuera malo sentirse lleno de vida.

Muchas veces los individuos tienden a arrancar los sentimientos de su “ser verdadero”, porque creen que reconocer sus necesidades sería dar rienda suelta a conductas infantiles o sentirse ridículos. Pero reconocer esos sentimientos, en lugar de negarlos o sepultarlos, les permitirá poner límites a través de concientizarlos, a las irrealidades que se desprenden de esas necesidades insatisfechas.

En base a todo lo escrito anteriormente, queda claro que en la adolescencia, caracterizada además, por la búsqueda de la identidad, pueden existir esos factores que deforman el “yo” desde la infancia, o presentarse situaciones externas que incrementen o hagan emerger en el joven, un “sí mismo falso”, que de no ser manejado, ni tratado lo mejor posible, conlleva a fracasos en la vida propia del adolescente y en su vida adulta; aunque si se le ayuda psicológicamente, esos factores no lo afectarán de manera significativa, ya que habría un guía quien le oriente hacia donde y como ir manejando su vida, para llegar a ser un adulto maduro y equilibrado, que aprenda a satisfacer sus necesidades, percibiéndolas en su justa medida, a pesar de las experiencias negativas vividas en su infancia y adolescencia.

Capítulo II

FAMILIA

Capítulo II

FAMILIA

En las últimas décadas la investigación en torno a la adolescencia ha sufrido un cambio de paradigmas, al centrarse el foco del análisis del desarrollo individual, en los contextos sociales, en los que tiene lugar el desarrollo físico, cognitivo y emocional del adolescente. En concreto, el contexto ha recibido una especial atención, hecho que no debe sorprender si se considera que la importancia de la familia es incuestionable; todo individuo vive, a lo largo de su existencia, inmerso en una red de relaciones y actividades conectadas de una forma u otra por lazos familiares. No en vano, la familia sigue cumpliendo un papel central en la vida económica, afectiva y sexual de los individuos y, de hecho, es considerada como uno de los aspectos más importantes de la vida para la mayoría de las personas, por encima del trabajo, el dinero o los amigos. Cuando el ser humano alcanza la adolescencia, la importancia de la familia no disminuye. Durante esta etapa la familia desempeña un papel central en aspectos tan esenciales como la formación de la identidad, la adquisición de autonomía y en términos generales, en el ajuste psicosocial del adolescente. Es por esto que se le dedica este espacio a la familia dentro de la adolescencia, porque es uno de los factores, si no es que el factor de mayor influencia, en el desarrollo del adolescente, en todos sus aspectos.

La familia es un conjunto de personas que conviven bajo el mismo techo, organizadas en roles fijos (padre, madre, hermanos, etc.) con vínculos consanguíneos o no, con un modo de existencia económico y social comunes, con sentimientos afectivos que los unen y aglutinan. Naturalmente pasa por el nacimiento, luego crecimiento, multiplicación, decadencia y trascendencia.

A este proceso se le denomina ciclo vital de vida familiar, tiene además una finalidad: generar nuevos individuos a la sociedad (Colectivo de autores, Enfermería Familiar y Social 2004).

En base a esto se entiende por ella, como un grupo social básico creado por vínculos de parentesco o matrimonio, el mismo se hace presente en absolutamente todas las sociedades. La familia debe, moralmente, proporcionar a sus miembros aspectos como seguridad, protección, socialización y compañía (Alonso T., J., 2005).

La familia es la principal y la más antigua institución que el hombre ha creado, para satisfacer sus necesidades biopsico-sociales fundamentales.

He aquí una serie de definiciones que pueden ser analizadas o aceptadas por nuestra sociedad.

La familia es el grupo social más sencillo que existe; es un grupo definido sexual, emocional y socialmente para garantizar la protección, crianza y educación de los hijos. Es una organización transmisora de valores culturales, forjadora de la conducta que se debe asumir, en nuestra interacción con el medio social y natural.

Es el grupo social mediante el cual las sociedades obtienen nuevos miembros para sustituir los que desaparecen por causa de muerte.

La familia se caracteriza por ser un grupo social heterosexual multigeneracional. Es heterosexual, porque se trata de la unión de un hombre y una mujer. Lo que atrae uno al otro, es el amor multigeneracional; porque solo a través de las relaciones sexuales entre ellos, se puede reproducir la especie humana, de generación en generación (López M^a, T., y Valiño, A., 2004).

2.1 Tipos de familia

Ofrecer una definición exacta sobre la familia es una tarea muy compleja, debido a las enormes variedades que se encuentran y al amplio espectro de culturas

existentes en el mundo. "La familia ha demostrado históricamente ser el núcleo indispensable para el desarrollo de la persona, la cual depende de ella para su supervivencia y crecimiento". No se desconoce con esto otros tipos de familia que han surgido en estas últimas décadas, las cuales también enfrentan desafíos permanentes en su estructura interna, en la crianza de los hijos/as, en su ejercicio parental o maternal. Por mencionar algunas, la familia de madre soltera, de padres separados las cuales cuentan con una dinámica interna muy peculiar (Martin, E., 2000).

Existen diferentes tipos de familia y a su vez existen diferentes interacciones entre sus integrantes, en sí su dinámica cambia, así como la comunicación en algunas. Esto puede ser positivo y una facilidad de interacción, pero en otras la dificultan. Algunas de estas familias se pueden mencionar a continuación, de acuerdo al Desarrollo Integral de la Familia del Estado de México (DIFEM 1991).

Familia Rígida: por lo regular no permiten nuevas reglas. Experimentan dificultades, en los momentos en que el cambio de normas son necesarias; les cuesta mucho trabajo aceptar que sus hijos han crecido y que tienen nuevas necesidades, por lo que a los adolescentes en ocasiones, no les queda más remedio que someterse en forma drástica a las reglas establecidas.

Familia Sobreprotectora: presenta gran preocupación por brindar toda clase de protección y bienestar a sus miembros; al grado de hacer esfuerzos desproporcionados por darles todo. Esto retrasa el desarrollo de la autonomía, de la competencia y del crecimiento del adolescente, lo que puede generar una personalidad indefensa, incompetente e insegura.

Familia Amalgamada: Su felicidad depende de hacer todas las cosas juntos, impide todo intento de individualidad. La situación es difícil de vivir para el adolescente, pues necesita independencia y privacidad, que los padres perciben como una amenaza a la unión familiar.

Familia Evitadora de Conflictos: posee muy poca tolerancia a cualquier tipo de presión o problema interno o externo. Sus integrantes suelen ser personas

con poca autocrítica, que no aceptan o niegan la existencia de los problemas, con lo cual no permiten el enfrentamiento, ni la solución de ellos. Los adolescentes de estas familias no aprenden a tratar, ni a negociar soluciones, por lo que frecuentemente explotan, causando crisis en la estructura familiar y, desde luego, en el adolescente.

Familia Centrada en los Hijos: básicamente, los padres no pueden o no quieren ver sus propios conflictos como pareja, desviando la atención hacia los hijos y haciendo que su estabilidad dependa de ellos. Los adolescentes tienen dificultad para crecer y se tornan dependientes, porque separarse de los padres, rompería el equilibrio familiar.

Familia Uniparental: sólo hay uno de los padres y frecuentemente los hijos juegan el papel del padre faltante. El adolescente encuentra dificultades para vivir su etapa, suele comportarse como adulto y debe enfrentar problemas y responsabilidades de adulto. Muchas veces estos adolescentes al llegar a la edad adulta, buscan vivir la etapa que no disfrutaron.

Familia Pseudo Democrática: se caracteriza por la falta de disciplina y límites para garantizar un crecimiento adecuado. Los padres son muy flexibles, su autoridad se torna confusa y el adolescente suele manifestarse con una competitividad exagerada, que puede llegar a ser ilimitada y destructiva.

Familia Inestable: sus metas son incrementar, no se planea y las decisiones se improvisan. El adolescente crece inseguro desconfiado y temeroso; con grandes dificultades para establecer su identidad.

Familia Democrática: crea un ambiente de confianza, comprensión y colaboración entre sus miembros. Fomenta la negociación y el enfrentamiento a los conflictos, mediante una comunicación abierta y respetuosa. Las relaciones que logran establecer padres e hijos suelen estar matizadas por un gran afecto, confianza y libertad con límites claros. Existen conflictos, pero la manera de resolverlos es diferente; el castigo aparece en segundo lugar, los padres explican y dan sus razones para establecer cualquier tipo de norma.

Esto favorece el aprendizaje de negociación y solución de problemas en el adolescente. En este tipo de familia son frecuentes la autoestima, sentido de cooperatividad, responsabilidad y conciliación. La cual se puede concluir que sería la idónea.

Es importante aclarar que estas clasificaciones o tipos de familia difícilmente se encuentran tal y como se describe, más bien se sabe que en la mayoría de los casos, las familias presentan rasgos o características de varios tipos o estructuras, pues las familias son estructuras dinámicas, sistemas en constante movimiento, que se modifican en función de situaciones especiales y que tienden a mejorar o a empeorar sus patrones de comunicación, debido a las actividades y sentimientos de quienes las integran, por eso es de suma importancia la comunicación que exista entre los padres y los hijos.

En cada familia podrían buscarse nuevas formas de negociación, conforme las necesidades de los adolescentes se van transformando. Es necesario que tanto padres como hijos, aprendan a comunicar sus sentimientos y a expresarlos de manera honesta y no agresiva, cuidando la forma de transmitir cada mensaje, utilizando un lenguaje preciso y congruente tanto en lo verbal como en lo no verbal, pero sobre todo, la necesidad de brindarles un buen apoyo.

Cada familia varía, dependiendo del número de integrantes y la interacción que exista entre los mismos; de acuerdo a ello, el adolescente tendrá un futuro adecuado siempre y cuando la educación que haya recibido sea la correcta. Cada familia educa a sus hijos como puede y quiere, pero qué mejor, si tuvieran un apoyo, para poder sobrellevar la relación con los hijos, cuando entran a la adolescencia. Siendo ésta una etapa tan compleja y difícil, porque además, a ninguna persona se le dice como ser padres.

2.2 Características de la familia funcional y disfuncional

La familia está considerada como un grupo de pertenencia, primario, anexado mediante vínculos consanguíneos, donde se establecen una serie de lazos afectivos y sentimientos. Se forjan expectativas, se aprenden y afianzan valores, creencias y

costumbres. En ella se inicia y desarrolla desde temprana edad, el primer proceso de socialización, que va a facilitar en las siguientes etapas de la evolución psicobiológica del niño, la adquisición de una serie de conductas que le van a servir, en posteriores estadios de su existencia.

Las conductas que se aprenden en el proceso de socialización temprana, dentro de la familia, son denominadas conductas precurrentes, es decir, comportamientos que servirán de fundamento y en base a ellas, se van a insertar los repertorios de conductas más complejas, que van a ir incorporando en sus ulteriores procesos de socialización y en las diversas áreas que le brinde su entorno, los cuales a la vez serán aplicables en etapas más avanzadas de su vida. De los sucesos que puedan ocurrir en esta etapa temprana dentro de la familia, (relaciones y tipo de ellas con los padres y membrecía familiar; calidad y modalidad de estimulaciones senso/perceptivas, enfoques e interpretaciones de su realidad inmediata, etc.), el niño va a moldear e incorporar diversos sistemas de comportamientos, sentimientos, ideas y creencias; establecerá además, diferentes modalidades de reaccionar conductual y fisiológicamente, ante los eventos de su entorno.

La familia, ante el nacimiento de un nuevo integrante o la inclusión de un nuevo miembro (matrimonio de uno de los hijos, adopción, convivencia, etc.), modifican muchos de los elementos que en ésta subsisten; desde la forma disposicional de ubicarse en la estructura familiar, hasta la manera como se comunican entre ellos, el desempeño de roles formales y roles complementarios, el tiempo de permanencia en casa y el lugar de permanencia en ella, las actividades que se venían realizando, la distribución racional del tiempo, etc.

Esta reacomodación va a permitir la subsistencia, equilibrio y armonía en la familia. Los patrones funcionales o disfuncionales de crianza y en lo que concierne a su estructura, dinámica y normas, vienen a ser sólo algunos de los elementos relevantes que van a facilitar la evolución de ésta y por ende, la realización y

desarrollo de sus integrantes, en su correspondiente proyecto de vida (Gracia, E., García, F. y Lila, M. 2007).

En seguida se muestran las características genéricas de una familia funcional.

- **Son dialécticas:** Es decir que evolucionan en un constante devenir. En ellas van a surgir circunstancias que promuevan su crecimiento individual y grupal, pero a la vez van a aparecer en determinados momentos de su existencia crisis y contradicciones. A partir de estos dos aspectos aparentemente antagónicos: el crecimiento y la crisis, sus integrantes van a movilizar sus recursos para que su membrecía se afirme y movilice hacia un continuo desarrollo, utilizando las crisis o antinomias como pulsión para su ulterior crecimiento. Ninguna familia permanece estática, dado que su historia es un permanente devenir. La familia funcional se organiza y moviliza, para enfrentar sus problemas y crisis y posibilitar su supervivencia y crecimiento.

- **Son dinámicas:** La acción o conducta elicitada por cada uno de sus integrantes influye en los comportamientos, sentimientos y pensamientos de sus demás integrantes y viceversa. Y es que la conjunción y la interacción entre ellos integra similares sucesos familiares, por lo tanto, cada uno de sus integrantes puede definir y hasta pronosticar la posición, el comportamiento, las alianzas estratégicas, los sentimientos, las conductas reactivas, etc., de los demás miembros, en base a la historia que los une y por el rol que les ha tocado desempeñar en el interior de la propia familia. Si la relación que establece determinado miembro hacia otro de su sistema es saludable, esto va a reverberar en los demás integrantes y viceversa, pero si no es saludable, la repercusión tampoco lo será.

- **Ser relativas:** Toda familia surge en un determinado momento histórico y les brinda a sus integrantes protección, seguridad, afecto, expectativas para su desarrollo, como también -de manera contradictoria- puede iniciar, desarrollar e implementar una serie de mecanismos psicológicos, que hacen que se

mantengan una serie de comportamientos no funcionales y perjudiciosos para sus integrantes y que convierten a la familia funcional en Disfuncional, es decir nociva para el desarrollo saludable de sus integrantes.

- **Estar en una situación relacional y compatible:** Las características psicoculturales de la comunidad donde el sistema familiar se inserta, influyen en su estructura, funcionabilidad, forma de pensar y viceversa. Se puede decir entonces, que la particularidad de una familia en un determinado momento histórico de su ciclo vital, puede desempeñar un rol saludable y positivo, propiciando el crecimiento y desarrollo de sus integrantes. Pero que con el transcurrir del tiempo, de mantenerse éstas mismas características particulares, pueden convertirse en no saludables y tornarse anacrónicas, divergentes y reaccionarias a la evolución funcional de la familia y por lo tanto resistenciales y disfuncionales para el desarrollo de la salud mental de sus integrantes.

Por otra parte, se encuentra la **familia disfuncional**, cuya definición se puede entender, considerando que proviene de la formación de dos palabras que significan, un quebrantamiento de la función, deficiente funcionamiento, una situación anómala, una dinámica irregular, extraerse de lo establecido en lo referente a roles, funciones y valores. Y cuando se refiere a lo «Disfuncional» aplicado al sistema familiar, se conceptúa como el mantenimiento de un deficiente funcionamiento en la familia a través del tiempo, un quebrantamiento de las funciones culturalmente establecidas, el desempeño de roles complementarios anómalos, una carencia, trastoque, alteración. Una antinomia, la cual en el campo de la salud mental, podría considerarse como: un funcionamiento no saludable de un sistema familiar, cuyas características clínicas se mantienen a través de un tiempo indefinido, afectando de manera específica o inespecífica a su membresía (Vacca, R. 1997).

Por lo tanto, en una familia disfuncional se puede presentar un patrón de conductas desadaptativas e indeterminadas, que presentan de manera permanente

uno o varios integrantes de una familia y que al relacionarse con su membrecía, se genera un clima propicio para el surgimiento de patologías específicas o inespecíficas (Vargas JC y Vacca R, 1998).

a. Se define como un patrón, porque es un conjunto de características que se presenta de forma constante.

b. Son conductas desadaptativas por ser incompatibles con el propio contexto cultural de la familia.

c. Indeterminadas, porque sus características no pueden ser claramente identificadas o la importancia y papel que desempeña cada integrante o la totalidad de la familia es confuso, recayendo las responsabilidades en cada uno de ellos, con desigual cuantía.

d. Son indeterminadas, porque no puede determinarse cual característica se constituyó como factor relevante, para el surgimiento de la disfunción y por ende de la patología en su membrecía.

e. Es permanente, en cuanto su presencia es constante y de larga data en la historia familiar. Hay que considerar sin embargo, que las alteraciones, crisis, problemas y conflictos que puede vivir una familia, no la convierten en Disfuncional, cuando estos son los acontecimientos transitorios, naturales o accidentales, que suelen vivir el común de los grupos familiares, en ciertos momentos de su historia. Los cuales, una vez transcurridos y movilizados los recursos, recobran su homeóstasis y armonía, sin haber ingresado en ningún momento en la categoría de Disfuncionalidad Familiar.

f. Dichas características pueden presentarlas uno o varios de los integrantes. El que la presente un sólo miembro de la familia, no debe de ser considerado como menos grave, dado que éste puede presentar conductas

desadaptativas, trastorno de personalidad o poseer tan significativa ascendencia e influencia ante sus integrantes, que su sola presencia basta, para cumplir con las exigencias, para calificarla como Disfuncional.

g. Estos requieren necesariamente estar en relación directa con los demás miembros, para que se genere una dinámica anómala.

h. Dicha relación, propiciará un clima psicológico o psicopatológico que los afecte de manera específica o inespecífica.

Para que una familia se constituya como Disfuncional requiere que el Patrón de Características tenga permanencia en su membrecía. Hay que recordar sin embargo que en una Familia Disfuncional neurotígenica pueden surgir uno o varios adictos a sustancias químicas, como también en una Familia Disfuncional Adictogénica pueden surgir neuróticos.

Lo importante para que una familia se constituya como Disfuncional es que uno o varios de sus integrantes presenten un patrón de conductas inadaptativas indeterminadas de manera constante y que mediante una relación directa, afecte a los demás miembros, generando una atmósfera no saludable, propicia para la aparición de patologías no específicas. Posteriormente en su clima se van a ir perfilando y acentuando una serie de elementos que condicionarán patologías específicas, de tal manera, que un profesional en este campo, mediante el estudio de la atmósfera familiar, puede elaborar pronósticos referentes a la aparición de tal o cual patología entre sus integrantes o en su defecto, explicar la etiología de ellas.

Otro tema que cabe destacar, son las características de la disfunción familiar genérica, las cuales se marcan en los siguientes puntos:

- **Su dinámica familiar no es saludable:** Es decir, que ésta afecta negativamente a sus integrantes; de tal forma, que si le causa perjuicio a uno

de ellos de manera inespecífica, también le afectará a otro de sus miembros de similar o diferente manera.

- **Su funcionamiento familiar no es relacional ni compatible:** En todo grupo familiar, las características psicoculturales de la comunidad donde el sistema familiar está insertado, son compatibles y consonantes con la particularidad del propio grupo familiar. Pero pueden existir casos en que estas particularidades, que en algún momento de su existencia, fueron saludables para la membrecía y posibilitaron el crecimiento, al no evolucionar ni modificarse, de acuerdo a la dinámica social inmediata, se tornan no saludables, anacrónicas, divergentes y reaccionarias a la evolución funcional de la familia y por lo tanto, también disfuncionales para el desarrollo de la salud mental de sus integrantes.

- **Desarrolla y mantiene roles familiares contradictorios:** Toda familia se instaura y constituye en un determinado momento histórico y les otorga a sus integrantes, elementos propicios para su autorrealización. Pero también de manera contradictoria, puede desarrollar roles que de manera impropia, complementan en ellos conductas inadecuadas, propiciando un clima no saludable, que de mantenerse por un tiempo indefinido en la vida de relación de su membrecía, les afectará con una serie de pautas no funcionales; causando perjuicios a sus integrantes, al convertir una familia funcional en Disfuncional; es decir, nociva para el desarrollo saludable de sus integrantes.

- **Impide al interior de la familia el entrenamiento de conductas precurrentes:** Todo sistema familiar evoluciona en un constante devenir; pero coincidentemente, a veces aparecen en determinados momentos de su historia, crisis y contradicciones; lo cual posibilitará paradójicamente el crecimiento de sus integrantes, dado que promueve la movilización y emergencia de los recursos personales de su membrecía. El entrenamiento en el manejo de las crisis familiares o personales al interior de la familia, les

permite a sus integrantes instaurarse conductas precurrentes, en base a las cuales se van a insertar otras más complejas, para cuando en la etapa adulta surjan situaciones similares, estén en condiciones eficientes para su abordaje y manejo. Pero en las Familias Disfuncionales se despliegan una serie de conductas que van desde la sobreprotección, usurpación de roles, invasión de límites, abuso de autoridad, indiferencia en la crianza, sanciones impropias o ausencias de éstas, etc. hasta la inacción, conductas que al ser reforzadas por algunos de sus integrantes, van a impedir el entrenamiento de conductas precurrentes alternativas y por ende, el desarrollo saludable e independiente, del manejo de los problemas personales; los cuales, son propios de la vida diaria.

En base a los puntos anteriores, hay un proceso de disfunción familiar genérica, en el cual menciona que existen familias, en que, por una defectuosa concepción de los elementos de su entorno y por ende, equivocado desempeño de Roles Complementarios, impiden en sus integrantes el entrenamiento y ejercicio de conductas y funciones.

Esto torna a estas personas en dependientes de otras, situándolas en condiciones de riesgo, para la instalación de conductas patológicas afines. Estas conductas pueden ir desde un trastorno de conducta, hasta una alteración psiquiátrica severa. Bien se sabe que una relación deficitaria y no saludable de un integrante de la familia, con otro de su membrecía, no solamente afecta a ambos; sino que también alcanza a los demás integrantes de la familia, afectándolos de una manera específica o inespecífica, pudiendo originar la aparición de formas anómalas del comportamiento.

Puede ser que una persona que detecte un Factor Predictivo Adictógeno y que se empareje con otra, de características psicológicas compatibles, vaya estableciendo paulatinamente un nexo, que al asociarse en forma fortuita a un Factor

de Riesgo, de manera y forma permanente, puede ir condicionando lo que ulteriormente será una adicción.

Si dicho emparejamiento da origen posteriormente a una familia, se va a formar un clima, donde la relación entre la pareja y ésta con los hijos, va a desarrollar de manera disfuncional, en un tiempo no determinado, características posiblemente orientadas a determinada patología.

Como se pudo denotar, existen diversos tipos de familias disfuncionales las cuales se pueden clasificar de la siguiente manera:

1. Familias disfuncionales / neurotigénicas
2. Familias disfuncionales / psicotigénicas
3. Familias disfuncionales / psicopatogénicas
4. Familias disfuncionales / adictogénicas

Cada una de ellas y en contacto con los factores de riesgo compatibles con cada uno de sus miembros y/o su factor predictivo correspondiente, pueden incubar y hasta desencadenar los cuadros psicopatológicos respectivos ya mencionados. Cuando una persona recurre a consulta psicológica o psiquiátrica por algún problema referido a la especialidad, rara vez asiste toda la familia, a no ser que se conozca de antemano la formación del psicoterapeuta, el cual puede ejercer la subespecialidad de terapia familiar sistémica; o bien, el terapeuta desee incluir a la membrecía en su totalidad o se desee que la terapia sea, involucrando a todos los miembros del sistema familiar. De no ser así, el tratamiento se efectúa de forma personal o dirigida únicamente a un familiar.

Cuando el Psicoterapeuta aborda al sistema familiar para iniciar una Psicoterapia, a la familia en su totalidad se le considera como «el paciente», aún cuando sea en un solo miembro de la familia, en quien recae de manera más profusa la patología.

En éste se condensa la sintomatología, que en algunos casos, puede tornarse imposibilitante. Se le denomina Paciente identificado (PI). Éste se constituye en el miembro enfermo, la expresión de la patología familiar, (el efecto-síntoma), cuya función es obtener un equilibrio y que ésta, se acomode y aprenda a comportarse de manera específica frente a su familiar (PI).

Ante esta situación, con el transcurrir del tiempo, los demás integrantes del grupo familiar aprenden a desempeñar roles complementarios, enmarcados en alguna patología, que permiten mantener el equilibrio e impedir que la familia se desintegre.

A través del desarrollo de esta patología, los comportamientos que se venían presentando en los diferentes aspectos de la vida familiar se van modificando, como también sus roles y funciones; tornándose paulatinamente (tal vez de manera imperceptible para sus integrantes) en disfuncionales.

Ahora no solamente han variado las conductas abiertas que hasta hace un tiempo, se podían observar a diario entre sus miembros; sino también una serie de aspectos encubiertos de éstas, como la forma de circular la comunicación, los horarios de ausencia, presencia y permanencia en casa; la manera cómo se distribuye o redistribuye las funciones de autoridad, el estilo de cautelar o administrar las pertenencias personales o patrimonio de la familia (si existe un adicto, se diseñan una serie de mecanismos de autoprotección para preservar sus bienes).

La forma de sancionar a sus integrantes ante la transgresión de las normas familiares, la manera como expresan sus afectos, la proxémica de sus miembros, la kinética de sus individualidades, las alianzas, tríadas, microgrupos en su interior, la forma de pensar o sentir acerca de este reacomodo familiar, de ser inadecuadas, se constituyen en el perfil de la disfuncionalidad.

Es importante observar en una familia, la forma en que se constituyen los roles complementarios y en qué momento aparecen los Disfuncionales, ¿quiénes los

asumen?, la caracterización de su manejo, etc. El tipo de patología que aparezca entre sus integrantes, depende también de los «Factores predictivos».

En lo referente a las familias disfuncionales, sus características perfilan patologías específicas, compatibles la mayoría de las veces, con su atmósfera familiar; pero no siempre suele suceder esta compatibilidad.

Otra clasificación que se puede hacer de las familias disfuncionales es de acuerdo al micro clima que generan, obteniendo lo siguiente:

- **Familias disfuncionales neurotígenicas:** generan comportamientos neuriformes o neuróticos en su membrecía. Ante la prueba del inventario de personalidad de Eysenck y Eysenck, puntúa más de 11, sobre una escala de 24 puntos en el eje de neuroticismo / estabilidad.
- **Familias disfuncionales psicotígenicas:** generan en su clima trastornos mentales mediante elementos afines, como la comunicación de doble vínculo, dispersión de su membrecía y frialdad en los afectos.
- **Familias disfuncionales psicopatogénicas:** propician en su atmósfera los elementos compatibles con casos de conductas disruptivas: disocialidad, trastornos negativos, desafiantes y psicopatías. En estas familias se pueden encontrar los factores predictores de estas patologías, al hallar antecedentes en su membrecía compatibles con cuadros de antisocialidad.
- **Familias disfuncionales adictógenas:** condicionan en su clima casos de adicciones en sus diversas modalidades y hacia diversos elementos sujetos de adicción, de acuerdo a las características clínicas, composición o estructura las familias. Como por ejemplo: sustancias químicas legales, ilegales, fármacos, o adicciones atípicas; así como a objetos y actividades, tales como la televisión, el trabajo, el deporte o hasta personas.

Por otro lado, es importante considerar que el estancamiento en el desarrollo normal del niño y la aparición del “sí mismo falso”, se favorece especialmente en el seno de una familia disfuncional, cuyas principales características, son presentadas en el siguiente cuadro comparativo, con las familias que funcionan normalmente.

TABLA 3. Diferencias entre familia disfuncional y funcional

Familia disfuncional	Familia funcional
No se hablan de cosas	1. Comunicación abierta
Represión de sentimientos	2. Expresión abierta de sentimientos
Expectativas indefinidas	3. Reglas establecidas
Relaciones viciadas	4. Respeto a cada persona
Manipulación y control	5. Respeto a la libertad de cada miembro de cada familia.
Sistema caótico de valores	6. Sistema consistente de valores
Actitudes rígidas	7. Flexibilidad de criterios
Tradiciones inamovibles	8. Adaptación al cambio
Atmosfera desagradable	9. Atmosfera agradable
Enfermedades frecuentes	10. Gente sana
Relaciones dependientes	11. Independencia y crecimiento
Envidia y desconfianza	12. Confianza y amor

Tabla 3. En la que se muestran las diferencias entre familia disfuncional y funcional (Barnetche M. E.; Barnetche E.M.; Prieto T. 2000)

- 1) No hay libertad de las cosas; la comunicación se da en los niveles de lo indispensable y lo superficial.
- 2) No se expresan libremente los sentimientos, por temor a la desaprobación y el rechazo.
- 3) Se establecen papeles que se desempeñaban constantemente y que no permiten el cambio.
- 4) Se producen constantes conflictos, porque no se establecen claramente las reglas de la casa, sino que se tienen expectativas y éstas cambian, de acuerdo con el humor o la enfermedad de los miembros de la familia.
- 5) Las cosas se obtienen por control directo, imposición, o bien se emplea la manipulación para lograr los objetivos.
- 6) Los criterios respecto de todo son muy rígidos.
- 7) Se establecen reglas que no pueden variarse, aunque las circunstancias lo ameriten.

- 8) Se mueven alrededor de tradiciones que son más fuertes que las circunstancias del momento. Se guardan fechas, costumbres y ritos, a costa de la paz y de la armonía familiar.
- 9) La atmósfera que se respira es desagradable, se percibe la tensión entre los miembros de la familia.
- 10) En las familias disfuncionales aparecen un sinnúmero de enfermedades, físicas y psicosomáticas.
- 11) Se establecen relaciones de dependencia, que no permiten el crecimiento y la madurez en las personas de la familia.
- 12) Muchas veces se establecen entre ellos relaciones de desconfianza y de envidia. Generalmente no saben alegrarse por los éxitos de algunos de ellos.

Una familia funcional puede ir desarrollando casi imperceptiblemente, una serie de características que la van conduciendo hacia una disfuncionabilidad, dependiendo de las características de ésta, para perfilar determinada patología familiar o individual.

No existe una disfuncionabilidad transitoria, es decir que una familia no puede ser funcional en un determinado momento y disfuncional posteriormente, dado que para que sea considerada como tal, es necesario que permanezcan las pautas disfuncionales un tiempo indefinido, produciendo trastornos específicos o inespecíficos en sus integrantes, causándoles un daño en las emociones, de cada integrante.

La confusión puede surgir de los trastornos transitorios de las familias, causadas por los conflictos intrafamiliares, crisis accidentales o naturales y que producen reacciones inadecuadas en su membresía.

Existen casos en los que al unirse una pareja, uno de sus miembros, conlleva una serie de características psicológicas inadecuadas y psicopatológicas, las cuales van a ocasionar que inevitablemente se desarrolle una patología en la pareja. Así resulta que un adicto a sustancias químicas se empareja con una mujer, la cual antes

de emparejarse presentaba cierta estabilidad emocional y un repertorio de conductas adaptativas, pero que al conocer accidentalmente a su pareja, de quien se enamora y con quien posteriormente convive, va a estar en elevado riesgo de que ella desarrolle alguna patología específica.

El pronóstico es que si cada una de estas personas adictivas, no tienen tratamiento desadictivo, van a generar una atmósfera familiar en la cual, se desarrollarán posteriormente los hijos, con una alta tasa de probabilidad en disfuncionabilidad entre sus miembros; causándoles problemas emocionales y repercutiéndoles en la autoestima.

Sin embargo, la evolución también puede darse hacia lo disfuncional, en cuanto a los roles complementarios; de tal manera, que cada familia desempeña sus roles, de acuerdo a lo previamente establecido por la sociedad y en compatibilidad con las necesidades y potencialidades de la propia familia.

Cuando uno de los integrantes ejecuta sus actividades, roles y funciones, con exagerada meticulosidad, puede suceder también que otro de sus miembros se abstenga de desempeñar su rol previamente establecido por el sistema familiar, lo realice de manera poco adecuada, o se inhiba de realizar dicha función, por cuanto supone que éste miembro va a sustituirlo en la actividad y lo que es más, presupone que va a tener un mejor desempeño. Cuando un hijo adolescente mantiene su dormitorio y habitación de estudio desorganizado y desaseado, el rol Complementario Disfuncional puede ser el que cumpla el hermano mayor o padre sobreprotector, quien lo va a sustituir en dicha actividad «organizándole» o aseándole la habitación.

El rol complementario funcional es el que puede cumplir la madre contradictoriamente, al padre sobreprotector o hermano mayor y es quien será la que le fije los límites, y recuerde las funciones que le corresponden, con el objetivo de

que vaya incorporando mecanismos de autocontrol, en la autorganización de su medio ambiente.

Los roles complementarios-disfuncionales, se conciben entonces, como el reemplazo en el desempeño del rol original establecido por la propia familia o la sociedad, para uno de sus integrantes, de parte de uno de sus miembros, exonerándolo de dicha responsabilidad.

La disfuncionabilidad en cuanto a roles complementarios, le impide a su integrante el entrenamiento e incorporación de conductas saludables, que le posibiliten en etapas más avanzadas de su vida- la internalización de conductas mucho más complejas y útiles para su desarrollo personal (Bartnetche, Ma. E., Barnetche, E. Ma., y Prieto Báez, T., 1990).

2.3 Roles de una familia disfuncional

La familia va a tener roles que se configuran dentro de ella y que cada miembro va a recibir y asumir, según las cualidades y relaciones que se dan en el grupo familiar.

Los roles de la familia no son naturales, sino que son una construcción social, pero además y sobre todo, particular de cada familia.

Esta particularidad va a depender de varios aspectos como:

- La historia familiar.
- La historia intergeneracional.
- Los valores culturales.
- La sociedad en la cual vive.
- La situación y relaciones presentes de esa familia.

Los roles son asignados de alguna forma, pero también son asumidos, en el contexto de lo que podría denominarse la “escena familiar”.

Estos roles pueden ser más o menos rígidos o pueden variar; justamente se puede decir, que cuanto mayor rigidez en estos roles, peor pronóstico va a tener una familia, en relación a la salud de sus miembros o al equilibrio que puede haber en la misma.

Dentro de una familia disfuncional se produce un desorden y confusión de los roles individuales, llegando a una real inversión de papeles, por lo cual los padres se comportan como niños y éstos, recibiendo exigencias de los adultos, se sienten obligados a confortar a sus inmaduros padres y al no lograr hacerlo, los niños se sienten culpables de lo que en realidad, fue producto de los conflictos de los mayores. Se esfuma así la inocencia, la creatividad, la transparencia de la niñez y se desarrollan actitudes de culpabilidad, fracaso, resentimiento, ridículo, depresión, auto-devaluación e inseguridad, ante el mundo social que les rodea.

Cuando un niño se desarrolla dentro de una familia disfuncional, lo que más siente es el abandono emocional y la privación. Cuando esto sucede, el niño responde con una vergüenza tóxica muy arraigada, que engendra ira inicial, ya que no hay nadie que lo acompañe y se dé cuenta de su dolor.

En estas familias los niños sobreviven, acudiendo a todas las defensas de su ego y su energía emocional queda congelada y sin resolver.

Cuando los padres toman conciencia que contaminan sus vidas con arranques de ira, reacciones exageradas, problemas conyugales, adicciones, paternidad inadecuada, miedos y relaciones dolorosas y nocivas; tienen que asumir conscientemente sus propias limitaciones como personas y buscar ayuda en otras personas sanas, ya sean familiares, amigos o terapeutas, que tengan condiciones personales, para ayudarles de una manera segura y eficaz.

Se entiende por personas sanas aquéllas que entre otras características saben escuchar, aceptan sin juzgar, son claras y en las relaciones, no son competitivas ni generan mensajes conflictivos.

Se han señalado diversos papeles característicos dentro de una familia disfuncional que los hijos y los cónyuges van adquiriendo a lo largo de los años, y que dependerán tanto de la personalidad de cada uno, como del lugar y el orden de los nacimientos.

Una descripción de esos papeles servirá para localizarlos en las familia y de esa manera entender el por qué han llegado a enfermar sus personalidades o actuar como ahora lo hacen.

Estos papeles que van a describir, han sido reconocidos y señalados tanto por especialistas en terapia familiar, como en las clínicas que tratan adicciones.

- **Facilitador**

Es la persona más cercana al enfermo o adicto y del cual depende más. Generalmente es el cónyuge, los padres o los hijos de la persona más problemática. A medida que la enfermedad o la adicción aumentan, el facilitador se va involucrando más y comienza a reprimir o negar sus sentimientos propios, para tomar las responsabilidades que el otro empieza a no cumplir y en esta forma lo suplente. El facilitador compensa con su propia responsabilidad y control, lo que al otro le falta.

- **El héroe o la heroína**

Es aquel que ve y oye lo que pasa en la familia y empieza a sentirse responsable por el dolor de ella. El héroe hace esfuerzos para mejorar las cosas y trabaja constantemente para cambiar la situación. A medida que la enfermedad progresa, experimenta que no posee una base firme y empieza a

sentirse inadecuado. Este sentimiento está bien escondido bajo el aparente “éxito”. Su papel es el de proveer dignidad y estima al sistema.

- **El chivo expiatorio**

Es el más visible al público. El ha aprendido que en la familia no es compensado por lo que es, sino por lo que haga; pero como no quiere trabajar duro como el héroe para probar su valor, se retira de la familia y busca sentirse bien, perteneciendo a otro lugar. Debido a la cantidad de ira reprimida que almacena por tener que retirarse, a menudo capta mucho la atención, por las formas destructivas en que realiza esa retirada. Frecuentemente huye de la casa, rehúsa ser parte de la familia, se embaraza, usa drogas, ingiere alcohol, etc. Su papel es el de atraer hacia sí mismo la atención de la familia.

- **El aislado o silencioso**

Es el que ha aprendido a no establecer relaciones cercanas con la familia. Pasa mucho tiempo solo o trabajando calladamente. Es el papel más seguro y el que no causa problemas para sí mismo o para los demás. La mayoría de las veces la gente no lo nota, porque no se le da ninguna atención, ni negativa ni positiva; sólo están ahí, sufren mucho y se sienten solos. Su papel es el de ofrecer alivio a la tensión; actúa en tal forma, para que la familia no tenga que preocuparse de ese niño.

- **La mascota**

Es el que trae algo de diversión a la familia. Nadie lo toma demasiado en serio, aunque es inteligente. Resulta agradable estar cerca de él. Usa el encanto y el humor para sobrevivir en este doloroso sistema familiar. Su papel es también disminuir la tensión y brindar diversión a la familia.

Como se puede ver, estos papeles giran alrededor de la sobrevivencia en la familia, pero no tienen nada que ver con los verdaderos sentimientos de miedo, rechazo o abandono. Esta constante represión de los sentimientos y el vivir para desempeñar un papel, fortalece la personalidad enferma. Sí no se ejecuta el papel, sienten que todo se puede convertir en un caos y finalmente terminan no sabiendo ni quiénes son, ni qué sienten.

2.4 Influencia familiar en el adolescente

La familia constituye para el niño el agente psíquico de la sociedad, le transmite las normas, las costumbres, los valores dominantes de dicha sociedad. Le transmite además, no solo los modelos de la sociedad en general, sino también la interpretación de los modelos, en función de la clase social, de la afiliación religiosa y de las diferentes subculturas a las que pertenece. En la sociedad, la profesión del padre determina la posición y el rango de prestigio de toda la familia. Por otro lado constituye un grupo único, compuesto por individuos singulares en interacción, que hacen que el niño y el adolescente, al aprender roles y actitudes más generales, se encuentre en presencia de una interpretación original de los mismos, que aprenden a lo largo de relaciones personales únicas (Lila, M., Buelga, S., y Musitu, G. 2006).

A su vez el estilo de crianza es diferente, si se observan diferentes familias y la conducta de sus hijos. La mayoría de los adolescentes “destacan en casi todas las áreas de su vida, cuando sienten que vienen de un hogar cariñoso con padres sensibles” (Gray y Steinberg, 1999). Aun así, aunque los adolescentes son distintos de los niños menores, la crianza con autoridad parece funcionar mejor (Baumrind, 1991). La crianza que abiertamente es estricta y autoritaria, resulta contraproducente cuando los hijos entran en la adolescencia y quieren ser tratados como adultos. Cuando los padres no se adaptan, el adolescente puede rechazar su influencia o buscar a toda costa, su apoyo y aprobación (Fuligni y Eccles, 1993).

En cambio si el adolescente no ve reflejado el cariño en la conducta de los padres y de repente empieza el distanciamiento y la separación entre ellos; el adolescente sale afectado y es aquí, en donde se aborda el tema de la situación de los niños en una nueva familia. Debe prestarse una atención especial al caso de los adolescentes, ya que estos no reaccionan bien, ante las alteraciones que afectan sus vidas. Atraviesan una nueva etapa de enormes caminos y tienen una gran tendencia a ser extremadamente egoístas.

Aunque el adolescente lucha por alcanzar su individualidad separándose y rebelándose contra el vínculo y la autoridad de sus padres, quiere que el refugio que le inspira seguridad (es decir mamá y papá) permanezca estable. De hecho siempre necesita algo contra qué rebelarse. Además, los adolescentes quieren ejercer un control sobre todo y la ruptura de sus padres no es algo que puedan controlar; como resultado, sufren un estado de furia y/o depresión. Con frecuencia, se ponen del lado de uno de sus padres o culpan de lo ocurrido a uno de ellos o a los dos incluso, a veces, a sí mismos.

Los adolescentes, además, en estas situaciones también se plantean cuestiones de tipo práctico, como ¿tendremos que cambiar de casa? ¿cómo nos arreglaremos? ¿Por qué me hacen esto? o ¿qué le has hecho a mi padre / madre para que se vayan? El progenitor que obtenga la custodia del adolescente tendrá que soportar sus reproches, aunque también puede ocurrir que éste se ponga de su parte y dirija toda su ira contra el progenitor que ha abandonado el hogar. Sea cual sea la actitud del adolescente, es tarea del progenitor a su cargo, adoptar una postura objetiva, sin alentar ni un comportamiento ni otro y ayudarlo a comprender que no debe culpar a ninguno de los dos, ni que tampoco tiene que elegir a uno de ellos.

En base a todo lo anterior, se afirma que la familia es el medio en el que normalmente se produce el desarrollo del niño hasta la adolescencia.

Durante la adolescencia se producen una serie de cambios físicos y psíquicos que transforman al individuo, mientras en otros aspectos permanecen muchas de las características de la niñez.

El niño ha crecido hasta la pubertad protegido dentro del ámbito familiar y se enfrenta ahora a situaciones que debe resolver por sí mismo.

Según como haya sido su aprendizaje durante la adolescencia, será su manera de afrontar los nuevos retos que se le avecinan.

El niño que ha recibido una educación opresora por parte de sus padres, se encontrará vacilante ante los nuevos retos ya que no ha tenido oportunidad de desarrollar su autonomía, y por tanto no ha tenido la ocasión de emanciparse mediante experiencias propias.

Sin embargo, si el niño ha sido convenientemente estimulado y ha recibido la confianza debida de sus progenitores, dentro de un ambiente de seguridad y protección, dispondrá de las herramientas más idóneas para afrontar con solvencia, las nuevas experiencias que se le presenten. Cuando el desarrollo psíquico del niño ha sido satisfactorio, existe muy poco peligro de que se presente una adolescencia difícil. No obstante lo verdaderamente significativo de la adolescencia es la búsqueda de la propia personalidad, de la manera de expresarse en sociedad, de hallar su propio rol, de sentirse querido y respetado tal y como es (Gómez F., 2007).

El adolescente ya no es un niño, pero todavía no es un adulto. No deja de ser un proyecto, “un ensayo” de persona adulta, con los consiguientes errores que esto conlleva.

La actitud del adolescente se vuelve más crítica hacia todo el que ejerce algún tipo de autoridad sobre él y busca el apoyo y el consejo de otros adolescentes como él. Se integra en grupos en los cuales comparte sus inquietudes y que tienen una enorme influencia sobre sus decisiones y su manera de entender la vida.

Estos grupos cobrarán mayor importancia conforme la influencia familiar sea menor. De ahí la importancia de reforzar esos lazos familiares tan necesarios. La influencia de la familia en el desarrollo del adolescente es vital, ya que si éste se forma dentro de una estructura familiar adecuada, esto facilitará sus relaciones con

las personas de su edad y su posterior integración, dentro de la sociedad adulta, donde deberá asumir nuevas responsabilidades.

Se suele pensar en el adolescente, como una persona inconforme, continuamente protestando por todo, por lo que se hace y por lo que no se hace, por lo que se dice, por lo que se piensa, por las injusticias. Todo ello es fruto del afán de perfección, a la que aspira en su vida.

El adolescente no admite que las cosas se hagan mal o a medias. Es muy exigente con los demás, pero sobre todo lo es consigo mismo. Piensa que sus padres no toman las decisiones adecuadas para resolver los problemas cotidianos. Piensa que están anticuados y que no hacen las cosas correctamente.

El conflicto familiar es más frecuente durante la adolescencia temprana, cuando la alteración emocional es mayor, pero los conflictos son más intensos en la adolescencia media (Laursen, Coy y Collins, 1998). La frecuencia de los conflictos en la adolescencia temprana está relacionada con las presiones de la pubertad y la necesidad de afirmar la autonomía. Las discusiones más intensas en la adolescencia media y en menor grado, en la adolescencia tardía, reflejan las tensiones emocionales que ocurren cuando los adolescentes prueban sus alas. La menor frecuencia de disputas en la adolescencia tardía, también significa un ajuste a los cambios trascendentes de los años adolescentes y una renegociación del equilibrio de poder entre padre e hijo (Fuligni y Eccles, 1993; Laursen et al., 1998; Molina y Chassin, 1996; SteinBerg, 1988).

Por eso es muy importante no intentar imponer nuestros criterios de manera rígida, intentar hablar con ellos, dialogar, no perder su confianza; Intentar imponer nuestros criterios a través del chantaje económico, no es tampoco la mejor opción, ya que el adolescente interpretará que se está intentando comprar su obediencia y su respeto.

La familia es, por tanto, el núcleo esencial en el que el adolescente debe encontrar por un lado el apoyo, la protección y el cariño necesario; y por otro, el

respeto hacia sus necesidades de independencia de perfección y de creatividad (Bel Bravo Ma. A., 2000).

De tal manera, que el adolescente que es influenciado tan intensamente por su familia, puede ser dos cosas: tiende a ser un dependiente de ellos y no responsable de sí mismo o llega a ser un independiente, responsable, maduro y trabajador en sí mismo, por los valores que adquirió en casa, al igual que el apoyo que se le brindó, con respecto a sus decisiones personales (Vela, E., Roa, M.,2008).

Entonces se puede decir, que la familia y los grupos sociales influyen determinadamente en la percepción del adolescente, lo cual es peligroso, cuando se desarrolla en una familia disfuncional o en un ambiente no propicio, dado que las fallas de percepción de la realidad, son consecuencia de necesidades insatisfechas, entre la niñez y la adolescencia o valores aprendidos equivocadamente, que producen una distorsión de la realidad. Por ejemplo, una persona adulta que tiende a la glotonería o que come de manera obsesivo-compulsiva, puede ser que en su historia de vida hayan sucedido dos cosas: la primera, que existiera una carencia económica y por ende carencia de alimentos en casa, por lo tanto es una necesidad no proveída adecuadamente y al crecer como adulto, ahora sobrevalora el alimento de manera exagerada. Entonces aplica una forma distorsionada y exagerada de la realidad, haciéndole depender de forma inconsciente del alimento, produciéndole la ansiedad que lo lleva a la obsesión y la compulsión. La segunda, que alguno de los padres sobrevalore la comida o demuestre su afecto sólo a través de la comida y entonces el niño aprende por modelamiento a sobrevalorarla, de igual forma, produciendo dicha distorsión de la realidad, al sobrevalorar una necesidad. Pues pasa exactamente lo mismo con las necesidades emocionales anteriormente mencionadas, convirtiendo a los adolescentes en presa fácil de la manipulación, la depresión, adicciones, dependencias y así entorpecer su desarrollo de identidad, autonomía y autoestima. Es por esto que debe recibir algún tipo de orientación y apoyo que le ayude a salir de la irrealidad a la realidad, para que pueda alcanzar una vida plena y con dirección a su autorrealización.

Capítulo III
AUTOESTIMA

Capítulo III

AUTOESTIMA

Uno de los principales factores que diferencian al ser humano de los demás animales, es la consciencia de sí mismo, la capacidad de establecer una identidad y darle un valor. En otras palabras, tener la capacidad de definir quién es y luego decidir si gusta o no de la entidad formada. Mucho se ha escuchado hablar de autoestima, como palabra que forma parte del vocabulario de las personas, inclusive en muchas de las conversaciones cotidianas, sin darle la importancia significativa que tiene en la vida de todo individuo. Es indispensable para la propia supervivencia psicológica, desde el nacimiento, lo cual va generando confianza y seguridad (González, N., I.2001).

En este capítulo se da un enfoque a la importancia que tiene la autoestima; en especial, que es un ingrediente básico del bienestar emocional del joven, puesto que supone la aceptación de uno mismo, que es base y fundamento de la relación gratificante con los demás. Cuando el adolescente se quiere a sí mismo se cree también merecedor del respeto y del trato adecuado por parte de los otros; de tal forma, que rechazará cualquier actitud que considere inconveniente.

De esta manera, la autoestima es la idea que se tiene acerca de la propia valía, como persona y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que propiamente, se han ido recogiendo durante toda la vida; se cree ser listo o tonto; antipático o gracioso; agradable o no. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias así reunidos, se conjuntan en un sentimiento positivo hacia sí mismo o, por el contrario, en un incómodo sentimiento de no ser lo que se espera ser.

El problema de la autoestima está en la capacidad humana de juicio. El juzgarse y rechazarse a sí mismo, produce un enorme dolor, dañando considerablemente las estructuras psicológicas, que literalmente mantienen al individuo vivo.

A continuación se retomarán diversos puntos de vista y definiciones de distintos autores, los cuales sirven como base para efectos de este trabajo:

- ⊕ Según Shwartz (2000) la felicidad de las personas y su ajuste a la vida depende básicamente de cómo las personas se observan a sí mismas. También la define como aquellos pensamientos que uno tiene sobre sí mismo, la satisfacción personal del individuo consigo mismo. Estos pensamientos son el centro organizador de todos los sentimientos. Al igual está constituida por un componente emocional, referido a la percepción valorativa, que el sujeto tiene de sí mismo. Se trata por consiguiente, del aspecto emocional, de la amplia gama de conceptos que forman la imagen de uno mismo.
- ⊕ Para Ortuño (2010) la autoestima “es el resultado del valor positivo o negativo que tiene cada uno de estos conceptos para el individuo, como producto del placer o displacer que ha experimentado a través de su comportamiento y según sus experiencias y escalas de valores”.
- ⊕ Coopersmith (1967), se refiere a la autoestima como la evaluación que el individuo hace y mantiene cotidianamente con respecto a sí mismo, o sea, expresiones y actitudes de aprobación o desaprobación, indica la amplitud de la cual el individuo se cree capaz, importante, feliz y digno.
- ⊕ William James (1963) la autoestima es el valor de los sentimientos hacia sí mismo, los cuales están determinados por el área que va del talento actual a las potenciales supuestas.

En la actualidad, científicos del desarrollo humano; como Peretz, Elkins, Rogers, Maslow, Bettelheim, (2001) afirman que la autoestima es una parte fundamental para que el hombre alcance su plenitud y autorrealización (plena expresión de sí mismo). Lo cual tiene relación con los puntos anteriores, donde las actitudes con relación a sí mismo incluyen también creencias, convicciones, ideales, aspiraciones y compromisos (Jersil, 1965 citado en Ortuño). De acuerdo con algunos estudios citados por Ortuño (1978) las personas con autoestima alta, presentan una

serie de características tales como: mayor control de sus impulsos, se auto-refuerzan con mayor frecuencia, refuerzan a otros mas a menudo, se autoafirman, son persistentes para la búsqueda de soluciones constructivas, son poco agresivos, tienen una actitud positiva hacia su propio cuerpo.

Es una actitud positiva o negativa hacia uno mismo, tanto como el grado de aprecio o de satisfacción con uno mismo, y los sentimientos de una valoración percibida en comparación con otros (Brinthaupt, Erwin y Cook.1992). Basándose en esta teoría, según como se encuentre la autoestima, ésta es responsable de muchos fracasos y éxitos, ya que una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de sí mismo, potenciará la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso. De esta forma, se irá desarrollando la autoestima a lo largo de la vida, a medida que se va formando esa imagen propia, que se forja en el interior de cada persona y que se hace a través de las experiencias con otras personas y las actividades que se realicen.

De igual manera, las experiencias vividas durante la infancia juegan un papel predominante, en el establecimiento de la autoestima; así como la calidad de estas experiencias influye directamente, sobre el nivel de autoestima. Además de los juicios de los demás, sobre la autoestima influye la forma en que en que el diálogo interno interpreta esas experiencias positivas y negativas que se han vivido, como ya se mencionó anteriormente. La autoestima puede desarrollarse convenientemente, cuando los niños y adolescentes experimentan positivamente cuatro aspectos (Soutullo C., y MardomingoMa. de Jesús., 2010)

- ✿ **Vinculación:** resultado de la satisfacción que obtiene el adolescente al establecer vínculos que son importantes para él y que para los demás también son importantes.
- ✿ **Singularidad:** resultado del conocimiento y respeto que el adolescente 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.

- ✿ **Poder:** consecuencia de la disponibilidad de medios, de oportunidades y de capacidad en el adolescente, para modificar las circunstancias de su vida de manera significativa.
- ✿ **Modelos o pautas:** puntos de referencia que dotan al adolescente de los ejemplos adecuados, humanos, filosóficos y prácticos, que le sirven para establecer su escala de valores, sus objetivos, ideales y modales propios.

Estas cuatro condiciones deben estar siempre presentes, para que se desarrolle y se mantenga la autoestima; las cuales, serán punto de partida para trabajar con ellos, en la propuesta de este trabajo.

Cabe recalcar que dentro de la adolescencia, la autoestima se corrompe sobre todo en las adolescentes, esto significa que las mujeres tienen una autoestima menor que los hombres, en su etapa de la adolescencia, según investigaciones de (Chubb, Ferman y Ross, 1997). En otras investigaciones similares de (American Association of University Women AAUW Educational Foundation, 1992; Brown L.M. y Gilligan, 1990), encontraron que la confianza y autoestima de las niñas permanece muy alta hasta los 11 o 12 años y luego tiende a decaer.

Recordando que la adolescencia, por ser uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima; es la etapa en la que la persona necesita hacerse con una firme identidad, como ya se mencionó anteriormente, para ser un individuo distinto a los demás, conocer sus posibilidades, su talento y sentirse valioso como persona, que avanza hacia un futuro (Baucum, D., 2009).

Además, en dicha etapa desarrollan la capacidad de reflexionar y pensar sobre uno/a mismo/a y de aceptar una nueva imagen corporal. Al hacerlo, el o la adolescente se formulan una serie de preguntas sobre sí mismos, por ejemplo: si es atractivo, si es inteligente, si es aceptado por sus compañeros, en si desvalorizaciones. Gradualmente empieza a separar lo que cree que es verdad sobre sí mismo/a de lo que considera erróneo y a formularse sus propios conceptos sobre su persona. Cuanto mayor sea la aceptación que siente, tanto en la familia

como en los/as compañeros/as, mayores serán las posibilidades de éxito (Vernieri M. J., 2006).

Por lo tanto, en la adolescencia, el grupo familiar, el de la escuela, los amigos y los medios de comunicación, contribuyen a moldear la autoestima. Pero en esta etapa se conjugan otros elementos, pues durante la adolescencia la autoestima tiende a debilitarse. Una buena dosis de autoestima, es uno de los recursos más valiosos de que puede disponer un adolescente.

Un adolescente con autoestima aprende más eficazmente, desarrolla relaciones mucho más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presenten, para trabajar productivamente y ser autosuficiente, posee una mayor conciencia del rumbo que sigue. Y lo que es más, si el adolescente termina esta etapa de su vida con una autoestima fuerte y bien desarrollada, podrá entrar en la vida adulta con buena parte de los cimientos necesarios, para llevar una existencia productiva y satisfactoria, como se ha observado en capítulos anteriores.

Un adolescente con autoestima alta, 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 y se sentirá capaz de influir en otros.

3.1 Características de la autoestima

Después de haber explicado que es la autoestima, ahora en esta sección se considera importante mencionar sus características, ya que influyen determinadamente, en como las personas se comportan de diferente manera, dependiendo del nivel de autoestima que tengan. Se ha visto que una autoestima saludable, se correlaciona con la racionalidad, el realismo y la intuición, con la creatividad, independencia, flexibilidad y la capacidad para aceptar los cambios, con el deseo de admitir los errores, con la benevolencia y la disposición de cooperar. En cambio, la autoestima baja se correlaciona con; irracionalidad, rigidez, el miedo a lo

nuevo y a lo desconocido, con la conformidad o rebeldía poco apropiada, con estar a la defensiva, la sumisión o el comportamiento reprimido (Branden, 1998).

La autoestima puede sufrir grandes altibajos, características que se explican dependiendo de las cosas que puedan influir en cada momento.

- Un adolescente con autoestima alta, elegirá y decidirá como emplear el tiempo, el dinero, sus ropas, sus ocupaciones, etc.
Actuará con presteza y con seguridad en sí mismo, asumirá la responsabilidad de ciertas tareas o necesidades evidentes.
- Le interesarán tareas desconocidas, cosas y actividades nuevas, que aprender y que poner en práctica y se lanzará a ellas, con confianza en sí mismo.
- De forma espontánea sabrá reír, sonreír, gritar, llorar y expresar su afecto, sabrá pasar por distintas emociones sin reprimirse, sabrá encarar las frustraciones de distintas maneras, esperando, riéndose de sí mismo, replicando, etc. y será capaz de hablar de lo que le entristece.
- Tendrá confianza en las impresiones y en el efecto que él produce sobre los demás miembros de la familia, sobre los amigos e incluso, sobre las personas con autoridad.
- Un adolescente sin autoestima dirá no puedo hacer esto o aquello, no se cómo se hace, no lo aprenderé nunca.
- Se sentirá inseguro o decididamente negativo, sobre el afecto o el apoyo que le prestan sus padres y amigos.
- Las actitudes y los actos de ese tipo de adolescentes estarán impregnados de falta de seguridad o incluso de ineptitud. Encaráretos sin convencimiento de superarlos.
- Cambiará de ideas y de comportamiento con mucha frecuencia, manipulará otras personalidades más fuertes.
- Repetirá una y otra vez pocas expresiones emocionales, como el descuido, la inflexibilidad, la histeria, el enfurruñamiento, será fácil de predecir que tipo de respuesta dará ante determinada situación.

- Tendrá escasa tolerancia ante las circunstancias que le provoquen angustia, temor, ira o sensación de caos.
- Será una persona picajosa, incapaz de aceptar las críticas, pondrá excusas para justificar su comportamiento.
- Rara vez admitirá errores o debilidades y la mayoría de las veces atribuirá a otros o a la mala suerte la causa de sus dificultades.

(Vernieri Ma., 2006).

Por otra parte, en el desarrollo de la autoestima se ven implicados varios factores que a manera de resumen, se presentan en el siguiente cuadro.

Tabla 4. Factores condicionantes de la autoestima.

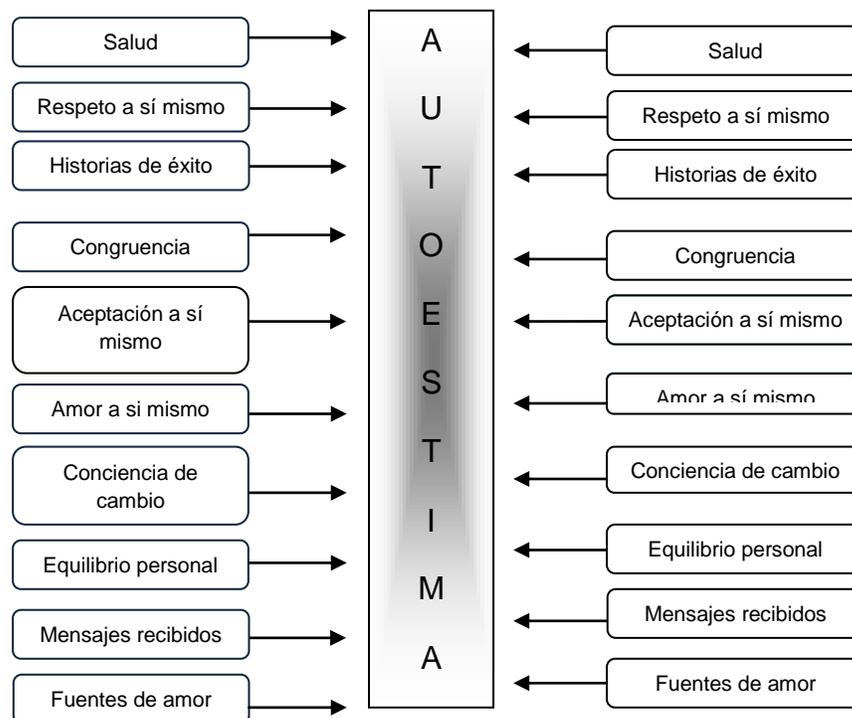


Tabla 4. Factores condicionantes de la autoestima (González N. I., 2001).

La autoestima alta implica que el individuo piense que es positivo o suficientemente positivo. La persona se siente digna de la estima de los demás, se respeta por lo que es, además vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión, amor, siente que es importante, tiene confianza en su propia competencia y tiene fe en sus propias decisiones. La autoestima alta no

significa un estado de éxito total, consiste en reconocer sus propias limitaciones, capacidades, habilidades y confianza en la naturaleza interna (Branden, 1998: Rodríguez, Pellicer y Domínguez, 1998).

Comúnmente este tipo de autoestima está asociada a la salud mental, ya que la persona es funcional y adaptativa. Una cantidad promedio de autoestima, es la ideal para el funcionamiento psicológico sano.

Los individuos con autoestima positiva, explican Rodríguez, Pellicer Y Domínguez (1998), poseen las siguientes características:

- ❖ Hace amigos fácilmente.
- ❖ Muestra entusiasmo en las nuevas actividades.
- ❖ Es cooperativo y siguen las reglas si son justas.
- ❖ Puede jugar solo o con otros niños.
- ❖ Le gusta ser creativo y tiene sus propias ideas.
- ❖ Demuestra estar contento, lleno de energía y habla con otros sin esfuerzo.
- ❖ Se siente libre y que nadie lo amenaza
- ❖ Dirige su vida hacia donde cree conveniente, desarrollando habilidades que hagan posible esto.
- ❖ Aprende y se actualiza para satisfacer las necesidades del presente.
- ❖ Acepta su sexo y lo relacionado con el.
- ❖ Se relaciona con el sexo opuesto en forma sincera y duradera.
- ❖ Ejecuta su trabajo con satisfacción, lo hace bien y aprende a mejorar.
- ❖ Se gusta a sí mismo y gusta de los demás.
- ❖ Se aprecia y respeta a sí mismo y a los demás.
- ❖ Tiene confianza en sí mismo y en los demás.
- ❖ Se percibe como único.
- ❖ Conoce, respeta y expresa sus sentimientos y permite que lo hagan los demás.

El adolescente con autoestima alta 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 y se sentirá capaz de influir en forma positiva en otros (Marsellach, 1998). Además, estos adolescentes tienen habilidades para correr riesgos, aprender de los resultados y seguir adelante (Sher, 2000).

De manera que al irse formando la autoestima, puede afectar al adolescente, ya que el nivel de autoestima influye en el desarrollo y desempeño de otras actitudes:

1. Condiciona el aprendizaje. El joven con poca autoestima, o también llamada autoestima negativa, está poco motivado e interesado en aprender, encuentra poca satisfacción en el esfuerzo, porque no confía en sus posibilidades de obtener éxito. Cuando valora y le da importancia a su capacidad para aprender, experimenta mayor confianza en sí mismo y puede desplegar esfuerzos tendentes al logro de sus objetivos.
2. Ayuda en la superación de dificultades. El adolescente con autoestima positiva es capaz de enfrentarse a problemas y fracasos, porque dispone de la energía necesaria, para confiar en superar los obstáculos.
3. Fundamenta la responsabilidad. La confianza en uno mismo constituye la base, para ser capaz de responder a las exigencias de la vida cotidiana.
4. Favorece la creatividad. El niño que se valora y confía en sí mismo, puede explorar nuevas posibilidades, se arriesga con respuestas creativas y originales.
5. Posibilita la relación social. El justo aprecio y respeto por uno mismo genera seguridad personal, dota de atractivo personal y facilita las relaciones con los demás, en relación de igualdad; sin sentimientos de inferioridad o superioridad.
6. Determina la autonomía: El niño que se considera con adecuados niveles de autosuficiencia es capaz de tomar decisiones. Quien se acepta y se siente bien consigo mismo es capaz de enfrentarse a retos de forma independiente. Cuando el nivel de autoestima es bajo los niños son dependientes, incapaces de tomar decisiones, sin opinión y sin criterio.

7. Afianza la personalidad. El sujeto se siente seguro de sus posibilidades, como ser independiente (seguro, confiado y auto-aceptado) y como ser social: confía, valora y acepta a los demás.

Un nivel de autoestima positivo se fundamenta en la habilidad para evaluarlos objetivamente, conocerlos realmente, y ser capaces de aceptarlos y valorarlos incondicionalmente. Es decir, ser capaz de reconocer de manera realista las fortalezas y limitaciones; al mismo tiempo aceptarlos como valiosos, sin condiciones o reservas y al mismo tiempo, permite realizar sueños anhelados. Mientras más se acepte y se aprecie el adolescente a sí mismo, se comportará de una manera que le permitirá ser aceptado y apreciado por otros. Mientras más crea que es capaz de lograr sus metas, aumentan sus probabilidades de hacerlas realidad (C. Coleman J. 2003).

Como ya se vio en que forma se manifiesta una autoestima alta, a continuación, se darán las características de la autoestima baja, ya que existe una gran mayoría de personas que padecen de ella. “El mayor mal que le puede suceder a un hombre es llegar a pensar mal de sí mismo” (Goethe 2009). Tiende a vivir preocupado con una mórbida percepción y sentimiento de su falta de talento, atractivo o habilidades personales. Una autoestima baja se encuentra en toda clase de personas, pero basándose en este trabajo, también se da mucho en los adolescentes, por eso es importante conocer las consecuencias y los síntomas de la misma, ya que muchas veces es disfrazada con apariencias de ira, depresión, miedo, angustia, pesimismo, alcoholismo, drogadicción, entre otros muchos disfraces, en general llamados “adicciones” (Jiménez C. A., 2008).

En primer lugar, es importante que los maestros y orientadores educativos conozcan los orígenes de una autoestima baja y negativa, ya que por falta de conocimiento, los seres humanos en general y los maestros, orientadores, alumnos y padres de familia en particular, tienen dificultades para lograr una autoestima positiva y sana.

Algunos resultados de investigaciones, indican que los estímulos y el intercambio de éstos, son una de las necesidades primordiales de los organismos superiores. Debido a que son esenciales para la supervivencia de los seres humanos, este intercambio de estímulos, es una de las actividades más importantes en que puede comprometer a las personas, si se quiere lograr una salud integral, ya que un estímulo es todo aquello que nos hace sentir vivos.

Los estímulos pueden variar, desde una caricia física afectiva, hasta una alabanza o un reconocimiento. Por ejemplo, Spitz (1971) demostró que un niño muy pequeño, necesita de la caricia física (el estímulo físico) verdadero, auténtico, para poder sobrevivir y no empezar a enfermar, tanto su cuerpo como su mente y sus emociones. Por el contrario, los adultos podrán requerir únicamente de caricias simbólicas ocasionales, tales como la alabanza o una expresión de aprecio, para permanecer sanos y vivos.

La falta de suficientes estímulos físico-afectivos adecuados, tiene siempre un efecto perjudicial sobre la autoestima. A medida que el niño crece, el hambre primario por contacto físico real se modifica y se convierte en hambre de reconocimiento.

Una sonrisa, una señal de aprobación, una palabra o también un ceño fruncido o expresión facial de rabia, tristeza o miedo, reemplazan a lo largo del desarrollo evolutivo del niño, algunos estímulos físico-afectivos. El reconocimiento estimula el cerebro de quien los recibe y sirve para que la persona pueda comprobar el hecho de que está ahí y está vivo.

Algunos intercambios de estímulos entre adultos son encuentros meramente superficiales, se puede decir que son de mantenimiento. Por lo general, carecen de contenido significativo, pero mantienen activa la comunicación y dan a las personas la sensación de ser tomadas en cuenta y de estar vivas. Se puede llamar a estos estímulos de mantenimiento como saludos rituales: "Hola, ¿cómo estás?" "bien ¿Tú?", "nos vemos" "si que te vaya bien" o también inclinarse o darse la mano, ya que son formas estructuradas de intercambiar estímulos de este tipo.

Los estímulos positivos por lo general, son intercambios directos, apropiados y permanentes a la situación del momento y del lugar, dejando a las personas que se sientan bien, vitales, alertas y trascendentales. En un nivel más profundo, aumentan la sensación de bienestar de los seres humanos, confirman su inteligencia y son a menudo placenteros. Los sentimientos subyacentes son sentimientos de buena voluntad, buena intención y comunican: “yo me siento bien, estoy bien y siento que tú o ustedes están bien”. Si el estímulo es auténtico, no es exagerado, entonces concuerda correctamente con los hechos y sustenta a las personas. De esta manera se va encadenando y prolongando una buena racha en el intercambio de estímulos; por lo tanto, en la interacción positiva, constructiva y en una comunicación efectiva y colaborativa.

Desgraciadamente, no todos los intercambios de estímulos son positivos. Así Spitz menciona que cuando una madre o su sustituta, descalifica las sensaciones y necesidades de un recién nacido, su desarrollo evolutivo se ve obstaculizado. Una descalificación es o la falta de atención o la atención negativa que ocasiona daño físico, orgánico, emocional e incluso intelectual. Al desatender a un bebé se le está mandando un mensaje: “tú estás mal, por chillón por tragón, no mereces mi atención”. Cuando a un bebé se le ignora, se le fastidia, se le humilla o ridiculiza, se le está degradando antes que nada física y orgánicamente.

En alguna forma está siendo tratado como si fuese insignificante, se le rebaja y esta descalificación siempre conlleva a una degradación interior, ligada a una baja autoestima.

Es doloroso ser descalificado, entre padres e hijos se conduce a una patología de la personalidad, que puede ser reforzada entre maestros y alumnos. En los adultos en general, conduce a relaciones humanas infelices o acaba en vidas autodestructivas, improductivas que no llevan a ninguna parte.

Sin embargo, si los profesionales de la educación cooperan y orientan a los alumnos para ayudarlos a solucionar sus problemas psicoafectivos de manera adecuada y sana, los efectos de las descalificaciones disminuirán.

El auto-concepto se elabora en función de las relaciones humanas que se establecen con los demás, es decir, la autoimagen no se define y construye únicamente a partir de lo que uno piensa. Nieto (1987), confirma lo sostenido por Spitz:

“Un niño bien estimulado al que se le habla, se le quiere y se le atiende como necesita, aprenderá a hablar, a caminar, a leer y a escribir, y su desarrollo cognoscitivo y psicomotor será más firme que el del niño al que le falta estimulación y apoyo”.

Las pequeñas cosas que se dice y hace, todos los días, pueden fortalecer o debilitar la confianza y seguridad del niño, su AUTOESTIMA.

Un ambiente cálido y respetuoso ayuda al niño o adolescente a formarse una imagen positiva de sí mismo.

Un ambiente en el que se dan espacios para conversar y compartir lo que se hizo en el día, donde hay interés en cómo se siente el otro, donde se manifiesta el afecto y la ternura, es un ambiente que ayuda al niño o adolescente a tener confianza en sí mismo.

Ahora en los adolescentes, la baja autoestima nunca se manifiesta con un solo rostro. En algunos casos, es posible detectarla detrás de cuestiones relacionadas con problemas de conducta, de carácter o de formas de llamar la atención, e incluso todos estos aspectos a la vez. Éstas son algunas características que acompañan un cuadro de autoestima baja Rodríguez N., 2008.

- ❖ Hace sentir a una persona incapaz e indigna de vivir; la hace sentir mal en lo más profundo.
- ❖ Es una fuente de angustia, estrés y soledad.
- ❖ Puede causar serios problemas a las relaciones y amistades.
- ❖ Puede perjudicar seriamente la afectividad en el trabajo y en el rendimiento académico.
- ❖ Hace huir de todo riesgo y desafío y por eso impide el progreso.

- ❖ Aumenta la probabilidad de las drogas y alcoholismo.
- ❖ Crea sensibilidad excesiva ante las críticas.
- ❖ Inculpaciones y quejas.
- ❖ Necesidad de atención y aprobación.
- ❖ Agresividad.
- ❖ Ambición y egoísmo.
- ❖ Autocompasión.
- ❖ Descuida su apariencia.
- ❖ Ansiosa y disgustado de sí mismo.
- ❖ Asilamiento y timidez.

Myers & Myers (1998).

De esta manera influye la autoestima baja en el adolescente:

- Autocrítica dura y excesiva que lo mantiene en un estado de insatisfacción consigo mismo/a.
- Hipersensibilidad a la crítica, por la que se siente exageradamente atacada/o, herida/o; echa la culpa de los fracasos a los demás o a la situación; cultiva resentimientos tercos contra sus críticos.
- Indecisión crónica, no por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
- Deseo innecesario por complacer, por el que no se atreve a decir NO, por miedo a desagradar y a perder la buena opinión de los demás.
- Perfeccionismo, auto-exigencia esclavizadora de hacer "perfectamente" todo lo que intenta, que conduce a un desmoronamiento interior, cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
- Culpabilidad inadecuada por la que se acusa y se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas. Exagera la magnitud de sus errores y delitos y/o los lamenta indefinidamente, sin llegar nunca a perdonarse por completo.

- Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar aún por cosas de poca importancia, propia del supercrítico a quién todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.
- Pesimismo generalizado. Todo lo ve negro: su vida, su futuro y sobre todo, su sí mismo.
- Inseguridad acerca de quién es y falta de confianza en sí mismo.
- Problemas de intimidad en relaciones.
- Esconder los verdaderos sentimientos.
- Inhabilidad de premiarse a sí mismo por los logros.
- Inhabilidad de perdonarse a sí mismo y a los demás.
- Miedo al cambio.

En cuanto a las personas con baja autoestima, no es tan sencillo reconocerlas, pues la autoestima baja puede usar diferentes máscaras. A continuación se ven algunas de las más comunes.

- **El Impostor:** Aunque se muestra feliz y exitoso, en realidad le aterra el fracaso y vive con el constante miedo de "ser descubierto". Necesita triunfos externos constantes para tratar de mantener la máscara de alta autoestima, lo cual le podría conducir a problemas con el perfeccionismo, competencia o sobre exigencia.
- **El Rebelde:** Actúa como si las opiniones o buenas intenciones de otros, especialmente las personas importantes o poderosas, no importaran. Vive con una rabia constante por no sentirse "suficientemente bueno". Continuamente necesita probar que los juicios y críticas de otros no le duelen, lo cual podría crear problemas al culpar a otros excesivamente por sus tropiezos, romper las reglas y/o leyes, o desafiar y pelear con las figuras de autoridad.

- **El Perdedor:** Se muestra desvalido e incapaz de valerse por sí mismo y espera que alguien venga a rescatarlo. Usa la auto-compasión o la indiferencia como una barrera contra el miedo a asumir la responsabilidad de sus actos. Siempre anda en busca de la guía de otros, lo cual podría llevar a una falta de asertividad, falta de logros propios, y una excesiva dependencia de los demás en sus relaciones (Burns D. 2010).

De modo tal, se puede observar que quien experimenta baja autoestima, suele ser un ser que no tiene plena confianza en las posibilidades propias. Ya sea por experiencias que así se lo han hecho sentir o por la respuesta especular de sus otros significativos, es decir, de las personas importantes en la vida del sujeto, que mediante mensajes de confirmación o desconfirmación, refuerzan el sí mismo o lo denigran.

La diferencia principal entre autoestima alta y baja, radica en que con una autoestima alta, el individuo asume una actitud activa ante la vida. Esto implica tener ganas de enfrentar nuestros problemas y de buscar soluciones, escuchando nuestras ideas para tener una vida mejor. Implica también atreverse a actuar y aceptar la responsabilidad de tomar decisiones, tanto positivas como negativas. En cambio con una autoestima baja, el individuo toma una actitud pasiva, no tiene ganas de enfrentar problemas. Se evade, porque siente la incapacidad de lograr algo. Si un individuo espera que alguien dé soluciones en su lugar, los otros lo harán desde su propio punto de vista, sin tomar plena conciencia del problema del otro. Y aun cuando el sujeto logre evadir la responsabilidad en la toma de decisiones y poder culpar a los otros, en caso de que los resultados no funcionen, también se privará, del gozo de los logros que se puedan obtener, porque nunca podrá integrarlos como propios. Esto lo convertirá automáticamente, en una más de las personas que viven la vida como víctimas, en esclavos de otros, de quienes se depende, porque su destino no estará en sus manos, sino en los demás y lo único que se hace en esos casos es quejarse; pero sin hacer nada para remediarlo o cambiarlo (Verduzco Álvarez y Moreno López A., 2007).

La autoestima no depende del atractivo físico como imaginan algunos, con ingenuidad. Pero la voluntad o la falta de voluntad para verse y aceptarse sí tiene consecuencias dentro de la autoestima. La actitud como ya se mencionó anteriormente, es cómo la persona se ve en el espejo (Branden N., 1998).

3.2 Desarrollo de la autoestima

La autoestima se desarrolla a partir de la interacción con el medio que rodea a la persona. Cuando el individuo nace, no tiene pasado ni experiencia de comportamiento y carece de una escala de comparación, para valorarse a sí mismo.

Según Coopersmith, (1968) los niños y niñas forman imágenes de sí mismas, basadas en la forma en que son tratados por personas allegadas que le son significativas, como los padres, maestros y maestras, compañeras y compañeros.

Los factores determinantes para desarrollar una alta autoestima son:

- Aceptación del niño y niña con sus cualidades y defectos.
- Respeto hacia el niño y la niña y a sus intereses.
- Límites muy claros y consistentes en la familia.
- Apoyo a sus decisiones para que llegue a conseguir sus metas.
- Comunicación y relación con la familia y seres cercanos.

Satir (2003) afirma que los sentimientos positivos sólo pueden florecer en un ambiente donde se toman en cuenta las diferencias individuales, se toleran los errores, la comunicación es abierta y las reglas son flexibles.

La persona con alta autoestima puede sobrevivir muchos fracasos en la escuela, el trabajo o con sus semejantes, la persona con baja autoestima puede tener muchos éxitos y seguirá sintiendo una duda constante, respecto a su propio valor. Además de los factores determinantes en la infancia, existen otros que también tienen que ver con la forma en la que la persona desarrolla su autoestima:

- Ⓢ Ejecutar tareas importantes para sí mismo.
- Ⓢ Lograr estándares morales y éticos.
- Ⓢ Tener un alto grado de influencia en las decisiones sobre su propia vida.

En base a estas necesidades se puede conocer y desarrollar una buena autoestima, así de esta manera es necesario revisar los siguientes pasos de la llamada escalera de la autoestima

Tabla 5. Escalera de la autoestima.

<p>“Sólo se puede amar cuando uno se ama así mismo” AUTOESTIMA</p>
<p>“La autoestima es un silencioso respeto por uno mismo” (D. Elkins) AUTORESPETO</p>
<p>“La actitud del individuo, hacia sí mismo y el aprecio por su propio valer juega un papel de primer orden en el proceso creador” (M. Rodríguez) AUTOACEPTACIÓN</p>
<p>“El sentirse devaluado e indeseable es en la mayoría de los casos la base de los problemas” (C. Rogers) AUTOEVALUACIÓN</p>
<p>“Dale a un hombre una auto imagen pobre y acabará siendo siervo” (R. Schuller) AUTOCONCEPTO</p>
<p>“Cuando aprehendemos a conocernos en verdad vivimos” (R Schuller) AUTOCONOCIMIENTO</p>

Tabla 5. La tabla muestra la escalera de la autoestima y los diversos puntos de vista de autores según Rodríguez M. (1988).

Con base en la tabla anterior, se mencionan las siguientes características de cada punto mencionado en la escalera de la autoestima, para poder así, describir las necesidades que cada individuo debe de cubrir a lo largo del desarrollo de la misma.

☞ Autoestima.

Se refiere a que es el conjunto de todos los pasos anteriores, mencionados desde el principio. En donde una persona se conoce y está consciente de sus cambios, crea su propia escalera de valores y desarrolla sus capacidades; y si se acepta y respeta, tendrá una autoestima alta. Si una persona no se conoce, el

concepto de sí mismo es pobre. Si no se acepta ni respeta; su autoestima será baja.

☞ Auto-respeto.

Es atender y satisfacer las necesidades y valores. Es expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que haga sentir al individuo satisfecho de sí mismo.

☞ Auto-aceptación.

Es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo, como la forma de ser y sentir, ya que sólo a través de la aceptación, se puede transformar lo que es susceptible de ello.

☞ Auto-evaluación.

Es 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. Y considerarlas como malas, si lo son para la persona, no lo satisfacen, carecen de interés, le hace daño y no le permiten crecer.

☞ Auto-concepto.

Es una serie de creencias que se tiene acerca de sí mismo, que se manifiesta en la conducta. Si alguien se cree tonto, actuará como tal; si se cree inteligente o apto, actuará de la misma manera.

☞ Auto-conocimiento.

Es conocer las partes que componen el “yo”. Cuáles son sus manifestaciones, necesidades y habilidades: los papeles que vive el individuo y a través de los cuales, conoce cómo y por qué piensa, siente y actúa, de tal o cual manera.

Al conocer todas sus partes, su totalidad como ser integrado, 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, con sentimientos de ineficiencia y desvaloración. Además aprender a quererse y respetarse, es algo que se construye o reconstruye por dentro. Esto depende también, del ambiente familiar en el que se esté y los estímulos que éste brinde, como se ha venido observando a lo largo de este trabajo. Ahora se explicará con más claridad, cómo influye la familia directamente, en la autoestima del joven.

En la violencia familiar, las víctimas y los victimarios poseen muy baja autoestima, ya que por un lado, la víctima es alguien al que maltratan sin que ésta pueda poner límites y no se da cuenta, de que está siendo abusada. Por otro lado, los victimarios compensan lo inferior que se sienten, maltratando y abusando, en este caso, de un familiar. Muchas de las heridas emocionales que tiene una persona, producidas en su niñez, pueden causar trastornos psicológicos emocionales y físicos (cáncer, úlceras, hipertensión, trastornos cardíacos y alimentarios, problemas en la piel y depresiones) produciendo dificultades en la vida de las mismas; conflictos serios en el trabajo, disminución de la energía y de la capacidad creativa, relaciones matrimoniales desastrosas, no poder hacer o conservar amigos, poco entendimiento con las hijas e hijos.

Existen padres, madres, docentes o orientadores que humillan, desprecian, no prestan atención, se burlan o se ríen del niño/a cuando pide ayuda, siente dolor, tiene un pequeño accidente, necesita que lo defiendan, expresan miedo, piden compañía, se aferra buscando protección, tiene vergüenza, etc.. Estas actitudes se completan con otras totalmente opuestas, demostrándole al niño que es "querido y bonito", creándole una gran confusión. Pero estas muestras de cariño son aparentes, adjudicándole un rótulo a su identidad, que trae como consecuencia, un peso negativo en formación y en el desarrollo de sus capacidades. En el momento en que la persona afectada es adulta, transmitirá la humillación o el maltrato a personas más pequeñas o vulnerables. Es una cadena hereditaria de abuso y poder, ya que el

desprecio y la vergüenza vivida en la infancia, son la fuente del problema, que afecta en la vida adulta y causante de la baja autoestima.

La principal imagen y más generalizada forma de violencia, es el maltrato emocional. Hay muchas maneras para asustar a un niño y hacerlo sentir culpable e intimidado, sin recurrir a la violencia física. El niño o la niña se atormentan con pensamientos y sentimientos que no pueden comunicar ni compartir con nadie y aprenden a soportar el dolor y el silencio. La autoestima y la comunicación están muy relacionadas, porque según como se diga algo, el efecto será positivo o negativo, de aprendizaje o de distorsión y resentimiento, que se transmite desde la infancia hacia el futuro. Por esta razón, se entiende que los padres y madres que dañan la autoestima de sus hijos, no siempre lo hacen intencionalmente, ya que ellos fueron educados del mismo modo.

Cuando los padres quieren que sus hijos reaccionen como ellos desean, suelen comportarse de maneras particulares. Estas maneras pueden ser: (Rodríguez N. 2008)

Mártires: controlan al niño haciéndolo responsable de su sufrimiento y culpable por todo lo que pueda querer o hacer, que no les caiga bien a estos mártires, a quienes nada les viene bien y recurren a las quejas, los reproches, las lágrimas, las amenazas de que les va a dar una ataque, etcétera.

- Ves como me sacrifico por ti y no te importa.
- Dejé todo para criarte y me lo pagas haciendo eso.
- ¿En que nos equivocamos, por que nos haces estas cosas?

Los dictadores: controlan al niño o la niña atemorizándolos, cuando hacen algo no autorizado, son estrictos y amenazantes para que obedezcan y todo los enfurece. Condenado de manera inapelable al niño, con burlas, gritos, despliegue de poder y dominación.

- ✿ Como puedes ser tan estúpido/a, como no te das cuenta de las cosas.

- ✿ Te avisé y ahora vas a ver lo que te pasa por no obedecer.
- ✿ Yo no tengo que darte explicaciones, lo haces porque te lo ordeno y punto.

A veces estos roles (mártir y dictador) se combinan, se alternan y agregan más confusión a los chicos, porque también van acompañados con demandas o manifestaciones de cariño.

Ninguna forma de maltrato es educativa y ningún mensaje o comunicación que culpabiliza, critica, acusa, insulta o reprocha, es un buen estímulo para nadie. Y menos en la infancia, cuando no hay posibilidades de defenderse, protegerse o entender que es la impotencia y el desconocimiento, de otras formas de trato, lo que lleva a los padres y madres a asumir ese papel de mártir o de dictador.

El primer recurso terapéutico del que se puede echar mano, para ayudar a los jóvenes, a través de los grupos de autoayuda, es hacerlos conscientes de que no pueden hacerse cargo toda la vida, de los problemas que amargaron o hicieron de sus padres y madres, personas mártires o dictadores. Basta con empezar a investigar de que manera los afectaron esas actitudes, para comenzar a liberarse y poder romper por fin, esa cadena que se transmite de generación en generación, de sus efectos nocivos y no repetir nada de esto con sus propios hijos e hijas de adultos; logrando con ello, que deje de seguir afectando sus vidas y ayudándoles a construir su propia autoestima (Rodríguez N., 2008).

Capítulo IV
ORIENTACIÓN

Capítulo IV

ORIENTACIÓN.

La Orientación Educativa constituye no sólo una práctica profesional legitimada por las instituciones educativas, sino también un campo problemático apto para la investigación, desde diferentes perspectivas. Analizar las posibilidades de estudio de la práctica orientadora no es una tarea fácil, por el contrario, implica conocer el objeto de estudio, para exponer sus posibilidades.

En este trabajo interesa resaltar la importancia que tiene la Orientación dentro de las escuelas y el logro que puede alcanzar, si se utilizan las herramientas necesarias, para aprovechar su potencial y los recursos que brinda. Con el fin de comprender la conceptualización de la orientación educativa, Bisquerra y Álvarez (1998) sugieren que el discurso sea analizado desde los siguientes niveles: histórico, teórico, conceptual, prescriptivo, descriptivo, normativo y crítico. De esta manera, el presente capítulo contiene estas ideas, desde lo histórico hasta lo crítico, para que el concepto de orientación sea analizado y brinde el conocimiento necesario, para su aprovechamiento dentro de los centros educativos.

El campo de la Orientación Educativa plantea grandes retos para quienes deseen incursionar en la investigación, porque tiene que ver con una lógica de pensamiento que busca conocer, explicando o comprendiendo, qué es lo que sucede en los espacios escolares con el aprendizaje de los alumnos o con la elección vocacional-profesional y los problemas que enfrentan en su desarrollo personal.

También se entiende como un proceso de ayuda inserto en la actividad educativa, cuyo objetivo es favorecer el desarrollo cognitivo, afectivo y social de alumno, con el fin de que logre adecuadamente su aprendizaje y haga un proyecto de futuro, que le permita participar en la construcción social y el desarrollo del país.

Como objetivo general se marca: la colaboración con los integrantes de la comunidad educativa, para contribuir a la formación integral e individualizada de los alumnos.

A continuación se presentarán, la definición concreta de Orientación, el proceso que ha llevado la Orientación en México desde sus orígenes, los objetivos de la orientación, así también el papel que juega el orientador, dentro del nivel educativo y sus funciones, basados en diversos puntos de vista de autores varios.

4.1 Definición de Orientación

Cuando se habla de lo que es orientación, se puede referir a que es algo fundamental, que caracteriza a cada persona, el de elegir el camino hacia donde se dirige; sin embargo, en este trayecto se toman diversas decisiones que lo complican, de igual manera existen personas que pueden ser su orientador y consiguen llevarlo, hacia el rumbo apropiado o simplemente ofrecen una orientación adecuada.

A esta orientación existen autores que la definen de diversas maneras como:

Hoz (1982), concibe la orientación escolar como *“Proceso de ayuda a un estudiante para que sea capaz de resolver los problemas que su vida académica le plantea, especialmente el de elegir los contenidos y técnicas de estudio más adecuados a sus posibilidades”*. Como se puede observar, tiene en cuenta en esta definición, dos objetivos fundamentales: ayudar al alumno y partir del nivel aptitudinal que el sujeto posee. También a su vez, es un conjunto de actividades, destinadas a los alumnos, los padres de familia y los profesores, con el objetivo de contribuir al desarrollo de las actividades, dentro del ámbito específico de los centros escolares. Al igual, se define como una disciplina que estudia y promueve las capacidades pedagógicas, psicológicas y socioeconómicas del ser humano, con el propósito de vincular su desarrollo personal, con el desarrollo social del país. Una de estas autoras que defienden la idea de que la orientación ayuda al desarrollo del país y la sociedad es Gordillo (1988) que menciona que *“la orientación es la concreción individualizada del proceso educativo; es una ayuda para que el individuo haga suyo lo que la cultura le ha transmitido”*.

Orientar es fundamentalmente, guiar, conducir, indicar de manera progresiva, para ayudar a las personas a conocerse a sí mismas y a conocer el mundo que las rodea, dentro de un clima de igualdad de oportunidades y actuando en calidad de ciudadano responsable, tanto en su actividad laboral, como en su tiempo libre.

A su vez, todo esto es un proceso dinámico y permanente, que debe ser paralelo a la formación del individuo, cuya finalidad es apoyar el trabajo docente, los esfuerzos familiares y el objetivo primordial de la educación, es que el individuo sea todo lo que potencialmente puede lograr (Dirección General de Educación Técnica., 1994).

En sus orígenes, la orientación se ha utilizado como un medio para integrar al adolescente, en el caso de la educación media superior, en el lugar indicado; sin embargo, en la actualidad, ha tratado de dar un giro a la concepción que de ella se ha tenido y no se ha tomado la verdadera importancia dentro de la educación.

La orientación educativa debe de estar encargada del proceso de crecimiento personal y esto se ha dejado a un lado, para darle paso a la orientación vocacional y al contrario, deben estar ligadas una con otra, seguir el mismo rumbo.

Como se ha venido manejando a lo largo de este trabajo, el proceso de crecimiento personal, es aquel que promueve el desarrollo de las potencialidades y capacidades del ser humano. Por su parte, la orientación vista de manera integral, también promueve el crecimiento personal, porque pretende “trascender su nivel de crecimiento personal y a su vez trascender su nivel de servicio de ayuda al estudiante, para convertirse de lleno, en una verdadera disciplina que estudie y promueva durante toda la vida de los seres humanos, sus capacidades pedagógicas, psicológicas y socioeconómicas”.

Con base en ello, se afirma que un proceso de crecimiento personal manejado mediante un enfoque gestáltico, deberá propiciar sobre todo, la ampliación del darse cuenta con respecto a sí mismo y a las relaciones con los demás; es decir, este enfoque prioriza el autoconocimiento, basado en el contacto con uno mismo.

De esta manera, el crecimiento personal supone, principalmente, el conocimiento y reconocimiento de las capacidades, habilidades, gustos, intereses, preferencias, elecciones, valores, etc., e implica, en consecuencia su aceptación, respeto y valoración (Nava Ortiz, J. Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación AMPO, 1988).

Inclusive, al observar el desarrollo de definición de la orientación educativa a través del tiempo en México y profundizando más adelante, en este capítulo en la historia de la misma, se verá que “es un proceso educativo individualizado de ayuda al educando en su progresiva realización personal, lograda a través de su libre asimilación de valores y ejercido internacionalmente, por los educadores en situaciones diversas, que entrañan comunicación y la posibilitan”, (Nava Ortiz, J. Manual de Orientación Educativa., 1988).

El término “orientación educativa y vocacional” que formulara el maestro Herrera L. y Montes en 1952, pronto fue adoptado por diversas instituciones del sector educativo del país, sólo que algunas conservaron lo “educativo y vocacional”, otras sólo lo “vocacional” y otras más el término “educativo”, como la ya desaparecida Dirección de Orientación Educativa del Instituto Politécnico Nacional, de quien la Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación, A.C.(AMPO) tomó dicho término en 1982, para plasmarlo en la convocatoria del Segundo Encuentro Nacional de la Orientación Vocacional, celebrado al año siguiente; en la que estableció para los afiliados, la siguiente propuesta: para lograr los objetivos enunciados, la Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación, informa que la temática de la reunión está organizada bajo el rubro general de la orientación educativa, entendiendo por ella, la asesoría que se presta a lo largo del proceso educativo del estudiante y que comprende fundamentalmente, aspectos de su desarrollo escolar, vocacional y profesional.

Dicha proposición estuvo vigente hasta que apareció el estudio de Nava Ortiz, que ofrece una reconceptualización de las definiciones consideradas como tradicionales. Efectivamente, en su introducción, éste plantea una redefinición y

ampliación del concepto de orientación educativa (que se deriva del análisis de las condiciones del país, en los comienzos de la década de los 90's) y propone que:

Por estas y otras circunstancias contextuales, la orientación educativa debe trascender su nivel de servicio de ayuda al estudiante, para convertirse, de lleno, en una verdadera disciplina que estudie y promueva, durante toda la vida de los seres humanos, sus capacidades pedagógicas, psicológicas y socioeconómicas, propiciando además su vinculación, con el desarrollo social del país. De esta forma la orientación educativa puede influir realmente, en la solución de algunos males, que aquejan a la sociedad de nuestros días.

Por tanto, se propone una orientación educativa de mayor impacto social, capaz de trascender el ámbito escolar en que se inscribe, para ofrecerse a todo aquel individuo que requiera de su intervención, ya sea en los ambientes familiares, escolares, laborales o sociales, tanto de la ciudad como del campo.

En otras palabras, se trata de una orientación educativa que forme y transforme las capacidades individuales innatas o aprendidas, relacionadas con su creatividad, su desarrollo, sus actitudes, sus valores, su propósito con la vida, su responsabilidad en el trabajo y, en general, con la satisfacción personal y social. Como alcanza a inferir, desde hace algunos años, los orientadores representados por el presidente de la AMPO han dejado atrás, la idea de que la orientación se limita al ámbito escolar, para que de esta manera llegue a incidir en un nivel social, mucho más amplio y pueda apoyar a todo ser humano, en la realización de sus potencialidades.

Como afirmó en 1990 la Dirección General De Enseñanza Media Superior y Superior, del Estado de Veracruz que:

“La orientación educativa es un proceso continuo, inherente a la educación, cuyo fin último es coadyuvar en el desarrollo integral de los individuos.”

De esta manera, para efectos de este trabajo, se retoman en conjunto las definiciones anteriores; junto con la siguiente, apegada a la ideología gestalt:

La orientación educativa es antes que nada, un servicio de apoyo y acompañamiento del educando en su desarrollo integral y se considera a este último, como el desarrollo de sus potencialidades como ser humano; principalmente, en lo que se refiere a su crecimiento personal; es decir, a su proceso de autoconocimiento, auto respeto, autovaloración, en suma, al fortalecimiento de su autoestima.

4.2 Origen de la orientación educativa en México

La Orientación Educativa, es "la disciplina que estudia y promueve durante toda la vida, las capacidades pedagógicas, psicológicas y socioeconómicas del ser humano, con el propósito de vincular armónicamente su desarrollo personal con el desarrollo social del país", concepto propuesto en el Documento base, que afronta desde su origen formal en México en 1952.

En este apartado se observará como nace y ha ido evolucionando la Orientación Educativa, denotando que prácticamente es un área muy joven, se puede decir que aún en pañales y poco explorada a través del tiempo, cuando pudiese ser una herramienta muy poderosa y eficaz, para combatir las deficiencias educativas, problemas sociales, disminuir la deserción, los peligros o riesgos contemporáneos, propios de la adolescencia, como: embarazos prematuros, consumo excesivo de alcohol y drogas, así como la disminución de la misma delincuencia. Ya que es una realidad que grupos delictivos o delincuencia organizada, aprovechan la circunstancia social de nuestro país, de pérdida de valores y la ausencia de los padres de familia que puedan guiar apropiadamente a los jóvenes; ya sea por desintegración familiar, o consecuencia de una familia disfuncional o la necesidad económica, que obliga a ambos padres a trabajar para subsistir, provocando con ello el descuido a sus hijos, lo que los hace mas vulnerables, ante este tipo de amenazas.

Se podría afirmar que el inicio de la orientación educativa en nuestro país surge, cuando Rafael Santamarina y Cols traducen en 1916, del inglés al español, la escala de inteligencia Binet-Simon; en 1921 presentaron la primera adaptación, para

niños mexicanos. Habrá que recordar que en 1921 se fundó lo que hoy es la Secretaría de Educación Pública (SEP) por José Vasconcelos.

En esta época, se desechó la educación positivista, apoyada por Justo Sierra. Surgen campañas masivas en contra del analfabetismo y se introduce el concepto de Maestro rural. Se buscaba fortalecer la identidad mestiza y la afirmación de la vocación latinoamericana.

Alrededor de estos mismos años, Aguirre (1924) creó la sección psicopedagógica en el Departamento Escolar en la SEP. En 1926 se funda el tribunal para menores, en donde se le dio gran importancia, a la aplicación de pruebas psicológicas: las de Binet-Simon, Khos, Raven, y la Escala Gesell. Lucia Montana, alumna del psicólogo conductista Thorndike, aplica en 1926 en escuelas secundarias del Distrito Federa, la prueba de inteligencia Army-beta.

Acerca de dichos orígenes, Nava (1984) refiere que: “la orientación educativa es un proceso de independencia de las ciencias que le dieron origen”; desde su nacimiento, mismo que se remonta al año 1908 cuando Frank Parsons estableció la primera oficina de orientación vocacional en la Boston CivicServiceHouse de Massachusetts, EUA. Y en México desde el año 1952, cuando Luis Herrera y Montes y sus colaboradores, lograron que la Secretaría de Educación Pública (SEP) les autorizara el establecimiento de la primera oficina de Orientación Educativa y Vocacional, en la Escuela Secundaria Anexa a la Normal Superior de México, en el Distrito Federal (Nava Ortiz, J., 1993).

En base a esto, la orientación en México empezó a tomar una forma seria y a partir de entonces, se empezó a expandir a lo largo de los años.

Específicamente en México, el intento por sistematizar la labor orientadora se remonta hacia el año 1911, cuando se inició una búsqueda organizada de la correspondencia, entre las necesidades sociales y los requerimientos pedagógicos. A partir de esta fecha, en México se orientó hacia la investigación científica, el desarrollo de la cultura ética y proporciona una educación prevocacional alrededor de los 90's, (Lara Gonzales)

El desarrollo de la orientación educativa, ha dependido fundamentalmente, de los sistemas de enseñanza que han adoptado los gobiernos de nuestro país, a través de sus políticas educativas. Hasta el año de 1926, la formación educativa del adolescente se consideró como una mera instrucción preparatoria, para continuar estudios superiores.

Aunque en el transcurso de ese mismo año se prepararon las etapas de secundaria y preparatoria, se consideró sobre todo, los contenidos técnicos y profesiográficos, que propiciaron concebir a la secundaria, como un fin educativo en sí mismo. Teniendo en cuenta estas ideas o tendencias, se organizaron, en la Secretaría de Educación Pública, el Departamento de Psicopedagogía e Higiene Mental, la sección de Orientación Educativa y Vocacional, así como el Instituto Nacional de Pedagogía.

En tiempos de Plutarco Elías Calles, se introduce el modelo de las Escuelas Gary, de Indiana (USA); se introduce el entrenamiento profesional para ampliar, conservar y embellecer las instalaciones de la propia escuela. Se le dio un gran impulso a la Educación Tecnológica, en donde aparece una tendencia utilitarista de la educación, para ayudar a resolver la crisis económica de 1929 a 1933.

En la año de 1932, en el seno de la escuela Preparatoria Técnica de la Secretaría de Educación Pública, surge un servicio de orientación con carácter preponderantemente vocacional, cuyo propósito era, el de brindar a los alumnos que hubiesen demostrado mayor capacidad en un área determinada, la oportunidad de continuar cursos o una carrera a nivel profesional. Un año después, la Universidad Nacional Autónoma de México organiza varios ciclos de conferencias, de contenido profesiográfico, como primeros pasos firmes, tendientes a establecer la orientación profesional (1933).

Narciso Bassols creó en la época de Cárdenas el IPN, donde se fundan las escuelas vocacionales.

Años más tarde surge en México el llamado Plan Socialista, con antecedentes de la doctrina marxista. Se acepta la necesidad de educar al pueblo, dándole los elementos para su defensa y liberación: Socialismo a la mexicana.

Posteriormente, y como respuesta al plan anterior, Jaime Torres Bodet como Secretario de Educación Pública, crea el proyecto de la Unidad Nacional. Con Ávila Camacho al frente, Torres Bodet recibe la encomienda de proponer el artículo tercero de la Constitución Mexicana, eliminando el término socialista, proponiendo una educación integral, democrática, laica y nacionalista.

Posteriormente, y en forma concomitante, con las etapas de reestructuración de la educación de la enseñanza media, surge una mayor preocupación por desarrollar la orientación vocacional y profesional, de los estudiantes mexicanos.

Los estudios de los problemas educativos, se fortalecen con los resultados de las investigaciones científicas que se realizaron, acerca de las características psicosociales del educando mexicano, así como el empleo de instrumentos psicopedagógicos desarrollados en otros países. Sobresalen en este campo, los trabajos realizados por Luis Herrera y Montes, José Gómez Robleda, Roberto Solís Quiroga, Fernando Quiroz Cuarón, entre otros.

Por primera vez en México, la Escuela Nacional de Maestros (1937) realiza la selección de los aspirantes a seguir la carrera magisterial, apoyándose en métodos de selección profesional.

Con la creación de la especialidad Técnico en Educación, en la Escuela Normal Superior de México, en el año de 1942, se inició la formación de las primeras generaciones de especialistas, que más tarde fueron a incorporarse al servicio, en el campo de la orientación educativa y vocacional, para constituirse en los pioneros que dedicaron su vida profesional a esta disciplina, en varias instituciones educativas.

Hacia el año de 1950 se organizaron las actividades de la orientación educativa en las escuelas de segunda enseñanza, y en 1952, el C. Profr. José Antonio Magaña, Director General de Segunda Enseñanza, en funciones de aquel

entonces, presentó al C. Lic. Manuel Gual Vidal, Secretario de Educación Pública, un proyecto elaborado por el Profesor Luis Herrera y Montes, por medio del cual, se creó el servicio de orientación educativa y vocacional, aprobado con fecha 25 de febrero del mismo año.

Durante la década de los años cincuenta, la Orientación Educativa sigue su camino. En 1952 Luis Herrera y Montes establece la oficina de Orientación Educativa, dependiente del subsistema de Secundarias Federales.

La Universidad Iberoamericana de la ciudad de México, funda en 1954, el Centro Vocacional. Al mismo tiempo la UNAM crea en 1954, el Departamento de Psicopedagogía, a cargo de Jorge Derbez. Ya para 1956 el IPN conforma sus servicios de orientación, siendo este mismo año, en el que crea el Instituto Psicotécnico Mexicano.

En esta misma década Luis Herrera y Montes, funda la oficina de Orientación en la Escuela Normal Superior; se integra el Departamento de Orientación en la Escuela Nacional Preparatoria; surgen los Departamentos Psicopedagógicos en las universidades de Guadalajara, Monterrey y Guanajuato; se da cabida a la Orientación Vocacional, dentro del Sistema Educativo Nacional.

En 1959 la UNAM funda el Doctorado en Orientación Profesional, dependiente de la carrera de psicología.

Durante las décadas de los setenta se crea una comisión especial de orientación profesional, dentro del Consejo Nacional Técnico de la Educación, donde se establece la información de orientación dentro del Magisterio, con 4 años de especialización en Psicología y en curso intensivo de 6 meses en Orientación. Casi al mismo tiempo, Guillermo Ruelas funda en 1962 el Departamento de Orientación en la UNAM, mientras que Antonio Pedroza crea en 1964, el servicio de Orientación Vocacional.

A fines de esta década, se forma el Servicio de Orientación en la Dirección General de Secundarias Técnicas. A lo largo de esta década surgió dentro de la

Orientación Educativa en México, el llamado “Modelo Científico”, en el que medir era la principal consigna. En estos años proliferó el uso de instrumentos psicométricos (tests). Fue muy bien acogida la visita de Karl Hereford, quien vino a enseñar estadística psicométrica, siendo el creador de la primera prueba mexicana de intereses vocacionales.

En 1973 se planteó la necesidad de vigorizar la acción orientadora en las escuelas secundarias y a través de un estudio, se obtuvo un diagnóstico del estado real del servicio y se presentaron alternativas de soluciones, para alcanzar los objetivos previstos. Los resultados de esta valiosa investigación fueron dados a conocer en el boletín núm. 2 publicado por la Dirección General de Educación Media en 1974.

En esta misma década se generó el llamado Proyecto Modernizador de la Educación. Fue en el sexenio de Luis Echeverría, cuando promulgó la ley Federal de Educación; su objetivo era “transformar la economía, las artes y la cultura, por medio de la modernización de las mentalidades”.

Se apoyó fuertemente el aprendizaje de tipo cognositivismo. Víctor Bravo Ahuja incluyó la revisión y modificación de planes y programas, así como los libros de texto de primarias. Se enfatizó el Aprender a Aprender. Surgieron nuevas modalidades de educación media superior (Colegio de Bachilleres, UAM).

En 1977, se adquiere la denominación de Departamento de Servicios Educativos en el subsistema, en esta época surge la necesidad de dar solución a la concepción fragmentada y encajonada de la orientación, adoptando así el programa que entonces se estaba desarrollando en la Universidad Nacional Autónoma de México, llamado Sistema de Orientación Integral.

En 1977 se crea además, en la Dirección de Educación Media Superior, la Subdirección de Orientación Vocacional para planear, diseñar, operar y supervisar el servicio de orientación vocacional en las Escuelas Preparatorias Federales, Federales por Cooperación y Particulares, Incorporadas a la Secretaría de Educación Pública. De

acuerdo con lo previsto en el Plan Nacional de Educación, se crea un modelo experimental de orientación vocacional (B. H. Lorenzana, 1979).

Ya en los años setenta se organiza el Primer Congreso Nacional de Orientación, en Acapulco Guerrero, la universidad Iberoamericana abre su maestría y doctorado en Desarrollo humano, respectivamente. Por su parte, la UNAM, el IPN, y la SEP, organizan la formación de la Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación en 1978, la cual sigue estando vigente hasta nuestros días.

En los ochenta surge el “Modelo Desarrollista”, en el que se vincula a la Orientación Vocacional con la Psicología Social. En 1988 se funda la Federación de Asociaciones y Profesionales de la Orientación de América Latina. En esta misma década la Universidad Autónoma de Tlaxcala ofrece su maestría en Orientación Educativa.

En los últimos años ya en la década de los noventa, surge el Acuerdo Nacional de Modernización de la Educación Básica, apareciendo en la Ley General de Educación. Con esto se buscó descentralizar la educación básica y normal, además de reforzar la preparación del maestro, reestructurar planes y programas, reelaborar libros de texto e introducir evaluaciones externas.

El presidente Salinas, a través del Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica, plantea conceptos y procesos teóricos y prácticos nuevos, dentro de la orientación educativa comunitaria, en donde se reconoce cada vez la importancia de la participación de la familia. Se reconoce el trabajo multidisciplinario, dentro del proceso orientador. Lo anterior no duró mucho, ya que en el sexenio del Presidente Zedillo aparece el Plan Nacional de Desarrollo, desapareciendo las llamadas “plazas” de los profesores orientadores, dando lugar a la asignatura de Educación Cívica y Ética.

A partir del año 2000 se ha dado un lento avance a la orientación educativa, con el implemento de nuevas reformas, que no aprovechan el potencial, de lo que significa la orientación educativa, dentro de secundaria y bachillerato, la orientación

dejó de ser una prioridad, para reducirse a tan sólo una materia auxiliar en el proceso de la disciplina para los adolescentes.

4.3 Papel del orientador educativo.

El orientador educativo se encarga de dar un servicio académico de apoyo directo al desarrollo de las competencias, habilidades y valores de los alumnos; se concibe además, como un asesor importante en la elección vocacional y para la elaboración del proyecto de vida de los alumnos.

Con respecto a la docencia, busca detallar el papel del orientador educativo, busca encontrar el sentido de su quehacer cotidiano, para un mejor servicio a los alumnos, quienes son partícipes y protagonistas del proceso orientador.

Conocer quiénes son, cuáles son sus problemas, cuáles sus potencialidades, sus motivaciones y cómo propiciar la reflexión, el análisis y la elaboración de un proyecto de vida integral, es uno de los retos dentro de la práctica de la Orientación Educativa; la cual se ha desarrollado en un plano de sentido común, algunas veces muy mecanicista, instrumental y sin reflexión, sobre la diversidad de actividades que se realizan diariamente, así como sobre la necesidad de definir un marco teórico, que le permita al orientador recapacitar sobre el impacto que su práctica ejerce en los estudiantes, y percibir la necesidad de contar con un sustento teórico conceptual, que facilite la comprensión y conocimiento de los alumnos, como lo menciona Muller.

Nuestro papel como docentes, orientadores y tutores se centra en el acompañamiento para encontrar un camino personal de inserción social. Esto es posible al escuchar a los alumnos y las alumnas y promover su reflexión; al poner en palabras las ideas, fantasías, temores, las expectativas actuales y respecto al futuro; al promover la entrada al mundo social y ocupacional de cada niño o niña adolescente o joven para poner en marcha su propio proyecto, atendiendo a su inserción escolar (Müller, M., 2001).

Otro de los papeles del orientador, es el de ser guía o consejero del aprendizaje. Esto último, a diferencia del simple instruir, exige entrar en el mundo del

alumno, adaptarse a cada realidad personal y ponerse a su servicio. Aquí no basta ya explicar una materia; se necesita, además, observar y escuchar a los alumnos, para conocer sus dificultades como aprendices y ayudarles a superarlas.

Lo anterior significa que el ser guía o consejero del aprendizaje implica orientar a los alumnos en la realización de su trabajo; capacitarles para que aprendan por sí mismos, para que aprendan a aprender y para que aprendan a pensar. Esto incluye iniciarles en las diferentes técnicas de estudio y asesorarles en su utilización y en base a todo ello, se puede sacar todo su potencial y a su vez, aprovecharlo en los grupos de crecimiento personal.

El buen orientador guía todo el proceso de aprender de cada uno de sus alumnos: diagnostica los problemas; formula metas; ayuda en las dificultades que surgen; evalúa lo aprendido; reorienta en los casos de mal aprendizaje. De todo lo anterior, se deduce que enseñar es orientar.

Sin duda, es parte de lo que se pretende a desarrollar en los grupos de autoayuda, para los alumnos de bachillerato, en donde el orientador tome un papel importante, y que se les dé una orientación a los alumnos de una manera adecuada, sin tomar este proceso como algo cotidiano; si no que lo tomen, como una experiencia agradable y parte fundamental en su vida. Donde a través de compartir sus mutuas experiencias, problemáticas y aspiraciones, el orientador como guía y a la vez, como un miembro más de dicha agrupación, vierta también sus experiencias, identificándose con ellos y así directamente de “ser a ser”, poder retroalimentar al adolescente, en conjunto con las experiencias de todos los jóvenes; dándoles una directriz sana, proporcionando material veraz y funcional, para que el joven por sí mismo vaya fortaleciendo su autoestima, tomando decisiones más asertivas para su vida e identificando qué le conviene y qué no; que le sirve para vivir y que no le sirve para vivir.

Lo anterior como una alternativa, a lo no contemplado por el marco de la RIEMS(Reforma Integral de la Educación Media Superior) y en el actual plan de estudios, que deja a la orientación educativa a la deriva, pues funciona en base a las

necesidades e intereses de cada institución, priorizando como función orientadora, el mantenimiento de la disciplina y el cumplimiento de la normatividad; dando esta postura un giro de 180° a la real función orientadora, pues para llevar a cabo esta labor, no se necesita un perfil profesional, basta con ser una persona autoritaria e impositiva para lograrlo (SEP La Reforma Integral de la Educación Media Superior, 2008).

Por su parte, Sánchez y Valdés (2003) mencionan que el orientador es un profesional, que está especialmente preparado para evaluar las habilidades de una persona, sus aspiraciones, preferencias y necesidades, así como los factores ambientales, que influyen o son importantes para una decisión.

Este autor destaca que el orientador debe estar capacitado para describir y explicar, los factores que intervienen en el desarrollo de la vida de los educandos; los factores que intervienen en la elección de las expectativas de los alumnos y tener una formación sólida en psicología, pedagogía, educación y desarrollo humano.

Además de tener conocimientos pedagógicos y psicológicos, (coincidiendo estos autores con el DOROE (Documento Rector de Orientación Educativa para el Bachillerato Propedéutico Estatal) Toluca, Méx. Agosto de 1995, documento que en algunos sistemas regía el trabajo del orientador, antes de la RIEMS) debe de ser hábil en entrevista, comunicación, manejo grupal y en desarrollar las competencias en la lectura y el estudio en los alumnos; para ello, el orientador debe poseer ciertas características personales, entre las que se destacan cualidades y actitudes, las cuales se presentan en los siguientes puntos:

ACTITUDES

- Saber observar y escuchar
- Poseer madurez afectiva y equilibrio interior
- Ser objetivo e imparcial
- No ser agresivo ni autoritario
- Poseer capacidad de empatía
- Aceptar al alumno y comprenderle

- Ser cordial afable y accesible
- Ser sincero paciente y sereno
- Ser prudente y guardar el secreto profesional

Según Dinkmaker citado en Lazaro (1987) el orientador debe de tener como cualidades la sensibilidad y la capacidad para:

1. Hacerse cargo de las necesidades y formularlas conceptualmente, dentro de teorías y sistemas adecuados.
2. Ayudar a los alumnos y otras personas a detectar y satisfacer sus propias necesidades y alcanzar sus metas.
3. Trabajar con grupos, ayudando a sus miembros individualmente, a tomar conciencia de sus propios recursos, de la condiciones de la comunicación eficaz y de la dinámica del cambio.
4. Transmitir sus conocimientos, habilidades y experiencias para sentir y analizar las necesidades, mejorar la comunicación y facilitar el cambio.
5. Crear una atmósfera de colaboración, flexibilidad, modificación y estímulo para la participación.

Un tema importante al trabajar con grupos de autoayuda, es que será un lugar donde los adolescentes se sienten libres de expresar sus necesidades y lo que sienten, sin temor a ser juzgados o regañados. A su vez el orientador tiene la facilidad de saber estos problemas y ayudarlos a tomar conciencia de la problemática que rodea al adolescente, no se trata de solucionarles la vida, sino de darles apoyo y brindarles las herramientas necesarias, que ayuden a la resolución de los problemas que presenta el adolescente en su ámbito familiar, social y escolar. Esto permitirá mejorar la práctica del orientador educativo y en consecuencia, la motivación de logro en los alumnos, se concreta en la formación del orientador y la investigación en el campo de la Orientación Educativa. Promoverá nuevos proyectos y conocimientos, que posibiliten la comprensión de la práctica orientadora, para ir conformando un

cuerpo teórico y práctico, en el que se puedan basar los futuros orientadores. Esto les permitirá a su vez, relacionar la teoría con sus experiencias, para la intervención oportuna, en la solución de problemas concretos de los alumnos; el fortalecimiento de espacios de interacción entre orientadores, para reflexionar sobre sus prácticas. A su vez, debe abandonar esa actitud autoritaria y de vigilancia hacia el alumno; por el contrario, deberá asumirse como parte del grupo, deberá ser capaz de instalarse en el espacio del alumno, para poder realmente orientarlo y finalmente, sensibilizarse y adquirir conciencia, de que uno de sus principales retos, es motivar a sus alumnos para que se descubran, para que sean libres, responsables, confiados, positivos y constructivos en su vida.

4.4 Objetivos del orientador educativo.

Se caracteriza a la orientación como un proceso de ayuda profesionalizada, hacia la consecución de promoción personal y de madurez social y como una dimensión de la educación.

La educación integral pretende como objetivo, el desarrollo de todas las capacidades de las y los adolescentes. Supone un concepto más amplio que la mera instrucción basada en el aprendizaje y el desarrollo cognitivo. Por lo tanto, la tutoría y orientación, deben ocupar un lugar relevante, dentro de esta concepción de la educación integral.

La orientación no debe entenderse como un sistema paralelo al educativo, sino que está absolutamente inserto en el mismo. Solamente con la finalidad de aclarar conceptualmente, las ideas que sobre la educación se manejan, en los centros educativos y con el objeto de aclarar funciones y delimitar recursos, se hace esta distinción.

Hay autores que mencionan la importancia del orientador como (José Nava Ortiz 1993) que la orientación es en sí, es una guía de apoyo dentro de distintos ámbitos; familiar, social, escolar, etc.

Por lo tanto, sugiere un proceso de ayuda a las personas, a lo largo de su existencia, con el fin de obtener o alcanzar la auto-orientación. Desde este punto de vista, la orientación tiene también como objetivo, que las personas descubran que pueden darse autoorientación, es decir, autoayuda, que sean capaces de conocerse y ayudarse a sí mismos, que sepan tomar sus propias decisiones y lleguen a la autorrealización. Por lo tanto, el orientador forma parte de este proceso.

En sí, la labor orientadora abarca una serie de objetos, según menciona en un cuadro el autor (López, Urquizar, N. 2007). En la que se enmarcan de la siguiente forma:

TABLA 6. Objetivos de la Orientación Educativa.

Objetivos Generales De La Orientación Educativa.
<ul style="list-style-type: none"> • Contribuir a la personalidad de la educación. • Ajustar la respuesta educativa las necesidades particulares de los alumnos. • Favorecer los procesos de madurez personal, de desarrollo de la propia personalidad y sistemas de valores. • Garantizar aquellos elementos educativos más diferentes y especializados. • Prevenir las dificultades de aprendizaje. • Asegura la continuidad educativa a través de las distintas áreas, ciclos y etapas. • Contribuir a toda clase de factores y calidad en una mejor educación orientadora.

TABLA 6. Objetivos de la orientación educativa (López, Urquizar, N. 2007).

Uno de los objetivos del orientador educativo va dirigido a todos los adolescentes y no sólo a los que piden ayuda.

La orientación centrada en el sistema educativo implica, que son los tutores y profesores, los que están encargados de atender los aspectos educativos de sus alumnos y de los que necesiten de una orientación o información.

La orientación educativa es una tarea de equipo de profesionales, entre los que deben incluirse como mínimo pedagogos, psicólogos, asistentes sociales, y maestros, otorgándole a cada uno, una función previamente determinada y programada, también se considera a los padres o la familia, a la que se le ayuda especialmente, en el camino hacia la comprensión y conocimiento del adolescente.

Para lograr esos objetivos, se pretende crear los Grupos de Desarrollo Personal: proporcionar experiencias que faciliten el aprendizaje correcto, saber informar, guiar a través de las experiencias, saber escuchar, saber canalizar a los adolescentes que precisen ayuda específica o algún proceso educativo, dentro del bachillerato y, por último, conocer las técnicas de información escolar y profesional, aprovechando al máximo, los recursos comunitarios.

Así pues, para orientar a alumnos, profesores, tutores, administradores, directivos, a padres y a miembros de la comunidad; para ello se requieren verdaderos profesionales, que dominen una serie de conocimientos básicos y sepan emplear eficazmente las técnicas adecuadas.

Algunos de los objetivos primordiales en la labor del orientador, serían: ayudar al alumno a tomar decisiones genéricas ante su futuro, lograr que se sienta aceptado y sepa considerar sus limitaciones, desarrollando una imagen realista de sí mismo, instruirle en experiencias de relación dentro del grupo y enseñarle a comprender y valorar su complejidad, en relación con la de los demás.

Además de los objetivos anteriores, también surgen los principios de la orientación educativa los cuales son:

- ✿ La individualización o personalización de la enseñanza.
- ✿ La respuesta a las necesidades educativas del alumnado.
- ✿ La educación integral e inserción social.
- ✿ La coordinación interna y externa.
- ✿ La transición entre ciclos y etapas.

Al igual que en los objetivos, se debe asumir como tarea propia de la orientación y la acción tutorial de sus alumnos, propiciar el conocimiento de las características propias del alumnado, asumiendo que cada educando es único. Realizar un seguimiento personalizado del alumnado, con un enfoque preventivo, que evite dentro de lo posible, la aparición de disfunciones y desajustes

Y mediante estos puntos, potenciar la coordinación de los profesores que imparten enseñanza a un mismo grupo de alumnos o a un alumno en particular, con el fin de unificar criterios y pautas de acción, para lograr los objetivos y metas de la orientación.

Ahora, retomando lo que menciona la RIEMS 2008, con respecto a los objetivos que debe perseguir la orientación educativa, es muy conciso con lo que respecta directamente a la actividad del orientador, dado que su propuesta de solución, es un programa integral de tutorías a través de los profesores, que en el caso de los profesores de bachillerato, la mayoría no tiene un perfil propicio para dicha actividad, porque no tienen una preparación psicopedagógica como tal, ya que son ingenieros, abogados, licenciados en informática, comunicólogos, etc. Pueden ser una herramienta de apoyo, pero no sustituyen al orientador, como se pretende en lo planteado por la reforma, como se vera más adelante.

De acuerdo a la RIEMS 2008 reconocen que hay dos razones que justifican la necesidad de promover decididamente, servicios de apoyo estudiantil en la educación media superior: en primer lugar, la etapa de desarrollo en que se encuentran los estudiantes; en segundo lugar, los datos preocupantes de fracaso escolar, expresados en altas tasas de reprobación y deserción y una pobre eficiencia terminal. La escuela, al reconocerse como un espacio privilegiado, para el desarrollo de los jóvenes, en ámbitos más allá de lo estrictamente académico, puede jugar un papel determinante, en la atención integral a sus necesidades.

Los jóvenes de 15 a 19 años, por lo general y al menos en el ámbito urbano, se encuentran en una etapa del desarrollo caracterizada, desde el punto de vista psicosocial, por una creciente autonomía, con respecto al núcleo familiar; un fortalecimiento de redes sociales propias, y un incremento de los intereses personales extrafamiliares y extraescolares, todas ellas circunstancias fértiles, para el surgimiento de culturas juveniles, claramente diferenciadas del mundo adulto.

Esta situación, aunada a la toma de decisiones decisivas, en el proyecto de vida (migración, trabajo, matrimonio, por ejemplo) desplazan el interés y la atención de los jóvenes, hacia un abanico de áreas que compite fuertemente, con la motivación académica. La posibilidad de logro escolar se incrementará, si la educación que se imparte atiende esta realidad de la forma más conveniente, procurando que el desarrollo integral y equilibrado, que caracteriza la educación básica, se extienda hasta el nivel medio superior.

Si bien no existen muchos estudios empíricos, sobre las causas del fracaso escolar en la educación media superior, es posible ubicar cinco grandes consideraciones:

- ▶ Las carencias y rezagos en los aprendizajes con que acceden los alumnos a la EMS (Educación Media Superior), resultado de una deficiente educación básica.
- ▶ Las condiciones de desigualdad social que tienden a excluir a los más pobres, a los estudiantes de zonas rurales e indígenas, quienes por su condición social, acumulan desventajas, que dificultan el logro escolar.
- ▶ Las condiciones de la oferta educativa y del ambiente escolar y su capacidad para estimular y motivar a los estudiantes.
- ▶ El cortó beneficio que perciben los estudiantes, de continuar estudiando, en función de sus circunstancias económicas.

Los atributos personales de los estudiantes, en donde se incluye la motivación y rasgos estrictamente individuales, que facilitan o dificultan el logro escolar. Los estudios realizados en México sobre logro escolar, otorgan un peso importante, no sólo a las variables personales, sino a las de contexto; en ese sentido, vale la pena tener en cuenta, los distintos indicadores que influyen en el fracaso escolar.

TABLA 7 Indicadores del fracaso escolar en México.

Medio	Variable
Sociedad	<ul style="list-style-type: none"> ■ Contexto económico y social.
Familia	<ul style="list-style-type: none"> ■ Nivel sociocultural. ■ Dedicación. ■ Expectativas. ■ Valor concedido a la escuela.
Sistema educativo	<ul style="list-style-type: none"> ■ Gasto público ■ Formación e incentivos hacia el profesorado ■ Tiempo de enseñanza ■ Flexibilidad del currículo ■ Apoyo disponible especialmente a centros y alumnos con más riesgos.
Centro docente	<ul style="list-style-type: none"> ■ Cultura ■ Participación ■ Autonomía ■ Redes de cooperación
Aula	<ul style="list-style-type: none"> ■ Estilo de enseñanza ■ Gestión del aula
Alumno	<ul style="list-style-type: none"> ■ Interés ■ Competencia ■ Participación

TABLA 7 Indicadores del fracaso escolar en México (Hernández C. y Marchesi A., *El fracaso escolar. Una perspectiva internacional*, 2003).

Estas consideraciones permiten identificar las condiciones que hacen que algunos estudiantes ingresen a la EMS con serias lagunas en su formación. Los jóvenes en estas circunstancias, deben ser objeto de una especial atención por parte de las escuelas, de manera que el sistema educativo mexicano alcance una mayor equidad.

Esta situación refuerza la necesidad de que se desarrollen planes institucionales de orientación y tutoría (hasta aquí lo mencionado por la reforma es congruente con la realidad y los argumentos de este trabajo). En tal sentido, se han dado pasos muy importantes y existen experiencias en curso, que vale la pena compartir entre las instituciones.

CONALEP (Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica) por ejemplo, ha optado por un modelo de tutoría que incluye un módulo en cada semestre con contenidos diversos, acción que se apoya con otras de asesoría académica y orientación psicopedagógica. En la Universidad Autónoma del Estado de México se ha desarrollado un Sistema Inteligente para la Tutoría Académica en la EMS, el cual define el perfil que deben reunir los tutores y puntualiza el papel de sus acciones, para detectar el bajo rendimiento escolar, dar atención y seguimiento a los estudiantes, así como la importancia de su trabajo colegiado.

El CCH (Colegio de Ciencias y Humanidades) por su parte, ha realizado diversos encuentros de profesores tutores de nivel medio superior, el más reciente de los cuales tuvo lugar del 27 al 29 de junio de 2007. Los encuentros tienen entre sus objetivos, la socialización de experiencias y la discusión de temas relativos a las tutorías, en conferencias magistrales y grupos de trabajo.

Entre las conclusiones más relevantes del último encuentro se encuentran las siguientes:

Se necesita reflexionar sobre la experiencia tutorial con los alumnos, interactuar entre pares para establecer estrategias preventivas y favorecer de distintas maneras, la atención a los alumnos. Y los programas de tutoría se mantienen en construcción constante con el fin de elevar la calidad de atención y la situación académica de los alumnos, por lo que las instituciones deben revalorar la tutoría e incentivar a quienes la ejercen (Encuentro Nacional de Tutores de Nivel Medio Superior, 2007).

Lo mencionado anteriormente, puede ser una herramienta valiosa como se mencionó; a pesar de que no ofrece instrumentos, ni capacitación adecuada para esta función, apelando al sentido común y la inferencia de cómo aplicar dicho programa por parte de los tutores y sus coordinadores, que de igual forma, en ocasiones no cumplen con el perfil para coordinar dichas actividades.

Pero esta herramienta jamás va a poder sustituir la figura del Orientador Educativo, quizás va a coadyuvar en su labor; pero no es sustitutivo como lo plantea esta reforma, donde su única aportación hacia la figura de la Orientación Educativa es la siguiente:

La Dirección General de Bachillerato ha propuesto un Programa de Orientación Educativa para el bachillerato general, que pretende atender cuatro áreas de intervención:

▶ **Área Institucional**

Facilita la integración del alumno con la institución, a partir del fortalecimiento de su sentido de pertenencia.

▶ **Área Escolar**

Proporciona estrategias, con el fin de fortalecer hábitos y técnicas de estudio, que contribuyan a elevar el aprovechamiento académico.

▶ **Área Vocacional**

Fortalece el proceso de toma de decisiones, al promover la reflexión de intereses, valores y aptitudes personales para identificar y elegir las distintas opciones educativas y laborales que ofrece el entorno. Por otro lado, apoya al alumno en la construcción de un proyecto de vida.

▶ **Área Psicosocial**

Propicia el desarrollo de actitudes, comportamientos y habilidades favorables para el autoconocimiento, la autoestima y la comunicación; con el fin de mejorar la calidad de vida individual y social. Además, proporciona apoyo de tipo preventivo, para enfrentar factores de riesgo psicosocial” (Dirección General de Bachillerato, 2005).

Por lo tanto, no aporta nada innovador para el trabajo de la orientación, dado que por discurso, se manejan en las instituciones de Educación Media Superior, desde hace tiempo dichos objetivos que debe atacar el orientador; sin embargo en la realidad, el orientador está ocupado en otras funciones, como se vera más adelante, dentro de este capítulo. Se debe tomar en cuenta, que en muchas instituciones de bachillerato, la matrícula es excesiva, para la atención propicia del orientador al alumnado, (llegan a existir cinco orientadores, para atender una matrícula de 1600 alumnos) lo cual significa, que no es posible atender propiamente dichos objetivos, en especial, la atención al área psicosocial, que menciona la reforma; al reconocer

que es un área muy desatendida en la práctica y poco valorada. En este trabajo se trata de retomar su importancia y proponer una estrategia funcional para el orientador educativo; tomando en cuenta inclusive, la cantidad excesiva de alumnos. Muchas veces, el desarrollar esta área, propicia las condiciones para el desarrollo más óptimo de las demás áreas, colocando el desarrollo psicosocial, como base para el desarrollo integral del adolescente.

4.5 Las funciones del orientador educativo

Las actividades que realiza el orientador dentro de una institución de Educación Media Superior, bachillerato o preparatoria, son múltiples y variadas y por lo regular van más allá del perímetro esencial de su labor, esto es, exceden por mucho, las funciones propiamente dichas del orientador.

Estas funciones se resumen como: Función de atención a los estudiantes. De ésta se derivan varias actividades en distintos rubros tales como:

Atención en el área Escolar o Pedagógica

Es requerido por los estudiantes como un apoyo para resolver problemas de aprendizaje, cuando no alcanzan a comprender algún contenido, se les apoya, mediante el uso de las estrategias de aprendizaje o al momento de querer realizar alguna investigación o exposición ante su grupo, se les sugieren bibliografías y lugares para buscar información, además de darles recomendaciones, para mejorar su desempeño, para hablar y desenvolverse en público.

Ésta acción puede ser realizada de manera individual, con pequeños grupos y de manera grupal, como sucede en muchas instituciones que han implementado alguna asignatura relacionada, ya sea Estrategias de Aprendizaje, Hábitos y Métodos de Estudio, Desarrollo Cognitivo, etcétera. Todas, en mayor o menor medida, intentan cubrir las carencias o debilidades, que los estudiantes arrastran, en cuestiones relacionadas con su aprendizaje.

Atención en el área Vocacional y Profesional:

En este nivel se preparan para tomar una importante decisión que tiene que ver, con elegir continuar estudiando el siguiente nivel o insertarse en el mercado laboral.

De tomar la primera de las opciones, debe considerar, con apoyo del orientador y de su familia, todas las posibilidades que las diversas instituciones educativas de nivel superior tienen como oferta educativa, en el espacio de conocimiento, que como profesionista le gustaría desempeñar; además debe considerar si es de su interés una formación más bien científica y encaminada al aprovechamiento de sus potencialidades de investigación o prefiere una formación de tipo técnica, en la que tenga oportunidad más rápida de inserción laboral, en trabajos menos calificados y con salarios más bajos.

Ésta decisión depende mucho del contexto o medio en el que el estudiante se desarrolla, las posibilidades de la familia de pagarle una carrera profesional "larga" (entre 8 y 12 semestres) o la necesidad de que colabore a mediano plazo, con los gastos de manutención de la familia, esto es, estudiando una carrera de las llamadas técnicas (entre 2 y 4 semestres).

Es el análisis del orientador, los comentarios de tutores y maestros, lo que completará un informe, para enfatizarle al estudiante y a sus padres, si tiene las condiciones necesarias, para desempeñarse exitosamente, en una carrera profesional o si sus aptitudes pueden ser aprovechadas mejor, en el campo técnico. Desafortunadamente, muchos no toman en cuenta esta información y hacen lo que mejor les parece, exponiéndose a un fracaso escolar y a convertirse en una carga familiar o incluso social.

En el caso de elegir la opción de dejar los estudios, para incorporarse al entramado laboral, se les asiste con información necesaria, para presentarse a entrevistas de trabajo, se les menciona cuáles son sus potencialidades, sus áreas a desarrollar o bien que deban mejorar.

Atención en el área Social o de relación con los demás:

Se lleva a cabo en los niveles individual, grupal y masivo. Para ello, debe surgir la demanda de atención, ya sea por datos arrojados en el diagnóstico que se realiza, al momento de ingreso de cada generación o por solicitud explícita de los tutores, maestros, directivos o padres.

Problemas de conducta o comportamiento, ya sea para con los compañeros, los maestros o los directivos e incluso para con la infraestructura escolar, son motivos por los que los estudiantes son enviados con el orientador. Esto sucede, desafortunadamente, como una acción punitiva, lo que daña considerablemente la imagen del orientador al interior de la escuela, pues es visto por algunos estudiantes como una instancia de castigo, situación alejada de la realidad de lo que debe ser el orientador y además, una barrera para el acercamiento natural de los estudiantes. La mala relación de unos grupos con otros, la discriminación entre los estudiantes, son aspectos tratados de manera grupal.

Campañas informativas y preventivas de aspectos o conductas de riesgo, que por lo regular caracterizan a los jóvenes de esta edad, son tratadas para toda la comunidad escolar, apoyados por instancias gubernamentales, que llevan a especialistas para tratar, a manera de charlas, talleres o conferencias, temas como delincuencia juvenil, adicciones a tabaco, alcohol y drogas, sexualidad (prevención de embarazos no deseados, uso de métodos anticonceptivos, prevención de Infecciones de transmisión sexual), derechos humanos y prevención de accidentes, son sólo algunos de los rubros importantes tratados en estas campañas.

Función de coordinación de Tutores y de apoyo a maestros.

Tanto en la asignación de tutorados o tutores, como en el apoyo con información y retroalimentación a los tutores, acerca de las características particulares, de alguno de sus tutorados, mostrarle alternativas, para la

solución de algún conflicto planteado por sus tutorados, entre muchas otras acciones.

Para los maestros, cuando solicitan apoyo en alguno de sus grupos o a pedido de varios de ellos, algún curso relacionado con mejorar su manera de enseñar y la manera de aprender de los estudiantes, etcétera.

Función de atención a los padres o familiares del estudiante:

Ya sea por una solicitud de los propios padres, para entrevistarse con el orientador; para solicitar ayuda, en la identificación o solución de cierta conducta de riesgo, adquirida por el estudiante, apoyo para que mejore su desempeño escolar, establecimiento de metas claras y sus alcances, en el estudio de una carrera profesional, esto es, informarles de manera realista su probabilidad de éxito, en caso de que decidiera seguir estudiando (Marcuschamer, S., E., 2005)

Cuando, por alguna situación, se les tiene que informar lo que sucede con el estudiante, en el ámbito académico, en la parte vocacional o bien, con alguna falta, relacionada con problemas de conducta.

La otra forma de acercamiento a los padres, es en las reuniones informativas, que se realizan por parte de la escuela, cuando se les informa sobre las calificaciones parciales de los estudiantes y se interviene con alguna plática o curso para los padres.

Así a su vez, la orientación se interesa por los aspectos formativos del proceso de aprendizaje, los valores, el desarrollo moral, y la afectividad.

Como se puede ver, son muchas las tareas que el orientador desempeña en el ámbito escolar. Las mencionadas, son algunas de las que en lo oficial o de manera prescrita se encuentra, aunque en no pocas ocasiones, se encuentra que el orientador también funciona como un *comodín* en la baraja del personal; ya que se le encargan tareas, poco o nada relacionadas con sus funciones primordiales. Sería ocioso enumerarlas, pues en cada institución se viven situaciones diferentes y las

particularidades, son las que conllevan tales o cuales tareas asignadas al orientador. Otras de las funciones del orientador son:

✚ **Asesorar**

A quién: comunidad educativa, profesorado, alumnado, familias, PAS (Personal de Administración y Servicios), Centro Educativo.

Sobre qué: Elaboración de documentos del centro educativo, proceso de E/A (Enseñanza-Aprendizaje), atención a la diversidad, orientación académica y profesional, convivencia, evaluación.

✚ **Coordinar**

Con quién: Administración educativa, entidades externas, centros adscritos, servicios sociales, SPE (Servicio Psicopedagógico Escolar) de la zona, comunidad educativa, profesorado, familias, centro educativo.

Qué: Información sobre alumnos, recursos, modos de actuación, evaluación

✚ **Prevenir**

Con respecto a: Comunidad educativa, alumnos, profesores, familias.

Sobre qué: Dificultades de aprendizaje, conductas de riesgo.

✚ **Evaluar**

Programas para intervenciones, realizar evaluaciones psicopedagógicas a los alumnos, para estudiar sus necesidades educativas; establecer junto con el profesorado, criterios de evaluación y posibilidades de promoción de los alumnos, así como los recursos disponibles, para la atención del alumnado y el propio trabajo de orientación.

✚ **Intervenir**

Con el profesorado: Ajuste de la respuesta educativa más adecuada a las necesidades del alumnado, Colaboración en la elaboración y seguimiento de ACIS (Adaptación Curricular Significativa).

Directa con las familias: en cuanto a dificultades de aprendizaje y necesidades educativas especiales de sus hijos y actuaciones de compensación educativa.

✚ **Innovar**

Diseño de programas educativos.

Sensibilización a la comunidad educativa, de las tareas del departamento de Orientación, proponer nuevas orientaciones metodológicas, búsqueda y análisis de recursos, materiales e instrumentos de orientación educativa, facilitar el acceso de la comunidad educativa a información especializada, uso y difusión de las TIC'S.

✚ **Formar**

A quién: Comunidad educativa, alumnos, profesores, familias.

Cómo: Coordinando planes y programas de formación, elaborando documentos, promoviendo el “querer aprender”, impartiendo formación.

En base a los puntos anteriores las funciones del orientador, éstas son las grandes acciones propias, especiales y habituales de la Orientación; son las macroactividades especificadas, en otras más concretas, como: coordinar la planificación y el desarrollo de las actividades de orientación académica y profesional, correspondiente a las etapas de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato; además de contribuir a su desarrollo. Asesorar a la Comisión de Coordinación pedagógica, proporcionando criterios psicopedagógicos y de atención de la diversidad, en los elementos constructivos de los proyectos curriculares. Colaborar en la prevención y detección de problemas de aprendizaje. También

coordinar la evaluación psicopedagógica con los profesores de aquellos alumnos que precisen la adopción de medidas educativas específicas, realizando el informe psicopedagógico.

Al igual participa en la planificación y el desarrollo de las adaptaciones curriculares, dirigidas a los alumnos que lo precisen; entre ellos, los alumnos con necesidades educativas especiales y los que sigan programas de diversificación, en colaboración con los departamentos didácticos y las juntas de profesores.

De igual forma, tiene una participación en la elaboración y desarrollo de los programas de diversificación curricular y asesorar al equipo educativo de los programas de garantía social en la elaboración de las programaciones correspondientes.

Colaborar con los tutores en la elaboración del consejo orientador, que sobre su futuro académico y profesional ha de formularse para todos los alumnos y alumnas, al término de la Educación Secundaria obligatoria, Bachillerato y de los Programas de garantía social.

Como se puede observar, son muchas las actividades importantes que debiera desarrollar el orientador educativo; sin embargo, respecto a la práctica del orientador, Díaz, B. (cit. en Meneses 2002) menciona que la mayoría de los orientadores desempeñan su función, dependiendo del contexto en el cual trabajan; por lo cual un orientador puede: inscribir alumnos, revisar en la entrada el uniforme, vigilar el descanso, concentrar calificaciones, sancionar alumnos, diseñar gráficas de aprovechamiento, realizar reuniones de análisis con profesores, convocar a padres para firmar boletas, dar terapia individual, organizar jornadas de rebosamiento en su institución, organizar ferias de Orientación Profesiográfica, campañas contra las adicciones o promover la elaboración de proyectos de vida, con sus alumnos.

La autora menciona que ante las múltiples actividades cotidianas de su labor, el orientador difícilmente tiene tiempo de cuestionar su práctica y más aún de conceptualizarla; sin embargo, no se refiere a la simple búsqueda de definiciones en los libros, sino a la construcción, la reflexión y el análisis de las acciones, lo cual no

se compara con definiciones llanas de libros o documentos oficiales institucionales, como el DOROE, Funciograma y Bases Normativas, entre otros. Al respecto, Gerardo Meneses habla de la Orientación como "...de ese 'comodín' del que se echa mano como retórica, ante la evidencia de los problemas de desigualdad sociohistórica; la Orientación es disfrazada, según se ofrezca..." (Meneses 1997).

A su vez, Zarzar (cit. en Meneses 2002), tomando como referencia el trabajo del orientador, hace una tipología compuesta por cuatro niveles, sobre las diferentes prácticas que distinguen de manera particular, la situación actual de la Orientación Educativa. Estos niveles son de toma de conciencia de los orientadores ante su labor, es decir, la conciencia con la que enfrentan los problemas en su práctica orientadora.

El *Sentido Común* es el primer nivel, en él la práctica orientadora es llevada a cabo, por orientadores que han llegado al puesto de manera fortuita. La mayoría de los orientadores empiezan a trabajar sin más herramientas que las que el sentido común les ofrece. En algunas ocasiones, se empieza a trabajar en este nivel, pero el orientador se encuentra con una serie de dificultades que no puede enfrentar con el sentido común y para las cuales, necesita otro tipo de herramientas tanto teóricas, como técnicas. Es entonces cuando tiene la necesidad de pasar a otro nivel de trabajo.

En el segundo nivel se ubica la *Técnica*, en este nivel el orientador emplea elementos técnicos como tests, para tratar de encontrar respuesta a los *cómos* de su trabajo, de tal forma, que busca una gran cantidad de instrumentos, en su afán de hallar la científicidad de sus prácticas. En este caso, se conceptualiza a la Orientación como un trabajo de análisis de las características de la personalidad, del temperamento, carácter y de las habilidades. El orientador fundamenta las acciones que lleva al cabo con los alumnos, en un enfoque psicologista y biologista; que considera constantes las características del ser humano, por lo cual cree conveniente analizar sus rasgos.

En esta práctica del orientador, cuando no tiene un pleno conocimiento de las técnicas, se generan problemas como: el pesimismo pedagógico, etiquetar a los

alumnos y/o el paternalismo hacia los estudiantes que obtienen bajos puntajes, en la pruebas psicométricas, que emplean para diagnosticar e intervenir, ante los problemas educativos.

La *Teoría* es el tercer nivel de conciencia, en él, el orientador se detiene a reflexionar un momento, en las diversas actividades que realiza diariamente y empieza a plantearse la necesidad de definir un marco teórico, de leer algunos libros sobre Orientación, de cuestionarse sobre su práctica, de escribir sus reflexiones, de compartirlas y difundirlas con otros orientadores. Cuando trata de sustentar su práctica o ubicar las acciones de Orientación que se está realizando, el orientador se ubica en este nivel. Sin embargo, ZarzarCharur menciona que la mayoría de los orientadores, no han llegado a este nivel, puesto que están tan involucrados en sus tareas diarias, que difícilmente tienen tiempo de sentarse a reflexionar, sobre el impacto que su práctica ejerce en los estudiantes.

La *Conciencia Política* es el cuarto nivel, con el que se puede realizar la labor de orientación. En éste, el orientador es consciente de su posición, de su ubicación dentro de la escuela, dentro del sistema educativo y manifiesta una actitud crítica, ante las disposiciones oficiales, cuestionando su pertinencia y viabilidad hacia la comunidad escolar en general y hacia los estudiantes en particular. Tener conciencia política, es asumir una actitud hacia la vida y frente a la escuela, que permite a los maestros y a los alumnos, reconocer que ambos son capaces de aprender y crecer al mismo tiempo.

Ambos toman conciencia de que están inmersos en un sistema político, que busca reproducir su ideología a través de la escuela, de tal modo, que tal conocimiento les permita asumir posturas reflexivas, que los alejen de ser sólo los instrumentos, para que otros logren sus metas. En este sentido, el orientador educativo con conciencia política, junto con sus alumnos, es el que posibilita una actuación tendiente a buscar una conciencia social. Ante este panorama, es evidente que desempeñar una práctica tan complicada como la Orientación desde el sentido común, atravesada por buenas intenciones o reproduciendo, lo que al sistema político le conviene, no es suficiente. Toca al orientador salir al rescate de su propia

labor, darle sustento y llevar a cabo acciones que trasciendan, para mejorar su desempeño profesional en todos los sentidos, teniendo presente su papel motivador.

Entonces, existen dos posibilidades: primera, que el orientador se resguarde bajo el esquema de la simulación e indiferencia, esperando que alguien le dé “recetas de cocina” para aplicarlas con sus alumnos o esperar a que otros construyan las herramientas que necesita, para llevar a cabo su labor; en tanto, se adapta al cumplimiento de todas las funciones y modelos que le impongan; o segunda, que haga un análisis de su propia práctica docente y se cuestione a sí mismo, si cuenta con los elementos que lo lleven a modificar su práctica, esto es, contar con la teoría, método, estrategias y técnicas que le permitan intervenir adecuadamente, en su entorno laboral.

En este sentido, Arévalo (2001) señala que: “el orientador debe optar por el camino fácil o el de retomar el proceso de formación, mediante el cual, pueda ir adquiriendo lo que le hace falta, para transformar su visión de las cosas y con ello su práctica orientadora”. Que es la actitud que se pretende a través de la propuesta que se manifiesta en este trabajo. No criticar, esperando que hagan por el orientador y su trabajo, lo que él no hace por sí mismo; esperando con la mano extendida, que le proporcionen una solución; si no con una postura activa y propositiva, en ese nivel de conciencia política, para defender su lugar y su importancia, dentro de las instituciones educativas.

De igual manera al trabajar con los estudiantes, se deberá tener presente sus características, intereses, motivaciones y expectativas, sin olvidar el desarrollo de las capacidades orientadas hacia el ejercicio de una profesión o simplemente, llevada a su vida cotidiana y en el contexto, en el que se desenvuelve; de esta manera, se facilitará enormemente la asunción del rol, pero con carácter de construcción y autodecisión responsable, consciente de lo orientado, no impuesto por el orientador.

Se coexiste con la modernidad, al mismo tiempo con el escepticismo, el consumismo, la violencia llevada hasta su máxima expresión y niveles sádicos, masoquistas e inhumanos. Habitamos una sociedad mediática, compulsiva y depredadora de la gente común y de los marginados. La globalización económica,

social y cultural, ha proporcionado un desarrollo del conocimiento científico y tecnológico y humanista, pero el pago ha sido de mayor proporción que el beneficio social obtenido, porque éste no se encuentra distribuido. Por lo tanto, la práctica del orientador educativo se plasma en ser portador de valores e ideologías y códigos específicos, que adquieren significado por el contexto y el modelo educativo en que se desenvuelven. Una Orientación que responda a promover el cambio de actitud, para ubicar a los sujetos ante los valores que impone la globalización, cómo orientar en la pluralidad y diversidad, donde los orientadores sean portadores de sentido, como sujetos particulares en los espacios escolares, no por la coacción, sino por la aceptación del sentido de sus acciones, de la que cada quien es responsable, tarea que corresponde al orientador. En la medida en que el orientador tenga “vocación” para desarrollar su profesión, mejor será la atención que dé a dicha profesión y lo demostrará tanto teóricamente, como en la praxis.

Aquí habría que cuestionar si se tiene la suficiente calidad moral, para seguir en el mismo camino que hasta ahora lleva la Orientación Educativa en México, desde hace varios años atrás o es necesario llevar a la Orientación Educativa por otros rumbos favorables, que no sólo beneficien a la Orientación como tal, si no a todos aquellos orientadores, docentes, alumnos, directivos y padres de familia que requieren de una nueva forma de ver a la Orientación Educativa, de una forma adecuada, sin temor a equivocarse.

Capítulo V

GRUPOS DE AUTOAYUDA

Capítulo V

GRUPOS DE AUTOAYUDA

Las experiencias emocionales compartidas dentro de un grupo y las descargas catárticas colectivas forman parte de la historia de la humanidad. Su ejercicio puede rastrearse en las distintas épocas como prácticas sociales establecidas, ya fuese en ritos religiosos o mágicos, en espectáculos deportivos o culturales (sobre todo teatrales), o en festividades públicas.

En cambio su aplicación técnica sistemática y operativa dentro del campo médico y psicológico es una historia reciente, propia de nuestra época. La psicoterapia de grupo es, literalmente, *hija del siglo*, invención contemporánea, y dentro de ella los grupos de autoayuda.

Los grupos de autoayuda son organizaciones de personas que comparten similares problemas psicológicos, físicos o existenciales.

En muchos casos dichos problemas han sido estigmatizados por la sociedad más amplia y los grupos son iniciados por personas asertivas que invitan a otras a encontrarse en forma periódica y frecuente para discutir su problema común y buscar formas de resolverlo o de manejarlo de la mejor manera posible. Lo más usual es que estos encuentros se realicen en lugares públicos como iglesias, escuelas o locales privados adecuados. Aunque para su funcionamiento es esencial conservar amplia autonomía local, en algunos casos los distintos grupos con tema semejante llegan a organizarse en ligas o federaciones que llegan a tener, como sucede con Alcohólicos Anónimos, extensión nacional e internacional. La mayoría son asociaciones no lucrativas.

A partir de los setentas este tipo de organizaciones se han multiplicado de manera muy notable en todo el mundo, especialmente en el campo de cuidados para la salud. En algunos lugares como la Unión Americana esto se ha debido no sólo a

los esfuerzos autogestivos característicos de este tipo de grupos, sino al estímulo y apoyo de las compañías de seguros y del gobierno.

Se ha clasificado a los grupos de autoayuda existentes en los Estados Unidos de Norteamérica según sus distintos propósitos y áreas de trabajo, en seis tipos (Cole, S., 1983). De esta forma se toma su listado original haciéndole algunas pequeñas modificaciones para ajustarlo a la realidad nacional:

1. Grupos que buscan el cambio conductual de *personas con adicciones*, incluye Alcohólicos Anónimos, Narcóticos Anónimos, Comedores Compulsivos; WeightWatchers (control del sobrepeso); diversos grupos para lograr abstinencia del tabaco. El enfoque de los grupos anónimos se ha extendido a *problemas emocionales sin adicciones*, como es el caso de neuróticos anónimos.
2. Grupos que buscan dar a sus miembros apoyo social y *nuevas estrategias para lidiar con sus problemas*, incluye Alanon (padres y cónyuges de alcohólicos) y Alateen (hijos adolescentes de alcohólicos); Familias Anónimas (semejante temática); padres sin compañero (familias uniparentales); familiares de adictos; amigos y familiares de psicóticos u otros trastornos mentales graves, como Alzheimer, deficiencia mental o parálisis infantil.
3. Grupos que buscan *mejorar el proceso de atención de ciertos problemas físicos*, por ejemplo los afectados de enfisema, de artritis, de diabetes, de lupus, de SIDA, etc.
4. Grupos orientados a la *rehabilitación de padecimientos físicos* como infartos cardíacos, laringectomías, colostomías, etc.
5. Grupos orientados al *apoyo de los derechos* de ciertos sectores sociales como organizaciones de mujeres, de homosexuales, de enfermos mentales, de ciegos, de enfermos con SIDA, etc.
6. Grupos orientados al *crecimiento personal y auto-actualización*, tales como la Liga de la Leche (lactancia materna)

5.1 Origen histórico de los grupos de autoayuda

Los grupos de autoayuda y los grupos terapéuticos en general comparten el mismo origen: los *Grupos Didácticos* que el doctor J. H. Pratt iniciara en 1905, con pacientes tuberculosos, en la *Clínica de Control del Pensamiento* en el Hospital General de Massachussets, en Boston. Su método, denominado por él *método de clase*, lo utilizó posteriormente con pacientes diabéticos, cardíacos y en 1930, con pacientes psiquiátricos (Campuzano, M., 1987).

Consistía en conferencias dadas por el médico sobre el padecimiento en cuestión y las medidas higiénicas necesarias para su control, seguidas por preguntas y discusión con los pacientes sobre los temas tratados, así como la organización de un sistema de calificación y premios para los pacientes que mejor llevaban a cabo las medidas recomendadas.

Pratt consideraba a los factores emocionales importantes para la recuperación de las enfermedades y de ahí que su método instituyera su consideración deliberada y sistemática, utilizando la fuerza de las emociones que se producían en el grupo, aunque no llegó a desarrollar una comprensión y conceptualización del proceso y dinámica grupales.

El *método de clases de Pratt* ha sido el origen de los grupos *de apoyo* (tanto los dirigidos por profesionales, como los dirigidos por no profesionales), llamados así en función del mecanismo predominante de su accionar.

Han tenido un impacto notable en el campo no profesional dando lugar, a grupos de autoayuda como Alcohólicos Anónimos (AA) que fue iniciada en 1935 por un agente de bolsa de Nueva York (Bill W.) y un cirujano de Akron (Dr. Bob) y se ha convertido en un movimiento social de gran difusión e importancia en la actualidad, teniendo como base sus principios, tradiciones y programa de recuperación; el cual se ha difundido y aplicado a más de 140 ramificaciones de

grupos de autoayuda, con problemas distintos al alcoholismo como Neuróticos Anónimos, Narcóticos Anónimos, Comedores Compulsivos Anónimos, Adictos a las Relaciones Destructivas, Codependientes Anónimos, Fumadores Anónimos, entre muchos otros que adoptaron el programa de recuperación de los AA sus principios y su literatura, enfocándolos a la problemática en particular que cada agrupación tiene; por lo tanto, se puede decir que dicho programa está basado en principios universales válidos para cualquier persona y que pueden aplicarse en cualquier lugar y en cualquier aspecto de la vida que quieran aplicarse, como se verá más tarde.

De ahí la idea cobró fuerza y se difundió, primero a todo Estados Unidos y posteriormente a nivel mundial; en México este grupo se inició en 1956, existiendo actualmente más de 2500, (Elizondo, E., 1982).

En vez de hacer proselitismo, los miembros de esta organización acostumbran recibir y encauzar a los nuevos miembros, basándose en la atracción individual (a través de ejemplo) y no en la promoción. Esto es con el propósito de conservar el anonimato personal de sus miembros. El contacto se establece por lo común, cuando se canaliza al individuo de hospitales o consultorios privados, asiste por su cuenta o es llevado por otras personas a determinado grupo; se le asigna una persona del grupo, la cual a través de llamadas telefónicas, le proporciona información y lo atiende para que participe en las reuniones. Asimismo, se reúne con él antes de la sesión para tranquilizarlo si se encuentra tenso y tratar de responder a sus preguntas. Cuando asiste a una reunión, es alentado para que continúe asistiendo.

En estos casos se utiliza el principio de solidaridad grupal e identificación con los compañeros que padecen el mismo mal, pero que han logrado el control del mismo (en el caso de AA la abstinencia de bebidas alcohólicas). La diferencia con el enfoque de Pratt es que se enfatiza la estructura fraternal y la identificación paternal (en el lugar del *ideal del yo*, según el esquema desarrollado por Freud en su artículo *Psicología de las masas y análisis del yo*) se coloca en la existencia de un *ser supremo*, lo cual le da una característica *inspiracional*, además de la de *apoyo*. La selección y reforzamiento de ciertas defensas psicológicas útiles para el logro de los objetivos planteados (la abstinencia) le da su tercera característica: el *enfoque*

represivo, vocablo que tiene algunas connotaciones negativas, pero que aquí aparece sólo como opuesto al de explorativo, en cuanto a la forma de manejo técnico de las defensas.

Las reuniones de grupo (frecuentemente amplias, de 20 a 50 asistentes), suelen ser diarias o terciadas y se plantean llevarse a cabo por tiempo indefinido, de por vida, dada su característica de apoyo. Aunque el trabajo predominante es sobre el logro y mantenimiento de la abstinencia alcohólica, también se abordan las "fallas de carácter" correlacionadas. El método considera una serie de pasos sucesivos (los *Doce Pasos* y las *Doce Tradiciones*) y, llegado a un cierto avance, se busca la *sublimación* mediante el rescate de alcohólicos activos ("pasar el mensaje") para consolidar su recuperación (A. A. Word Services Inc., 1952).

En el campo profesional médico y psicológico se siguen utilizando los grupos de apoyo, como en el caso de Pratt con un enfoque "paternalista", y además se han desarrollado nuevos métodos grupales de técnica más sofisticada, tales como: el *psicodrama* (Moreniano y psicoanalítico), la *dinámica de grupos* o corriente psicociológica (aprendizaje vivencial en "grupos-T" o "grupos de entrenamiento", que dieron origen posteriormente a los "grupos de encuentro") y, finalmente, los *grupos psicoanalíticos*.

5.2 Cómo funcionan los grupos de autoayuda

Aunque empíricamente el hombre ha conocido y utilizado desde tiempos inmemoriales la capacidad de influencia conductual de los grupos sobre sus miembros, es hasta épocas recientes que esta capacidad se ha documentado experimentalmente.

Durante la Segunda Guerra Mundial, Lewin, el fundador de la "dinámica de grupos" y de las técnicas de "investigación-acción" en psicología social, encontró que el proceso de discusión y decisión grupal era 10 veces más eficaz, para influenciar el cambio de hábitos alimenticios en amas de casa que un curso de instrucción

formal (Lewin citado por Cole, S., 1983). Muchas otras investigaciones han confirmado esta conclusión: la participación en algún tipo de dispositivo grupal participativo, es más eficaz para el aprendizaje, que las formas de educación convencional.

Este mismo autor destaca: "Una variable crucial que afecta la participación individual, la productividad y la moral grupales, es la oportunidad para los miembros de participar en la toma de decisiones del conjunto. Este principio es ejemplificado por Alcohólicos Anónimos (dado que son la base de todos los grupos consecuentes que utilizan su programa de recuperación, aplicado a diversos problemas) cuyos miembros tienen como objetivo primordial mantener la sobriedad y toman para ello el acuerdo de seguir juntos los Doce Pasos. El grado de cambio conductual individual, puede ser incrementado mediante la discusión grupal y el compromiso público, complementado por el consenso grupal de respeto a un curso particular de acciones, en este caso conducentes a mantener la promesa de permanecer en sobriedad".

Las causas del cambio individual en los grupos de autoayuda han sido desglosados (Lewin citado por Cole, S., 1983) como emocionales, cognitivos y conductuales.

- ⊕ **Emocionales:** La experiencia de grupo provee calor, empatía, comprensión y estímulo. Como un subsistema nutriente de pares y amigos, ofrece a sus miembros cuidado incondicional e interés y da la oportunidad de ser libres, abiertos y espontáneos unos con otros.

- ⊕ **Cognitivos:** La experiencia de grupo ayuda a mejorar la auto-estima individual, al proveer la oportunidad de percibirse uno mismo entre otros con similares condiciones. Por ende, provee a los miembros con una nueva referencia de grupo, entre quienes la declaración abierta de "desviación" se

vuelve una declaración de comunidad, reduciendo los sentimientos de devaluación, alienación, vergüenza y culpa.

✚ **Conductuales:** Reforzados por estos cambios emocionales y cognitivos, los miembros se sienten libres para proporcionarse ayuda mutua. Intercambian estrategias para lidiar con sus problemas comunes (conocimiento experiencial), se dan consejos, se sienten parte de un equipo, se enseñan destrezas unos a otros y hacen amistades. De esta manera, los grupos de autoayuda se vuelven un campo para la experimentación social y de relaciones humanas.

Ahora desde el punto de vista psicoanalítico se retoman cuatro mecanismos terapéuticos que se identifican en el funcionamiento de los grupos de autoayuda como AA:

I) Apoyo.

El mecanismo de recuperación más sencillo y el ingrediente imprescindible en toda psicoterapia. Tiene que ver con la posibilidad de un vínculo humano de interés, ayuda y contención emocional. Algunas psicoterapias descansan esencialmente en el accionar de este mecanismo "que trata de darle al paciente estabilidad o seguridad, algo así como un respaldo o un bastón" (Etchegoyen, 1986). Muy ligados a este nivel se encuentran otros mecanismos, como la sugestión y la persuasión.

II) Catarsis o abreacción.

La posibilidad de acceder a ciertos estados emocionales contenidos o evitados y lograr la consecuente descarga emocional (que libera el afecto ligado a un recuerdo traumático) es un mecanismo de alivio psicológico muy conocido e incorporado a diversos ritos religiosos y ceremonias o actividades sociales. De hecho el nombre viene del teatro griego donde su existencia y aparición eran bien conocidas. Algunos síndromes como el duelo y el stress

postraumático requieren para su asistencia de la utilización básica de los dos mecanismos mencionados.

III) Aprendizaje interpersonal directo por identificación (modelaje de rol).

Todas las culturas, familias y grupos humanos proponen modelos de rol que influyen en los individuos a partir de la existencia del mecanismo de identificación que, como Freud (1921) lo describiera es “[...] la manifestación más temprana de un enlace afectivo a otra persona [...]”, con la característica de que “[...] aspira a conformar el propio yo análogamente al otro, tomado como modelo”.

Por medio de este mecanismo los padres, maestros y otras figuras de autoridad, así como los amigos, los héroes y antihéroes, los personajes promovidos por los medios masivos de comunicación, etc. que influyen y logran que un individuo se asemeje. En los grupos de apoyo (dirigidos por profesionales o de autoayuda) donde alguien se ofrece como *modelo de rol*, por ejemplo en cuanto al logro y mantenimiento de la abstinencia de bebidas alcohólicas con los miembros más antiguos de un grupo de A.A., sucede el mismo fenómeno, y por medio de él, los alcohólicos de más reciente ingreso dejan de beber al identificarse con los miembros sobrios, con el cambio de vida que eso significa, así como con el grupo y el programa.

Las terapias de apoyo utilizan, en diferentes combinaciones de énfasis, estos tres mecanismos de curación (apoyo, catarsis e identificación). Las intervenciones, observaciones o retroalimentación que realizan sobre otros o sobre sí mismos, se mantienen en el nivel de la conducta manifestada. Requieren para tener eficacia y sostener su efecto de mantener el vínculo (terapéutico) de forma permanente y con contactos frecuentes.

IV) Insight y elaboración.

El psicoanálisis y las diversas modalidades de psicoterapias psicoanalíticas buscan obtener sus efectos, a partir de la utilización predominante de otro conjunto de mecanismos de recuperación que implican la comprensión de la *conducta manifiesta*, a partir de sus *motivaciones latentes de orden inconsciente*, cognoscible para la persona en tratamiento mediante su introspección (nivel consciente y preconsciente) y a través de la actividad develadora del psicoanalista (y en el caso que les ocupa, de los demás miembros del grupo) que, al comprender esas motivaciones inconscientes, las formula por medio de la interpretación que se vuelve, así, el instrumento técnico central de su quehacer profesional. La consolidación del insight se logra después, mediante un largo y penoso trabajo de elaboración, o sea del descubrimiento de sus distintas formas de expresión en el conjunto de actividades vitales. De esto depende el alcanzar los cambios en la estructura psíquica que garanticen la estabilidad de los resultados.

El psicoanálisis considera a las enfermedades mentales (teoría de la enfermedad) determinadas por el interjuego de fuerzas dinámicas (predominantemente pulsiones libidinales, agresivas y defensas contra ellas) que dan lugar a conflictos psíquicos que generan ansiedad, síntomas diversos y específicas organizaciones caracterológicas. La ansiedad y síntomas se expresan en el nivel manifiesto y los conflictos psíquicos que los determinan permanecen en el nivel latente.

La terapéutica psicoanalítica (*teoría de la cura*) consiste en la concientización de estos conflictos psíquicos (*insight*) y su ulterior modificación a través del *trabajo elaborativo*.

Tanto el *insight* como la elaboración, son obtenidos y sostenidos, mediante el trabajo interpretativo del psicoanalista. El mecanismo de apoyo busca mantenerse en el nivel de contención, la catarsis se usa sin un especial énfasis y la identificación no

se promueve en cuanto a "modelo de rol" sino se aprovecha como "mecanismo de relación interpersonal" susceptible de conocerse en relación a sus determinantes inconscientes y, por tanto, susceptible de ser interpretada.

El *setting* o *encuadre* psicoanalítico busca establecer condiciones adecuadas para la expresión del inconsciente, que suele tomar la forma de recuerdos (discurso) y repeticiones (acciones, actuaciones) de los conflictos psíquicos de cada individuo. Y ya sea que las huellas del conflicto psíquico aparezcan en el discurso o en la relación con el analista (transferencia) serán igualmente objeto de interpretación.

Pero los procesos inconscientes no suelen discurrir fluidamente en el paciente por la existencia de obstáculos para su abordaje llamados *resistencias* que aparecerán, también, tanto en el discurso como en la transferencia y serán, por igual, interpretables.

De forma muy sintética, siguiendo en esto, las formulaciones de Etchegoyen (1986), se menciona que la *interpretación* tiene tres niveles de acción: en primer lugar, el propio de su *capacidad informativa* (como proposición científica); en segundo lugar, el de su *capacidad semántica*, al dar una nueva conexión de significado y, finalmente, una *capacidad operacional*, al funcionar como una hipótesis para ser comunicada y lograr un cambio.

La *interpretación genética* (los orígenes infantiles del conflicto psíquico) es fundamental en la metodología del psicoanálisis, ya que se propone la reconstrucción de los procesos psíquicos que sucedieron en el pasado, aunque debe señalarse que lo reconstruido no es propiamente el proceso tal como fue, sino, únicamente, un modelo del proceso.

Habría varios tipos de interpretaciones posibles: la *interpretación histórico-genética* (el "allá y entonces" de los conflictos infantiles) y la interpretación del *conflicto actual* que, a su vez, puede expresarse mediante *interpretaciones transferenciales* (el "aquí y ahora" de la relación con el psicoanalista) o

extratransferenciales (sobre las relaciones actuales con sujetos distintos al psicoanalista). Una interpretación completa debe abarcar, idealmente, todos esos aspectos: las raíces genético-infantiles del conflicto, así como sus expresiones actuales transferenciales y extratransferenciales.

En un acercamiento a la psicología social, Freud, escribe en 1921 su artículo *Psicología de las masas y análisis del yo*. Su observación inicial es que los seres humanos al incluirse en multitudes modifican su conducta de una manera importante, volviéndose ésta menos intelectual y más emocional (y aún apasionada, impulsiva y violenta), no sólo en las masas espontáneas, sino también en las masas organizadas que conforman las diversas instituciones sociales, de las cuales Freud tomó como ejemplo al ejército y a la iglesia católica.

Este cambio de conducta se explica sobre la base de que "el individuo que entra a formar parte de una multitud, se sitúa en condiciones que *le permiten suprimir las represiones de sus tendencias inconscientes*. Los caracteres aparentemente nuevos que entonces manifiesta son, precisamente, exteriorizaciones de lo inconsciente individual..."

Esta *regresión a etapas tempranas* (infantiles) del desarrollo que se produce cuando el individuo se incorpora a las multitudes, generándose la *deshinibición de sus represiones* y la consecuente *aparición del inconsciente reprimido*, se explica por las características especiales del vínculo que une al grupo y le da cohesión. Este vínculo es de orden emocional, específicamente amoroso, como expresión de los impulsos libidinales. En palabras de Freud:... "La masa tiene que hallarse mantenida en cohesión por algún poder. ¿Y a qué poder resulta factible atribuir tal función sino es al *Eros*, que mantiene la cohesión de todo lo existente?" Además, "cuando el individuo englobado en la masa renuncia a lo que le es personal y se deja sugestionar por otros, experimenta la impresión de que lo hace por sentir en él la necesidad de hallarse de acuerdo con ellos y no en oposición a ellos; esto es, por amor a los demás".

El mecanismo psicológico implicado en estas relaciones libidinales es el de *identificación*, es decir, la primera expresión de un vínculo afectivo con otra persona, donde se "aspira a conformar el propio yo, análogamente al otro tomado como modelo". Así como el niño se identifica con su padre, los miembros del grupo se identifican con su líder al amparo de una ilusión: que éste ama a todos los integrantes por igual. De esta manera, *cada individuo tiene un vínculo libidinal con su líder*, y a partir de éste, se establece *también un vínculo libidinal con los miembros restantes del grupo*.

En este proceso de identificación, se sustituye el control interno, propio de las funciones de ciertas instancias del aparato psíquico, por algunos sujetos externos: el líder y los compañeros del grupo. Así, cada uno de los individuos que conforman el grupo sustituyen su *ideal del yo* por el líder (identificación "*vertical*") y, a partir de esto, se identifican el uno con los otros en su *yo* (identificación "*horizontal*"). Esto explica la regresión en los grupos, así como el decrecimiento de la represión y la consecuente aparición de ciertos impulsos inconscientes, habitualmente contenidos.

Moscovici (1981) lo resume así: "Es fácil comprender la composición psíquica de la multitud. Verticalmente, el impulso amoroso de cada individuo hacia el jefe. Horizontalmente, una multitud de personas que tienen el mismo objeto como *ideal del yo* y, por consiguiente, se identifican las unas con las otras. En ellas, la identificación sería el cuadro que ofrece una multitud asociada: *todo el mundo ama al jefe y cada uno se identifica con su vecino...*"

Kaës (1993) destaca una situación en especial importante *que explica la función de apoyo de los grupos*: "...Una de las consecuencias de las identificaciones mutuas, comunes y centrales, por las cuales se efectúa la traslación (y la transformación) de las formaciones intrapsíquicas sobre una figura común e idealizada es la formación de lo que Freud designa, en francés, como "*l'esprit de corps*". Hay que notar que esta *transferencia* implica para cada sujeto un abandono, una cierta pérdida, pero también una ganancia: "*l'esprit de corp*" es su premio.

Ahora bien, la ausencia de un líder o *caudillo* es tolerada por la masa a condición de que se mantenga una *idea y/o una tarea líder* (que funcionan también en el lugar del *ideal del yo*) y que permite conservar los vínculos afectivos y con ellos la cohesión social. La idea del *ser supremo*, propia de algunos grupos de autoayuda, cumple esta función y permite mantener con el conjunto de pares una identificación fraterna. Su complemento, para evitar el caos en el grupo, es un método, programa o camino a seguir que sirva como *organizador* del mismo; los Doce Pasos y las Doce Tradiciones cumplen esa función.

Por lo escrito hasta aquí resulta claro que el psicoanálisis tiene un objetivo teórico específico: el del *inconsciente*, e investigaciones recientes (Kaës, 1993) dejan claro que su tarea no está constituida sólo por el estudio de la psique individual, sino por las formas y los efectos del inconsciente en el individuo y en los grupos. Se vuelve, así, *sujeto del inconsciente y sujeto del grupo*, por la peculiar *realidad psíquica* que se produce en los colectivos.

Esto da lugar a que el trabajo de intervención en psicoanálisis se realice no sobre el *plano manifiesto (o consciente)*, sino sobre el *plano latente (o inconsciente)* por medio de la *interpretación* dada por el psicoanalista y que busca develar las motivaciones inconscientes de la conducta. De ahí que a este enfoque se le denomine *explorativo o expresivo* en contraposición al enfoque *represivo* de los grupos de *apoyo*. Esta es la forma en la que se explica a través del psicoanálisis el cómo y por qué funcionan; cabe mencionar que dicha agrupación fue influenciada ligeramente por esta corriente psicológica, dado que era lo que en aquel tiempo estaba en boga, posteriormente se denotan más algunos rasgos de influencia del humanismo; inclusive por los profesionales con quienes tuvieron contacto y les vertieron algunos puntos de vista en congresos de Alcohólicos Anónimos que fueron invitados como Erich Fromm o Carl Jung que fue indirectamente, uno de los precursores de este movimiento.

Ahora es pertinente dar una explicación a través de la Gestalt, sobre cómo funciona o coadyuva el método de los grupos de autoayuda, a las personas que lo requieran, de acuerdo a su problemática en particular.

En la psicoterapia Gestalt un introyecto es una idea que ha sido “tragada por el individuo” sin previa masticación para su adecuada asimilación. A nivel psicológico, esto implica “creerse una idea”, en este caso sobre sí mismo, sin haberla analizado cuestionado, criticado, corroborado, etc., y, muchas veces, implica también actuar con base en ella.

De acuerdo con Perls (1978) todos crecen mediante el ejercicio de la capacidad de discriminar, la que en sí misma, es función del límite entre lo propio y lo otro. Se toma algo del ambiente, se devuelve algo al ambiente. Se acepta o se rechaza, lo que el ambiente tiene para ofrecer. Se cree únicamente en el proceso de tomar y dirigirse plenamente, así como el de asimilar de igual forma. Lo que se asimila verdaderamente del ambiente pasa a ser propio para hacer lo que se plazca. Pero lo que se traga íntegro, aquello que se acepta indiscriminadamente, lo que se ingiere en vez de digerir, pasa a ser un parásito, un cuerpo extraño que hace de uno mismo su morada. No forma parte proporcionada de uno mismo, aunque presente la apariencia de serlo. Aún es parte del ambiente.

Es fácil ver este proceso de crecimiento por asimilación de desestructuración y digestión desde un punto de vista físico. El alimento físico una vez adecuadamente digerido y asimilado, pasa a ser parte de uno mismo, se convierte en hueso, músculo y sangre. Pero alimentos que son tragados enteros, que engullen, por así decir, no porque se quiera, sino por obligación, yacen pesadamente en el estómago. Son incómodos, se quieren vomitar y sacarlos del sistema. Si no se hace, si se suprime la incomodidad, la náusea y el deseo de deshacerse de ellos, entonces finalmente lograr digerirlos dolorosamente o incluso intoxicarse.

El proceso psicológico de la asimilación es muy parecido a su contrapartida fisiológica. Conceptos, datos, patrones de conducta, valores morales, éticos, estéticos y políticos, todos provienen originalmente del mundo externo. No hay nada

en la mente que no provengan del ambiente, de alguna manera, pero no hay nada en el ambiente, para lo cual no haya una necesidad organísmica, ya sea esta física o fisiológica. Éstas tienen que ser digeridas y dominadas, si han de convertirse verdaderamente en propias, verdaderamente en una parte de la personalidad. Pero si sencillamente se acepta por así decir, el dato entero sin críticas, la palabra de otra persona, ya sea por ser de buen gusto, por ser seguras, tradicionales, de mal gusto, dolorosas, peligrosas o revolucionarias, entonces yacen pesadamente en uno mismo. Continúan siendo cuerpos extraños, aunque hayan tomado las mentes por su morada. Tales actitudes, modos de actuar, de sentir y evaluar sin digerir, en psicología Gestalt se les denomina introyectos y el mecanismo mediante el cual estos cuerpos extraños son agregados a la personalidad, que es denominado introyección.

La explicación filosófica y psicológica de lo anteriormente mencionado, es de gran importancia, porque de aquí se deriva el rumbo que toma este trabajo de investigación; dado que es el fundamento de lo que se pretende trabajar directamente con los adolescentes, para coadyuvar en el desarrollo de su autoestima, a través de esta propuesta:

Hilemorfismo aristotélico (Gutiérrez R. 2003). El filósofo explicó, hace más de veinte siglos, que las cosas visibles están constituidas por dos elementos: la materia prima y la forma sustancial. La materia prima es un concepto bastante oscuro, pues se define como pura potencialidad. En cambio, la forma, es el aspecto inteligible y que da estructura a las cosas. La forma es el elemento que se capta con la inteligencia y constituye los conceptos.

En el siglo XVIII, Kant profundizó en la teoría del conocimiento. Afirmó que los conocimientos están compuestos de materia y forma: la materia es el dato recibido; la forma es la estructura que aplica la propia facultad cognoscitiva. Sostuvo que la ciencia es una creación del hombre, pues la universalidad y la necesidad de sus principios se explican, gracias a las formas a priori, según Kant, son idénticas en todos los hombres. Como puede notarse, falta la extensión de esta teoría, al terreno

de las formas a posteriori. Esto es lo que añadió la postura psicológica de la Gestalt, como se verá más adelante.

En su libro “El ser y la nada”, Sartre (1993) sostiene que las cosas están desnudas de sentido y que cada sujeto otorga sentido a los objetos, según su perspectiva especial y su proyecto fundamental en la vida.

Las cosas contienen una riqueza enorme de significados; cuando se recibe la materia del conocimiento, más que inventar o aportar un sentido, lo que hace es fijarse en uno solo de esos significados, de acuerdo con las circunstancias especiales de la perspectiva, educación y cultura. Sucede aquí, como en el encuentro de los ciegos que palpan diferentes partes del cuerpo de un elefante. El que sólo palpa la trompa da una explicación muy diferente de “la esencia” del elefante, con respecto al que toca las orejas o la panza.

Psicología Gestalt. De acuerdo con esta teoría contemporánea, el sujeto cognoscente aplica diferentes formas o estructuras al dato recibido en los sentidos. Estas formas no son idénticas en todos los hombres, si no que se originan, de acuerdo con el tipo de educación recibida por cada uno. Esto implica las diferentes interpretaciones de la gente ante un mismo objeto. Las formas o Gestalt aplicadas, han sido aprendidas en las experiencias cotidianas de la vida. Son, pues, a posteriori y esto abre la posibilidad de combinarlas si acaso es conveniente o necesario.

De esta forma, se sostiene que la materia del conocimiento es el dato que se recibe por los sentidos; la forma del conocimiento, es el trasfondo o colorido aplicado por cada sujeto, según su educación y cultura; gracias a la cual, encuentra un significado o sentido diferente en cada cosa.

Se ve que estas diferencias subjetivas pueden llegar a extremos verdaderamente deformantes de la realidad. Una falla radical común reside en la forma cognoscitiva que aplica una persona a sus percepciones. Esa forma (o conjunto de formas) alcanza a deformar el objeto captado, y por lo tanto donde hay

un leve peligro, la persona capta un grave peligro; donde hay una leve ofensa, la persona capta una grave ofensa.

Pero esta persona no se da cuenta de sus exageraciones, cree que lo que capta es real y objetivo. He aquí la importancia de la teoría aquí propuesta. En base a ella, se puede explicar un padecimiento y así se le puede orientar hacia una solución que elimine sus sufrimientos. El mismo sujeto ha creado los fantasmas que lo torturan. Es decir, se produce una falla de percepción y estas se producen a través de necesidades insatisfechas en la niñez y adolescencia o valores aprendidos equivocadamente, que distorsionan la realidad del individuo (Papalia D. E.; Wendkos S.; Duskin R. 2005), como se menciona en el capítulo de la adolescencia.

En concreto, la manera de romper los introyectos, se realiza por medio de preguntas y principalmente a través del escuchar la experiencias de otros, identificando a través del reflejo dichos introyectos, cuyo objetivo es ampliar el darse cuenta de la persona, es decir, propiciar su reflexión acerca del origen del contenido del introyecto, ya sea pensamiento, sentimiento o actitud ante la vida, los demás o hacia sí mismo(a). Dichas preguntas jamás empezarán con “¿Por qué?”, ya que esta pregunta solo conduce a respuestas analíticas y racionalizaciones. Es importante empezar las preguntas con las frases: ¿cómo?, ¿desde cuándo?, y ¿para qué te sirve? haciéndole identificar que cualquier idea puede ser cuestionable; que no es necesariamente verdad pura. Aquí es donde será fundamental la participación del orientador en la propuesta de los Grupos de Crecimiento y Desarrollo que se verá más tarde, dado que él será quien marcará las pautas y dirigirá el rumbo de las juntas y las actividades dentro del grupo. Brindará información veraz, concientizará y destruirá aquellos introyectos insanos, conjuntamente con las experiencias propias y de los miembros del grupo como lo hacen los servidores o líderes, padrinos o gente con mayor experiencia, dentro de los grupos de autoayuda, como AA.

5.3 Alcohólicos Anónimos el inicio de los grupos de autoayuda

Molina (1982) menciona que AA son una "Hermandad integrada exclusivamente por enfermos alcohólicos que se ayudan, apoyan y esfuerzan mutuamente en un deseo de permanecer en la abstinencia".

Ya que ellos mismos son todos alcohólicos, tienen una especial comprensión hacia cada uno de los demás. Ellos saben cómo se siente esta enfermedad y han aprendido en AA cómo recuperarse.

Los miembros de AA dicen que ellos son alcohólicos hoy, aunque no hayan tomado un solo trago durante muchos años. No dicen que ellos están "curados". Es decir, una vez que estas personas han perdido su capacidad para controlar la bebida, nunca podrán volver con seguridad a beber sin riesgos o en otras palabras, nunca podrán llegar a ser anteriormente "alcohólicos" o "ex-alcohólicos". Pero en AA ellos pueden llegar a ser alcohólicos sobrios, alcohólicos recuperados.

AA no lleva listas de miembros, pero los Grupos reportan qué tanta gente pertenece a cada uno. Basándose en estos reportes se calcula a la membrecía de AA en más de 2'000,000 en el mundo (A.A. WorldServices, Inc., 1974).

Este grupo está orientado exclusivamente hacia la recuperación personal y la sobriedad continuada de cada alcohólico, que llegue a la Comunidad buscando ayuda. La Fraternidad no realiza tipo de trabajo alguno en el campo de la investigación, educación o propaganda con respecto al alcoholismo, ni ofrece tratamientos médicos o psiquiátricos. No obstante, los miembros de Alcohólicos Anónimos que así lo deseen, pueden participar en tales actividades, en calidad de individuos.

AA ayuda al alcohólico por medio del ejemplo y la amistad de los alcohólicos recuperados. Los miembros nuevos son motivados a permanecer lejos de la bebida "un día a la vez", concretándose a no beber el día de hoy (A.A. WorldService, Inc., 1970).

Al evitar que el alcohol entre en su organismo (sistema nervioso, digestivo, etc.), los recién llegados se hacen cargo de una parte de su enfermedad: físicamente tienen la oportunidad de recuperarse. Pero hay que recordar que existe otra parte, si ellos quieren permanecer sobrios, necesitan también mentes y emociones saludables. Por lo tanto ellos comienzan a seguir los "Doce Pasos" de recuperación de AA las "Doce Tradiciones" que son los principios que indican la forma en que se deben conducir los grupos e inclusive su fundador mencionaba, que eran la práctica misma del Programa de Recuperación, que dichas Tradiciones son la parte esencial de dichos grupos; dichos principios éticos se retomarán para efectos de este trabajo, ya que es la manera en la que se desempeñan los grupos(A.A. WorldService, Inc., 1970). Que son los siguientes:

Los Doce Pasos

- 1) Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.
- 2) Llegamos a creer que un Poder Superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.
- 3) Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos.
- 4) Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
- 5) Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos.
- 6) Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter.
- 7) Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.
- 8) Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.

- 9) Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.
- 10) Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.
- 11) Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.
- 12) Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

Las Doce Tradiciones

- I. Nuestro bienestar común debe tener la preferencia; la recuperación personal depende de la unidad de AA
- II. Para el propósito de nuestro Grupo sólo existe una autoridad fundamental: Un Dios amoroso tal como se exprese en la conciencia de nuestro Grupo. Nuestros líderes no son más que servidores de confianza, no gobiernan.
- III. El único requisito para ser miembro de AA es querer dejar de beber.
- IV. Cada Grupo debe ser autónomo, excepto en asuntos que afecten a otros grupos o a Alcohólicos Anónimos, considerado como un todo.
- V. Cada Grupo tiene un sólo objetivo primordial: Llevar el mensaje al alcohólico que aún está sufriendo.
- VI. Un Grupo de AA nunca debe respaldar, financiar o prestar el nombre de AA a ninguna entidad allegada o empresa ajena, para evitar que los problemas de dinero, propiedad y prestigio nos desvíen de nuestro objetivo primordial.
- VII. Todo Grupo de AA debe mantenerse completamente a sí

mismo, negándose a recibir contribuciones de afuera.

VIII.AA nunca tendrá carácter profesional, pero nuestros Centros de Servicio pueden emplear trabajadores especiales.

IX. A.A. como tal nunca debe ser organizada; pero podemos crear juntas o Comités de Servicio que sean directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.

X.A.A. no tiene opinión acerca de asuntos ajenos a sus actividades; por consiguiente su nombre nunca debe mezclarse en polémicas públicas.

XI. Nuestra política de relaciones públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción; necesitamos mantener siempre nuestro anonimato personal ante la prensa, la radio y el cine.

XII.El anonimato es la base espiritual de todas nuestras tradiciones, recordándonos siempre anteponer los principios a las personalidades.

Estos doce pasos no se basan en la teoría, los primeros miembros analizaron juntos lo que habían hecho para lograr y mantener la sobriedad. Los pasos son el resumen de su experiencia y una guía hacia la recuperación que ahora da resultados, a más de dos millones de alcohólicos.

Al transcurrir del tiempo AA ha aprendido y comprobado para qué son las juntas. Al principio, al neófito lo introducirán al grupo, a través de sesiones y asambleas, a las cuales asisten un gran número de miembros y en la que varios de ellos relatan, con detalle, sus propias experiencias. Después de esta pequeña introducción, hay un período marcadamente social, en donde los contactos con los demás miembros son más personales. En realidad, hay varias reuniones privadas con el grupo. Al escuchar a otros, cada uno puede reflejar y detectar aquello que está mal en sí mismo y hacer algo al respecto, con base en los principios del Programa de Recuperación. Nadie más que cada individuo será responsable de su propia recuperación, por lo que es necesario asistir con regularidad, preguntar las dudas, apadrinarse (padrino es una persona del grupo, que ya tiene experiencia en la

práctica del programa y el cual proporciona confianza, así como una guía de cómo practicar el programa a base de su experiencia), estudiar en conjunto con otros compañeros, participar en algún servicio y en las actividades del Grupo.

Aprender a entender y comprender a otros, por ejemplo: a nuestros padres, hijos, cónyuge, jefe, vecino, subordinado, etc.

Dejar de luchar por querer cambiar el pasado y a las personas para ubicarse en el presente y aprender a relacionarse con otros seres humanos, integrándose de esta manera a la sociedad. Que basado en estas actividades, es la manera en la cual se conducirá el Grupo de Crecimiento y Desarrollo.

Es necesario un moderador (Coordinador) de la reunión y un sistema de temas a tratar y control del tiempo disponible, por lo que es necesario planear cada junta, para que sean seguras, efectivas y aprovechables.

Se sugiere que todas y cada una de las juntas tengan una duración de 90 min (A.A. Word Services Inc., 1952), no es necesario asistir a un número de reuniones en un periodo de tiempo determinado. La mayoría de los miembros tratan de ir por lo menos a una reunión por semana. Consideran que con eso les basta para satisfacer su necesidad personal de contacto con el programa, por medio de su grupo. Otros van a las reuniones casi todas las noches, en las áreas donde es posible hacerlo. Y otros pueden pasar un tiempo relativamente largo, sin ir a una reunión, pero ajustando sus actividades diarias a la práctica del programa de Recuperación.

La amonestación amistosa, “siga viniendo a las reuniones”, que tan a menudo oyen los recién llegados, se basa en las experiencias de la gran mayoría de los AA, quienes saben que la calidad de su sobriedad se deteriora, cuando dejan de ir por mucho tiempo. Saben, por su propia experiencia, que si no van a las reuniones corren peligro de tener un retroceso y que si asisten con regularidad, les es más fácil resistir las ganas de beber y evitar aquellos viejos patrones de conducta que los impulsaron al alcoholismo y a su forma destructiva de vivir.

Los recién llegados, especialmente, parecen beneficiarse asistiendo a un gran número de reuniones (o teniendo otros contactos con los AA) durante sus primeras semanas o meses como miembros de un grupo. Multiplicando sus oportunidades de conocer y oír a otros AA cuyas experiencias sean semejantes a las suyas, parece que fortalecen su comprensión del Programa y de lo que puede beneficiarles. Ahora bien, el Programa de Recuperación es para toda la vida, porque de hecho es una filosofía de vida, sin embargo no es necesario asistir por siempre, pero –como lo dijo un miembro- “casi todos lo queremos y puede que a la mayoría nos convenga”.

A la mayoría de los alcohólicos no les agrada que se les diga que tienen que hacer alguna cosa por mucho tiempo. A primera vista la idea de tener que asistir a las reuniones por el resto de la vida, puede parecer verdaderamente desconsoladora. La principal razón para que un alcohólico vaya a las reuniones de su grupo, es para ayudarse a permanecer sobrio hoy.

De modo que el alcohólico anónimo si desea asegurar su sobriedad en el presente, probablemente continuará asistiendo a las reuniones. Pero su asistencia siempre será con base en entender a su sobriedad inmediata. Mientras se acerque a AA sobre esa base y a medida que tome conciencia de la realidad, ninguna de sus actividades, inclusive su presencia en las reuniones, puede parecerle una obligación a largo plazo.

Pues bien, este es el método de recuperación de los grupos de autoayuda con base a su fundadores los AA aplicable para diferentes problemáticas, de las cuales para efecto de esta investigación, se piensa será muy útil para trabajar con la autoestima de los jóvenes que lo requieran, adaptando propiamente el método antes explicado, dirigido al desarrollo emocional y la autoestima.

5.4 Los Profesionales y los Grupos de autoayuda

Obviamente, no es verdad que *sólo* un alcohólico puede ayudar a otro. Los historiales individuales muestran claramente, que los no alcohólicos hacen muchas cosas por los alcohólicos, que Alcohólicos Anónimos no hace.

Desde sus comienzos, la asociación de AA ha gozado de la amistad y el apoyo de los médicos que conocen su Programa de Recuperación. Los médicos, tal vez mejor que nadie, están en posición de apreciar la inseguridad de otros métodos de contrarrestar el problema del alcoholismo que se han ensayado anteriormente. Los AA nunca han declarado que son la única solución del problema; pero su programa ha resultado eficaz tan a menudo, donde otros métodos han fallado, que hoy en día los médicos son frecuentemente los más entusiastas promotores del Programa en sus comunidades (A.A. Word Services Inc., 1952).

Parte de la actitud de los médicos hacia los AA se hizo patente en 1951, cuando la Asociación Americana de Salubridad Pública nombró a los Alcohólicos Anónimos entre los agraciados con el famoso Premio Lasker, en “real conocimiento del éxito de AA en el tratamiento del alcoholismo como enfermedad y por quitarle la reputación de baldón social”.

Cualquiera que haya examinado seriamente la historia de AA, sabe que los primeros miembros fueron ayudados e influenciados grandemente por los doctores Carl Jung, William James, William Silkworth, HarrvTiebout, y muchos otros, como se verá más adelante (A.A. Word Services., 1970).

Desde que fue formado el primer grupo, se empezaron a acercar miembros de la Comunidad Profesional; el primero de ellos fue el Dr. Ezequiel Millán, médico de cabecera de Fernando Ibarrola, uno de los primeros miembros del grupo; este acercamiento tuvo lugar a fines de 1947. En los años subsiguientes, con motivo de la celebración de los aniversarios del grupo; se establecían relaciones con la Comunidad Profesional, para invitarlos a que participaran en las juntas de información.

En 1956, cuando fue formado el primer grupo de habla hispana en nuestro país, fue determinante la ayuda del psiquiatra y general Dr. José González Várela, quien formaba parte de la dirección del Hospital Central Militar, en la Ciudad de México.

Mientras que en Mérida, Yuc., fue invaluable la ayuda del Doctor Carlos Rubio Rojas y el Padre Roberto Menard, en relación con el establecimiento de Alcohólicos Anónimos en el sureste de México.

Desde 1962, a través de la Cooperación con la Comunidad Profesional en Guadalajara, se realizaban juntas de información en una Institución de Neuropsiquiatría de Zapopan. Los pacientes alcohólicos que recibieron ahí el mensaje, de regreso a sus lugares de origen, fundaron grupos en San Luis Potosí, Culiacán, Tepic, etc.

En seguida se mencionan algunos extractos de comentarios acerca de AA por autoridades médicas que figuran entre los primeros profesionales que pudieron darse cuenta de sus alcances.

“confío, verdaderamente, que los poderes benéficos de esa Asociación se desarrollarán; que hombres y mujeres de mi profesión reconozcan su verdadero valor, porque puedo decir que en nuestra profesión nunca ha resultado utilizar la fe para mover montañas”.

Dr. Foster Kennedy, eminente neurólogo.

“Después de observar personalmente por varios años el efecto del Programa de Alcohólicos Anónimos en algunos de mis propios pacientes, y habiendo observado de cerca otros muchos ejemplos de su trabajo, creo imperativo que nosotros los psiquiatras imparciales observemos con cordura y detenidamente los esfuerzos de este grupo de alcohólicos, que ahora están logrando tantas y notables recuperaciones en nuestro terreno.”

Dr. Harry Tiebout Grenwich, Con.

“en mi carácter de médico que ha observado el desarrollo de Alcohólicos Anónimos desde el día en que comenzó, puedo personalmente certificar la recuperación de veintenas de alcohólicos de un tipo para el que otros sistemas médicos había fallado por completo. Estos hechos parecen ser de extrema importancia médica; porque debido a las extraordinarias posibilidades de rápido

desarrollo inherentes de ese grupo, con seguridad marcarán una nueva época en los oscuros anales del alcoholismo”.

Dr. W. D. Silkworth, Médico Jefe, TOWNS Hospital, Nueva York.

La publicación del artículo “ALCOHÓLICOS ANONIMOS”, por Jack Alexander, en Saturday Evening Post, apareció en el número fechado del 1º de marzo de 1941 y marcó un importante avance en la historia de la sociedad (Jack A., 1941).

A pesar de que un artículo de alcances nacionales había sido publicado antes, el informe del Post sobre el puñado de hombres y mujeres que habían alcanzado la sobriedad por medio de AA, fue en grado sumo el motivo que estableció firmemente a la Sociedad de Alcohólicos Anónimos en un plano nacional e internacional.

Todavía hoy, muchos alcohólicos que se vuelven hacia AA, para la solución de sus problemas, tienen un recuerdo vivido y claro de haber leído el artículo de Jack Alexander.

Lo publicado en el Post recuerda el crecimiento de AA en un periodo de años relativamente breve.

En 1941 Jack Alexander informó sobre el significado de los servicios y la humildad que distinguen al programa de AA y a los que lo practican. Alcohólicos Anónimos ha crecido rápidamente. Pero la misma conciencia de las necesidades de continuar sirviendo a sus semejantes alcohólicos con espíritu de ayuda y humildad, sigue siendo la piedra fundamental de su sociedad.

La fundación alcohólica, se llama ahora The General Service Board of Alcoholics Anonymus Inc. (El Consejo de Servicios Generales de Alcohólicos Anonimos).

El doctor John F. Stouffer, jefe de psiquiatras, dice: “el alcohólico que llega aquí es generalmente aquel que no puede pagarse un tratamiento, y facilitar el contacto con AA hay algunos pocos que a veces vuelven al hospital por haber

recaído, pero aún entre estos, puede observarse un cambio de personalidad tan profundo, que prácticamente no parecen ser los mismos

En Chicago veinticinco médicos trabajan en cooperación con AA contribuyendo con sus servicios y enviando sus pacientes al grupo que ahora cuenta con aproximadamente 200 personas. La misma cooperación existe en Cleveland, y en menor grado en otros centros. El doctor W. D. Silkworth, de Nueva York, dio al movimiento el primer apoyo; sin embargo, muchos médicos permanecían escépticos. El doctor Foster Kennedy, un eminente neurólogo de Nueva York, probablemente tuvo esto en cuenta cuando dijo en una reunión “el fin que persiguen los que están empeñados en este esfuerzo contra el alcoholismo es muy elevado, su éxito ha sido considerable y creo que todos los médicos de buena voluntad debieran ayudar”.

Inclusive a nivel popular se acepta que AA es el tratamiento más efectivo para alcohólicos, según Goodwin (1979). La efectividad de este sistema, según unos autores que utilizaron grupos controlados, es del 100% en tanto que fue nula la participación de los individuos asignados al grupo control. (Sisan y Mallams, 1981). La confianza que popularmente se tiene en esta supuesta efectividad proviene de impresiones personales, no evaluaciones científicas. Este punto de vista parece de primera impresión apoyado en las cifras que presentan otros autores, aunque éstas difieran de un autor u otro. Así es, mientras que un autor afirma que la tasa de éxito es de sólo 15%-- muy baja si se compara con la tasa de recuperación espontánea-- del 11 al 15% (Tournier, 1979), otro afirma que “en comparación con otras terapias, la tasa de éxito de AA es casi milagrosa” (Madsen, 1979). Para seguir con las variaciones en las cifras, al respecto Bakeland estimó que AA tiene una tasa de 34.6% de éxito (Bakeland citado por Pittman, 1977). Como se puede ver, existe una gran inconsistencia de datos que hacen sumamente difícil percibir con claridad una evaluación concreta de esta organización.

Sin embargo, otra postura menciona que el éxito de Alcohólicos Anónimos ha radicado en su espontaneidad, la autonomía de los grupos, la gran cantidad de ellos fundamentalmente en zonas socioeconómicas desfavorecidas, el ser gratuitos pero fundamentalmente, el hecho de que el alcohólico no confronta el problema de

autoridad y encuentra una gran identificación con el compañero que le pasa el "mensaje".El alcohólico respira en tales grupos un ambiente de libertad; nadie lo presiona, al mismo tiempo, encuentra una gran aceptación y el efecto catártico de contar su historial en la tribuna, tiene un resultado de expiación que le alivia sus tensiones (Elizondo, citado en Molina, 1982).

Una vez que el nuevo miembro se integra al grupo, se siente nuevamente aceptado por la sociedad; el sentirse parte de un grupo lo autoafirma y cuando empieza a "prestar su servicio" se siente importante al ayudar a otros.

El doctor Elizondo propone que todo médico conozca y analice los alcances del programa de Alcohólicos Anónimos y sugerirlo a sus pacientes (con problemas de alcoholismo), ya que no interfiere con algún otro tipo de terapia que estén llevando; aunque no se cuenta con cifras estadísticas, la experiencia es que aquéllos que se integran a los grupos de AA, Alcanzan lapsos muy prolongados de sobriedad (Molina, 1982).

Si bien se ha visto que los tratamientos psicofarmacológicos reportan una aparente recuperación, pasado el efecto de las sustancias utilizadas dentro del organismo, el paciente reincide, lo cual indica que es dudosa tal cura. Ahora bien, los tratamientos psicoterapéuticos conciben al individuo alcohólico, como un ser humano y no como un objeto. Se parte de la renombrada multifactorialidad donde se analiza o estudia al paciente, desde sus orígenes (familia, religión, medio social y nivel económico) hasta la situación actual que lo ha empujado a tener problemas, con el consumo de alcohol (Velasco, 1981).

Tales tratamientos psicológicos reportan de igual modo cifras considerables de individuos recuperados, pero no es comparable con la que se percibe que existe en AA, (Mayra, 1998). Así que en lo concerniente a la efectividad de AA, como tratamiento, es que hay muy pocas razones para creer que pueda haber resultados que no sean más que positivos" (Sobell y Sobell, 1979,).

Independientemente de cual sea la opinión que se tenga de los grupos de autoayuda, es evidente que se han convertido desde su aparición, en un valioso

auxiliar para el terapeuta y para la psicología, contribuyendo al enriquecimiento de la psicoterapia grupal, entre otras aportaciones. Además de permitir que muy amplios sectores de la población mundial, encuentren alivio y en ocasiones la solución a graves problemas y trastornos emocionales y conductuales que los aquejan. Y que por afectar a un número demasiado elevado de personas, sería imposible lograr para todos ellos un tratamiento eficaz, en forma individual. Porque no hay que olvidar que los grupos de autoayuda funcionan lo mismo tanto en ciudades grandes como en pequeños poblados, así como en instituciones tales como cárceles y hospitales, en donde todo tipo de enfermos desahuciados encuentran con ellos una mano amiga. Es así como diariamente realizan los AA, NA y otras agrupaciones, su labor profundamente humanitaria. Por eso, es de considerarse que los grupos de autoayuda han cumplido con el propósito para el que fueron creados.

Capítulo VI
PROPUESTA

Capítulo IV

PROPUESTA

Este trabajo responde a los intereses profesionales por unir dos ramas, la del conocimiento educativo y la psicoterapia Gestalt, dándole un enfoque psicoterapéutico gestáltico a la orientación educativa. La parte más importante de esta investigación consistirá en realizar un Grupo de Crecimiento y Desarrollo Personal. Retomando la metodología de los grupos de autoayuda y algunas otras técnicas psicológicas alternativas, como estrategias del orientador educativo para los adolescentes y así poder darles una orientación integral adecuada. Su finalidad será darles las herramientas necesarias para fortalecer su autoestima, coadyuvando con el desarrollo emocional y psicosocial del adolescente, logrando aplicar dichas herramientas dentro y fuera del plantel y así como llevarlas a su formación profesional, laboral, familiar y social, entre otras.

Para tales efectos, cabe recalcar el concepto ampliado de la orientación educativa que planteó el Presidente en turno de la AMPO en 1993, José Nava Ortiz, particularmente cuando dice: “En otras palabras, se trata de una orientación educativa que forme y transforme, las capacidades individuales innatas y aprendidas relacionadas con su creatividad, su desarrollo, sus actitudes, sus valores, su compromiso de la vida, su responsabilidad en el trabajo y en general con la satisfacción personal y social”.

Como se ha venido manejando a lo largo de este trabajo, el proceso de crecimiento personal es aquel que promueve el desarrollo de las potencialidades y capacidades del ser humano. Por su parte, la orientación vista de manera integral, también promueve el crecimiento personal porque pretende “trascender su nivel de servicio de ayuda al estudiante” para convertirse de lleno, en una verdadera disciplina que estudie y promueva durante toda la vida de los seres humanos, sus capacidades pedagógicas, psicológicas y socioeconómicas. Con base en ello, se

puede afirmar que un proceso de crecimiento personal y vocacional manejando mediante un enfoque gestáltico deberá propiciar, sobre todo, la ampliación del darse cuenta con respecto a sí mismo y a las relaciones con los demás; es decir, este enfoque prioriza el autoconocimiento basado en el contacto con uno mismo (y no basado en lo que han pretendido, y muchas veces logrado, hacer creer sobre sí mismos y quienes los rodean). De esta manera, el crecimiento personal supone, principalmente, el conocimiento y reconocimiento de las capacidades, habilidades, gustos, intereses, preferencias, elecciones, valores, etc., e implica, en consecuencia su aceptación, respeto y valoración.

La orientación educativa con enfoque gestáltico, es el proceso de apoyar y acompañar al joven en su camino vital, para llegar a ser quien desea ser; es decir, implica el proceso de realizarse como persona, desarrollando sus potencialidades, para convertirse en el adulto que anhela ser, en un constante recrearse, renovarse e incluso renacer. Con base en ello, la propuesta consistirá, esencialmente, en crear espacios y propiciar momentos de reflexión personal por parte de los jóvenes; momentos y espacios en los que se vayan conociendo cada vez más, a través del Grupo de Crecimiento y Desarrollo, pues el autoconocimiento es uno de los pilares de su crecimiento dentro de dicha propuesta. Asimismo, se parte de la idea de que es indispensable no solo conocerse a sí mismo, sino también “mirarse con ojos de aceptación” más que inquisitivos o de inconformidad, lo cual es en sí mismo “curativo” y terapéutico. Por ello, el promover la autoaceptación de los orientados, constituye un pilar fundamental de la propuesta. En este sentido, Ginger (1993) afirma que: “La Gestalt estimula sobre todo en el principio a conocerse mejor y aceptarse tal como es y a no querer cambiar para imitar un modelo de referencia explicativo o idealizado, ya sea individual o social, interno o externo, filosófico, moral, político o religioso.” Por tanto, es claro que el ser humano que se reconoce como tal y no anhela ser algo más, ni sufre por no ser, por ejemplo un “superhombre”, “una perfección andando”, “una enciclopedia viviente”, etc., pueden ver los fracasos, como experiencias de aprendizaje, más que como errores. Sin embargo, esto no es algo simple, pues para lograrlo, hay que fortalecer la autoestima y por ello es esencial aterrizar con profundidad dicha definición, para efectos de esta propuesta.

Satir (1998) afirma que la autoestima está constituida por los sentimientos e ideas que el individuo tiene de sí mismo". Por su lado, Mauro Rodríguez, Georgina Pellicer y Magdalena Domínguez (1998) sostienen que:

"Cada individuo es la medida de su amor así mismo; su autoestima es el marco de referencia desde el cual se proyecta".

Un reconocido escritor sobre este tema, Branden, (1983) expresa que "la autoestima es la reputación que se adquiere frente a uno mismo". En la introducción de su libro, este autor expone las siguientes ideas: De todos los juicios que se entablan en la vida, ninguno es tan importante como el que se entabla sobre sí mismo, ya que este juicio afecta el propio núcleo de la existencia. No existe ningún aspecto significativo del pensamiento, motivación, sentimientos o comportamientos, que no se vean afectados por la autoevaluación. El ser humano es un organismo no sólo consciente, sino también consciente de sí mismo. Se prueba, evalúa y cuestiona de un modo que resulta imposible para otras especies. Se cuestiona: quién es, qué quiere, hacia donde va, qué propósito se tiene en la vida. Su conducta será adecuada a ese propósito, se enorgullece o avergüenza de las elecciones y acciones, está contento o descontento de ser quién es.

Por último, es importante citar a Rogers (1978), uno de los más grandes exponentes de la psicología humanista, quien afirma que "el sentirse devaluado es, en la mayoría de los casos, la base de los problemas humanos".

Ahora bien, este sentimiento de autodevaluación, por lo general, deviene de los introyectos y disfraces que suelen cargar sobre sí las personas. Por ello, para mejorar la autoestima, es preciso ir quitándose los disfraces y rompiendo los introyectos, como a continuación se explica.

Como se ha apuntado, en la sociedad prevalece una tendencia de poner más atención en las fallas y errores de las personas, que en sus aciertos y logros. Aunado a ello, resulta que la adolescencia es una etapa de transición, que conlleva en sí misma una cierta preocupación e inseguridad, debidas a la celeridad de los cambios (físicos, psicológicos, sociales...) que implica y a la incertidumbre respecto a la

adecuación de los mismos. Así, como consecuencia de las anteriores situaciones. En la mayoría de los estudiantes de bachillerato se verifica una cierta tendencia a devaluarse o a valorarse insuficientemente. Estas ideas devaluatorias, al igual que la autoestima en sí, son en casi todos los casos, formadas básicamente por los adultos significativos en la infancia de la persona (los padres o las personas encargadas de la crianza) a través de todos los mensajes verbales y no verbales, que le envían constantemente, mediante al trato diario.

De esta manera, es común ver que la mayoría de los jóvenes y muchos adultos, viven su vida cargando introyectos sobre sí mismos. Estos vienen a ser una especie de disfraces, que muchas veces les pesan y les impiden lograr sus metas o incluso planteárselas siquiera, o simplemente, no les permiten vivir la vida como ellos en verdad desearían. Dichos disfraces se originan en frases o etiquetas que otras personas, tal vez sin tener conciencia de lo que hacían, les impusieron.

Por ello, trabajar para promover la remoción de dichos disfraces o etiquetas e ir, así rompiendo los introyectos, es uno de los principales objetivos de la intervención gestáltica en la propuesta. Iniciar este proceso puede ir permitiendo, junto con el desencadenamiento de los procesos de autoconocimiento y autoaceptación, que se logre una mejor autovaloración de la vida y pueda esperarse una mejor autovaloración del individuo. Como afirma el autor Mauro Rodríguez, esta última implica:

La capacidad interna de evaluar las cosas como “positivas” si lo son para el individuo, le satisfacen, son interesantes, enriquecedoras, le hacen sentirse bien, y le permiten crecer y aprender; es decir, le sirven para vivir, y considerarlas como “negativas” si lo son para la persona, no le satisfacen, carecen de interés, le hacen daño y no le permiten crecer; es decir, no le sirven para vivir.

Asimismo, de acuerdo con la “escalera de la autoestima” desarrollada por este autor, se sabe que el autoconocimiento y la autoaceptación constituyen los primeros “peldaños” que forman la base, para lograr una adecuada y alta autoestima.

Al trabajar con los procesos de autoconocimiento, autoaceptación y autovaloración implícitamente, se tratan otros procesos cuyo desarrollo también fortalece la autoestima, como son el autoconcepto y el autorrespeto. Por tanto, en la propuesta de orientación con enfoque gestáltico, por razones prácticas, dichos procesos se trabajan en forma conjunta, para que el propio proceso de crecimiento personal y vocacional, pueda propiciar la búsqueda del sentido de la vida.

Así, una vez fortalecida la autoestima, el siguiente paso en el proceso de crecimiento personal y vocacional para estudiantes de bachillerato, consiste en la búsqueda y el hallazgo del sentido personal de la vida. Esto implica trabajar tanto para clarificar sus valores existenciales, como para definir qué sentido quieren que tenga su vida. El concepto “sentido de la vida” se retomó del gran terapeuta Frankl (1999), y fue adaptado al trabajo con adolescentes por Jarquin (2003). Su aplicación consiste en propiciar la reflexión de los participantes, acerca del valor de su vida ante la posibilidad, siempre latente de todo ser humano, de su repentina pérdida; así como analizar su actitud ante ella, probablemente superficial, debido a la carencia de valores claros que la rijan y conduzcan.

Para ello se formará un grupo de autoayuda llamado Grupo de Crecimiento y Desarrollo (GCD) el cual funcionará como se ha mencionado a lo largo de la investigación, a través de retomar en gran medida los principios y métodos de los grupos de autoayuda como AA, sin embargo, con la libertad de integrar algunas otras técnicas o estrategias psicológicas y educativas alternativas, sin necesidad de llevar al pie de la letra rigurosamente los principios sugeridos de dichos grupos. Se aplicarán solo aquellos que el orientador educativo y los miembros de grupo crean pertinentes llevar a la práctica, dependiendo inclusive de la problemática de cada individuo, sin embargo, no dejarán de ser en esencia, un grupo de autoayuda.

Cabe mencionar que el papel del orientador es limitado hasta cierto punto, dado que él es un miembro más de dicho grupo, quien fungirá como un líder más o un servidor más, junto con otros miembros del grupo. Deberá ser un líder social; es decir predicar con el ejemplo, participar en las actividades que se realicen etc. y no podrá imponer su voluntad. Todo deberá ser consensado con la “conciencia” del

grupo, es decir los miembros del grupo de forma democrática siempre y cuando no se violenten los principios, objetivos y autonomía del grupo. Tratará siempre de guiar a través de la convicción, el conocimiento, la experiencia propia y el ejemplo; sólo en caso de que el grupo pierda el rumbo de sus objetivos radicalmente y se quisiera dar un uso inadecuado del mismo, saliendo de sus principios básicos, el orientador, como guía y líder podrá intervenir, a través de su autoridad para disuadir dicha tarea.

Otra importante actividad del orientador, es que cuando algún joven requiera orientación individual deberá brindársela y/o canalizarlo con un profesional, si es necesario o pedirle a otro compañero orientador apoyo, para orientar a los jóvenes en caso de ser muchos aquellos que requieran. Dicha orientación, es la figura que en los grupos de autoayuda como AA se le llama “padrino”, que es un miembro con mayor experiencia, que simplemente le compartirá sus experiencias en el camino de su desarrollo y crecimiento en el grupo, de alguna experiencia en particular; es decir, no aconseja, no juzga, ni psicoanaliza, simplemente comparte su experiencia obviamente, superada; para que el compañero que se encuentra en dicha situación, tome una decisión más asertiva, tomando en cuenta la sugerencia del otro compañero o decidiendo algo distinto, pero con un panorama más amplio. Inclusive tal vez, pudiendo identificar sus propios introyectos para superarlos; en un principio lo deberá de hacer siempre el orientador, pero cuando existan miembros ya con mayor experiencia y un fortalecimiento de la autoestima mayor, podrán guiar a otros en dicho camino, siempre con la asesoría del orientador y apegado a lo aprendido y trabajado dentro del grupo o literatura sugerida.

Uno de los elementos básicos que debe tener este grupo es un enunciado que los defina y remarque su autonomía, similar al enunciado que los AA, utilizan para identificar su agrupación:

Enunciado Del Grupo De Crecimiento Y Desarrollo

(GCD)

El grupo de crecimiento y desarrollo, es una agrupación formada por jóvenes que comparten sus mutuas experiencias, problemáticas y aspiraciones, para crecer y

desarrollarse de manera integral como individuos, fortaleciendo su autoestima y ayudando a otros también a recuperar o fortalecer su autoestima.

El único requisito para ser miembro de esta agrupación, es el sincero deseo de ser una mejor persona y el sentirse mejor, a través de la disposición de fortalecer su autoestima. Para ser miembro del GCD no se pagan derechos ni cuotas, de esta manera se mantienen con las propias contribuciones.

El GCD no está afiliado a ninguna secta, religión, partido político, organización o institución alguna, simplemente se agradece la oportunidad de la institución educativa de permitir realizar las actividades, respetando la normatividad que en ella existe y brindándole el apoyo, en lo que los objetivos primordiales respecta. No desea intervenir en controversias no respalda ni se opone a ninguna causa.

El objetivo primordial es recuperar o fortalecer la autoestima y así crecer y desarrollarse como individuos ayudando a otros, de igual forma a recuperar o fortalecer su autoestima, permaneciendo en el camino hacia la autorrealización.

Está dirigido a cualquier alumno que desee integrarse o crea necesitar del grupo, cualquier joven que sienta la necesidad de expresarse con libertad de diversos temas sin tabúes ni censura. Que presente características como: irritabilidad, soledad, angustia, tristeza, inseguridad, necesidad de ser escuchado, desmotivación, desinterés personal o académico, si tiene algún problema que desee compartir ya sea familiar, personal o de cualquier índole y/o requiera alguna orientación e inclusive que algún profesor, orientador o amigo se lo haya sugerido. El joven tendrá la oportunidad de ir a probar algunas sesiones y si él decide que le pueda servir, seguirá asistiendo y en caso que no lo piense de esta manera, tendrá la libertad de buscar otras opciones o métodos que él considere para su caso en particular, le sean más efectivos. La forma de trabajo del GCD será en la forma en como los grupos de autoayuda como AA realizan sus actividades. A continuación se mencionan los puntos básicos que se retomarán, los tipos de juntas y la forma en la que se desarrollarán.

Cada grupo de autoayuda reproducirá la experiencia acumulada con el tiempo y el trabajo sobre el tema y situación de vida del miembro que en él se trata. Eventualmente se redactan textos y materiales que se usan cotidianamente y se

ofrecen a cada nuevo miembro que se integra, de los cuales para efecto del GCD se retomará mucha de la literatura de las agrupaciones de autoayuda hermanas, así como libros sugeridos por el orientador o la conciencia del grupo (miembros) o materiales diversos como grabaciones de audio o video etc. enfocados a los objetivos propios de la agrupación. Se aprovechan recursos que ayudan a definir y sostener el sistema de trabajo y regresar constantemente a lo fundamental. En algunos casos se redactan propuestas breves y claras que se llegan a integrar en una lista. Cuando se trata de prohibir y reglamentar, las cosas pueden ir mal, porque en lugar de encausar el trabajo, se le frena; por ello es que dentro de la agrupación, todo se maneja de manera sugerida. En el caso de los GCD es una útil herramienta para el adolescente que generalmente proyecta resistencia a las imposiciones e inclusive, en algunos casos rebeldía; por lo tanto eso aquí no es una barrera. Pero es común que se definan conceptos, principios básicos, lineamientos para el Grupo y otras premisas sencillas, frecuentemente muy importantes o esenciales para el trabajo. Con todo ello se aclaran y definen los objetivos y la propuesta del grupo, como el enunciado anteriormente mencionado.

Los "principios" o "conceptos fundamentales" de un grupo llegan a ser paradójicos y enigmáticos. Esa es tal vez una ventaja en la práctica, porque permite distintas interpretaciones y formas de usarlos. Pero se basan en similares premisas, para compartir, colaborar, trabajar en grupo, aprender, respetar y lograr que la iniciativa personal de autoayuda y el trabajo grupal de ayuda mutua, tengan éxito. Este Grupo de Crecimiento y Desarrollo busca promover la flexibilidad y apertura en el trabajo creativo del joven así como la comunicación abierta, la claridad sobre los más sencillos y fundamentales elementos que conjuntamente se acuerda reconocer como necesarios, para sostener el proceso de ayuda mutua, permitiendo todos hacer de cada grupo un espacio productivo.

Como medio para considerar lo que es y sostiene a un grupo de autoayuda, se ofrece aquí una tabla de "Principios y Lineamientos" genérica. Incluye una redacción abierta, con algunos de los conceptos que son habituales en materiales de distintos

sistemas y modelos. Ha sido aprovechada por diversos grupos al iniciar. El objetivo es que sirva como muestra y herramienta, para pensar en lo que puede ser necesario para el funcionamiento de un grupo y los cuales se retoman para el funcionamiento del GCD (Fraternidad de Grupos de Autoayuda y Ayuda Mutua, A.C. 2010).

TABLA 8. Conceptos, principios y lineamientos de Grupos de Autoayuda.

Concepto	Principio / Lineamiento	Otros conceptos
Ayuda Mutua	Buscamos en el grupo la ayuda de otros con quienes compartimos una misma situación.	Solidaridad
Igualdad	Somos una comprensiva sociedad de iguales y tenemos una tarea común: superar lo que nos agobia y detiene.	Pares Superación
Herramientas	Para superar lo que nos agobia y detiene, aprovechamos las herramientas que nos ofrece el grupo, buscando lograr mayor tranquilidad y felicidad.	Crecimiento
Responsabilidad	No somos culpables pero sí responsables.	Acción
Compartimos experiencias	Para superarnos, hablamos sólo de nuestra propia experiencia personal.	Primera Persona
Fraternidad	Para apoyar a otros compartimos experiencias propias que consideramos superadas, sin consejo ni juicio de valor.	Comprensión Calidez
Honestidad	Hablamos de lo que sentimos con franqueza: Somos honestos para conocernos como nunca antes.	Aprendizaje
Tolerancia	Aprovechamos el uso de la palabra para exponer y trabajar lo que sentimos: quien tiene la palabra tiene el derecho de hablar hasta entregarla.	Escucha
Escucha	Escuchar las experiencias de los demás es una herramienta central para el crecimiento y trabajo personal.	Trabajo personal
Reserva y Confidencialidad	Lo que se dice en el grupo se queda en el grupo.	Respeto
Unión	Nuestro bienestar común tiene la preferencia; el progreso individual depende de nuestra unión.	Sociedad
Prohibido prohibir	Nada en el grupo es obligatorio, siempre que se respete el bienestar común.	Respeto Reglas
Autonomía	Apoyamos la autonomía del grupo como medio para fortalecer al adolescente.	Independencia Identidad
Participación e Independencia	Cada grupo es autónomo e independiente y se gobierna con la participación de todos sus integrantes: las actividades necesarias para el buen funcionamiento del grupo son tarea de todos.	Colaboración
Siempre sencillo	Lo importante no es la eficiencia sino la máxima participación.	Participación
Autosuficiencia	Cada grupo busca ser autosuficiente, como modo de propiciar su autonomía.	Autonomía
Independencia	Como grupo somos independientes: no estamos afiliados a ningún partido político, religión o institución.	Afiliación
Buenas relaciones	Los problemas entre los integrantes del grupo, causados por luchas de poder o prestigio al interior del mismo, dificultan nuestra tarea.	Luchas de poder
Renovación	Los nuevos integrantes revitalizan nuestro trabajo: son la vida del grupo.	Fraternidad
Apertura	Todos son bienvenidos: cualquiera que sienta que tiene un problema similar al nuestro puede ser parte del grupo, aunque en principio no esté de acuerdo con todo nuestros métodos de trabajo.	Tolerancia Apoyo Contención

TABLA 8. Conceptos, principios y lineamientos de Grupos de Autoayuda (Fraternidad de Autoayuda y Ayuda Mutua, A.C.,

2010).

En la medida que los lineamientos operativos y la concepción del grupo se hacen parte de cada integrante, se genera la posibilidad de participar activamente, ayudando cada uno a establecer un clima apropiado para aprender, avanzar y resolver.

Sin embargo cabe mencionar cuales son las principales diferencias que tendrá el GCD con referente a los grupos tradicionales de autoayuda anónimos como AA.

1. El programa de recuperación de los 12 pasos ocupado por los grupos anónimos de autoayuda, adaptado a la problemática particular de cada grupo como único método. el GCD lo aplicará en problemas específicos para jóvenes que así lo deseen, guiados por el orientador educativo junto con otros recursos auxiliares terapéuticos y canalización a un profesional si su problemática así lo requiere. Y no como única línea de trabajo, como lo hacen los grupos anónimos. Dado que el GCD no ataca una enfermedad como tal; su objetivo es crecer y desarrollarse como individuos de manera integral, así como fortalecer su autoestima; si bien dicho programa será útil para cumplir con estos objetivos, no es necesario casarse con lo puntos mencionados en él al pie de la letra. El G.C.D. los utilizará de forma más flexible, para quien los quiera practicar o quienes verdaderamente los necesiten.
2. El orientador funge como guía y líder principal a diferencia de los grupos anónimos, donde los guías o líderes (servidores) como individuos no tienen la figura de peso, que en el caso del GCD tendrá el orientador educativo, donde toda decisión deberá ser aprobada por el orientador educativo como representante del grupo de manera simultánea, con la membrecía del grupo siendo que sin la aprobación del orientador no se deberá llevar a cabo ninguna actividad o propuesta. Así como el orientador tiene la facultad de intervenir y evitar cualquier actividad que esté fuera de los principios y objetivos del grupo para su propia seguridad y buen funcionamiento del mismo. A diferencia de los grupos anónimos, los adolescentes aún no tienen la madurez ni el conocimiento o experiencia, para hacerse cargo de sí mismos y de un grupo de dicha naturaleza.

3. Dentro de los grupos anónimos no existen profesionales o si algún miembro lo es, no tiene ningún valor agregado o injerencia dentro del grupo. A diferencia del GCD donde el orientador además de ser un miembro más, si funge como profesional dado que el GCD será un *medio* para llevar a cabo una orientación más completa y efectiva en las instituciones educativas de nivel bachillerato, contemplando que con la cantidad excesiva de alumnos con los que deben de trabajar, los orientadores principalmente en escuelas públicas donde no existen más recursos para contratar más personal. É esta será una buena medida alternativa, para realizar una orientación educativa integral.
4. El GCD tiene mayor libertad de tomar distintas bibliografías, materiales, técnicas o métodos diversos, que puedan ayudar para ampliar el panorama y la capacidad de cumplir sus objetivos; a diferencia de los grupos anónimos, que se limitan no permitiendo que ningún otro material por muy bueno que sea se introduzca en el grupo, basándose sólo en su literatura perdiéndose de información y materiales maravillosos y muy útiles que les ayudarían a crecer más y con un mayor panorama de su problema en particular.
5. A pesar de que el GCD es autónomo, en sus actividades depende indirectamente de la institución educativa que está apoyando la creación de ese espacio para los jóvenes. Es un programa implementado por la escuela, para beneficio de los alumnos y de los resultados indirectamente de dicha institución; al ayudar a los alumnos a ser mejores y cumpliendo con ese compromiso social que tienen este tipo de instituciones con la comunidad. Aunque el grupo sea regido por los mismos jóvenes y sus actividades sean independientes a las demás del colegio (siempre y cuando respeten su normativa ya que estarán dentro de las instalaciones de la misma), pero dándoles la libertad y la confianza de realizar sus actividades como mejor les parezca; siempre y cuando sea congruente con los objetivos del grupo. Contarán con un orientador para ayudarles en tan importante tarea, para su mejor funcionamiento y mayor seguridad. A diferencia de los grupos anónimos que son independientes y autónomos completamente, sin que ninguna institución intervenga, ni ayuda profesional, más que de manera muy limitada.

6. En los grupos anónimos el requisito para ingresar es padecer una enfermedad o problema común a los miembros del grupo, así que se limita a solo poder ayudar a personas con ese problema en particular o que padezcan una enfermedad en particular. Sin embargo en el GCD no necesariamente debe tener una enfermedad o padecimiento, para asistir a las juntas. Con el simple hecho de desear crecer y desarrollarse de manera integral como individuo y fortalecer o recuperar su autoestima. Puede pertenecer al GCD obteniendo la oportunidad de ayudar a otros, crecer y fortalecerse, así como pertenecer a un círculo social más apto sano y propositivo, que mucha falta hace en la actualidad; dándole así, la oportunidad a cualquiera de integrarse a esta agrupación.

Aunque el procedimiento de las juntas serán de la misma manera que los grupos anónimos, donde es necesario tener un Coordinador de la reunión y un sistema de temas a tratar y control del tiempo disponible, por lo que es necesario planear cada junta para que sean seguras, efectivas y aprovechables (NeuroticsAnonymous International Liaison, Inc., 2005).

Debido a esto, a continuación se describen los tipos de juntas, sus características dentro del Grupo de Crecimiento y Desarrollo, así como los materiales que se ocuparán para el funcionamiento del mismo.

Las juntas pueden ser:

- ▣ Juntas Abiertas o de Información.
- ▣ Juntas Cerradas o de Recuperación.
- ▣ Juntas Combinadas.
- ▣ Juntas de Preguntas y Respuestas.
- ▣ Juntas de Mesa Redonda.
- ▣ Juntas de Trabajo o de Servidores.
- ▣ Juntas de Estudio de Literatura.
- ▣ Juntas de Compartimiento.

Se sugiere que todas y cada una de las juntas tengan una duración de 90 min. Y cada junta será integrada por una máximo total de 30 miembros.

- ⊕ **Juntas abiertas o de información:** En las sesiones abiertas, cualquier persona es bienvenida; amigos, familiares y todo el que se interese en el Programa. Durante estas sesiones, individuos que se han restablecido relatan el estado en que se encontraban, como han cambiado y como se encuentran actualmente. La audiencia se limita escuchar.

Se puede solicitar a la persona o personas a quien se va dando la información, si desea dar su testimonio, o compartir como se enteró del Grupo, respetando en todo momento su libertad, si es que decide no hacerlo. Es una responsabilidad hacer sentir cómodas a todas las personas que visiten el Grupo, independientemente de que se integren o no, al mismo.

De esta forma se realizarán las juntas abiertas o de información, cada vez que una persona nueva se integre al grupo.

- ⊕ **Juntas cerradas o de recuperación:** Las sesiones a puerta cerrada son sólo para aquellos que pertenecen ya al grupo. En la sesión cerrada, los miembros realizan todas las actividades encaminadas al proceso de fortalecimiento de la autoestima, principalmente compartir sus experiencias con los demás miembros o inclusive manifestar si tienen alguna inquietud o problema que compartir, produciendo un efecto catártico en él y analítico a la vez. Donde él mismo al escucharse y compartiéndolo a otros, identifique sus introyectos o irrealidades en las cuales se encuentre inmerso y ayude a otros a identificar los de cada quien, entrando en un proceso de autoconocimiento, autoaceptación y autorrespeto sin juicio hacia sí mismo; tras el acompañamiento de las aportaciones de experiencias de otros miembros sin juicios, ni consejos, generando empatía, comprensión y brindándole distintos

panoramas. Inclusive el orientador puede manejar alguna sugerencia desde la coordinación y ahondando en el tema con información veraz, donde el joven pueda destruir quizás introyectos que le estén produciendo sufrimiento o pueda tomar una decisión más asertiva o consiga reconfortarse con el apoyo del grupo, sabiendo que no está solo en su situación en particular, dándole el ánimo para resolverlo. En este caso el miembro del grupo cuenta con una promesa, que es el manto protector del anonimato, donde todo lo que se comparte en el grupo, se queda en el grupo y no es revelado por sus demás compañeros. Se dejará muy bien entendido que quien falte a este principio está poniendo en riesgo su propia estabilidad emocional e integridad como individuo, al igual que la de sus compañeros, lo cual es contrario a los objetivos que este grupo persigue y que es uno de los principios necesarios para poder alcanzar sus objetivos. Además de la honestidad, porque sin ella, es prácticamente imposible lograr algo dentro del grupo o cualquier otra actividad personal. Aun así, se sugiere que si el joven quiere tratar algún punto o tema que considere delicado mencionar delante de los demás compañeros, se acerque primero con el orientador y le comente, para que él le pueda sugerir si es pertinente o no comentarlo frente a la agrupación; dado que puede haber algunos temas de tal naturaleza, que solo se deban compartir con el orientador o algún profesional, por seguridad del joven o familiares.

Las juntas se realizarán los lunes, miércoles y viernes, con duración de 90 minutos a contra turno, para el turno matutino, el horario será de 10:30 a 12:00 pm y vespertino será de 2:00 a 3:30 pm.

- ⊕ **Juntas combinadas:** Se le llama así a una junta cerrada en la que llegue una persona por primera vez y se le brindará información, una vez que se le proporciona, se procederá a continuar con la junta cerrada.

Se dará sólo cuando se integre alguna persona nueva, si la membrecía así lo decide.

⊕ **Juntas de preguntas y respuestas:** En estas juntas, por lo general, se tiene uno o dos participantes, quienes explican cómo entienden el tema que les ha tocado compartir; posteriormente los concurrentes en libertad de hacer preguntas, ya sea de viva voz o a través de una papeleta que entregarán a un edecán: él (ella) las llevará hasta la mesa de coordinación, donde se dará lectura a las preguntas.

Tiene como ventaja que la mayoría de los miembros pueden participar, salir de sus dudas y enriquecerse con otras experiencias, sobre uno o varios temas en particular.

Duración: exposición del tema, 60 minutos y 30 minutos más para preguntas y respuestas. Cuando haya dos temas con diferentes expositores, ambos temas serán de 30 minutos de exposición y 20 minutos más para preguntas de cada uno.

Se sugiere se exponga el primer tema y se hagan las preguntas, luego el segundo tema y sus preguntas.

Algunos Grupos designan a un compañero voluntario para grabar la sesión, con el objetivo de que los miembros interesados del Grupo obtengan copias para recordar y consultar acerca del tema expuesto.

De la misma manera se podrán beneficiar aquellos que no pudieran asistir. Las cuáles serán programadas una vez cada dos semanas.

Dentro de la junta se desarrollan temas de importancia e interés general para el Grupo como por ejemplo: adolescencia, autoestima, familia, educación sexual, drogadicción, alcoholismo, valores, técnicas de estudio, etc. Los cuales se irán desarrollando en cada sesión.

- ⊕ **Juntas de mesa redonda:** En este tipo de junta, las personas se colocan formando un círculo. De esta manera todos tienen la posibilidad de verse unos a otros y el coordinador no está en algún lugar especial, sino que se considera como un miembro más, favoreciendo con ello el espíritu de igualdad, que debe prevalecer en toda reunión.

El coordinador va haciendo las preguntas de los temas, ya sea de izquierda a derecha o en sentido contrario. En ocasiones, conociendo a los participantes, se saltará el orden para evitar que una vez que contestó el que más sabe, los demás digan: “pienso igual que fulano”, sin exponer realmente sus ideas.

Este tipo de reuniones son muy convenientes para tratar un tema específico o para juntas de estudio y de trabajo.

La mesa redonda distribuye el tiempo disponible entre el número de participantes y los puntos que van a tratar. El coordinador lleva el control del tiempo con un reloj y un timbre o campana, para otorgar la palabra a los participantes o interrumpir al que se extienda. Su horario será integrado una vez cada dos semanas y durante la junta se desarrollarán temas de importancia y de interés general para el grupo como los anteriormente mencionados.

- ⊕ **Juntas de trabajo o de servidores:** En estas Juntas es donde los miembros que forman la conciencia del Grupo, es decir, los que están bien informados de la marcha del mismo, se ponen de acuerdo, para avanzar en objetivos que se han propuesto para un determinado periodo de tiempo. Se revisarán los acuerdos anteriores, para ver si se cumplieron o no, y se plantearán nuevos, ya sea que se trate de arreglar el salón, de salir a compartir o realizar planes para resolver diversos problemas, etc.

Los integrantes de la mesa de servidores, son los que acuerdan el día y hora en que se reunirán periódica o extraordinariamente. En consecuencia, los servidores están comprometidos a asistir y llegar puntualmente. Cabe mencionar que los servidores son miembros del grupo, preferiblemente con cierta experiencia en el grupo,(perteneciendo a él durante algún tiempo; preferiblemente, más de 3 meses con asistencia a las juntas)y que el grupo lo proponga para realizar dicho servicio o el mismo se proponga con el consentimiento de los demás miembros del grupo (excepto el servicio del Representante de Grupo deberá ser el orientador o algún miembro que tenga más de 6 meses de asistencia y el orientador y la membrecía estén de acuerdo en que lo desempeñe, siempre con la supervisión del orientador).

Tales servicios se van asignando de acuerdo a las necesidades de cada grupo; sin embargo, se sugiere que debe al menos existir un Representante de Grupo (RG) quién es prácticamente el líder de los servidores, el cual se encarga de identificar o atender diversos problemas que se presenten en el desarrollo del grupo, las juntas o de algún miembro en particular. El cual consensa con los demás servidores y miembros del grupo, posibles soluciones para dichos problemas y en conjunto, tomen una decisión. En este caso, el orientador generalmente será el que cubra este servicio y si algún otro miembro, la membrecía y el orientador lo consideraran apto para dicho servicio, siempre será asesorado por el orientador.

El siguiente a bordo es el Secretario quien se encargará de tomar nota de los acuerdos o puntos que se incluyan en la autonomía propia del grupo y atiende las inquietudes cuando el RG no esté. Existen otros servicios como el Responsable de Literatura, quien se encarga de conseguir el material bibliográfico o de cualquier índole sugerida por la membrecía del grupo, enfocado propiamente a los objetivos del grupo. El tesorero que es quien va a llevar las cuentas de las aportaciones de los miembros, en caso que por consenso del grupo, deseen adquirir algún bien material que consideren necesario para el desarrollo de las actividades propias del grupo. El

representante de instituciones es el que se encarga de vincular a los grupos con otras instituciones que pudieran colaborar con la tarea, así como dar información, conferencias, materiales etc. que coadyuven a alcanzar los objetivos. Y aquellos servicios que por necesidad del grupo decidan crear. Un punto muy importante, basado en la segunda tradición de los AA, los servidores deberán ser líderes que no gobiernan, todo deberá ser decidido en consenso con la conciencia o membrecía del grupo, manteniendo siempre un ambiente democrático, en el que estén siempre ausentes: el autoritarismo y la imposición.

Dichos servicios les ayudarán a los jóvenes a fomentar la responsabilidad, incrementar la seguridad en sí mismos, fortaleciendo también su autoestima y su carácter. Estos servicios es importante mencionar, que deberán ser rotativos cada 6 meses, reasignando servidores en estas juntas de trabajo, a través del orientador y los miembros del grupo, cumpliendo con el protocolo anteriormente mencionado

Estas juntas no deben sustituir a las de Recuperación. En éstas se ventilan problemas del Grupo o de algún servidor en particular, buscando soluciones. Con anticipación se planean las Juntas de Información al Público externas (lugar, fecha, hora, difusión impresa o medio de comunicación masiva; temario, participantes, coordinador y literatura necesaria).

Los servidores y demás miembros del grupo, evalúan la calidad de crecimiento y recuperación del Grupo, buscando alternativas y formas de trabajo, las cuales permitan que cada miembro se esté beneficiando del programa de actividades que se realicen. Cada vez que los servidores lo crean pertinente, se harán estas juntas de trabajo, las cuales serán programadas una vez cada dos meses y será fuera del horario de las juntas de recuperación, en el horario que acuerden los servidores.

- ⊕ **Juntas de estudio de la literatura:** Es una de las juntas que más pueden aportar al proceso de recuperación de cada uno de los integrantes, ya que logra practicar lo que se desconoce. Es conveniente que cada Grupo establezca juntas de estudio de la literatura, con el objetivo de crear una conciencia bien informada y ésta se nutra con las experiencias de la aplicación de los conocimientos adquiridos.

Se requiere buena voluntad, esfuerzo, disciplina y constancia para aplicar un método de estudio y obtener resultados positivos. Después de todo, se llega al Grupo para aprender a cambiar actitudes, hábitos, ideas y defectos de carácter, para crecer y desarrollarse como individuos. Luego entonces, los miembros que no quieren estudiar, no quieren cambiar, difícilmente lograrán los resultados más favorables. Estas juntas están programadas una vez cada dos semanas.

- ⊕ **Juntas de compartimiento:** Es una reunión donde se comparte un tema con los miembros de otros Grupos o instituciones. Por lo general, se invita a algún(a) compañero(a) de otro Grupo de autoayuda para que exponga un tema específico. Una vez expuesto, referido entre quince y sesenta minutos, se dejará otro tanto para preguntas y respuestas, ya sea con papeletas o de viva voz (esto es variable de acuerdo a la autonomía del Grupo). Su programación es una vez al fin de mes.

Dentro de la junta se desarrollan temas de importancia e interés general para el Grupo como por ejemplo: adolescencia, autoestima, familia, educación sexual, drogadicción, alcoholismo, valores, técnicas de estudio, etc. Los cuales se irán desarrollando en cada sesión.

⊕ **Juntas de información al público:** Éstas son juntas que revisten mucha importancia, dado que en ellas es cuando los miembros y la asociación misma, se presentan ante públicos muy diversos, por lo que se tiene que dar la mejor impresión en organización y actitud, pues la atracción es primordial, para que desde el primer contacto, las personas se motiven y se acerquen a los grupos, a practicar el programa de Grupo de Crecimiento y Desarrollo. De esta manera se harán juntas de información semestral, al inicio del curso.

A continuación se presenta un cronograma de Juntas destinadas mes con mes durante los 12 meses del año, en los cuales se ponen en práctica los anteriores puntos mencionados, dando prioridad al desarrollo del Grupo de Crecimiento y Desarrollo, de igual manera a cada uno de sus miembros.

TABLA 9. Cronograma de actividades de Grupos de Crecimiento y Desarrollo (Mensuales).

Mes				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 J. cerrada. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino. 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá a junta abierta o combinada en caso de que llegue algún integrante nuevo.	2	3 J. cerrada. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino. 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá a junta abierta o combinada en caso de que llegue algún integrante nuevo.	4	5 J. cerrada. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino. 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá a junta abierta o combinada en caso de que llegue algún integrante nuevo.
8 J. cerrada. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino. 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá a junta abierta o combinada en caso de que llegue algún integrante nuevo.	9	10 J. cerrada. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino. 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá a junta abierta o combinada en caso de que llegue algún integrante nuevo.	11	12 J. cerrada. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino. 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá a junta abierta o combinada en caso de que llegue algún integrante nuevo.
15 J. de Mesa Redonda Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá en junta combinada, si se presenta un integrante nuevo.	16	17 J. de Preguntas y Respuestas. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá en junta combinada, si se presenta un integrante nuevo.	18	19 J. de Estudio y Literatura. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá en junta combinada, si se presenta un integrante nuevo).

<p>22 J. cerrada. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino. 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá a junta abierta o combinada en caso de que llegue algún integrante nuevo.</p>	23	<p>24 J. cerrada. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino. 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá a junta abierta o combinada en caso de que llegue algún integrante nuevo.</p>	25	<p>26 J. cerrada. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino. 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá a junta abierta o combinada en caso de que llegue algún integrante nuevo.</p>
<p>29 J. cerrada. Los horarios serán los siguientes para: Turno Matutino. 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30 Nota: Se convertirá a junta abierta o combinada en caso de que llegue algún integrante nuevo.</p>	30	<p>31 J. de Compartimiento. Solo se ofrecerán cada fin de mes en los horarios para: Turno Matutino 10:30-12:00 Turno Vespertino 2:00-3:30</p>		

TABLA 9. Cronograma de actividades de Grupos de Crecimiento y Desarrollo (mes uno)

La apertura del GCD se realizará a través de una junta de información pública, en esta primera ocasión por los orientadores, explicando qué es el GCD como funciona y cuáles son sus objetivos. Dirigida a alumnos, profesores y padres de familia, para invitar a los jóvenes a participar y a los profesores y padres de familia, para que estén enterados y en algún momento, si es necesario, canalizar al alumno que crean lo requiera; ya sea a través de ellos, haciéndoles una cordial invitación o informando al orientador, para que el orientador debidamente lo exhorte a participar. Cabe mencionar que en ninguno de los casos, el alumno podrá ser obligado a asistir al grupo, deberá el orientador tener la habilidad de atraer al alumno, a través de la motivación. En las juntas públicas de información consecutivas, ya será a través de los jóvenes que sean miembros de la agrupación, quienes compartan sus experiencias, para tales objetivos, coordinados por el orientador.

Los primeros dos meses de sesiones se propondrán los temas como: familia, adolescencia, autoestima, y/o relación de pareja. Son temas más fáciles de abordar para ellos y comiencen a tener la confianza para desinhibirse, compartiendo poco a poco aquellas cosas que les aquejan; claro, empezando por el orientador, quien también deberá de compartir sus experiencias poniendo el ejemplo, brindándoles la confianza a los demás del grupo a unírsele y se comience a desarrollar la dinámica que se espera. Además, el orientador deberá implementar algunas técnicas de integración, para acelerar este proceso.

En los meses sucesivos, ya serán los mismos miembros quienes propondrán los temas y actividades a desarrollar, de acuerdo a las necesidades del mismo grupo o que haya detectado el orientador. Independientemente de los temas abordados, al compartir su diario vivir como se acostumbra en los grupos anónimos, en los que generalmente, se toma como punto de partida, lo que le aconteció a alguno de los miembros, por ejemplo, si algún miembro tuvo un problema familiar ese día el grupo se torna a compartir dicho tema, inclusive como reacción de los miembros; ya que ellos, al recordar una circunstancia similar en su vida, que generalmente lo es, dado que por la edad, se viven experiencias similares, les genera la necesidad de compartirla. En todos los casos evitarán dar consejos, pero sí explicarán cómo le hicieron, para salir del atolladero o situación enojosa, en que se encontraban.

Materiales necesarios para el Grupo de Crecimiento y Desarrollo

Los materiales serán:

- Láminas
- Proyector de acetatos
- Cañón
- Aula con capacidad para 30 miembros
- Butacas y/o sillas necesarias para 30 miembros
- Computadora de escritorio o laptop
- Escritorio
- Tribuna (si es requerido por los miembros del grupo).
- Bibliografías varias (libros, folletos, revistas y/o artículos, literatura de grupos de autoayuda, etc.)
- Material de audio y video (dependiendo de las necesidades del grupo, como: grabadora, DVD, documentales, películas, cintas, CD, etc.)
- Material didáctico por ejemplo: marcadores, plumas, hojas diversas, plumas, libretas, etc.
- Cada junta será integrada por una máximo total de 30 miembros.
- Un espacio disponible para atención individual.

Después de identificar los tipos de juntas y los materiales con el que se desarrollarán las exposiciones y actividades dentro del grupo, a continuación se mencionarán, quienes deben de coordinar las juntas; sus características y procedimientos, para llevar al cabo esta importante actividad:

Coordinación de las juntas

- El orientador debe de coordinar el grupo, en base a sus conocimientos y la experiencia que ha adquirido en su práctica profesional; además debe contar con los conocimientos previos en psicología, deberá tener una previa capacitación y por último, que conozca bien el programa de recuperación de los grupos de autoayuda, así como sus tradiciones principios y literatura básica.
- Lo puede hacer un miembro del Grupo de Crecimiento y Desarrollo, que tenga por lo menos 6 meses de asistencia continua a las reuniones y que los asistentes acepten que lleve a cabo ese servicio, siempre con la supervisión y el auxilio del orientador, en caso de ser necesario.
- Debe conocer la autonomía del grupo y los miembros que lo integran.

Guía sugerida para la coordinación de una junta de recuperación.

- Se iniciará puntualmente la sesión, porque es importante respetar el tiempo de los demás y adquirir un hábito que forje el carácter y demuestre la formalidad del Grupo.
- El Coordinador saludará y se presentará ante los asistentes sin decir sus apellidos, por ejemplo: "Buenas tardes (días o noches) a todos, mi nombre es Fulano (a) y Soy un miembro más del GCD"
- Invitará a la concurrencia a meditar por un momento (entre 30 y 60 segundos) para reflexionar en el objetivo o situación que los trajo al grupo, para que se tenga claro el objetivo de la junta.
- Leerá el "Enunciado del GCD"
- Procederá a continuar con los temas establecidos, como adolescencia, cambios físicos y emocionales, familia, sexualidad, alcoholismo, adicciones,

principios y valores, madurez, codependencia, relaciones interpersonales, entre muchos otros que proponga la membrecía del grupo, de acuerdo a su necesidad. Es por esto que no se puede hacer un programa propiamente de los temas a desarrollar, por que dependerá de las necesidades detectadas por el orientador educativo o del propio grupo. Los cuales serán temas actuales y de interés para los miembros del grupo, beneficiándolos con conocimientos nuevos, experiencias y resolución de sus dudas entre otras. En caso de que algún miembro del grupo tenga la necesidad de hablar de otro tema, a consecuencia de un problema de su diario vivir, la junta dará un giro, permitiéndole al joven compartir la experiencia que le aqueja y se retomará el tema del cual necesite de atención por parte del grupo, brindándole su apoyo y experiencia, acompañándolo en su problema.

- Los temas programados que llevarán una secuencia lógica de acuerdo a la necesidad del grupo, podrán enriquecerse con la lectura de algún capítulo de un folleto o libro que trate el tema. Tanto el coordinador, como los participantes, pueden leer los párrafos pausadamente y ayudarse de algún diccionario etimológico o psicológico, cuando se necesite, pero lo que más enriquecerá la reunión, es el intercambio de experiencias, en referencia a dichos temas.
- Invitará a los asistentes a hacer uso de la palabra e irá anotando sus nombres en una libreta (sólo el primer nombre no se requieren apellidos), de acuerdo al orden en que levanten la mano quienes así lo deseen, para llevar un control del tiempo de cada participante.
- Conforme a la autonomía de cada Grupo, sus integrantes tienen la libertad para determinar el tiempo máximo, al hacer uso de la palabra.
- En caso de ser necesario, el coordinador podrá detener la junta cuando una persona no respete la autonomía o a los miembros de la agrupación.
- Cambiará la "junta cerrada" por una "junta abierta", cuando llegue una persona por primera vez, los asistentes se enfocarán a proporcionarle atención e información, ya que en ese momento es la persona más importante.
- Volverá a leer el Enunciado cuando llegue una persona por primera vez,

después de haberse iniciado la sesión, explicándole que en éste se sintetiza lo que es el GCD

- ➡ Invitará a algún compañero a darle la bienvenida y narrarle brevemente cómo llegó al GCD y qué progresos ha obtenido, procurando que sea alguien de su mismo sexo o edad.
- ➡ Hay Grupos que acostumbran proporcionar información durante todo el tiempo de la junta. Algunos otros, por la gran afluencia de personas que se acercan por primera vez, solamente utilizan dos temas informativos y luego invitan a las visitas, para que se queden a la junta de recuperación, explicándoles la diferencia entre uno y otro tipo de junta.
- ➡ Permitirá el uso de la palabra al Representante o al Secretario del Grupo, en caso de que requieran informar algo importante y de interés para toda la membresía. Para evitar que se extiendan demasiado estos informes, sin restar importancia a los asuntos a tratar, el coordinador, el Secretario y el RG, podrán programar el tiempo requerido con anticipación, considerando que habrá puntos que se deberán tratar más ampliamente, en la junta de trabajo. Al concluir, el coordinador dejará manifestar a los asistentes sus dudas, para que éstas sean contestadas objetivamente, en el orden en que pidan la palabra.

A parte de los temas tratados, los Grupos de Crecimiento y Desarrollo, usarán técnicas alternativas que ayudarán al proceso de la resolución de la problemática que existe, a partir de las necesidades del adolescente. Por ejemplo:

Recursos terapéuticos auxiliares.

- i. Cinedebate-terapéutico. Consiste en la exhibición de un documental o película, cuyo tema central sean los problemas actuales que afectan el desempeño educativo del adolescente (problemas de autoestima, alcoholismo, drogadicción, bulimia, anorexia, enfermedades de transmisión sexual etc.) o algunos de los conflictos que se asocian a él. El orientador estimula la discusión y promueve que los jóvenes externen sus conflictos,

- mediante la identificación de los personajes o situaciones que observaron.
- ii. Psicoterapia artística. A través de diversas manifestaciones del arte como la literatura, la música o la pintura, el adolescente puede proyectar conflictos intentos y entender mejor la relación de sus problemas personales, así como las actitudes sociales respecto a estos problemas. Ejemplo (el escuchar y analizar la letra de una canción).
 - iii. Técnicas de relajación. Proporcionar al alumno elementos prácticos que le ayuden a manejar su angustia. Cuando el adolescente aprende a concentrarse y relajarse, encuentra una alternativa diferente para eliminar la tensión. Ejemplo (insomnio frecuente en a sus inquietudes, que al relajarse, puedan conciliar el sueño, sin recurrir a fármacos tranquilizantes).
 - iv. Conferencias a jóvenes y familiares. Debido a la ignorancia general que existe en relación con los problemas en la adolescencia, es necesario que, además de las técnicas propiamente psicoterapéuticas, el adolescente y sus familiares conozcan los aspectos básicos de la naturaleza del conflicto, sus consecuencias, el desarrollo del problema.
 - v. Ludoterapia (terapia en juegos). Se imparte en los Grupos de Crecimiento y Desarrollo, donde los adolescentes asisten durante varias semanas y trabajan intensivamente, en diversos tipos de estrategias psicoterapéuticas. Tiene efecto relajante, educativo y de cohesión en el grupo sin perder su carácter terapéutico. Proporciona estímulos adecuados, para que se sienta nuevamente aceptado y útil. Las actividades pueden ser de concursos, deportivas y juegos de mesa, de carácter constructivo y educativo. Evitando situaciones que el alumno pueda asociar con su problemática (Velasco, F., R., 1981).

Otra alternativa y que no va específicamente dirigida a los adolescentes, si no a los padres o tutores del mismo, es el proyecto de Escuela para Padres, que se aplicaría como complemento al G.C.D.

Tabla 10. Actividades del semestre.

Actividades del Semestre		
Primer Mes	Segundo Mes	Tercer Mes
<p>En la tercera semana del mes de enero se programara la Técnica de Relajación.</p> <p>Se pone en práctica para los nuevos integrantes, con la finalidad de que sea puesta en práctica diariamente.</p> <p>La relajación es una técnica muy sencilla de aplicar que puede ser de enorme ayuda para eliminar estados de tensión, nerviosismo, ansiedad...que puedan presentarse en numerosas situaciones de la vida, ya que, si no controla y reducen estas situaciones negativas, éstas pueden conducir al fracaso de esa situación determinada (por ejemplo, los nervios característicos previos a las situaciones de examen).</p>	<p>En la tercer semana del mes de febrero se programara Ludoterapia (terapia de juegos), consiste en hacer concursos, deportivos, juegos de mesa de carácter constructivo y educativo.</p> <p>La ludoterapia es una técnica de interacción mente-cuerpo en la cual los mecanismos que modifican los estados psicológicos influyen positivamente sobre la Salud. El concepto de salud se inscribe en un proceso de bienestar físico, psíquico y social para él adolescente.</p>	<p>En la tercera semana del mes de marzo se programara el cine-debate. Mediante la proyección de una película y/o documental, que hable de temas relacionados a las necesidades detectadas del Grupo como drogadicción, educación sexual, autoestima etc.</p> <p>El cine-debate se incorpora como una herramienta, utilizando los medios de comunicación y la tecnología siendo que el cine-debate reflejara un excelente punto de partida para el análisis, reflexión, expresión oral, transferencia de lo adquirido a la vida cotidiana, intercambio social y formación de lectores.</p>
Cuarto Mes	Quinto Mes	Sexto Mes
<p>En la tercera semana del mes de abril se programara Psicoterapia Artística. A través de diversas manifestaciones culturales como el arte, literatura, música o pintura.</p> <p>La Psicoterapia artística esta adecuada para adolescentes y adultos que les cuesta comunicarse con palabras y les gusta más expresarse de forma creativa y artística.</p>	<p>En la tercera semana del mes de mayo se programara la Conferencia a Jóvenes y Familiares, donde los temas serán detectados a lo largo de los primeros cuatro meses, y se darán a conocer los aspectos básicos del conflicto, sus consecuencias y el desarrollo del problema.</p> <p>La conferencia es para abrir el dialogo, la creación de ideas, así como la opinión y sobretodo la comunicación, entre padres e hijos.</p>	<p>En la tercer semana del mes de junio se programara la Ludoterapia (terapia de juegos) consiste en hacer concursos, deportivos, juegos de mesa de carácter constructivo y educativo.</p> <p>La ludoterapia es una técnica de interacción mente-cuerpo en la cual los mecanismos que modifican los estados psicológicos influyen positivamente sobre la salud. El concepto de salud se inscribe en un proceso de bienestar físico, psíquico y social para él adolescente.</p>

Tabla 10. Actividades del semestre

Y por último a parte de los objetivos y beneficios que a lo largo de esta propuesta se han venido enunciando, existe un punto más que el GCD procura combatir, que son los grupos sociales nocivos o insanos que en el contexto social en el que se encuentra este país abundan, a consecuencia de la delincuencia, la inseguridad, desintegración familiar, la distribución indiscriminada de drogas, vandalismo, carencia de valores, pobreza, etc. Los cuales al no existir en nuestro país otras alternativas para los jóvenes de encontrar ambientes sanos, con objetivos propositivos, permiten que se enrolen en este tipo de grupos nocivos. Buscando equivocadamente, lo que no reciben en ninguna otra parte, yéndose por la puerta falsa, que los convierte en presa fácil, para los grupos delictivos o involucrándose en adicciones fácilmente. Es por esto que el GCD no cabe duda, es una alternativa para todos estos jóvenes, que están propensos a caer en manos de estos grupos insanos. Coadyuvará, para evitar que muchos de ellos trunquen su futuro o inclusive

desperdicien su vida, en algunas de estas actividades estériles, que no propiciarán, más que el contexto social de este país empeore cada vez más; por esto, es que en este trabajo se considera de vital importancia, la aportación que podría brindar el Orientador Educativo, a través de esta alternativa de solución, que es la propuesta de la formación de Grupos de Crecimiento y Desarrollo para alumnos de bachillerato. Ofreciéndoles lo que verdaderamente están buscando, un lugar donde encuentren una atmósfera tranquilizante que les haga sentir que son bienvenidos y aceptados; una atmósfera llena de amor, comprensión, amistad, ayuda y un profundo interés en cada uno de ellos.

CONCLUSIONES

Considerando lo anteriormente expuesto se puede concluir que:

La adolescencia es una etapa de transición en la que como mencionan Compayré G. (1910), Peterson y Taylor (1980), se presentan un sin número de cambios físicos y psicológicos. Pero no solo son los cambios físicos y psicológicos a los que el adolescente se tiene que enfrentar, también se enfrenta a los propios conflictos que sus padres tienen entre sí y en relación a la educación de sus hijos. Todos estos factores que convergen en el adolescente, dan lugar a que la transición de la etapa infantil a la adulta, sea más difícil de confrontar y de solucionar por parte del mismo.

Durante esta etapa de desarrollo, las conductas del adolescente hacen que los padres de familia se cuestionen acerca de su papel como padres. El adolescente hace dudar a sus padres con respecto a la educación que le ha dado y es en realidad en este momento, cuando surgen los problemas entre padres e hijos, ya que cuando los padres se hacen estos cuestionamientos, lo más fácil para ellos es asumir que es el adolescente y sus conflictos los responsables de dichos problemas, antes de asumir sus propias responsabilidades. Cuando los padres asumen esta actitud, perciben a sus hijos como personas adultas, responsables, conscientes y maduras, que “deberían pensar”, “deberían actuar” en forma siempre correcta (respuesta que no van a encontrar en sus adolescentes). Y contradictoriamente en ocasiones (en la gran mayoría) los colocan o los perciben como niños, que deben de obedecer ciegamente, sin cuestionar en absoluto sus órdenes. Estas dos posiciones autoritarias y extremas de los padres, solo contribuyen a provocar mayores confusiones en el proceso de maduración de sus hijos y a fomentar el desequilibrio de su personalidad.

Las diferentes problemáticas que convergen en el cuerpo del adolescente, por sus constantes cambios físicos, repercuten especialmente en su autoconcepto y autoestima, en sus estados anímicos y en sus emociones; así mismo, influyen

poderosamente en su desarrollo moral y la consolidación de su identidad. Sin embargo, es importante mencionar que aunque cada uno de los procesos anteriormente mencionados comienzan a desarrollarse desde la niñez, algunos de esos cambios pueden ser muy satisfactorios para el adolescente, en tales casos, éste tiende a sobrevalorarse y sentirse superior a sus compañeros; pero cuando los cambios que experimenta no son de su agrado, pueden provocarle desde sentimientos de disgusto, hasta el autorrechazo.

Los adolescentes están expuestos constantemente a situaciones de riesgo, producto de su propia curiosidad, búsqueda de nuevas experiencias, necesidades de autoafirmación, ignorancia, etc. Lo cual dará margen a conductas antisociales, trasgresiones de la ley, riñas, relaciones sexuales prematuras o atolondradas, consumo imprudente de bebidas alcohólicas o drogas, pandillerismo y vandalismo, entre otras y que solamente les traerán dificultades, además de poner en peligro su seguridad y la de otros. Y si además, el nivel cultural de los padres no les permite darles una orientación conductual adecuada, inmersos en un medio socio económico donde prevalece la ignorancia, el desempleo, la pobreza y la violencia en donde ya sea el padre de una familia uniparental o ambos padres deban salir a trabajar para llevar el sustento a casa descuidando la atención necesaria para los adolescentes, los resultados no pueden ser más desastrosos para los jóvenes en este ambiente, que lejos de poder llegar a la edad adulta contando con los cimientos necesarios para edificar una vida útil y asertiva, se perderán en la masa anónima de esa población económicamente improductiva, socialmente empobrecida, automarginada y culturalmente retrasada y apática, a la que tan dolorosamente identificamos como la generación “Nini...” la cual es desatendida en todos los sentidos y por todos los sectores, porque ni las instituciones gubernamentales, ni educativas, han podido encontrar hasta la fecha un instrumento adecuado, para reencauzar a ese amplio sector de la población hacia una forma de vida mejor. Por eso es tan importante y tan necesario intervenir ahora desde el plano educativo, haciendo uso de cuantas alternativas sean posibles, para abrir nuevas posibilidades a los jóvenes de lograr su realización como seres humanos.

En el ser humano siempre existen necesidades que se deben satisfacer; para poder vivir en armonía consigo mismo y con los demás; cuando se es niño, son los padres y el medio los encargados de satisfacerlas, pero al llegar la adolescencia, le corresponde al adolescente comenzar a aprender a satisfacerlas por sí mismo, para ello es necesario poner a su alcance los medios educativos y formativos, que le permitan en forma gradual, asumir sus responsabilidades consigo mismo y con su futuro. Este es el propósito fundamental de la creación de los Grupos de Crecimiento y Desarrollo.

Cuando existen en el joven necesidades insatisfechas durante la niñez, se generarán en él, alteraciones de la realidad que lo llevan a sobrevalorarlas, tal y como lo mencionan Barnetche M. E.; Barnetche E.M.; Prieto T. (2000), de tal manera que lejos de que el adolescente pueda desarrollar un autoconcepto claro de sí mismo y una alta autoestima, se manifiestan estas carencias en muchas conductas que pueden llegar a ser patológicas, como por ejemplo: si de niño no fue cubierta la necesidad de seguridad, en el adolescente se puede manifestar dicha necesidad no cubierta, en forma de miedos irrales y exacerbados, llevándolo a asumir una personalidad introvertida, suspicaz y temerosa. Otro ejemplo de necesidades insatisfechas y en la cual se rebela la falta de autoestima es la necesidad apremiante de atención, importancia o amor incondicional, que impulsa al adolescente a buscar su valía a través del exterior, bien sea en sus relaciones de pareja o en el grupo de amigos; lo cual lo puede conducir a involucrarse en relaciones destructivas o afiliarse a grupos nocivos, que solo pueden conducirlo a situaciones conflictivas y que desembocan la mayoría de las veces, en actos vandálicos y hasta delictivos. O bien, pueden conducirlos a una pérdida total de su sentido de vida, convirtiéndolos en individuos apáticos y negligentes, improductivos y sin aspiraciones.

La percepción que los jóvenes adquieren de la realidad, depende directamente de la influencia que tiene sobre él, la familia a la que pertenece, de tal forma que si se pertenece a una familia disfuncional, se pueden generar una serie de introyectos o irrealidades, que son percepciones distorsionadas, bien sea por

valores aprendidos equivocadamente o por las mismas necesidades insatisfechas en la niñez.

El trabajo del orientador educativo en nuestro país es muy reciente, trayendo como consecuencia que actualmente no sea reconocida la importancia de su labor y participación en el campo de la educación; si bien se ha regulado como un integrante en las escuelas a nivel medio superior, su labor y funciones en la práctica real, no quedan claros; por lo que mucha gente (no solo padres de familia, maestros e incluso los mismos alumnos), lo percibe como un terapeuta, pedagogo con funciones administrativas o como un Prefecto encargado de vigilar la disciplina de los alumnos. Sin embargo, basándonos en el significado que la palabra “orientador” encierra, podemos comprender que el orientador es una persona que “orienta”, es decir, guía, fija rumbo, dirección y camino. En el caso del orientador educativo, es evidente que su función primordial debe ser encaminar al alumno hacia el desarrollo de sus capacidades y potencialidades individuales, para su beneficio y bien de la sociedad a la que pertenece. Observando al orientador educativo desde una percepción integral, debe ser el que ayuda al desarrollo biopsicosocial, académico, conductual y vocacional del adolescente. Es verdad que hay mucho camino que librar para poder hacer realmente un trabajo de orientación educativa. Si al orientador se le sigue utilizando como “comodín” para que realice tareas que lo desvían por completo de su verdadera función, seguirá reducido al nivel de un burócrata mas, sin un sentido claro de su verdadera responsabilidad y función, que es fundamentalmente formativa, al inculcar en el alumno los valores éticos y herramientas que le ayudarán a convertirse en un adulto plenamente realizado como individuo y como ser humano. Esta es la parte de las funciones del orientador, que actualmente está mas descuidada, el desarrollo psicosocial del alumno. Es por esto, que este trabajo, está enfocado a brindarle al orientador un instrumento preciso y eficaz, para que pueda lograr mejor su cometido, con resultados que cumplan más satisfactoriamente con los fines de la educación. Esto es, el desarrollo integral de sus alumnos, a través de la formación de los (GCD).

Los (GCD) se apoyan básicamente en los mismos principios terapéuticos que los demás grupos de autoayuda y como todos los otros, logran que sus integrantes experimenten una serie de cambios emocionales, cognitivos y conductuales, tal y como lo desglosa Lewin citado por Cole, S.,(1983). Pero a diferencia de los otros, los (GCD) debido a la edad y a la corta permanencia que pueden tener sus miembros dentro de ellos (tres años), fundamentan su dinámica para un mejor funcionamiento y para lograr sus objetivos en tan corto tiempo, con el Enfoque Gestalt, utilizando entre sus diversas técnicas la Coaching, de acuerdo con la cual, el orientador funge como “coach” (entrenador) quien una vez detectados los introyectos que están obstaculizando el desarrollo de sus alumnos, procede a intervenir para ayudarlos a romperlos. Esto es, por medio de las preguntas pertinentes y principalmente, dejando que los jóvenes escuchen las experiencias de otros, para así identificar sus propios introyectos a través del reflejo. Es así como descubrirá que él mismo ha creado los fantasmas que lo atormentan, originados por una falla de percepción de sí mismo o de la realidad, durante su niñez, bien sea por necesidades insatisfechas o por valores aprendidos equivocadamente, tal y como lo señalan Papalia D.E.; Wendkos S.; Duskin R. (2005). Cuando el joven logra identificar los introyectos que están afectando su vida, el “coach” (orientador) lo ayudará a ampliar el darse cuenta de la persona que en realidad es y de la realidad externa; es decir, propiciará su reflexión acerca del origen del contenido del introyecto, ya sea pensamiento, sentimiento o actitud ante la vida, los demás o hacia sí mismo(a). Lo que le permitirá como consecuencia inmediata, una nueva toma de conciencia de sí mismo y del mundo que le rodea y del que forma parte.

Los estudios realizados sobre los grupos de autoayuda, demuestran que son necesarios para analizar variables, tales como la visión que la sociedad tiene acerca de estos grupos, y a su vez, el cómo influyen en el bienestar o calidad de vida en cada uno de sus miembros y en consecuencia, la posibilidad de abordar los conflictos y problemáticas, que llevan a los sujetos al grupo.

Se demuestra que los alumnos tienden a ser más abiertos y expresivos en base a sus ideas y dudas, generando confianza, al hablar de ciertos “tabúes”, que en otro lado no sería dialogado, por falta de conocimiento de los mismos o simplemente por vergüenza prejuiciosa. De esta manera, los Grupos de Crecimiento y Desarrollo van más allá de escuchar y resolver dudas entre sus miembros. Se integran a un campo dentro de la Orientación Educativa, siguiendo reglas y medidas, que no afectan su trabajo cotidiano dentro de la institución, pero sí se convierten en una eficaz herramienta para que los jóvenes puedan adquirir una nueva visión de sí mismos y del mundo que les rodea.

Se encontró que los grupos de autoayuda se basan en una misma concepción, que establece una particular forma de relación social y colaboración, a la cual se le suele denominar ayuda mutua. Se trata de un marco conceptual, que configura la forma de relación social propia de estos espacios. Establece de inicio como fundamental tanto la reciprocidad, como una particular forma de ayuda. Las formas de participación e interacción, que en ellos se llevan al cabo, también se ven definidas por esta ética. Dando pauta para desarrollar e integrar valores entre los jóvenes como: solidaridad, reciprocidad, sinceridad, responsabilidad, madurez, seguridad, confianza, amistad, respeto y sobretodo la integridad, entre muchos otros. Estos Grupos de Crecimiento y Desarrollo, no sólo influirán de manera positiva en el adolescente, sino además a quienes lo rodean, como los integrantes de su familia, sus amigos y compañeros, etc.

La ayuda mutua implicará siempre una acción social. Establece una forma de trabajo conjunto, basado en un posicionamiento subjetivo, que se define en el momento en que se acude al encuentro de otros, en busca de apoyo y se obtiene una experiencia propia. La decisión y acción inicial, instituye un principio de responsabilidad. Paralelamente, al organizarse en la búsqueda de quienes puedan encontrarse en similares circunstancias, se establece una aceptación y una apertura y acercamiento entre los sujetos.

Uno de los principales elementos dentro de los grupos de autoayuda, es que coexistirá la comunicación, donde se expresan y hablan asuntos que se consideran comunes. El ejercicio lleva a un encuentro, en el que la palabra se hace el centro de la actividad. Y con el principio de reciprocidad implícita en la participación, por igual de una misma problemática, donde se establece una necesidad y la valoración del escuchar, en el cual la unión y trabajo colaborativo sobresaldrán.

La participación será también el principio de la función de estos grupos, así como su coordinación de manera conjunta, el cual está ligado a una excelente estrategia, dando resultados positivos sobre todos sus integrantes.

A través de los GCD se hará posible retomar de las narraciones de otros, estrategias y formas de subjetividad y hacerlas propias. Pero todavía más importante, es la manera en que se definirá no sólo la forma de interacción, sino el carácter del espacio social. Se contraponen a los mecanismos proyectivos socialmente avalados y difundidos. También a estrategias de violencia simbólica y ejercicio del poder, tales como el ridículo y la estigmatización, que van bajando la autoestima.

Los Grupos de Autoayuda proyectarán y brindarán la confianza necesaria, para que el alumno se una a ellos y compartan sus experiencias, necesidades, inquietudes, temores y problemáticas que los rodean, es así que la ética establecida, conforma una contracultura o cultura alterna, distinta de la que prevalece en la cultura contemporánea, marcada por el predominio, por una parte, de una falsa moral (moralismo), alimentada de prejuicios, atavismos, dogmas, represión, apariencias, intolerancia e ideas impuestas y como contra parte: el desenfreno, la falta de ética, el caos, el machismo exacerbado, la ignorancia y el desequilibrio social, que desembocan en la brutalidad, salvajismo, la inseguridad, el miedo generalizado además de la violencia intersubjetiva y simbólica tal y como se vive actualmente en México.

También se brindará una posibilidad de pertenencia y con ella, la de una positiva valoración subjetiva. Esto permitirá aprender, reconociendo elementos que se pueden retomar en lo narrado por otros y construir alternativas, con lo cual se

llegará a generar una transformación de la propia identidad. Antes que sometimiento o enajenación subjetiva, se establecen condiciones para la integración y participación social. Se puede hablar entonces, de una forma de adaptación social, pero activa y crítica.

Los GCD brindarán el espacio social que se configura en un grupo de autoayuda, y la ayuda mutua como concepción. Establecerán la posibilidad de generar una forma de grupalidad específica, que se constituye en un gimnasio social para la subjetivación, mediante procesos de interacción normados y estructurados. Se configura un trabajo que permite la elaboración y resignificación necesarias, para superar conflictos subjetivos y psicosociales, que se asocian a una misma problemática común de los participantes, pero que implican una multiplicidad de asuntos que al ser abordados, hacen posible la transformación subjetiva de los integrantes.

Por lo cual esta investigación fundamenta que los Grupos de Autoayuda, son apropiados para integrar a los adolescentes y brindarles la confianza necesaria, así como una adecuada orientación, para su formación personal y profesional; sin embargo, no todos los adolescentes deben de tener algún problema o necesidad para integrarse a estos Grupos, los jóvenes pueden acercarse a éstos, simplemente atraídos por la satisfacción de pertenecer a un ámbito, donde se sientan libres de expresarse y puedan tener una experiencia positiva, que los estimule en su proceso de formación.

BIBLIOGRAFIA

- A.A. Word Services Inc. (1952). Libro de Colección. *44 Preguntas y respuestas acerca del programa de recuperación del alcoholismo*. Cámara Nacional de la Industria Editorial. Registro 2009. *Folleto*.
- A.A. Word Services Inc. (1952). Libro de colección. *Los doce pasos*. Cámara Nacional de la Industria Editorial. Registro 2009. *Folleto*.
- A.A. Word Services Inc. (1970). Libro de Colección. *Si Usted es un Profesional A.A. Quiere Trabajar con Usted*. Cámara Nacional de la Industria Editorial. Registro 2009. *Folleto*.
- A.A. Word Services Inc. (1974). Libro de Colección. *Una Breve Guía de Alcohólicos Anónimos*. Cámara Nacional de la Industria Editorial. Registro 2009. *Folleto*.
- Alonso, T. J. (2005). *Motivar en la Escuela, Motivar en la Familia*. Madrid: Morata.
- Arévalo, F. (2001). *El Orientador, eje articulador de los Actores del Proceso Educativo*. Revista Magisterio, 2ª Época, Nº 2. México. Noviembre-Diciembre 2001.
- Arnett, J. (1999). *Adulthood emergente: una concepción del desarrollo de la adolescencia a través de los años veinte*. Washington, DC: American Psychologist.
- Barnette, M. E.; Barnette, E. M. y Prieto, T. (2000). *Quiero ser Libre, no sufra más ¡Sea Usted Mismo!* Mexico: Promexa.
- Baucum, D. (2009). *Desarrollo Psicológico*. México: Pearson.
- Baumrind, D. (1991). *Crianza de los hijos estilos y desarrollo de los adolescentes*. Nueva York: Garland Publishing, INC.

- Bel Bravo M. A. (2000). *La familia en la historia*. Madrid: Encuentro S. A.
- Bisquerra, A. y Álvarez, G. (1998). *Modelos Teóricos. Carácter multidisciplinar de la orientación. Orientación e Intervención Psicopedagógica*. Barcelona: Praxis.
- Branden, N. (1996) "*La autoestima en la vida humana*", en *El respeto hacia uno mismo*. México: Paidós
- Branden, N. (1998). *El poder de la autoestima*. México: Paidós.
- Brinthaupt, T. M.; Erwin, L. J. y Cook (1992). *Presentación de informes sobre el yo: problemas y consecuencias*. Albany State University de Nueva York.
- Brown, L. M. y Gilligan, C. (1990). *Reunión en la encrucijada: la psicología de las mujeres y el desarrollo de las niñas*. Nueva York: Ballantine Books.
- Buelga, S.; Lila, M., Cava, M. J. y Gonzalo, M. (2004) *Familia y Adolescencia, un modelo de análisis e intervención psicosocial*. Madrid: Síntesis.
- Burns, D. (2010). *Autoestima en diez días: diez pasos para vencer la depresión, desarrollar la autoestima y descubrir el secreto de la alegría*. España: Paidós Ibérica.
- Campuzano, M. (1987). *Los cuatro soportes del entrenamiento del analista grupal*. México: Revista de análisis grupal.
- Chassin, L. y Molina, B. S. G. (1996). *La relación del Alcoholismo de los Padres el uso temprano de sustancias en Adolescentes: Una Prueba de Tres Mecanismos de Mediación*. Journal of Abnormal Psychology.
- Chubb, N. H.; Fertman, C. I. y Ross, J. L. (1997). *Adolescentes la autoestima y el locus de control: Un estudio longitudinal en las diferencias de género y edad adolescencia*. Pennsylvania, United States: University of Pittsburgh.
- Cole, S. (1983). "*Grupos de Autoayuda*". Londres: Kaplan Y Sadock.

- Colectivo de autores (2004). *Enfermería Familiar y Social, Capítulo III*. Cuba: Ciencias Médicas de la Habana, Cuba.
- Coleman, J. C. (2003). *Psicología de la Adolescencia*. Madrid: Morata.
- Compayré, G. y Alcan, F. (1910). *L' Adolescence. Estudiantes de pedagogía*. Paris: Paris.
- Coopersmith, S. (1967). *Características de los padres relacionados con la autoestima. En el antecédete de la autoestima*. San Francisco, United States: Freeman.
- Elkind, D. (1998) *Todo Crece y Ningún Lugar Para Ir: Adolescentes en Crisis*. New York: Addison-Wesley.
- Dinkmaker, Lázaro, A. (1987). *Manual de orientación escolar y tutoría*. Madrid: Narcea.
- Dirección General de Bachillerato. (2005). *Lineamientos de orientación educativa*. Serie de información básica 5. México.
- Dirección General de Educación Secundaria Técnica. (1994). *Caracterización de los Servicio Educativos Complementarios, SEP*. México.
- Dirección General de Educación Técnica., (1994). *Caracterización de los Servicios Educativos Complementarios, SEP*. México.
- Dusek, J. B. (1996). *Desarrollo adolescente y comportamiento*. New York: Prentice Hall.
- Elizondo, E., (1982). "Tratamiento del alcoholismo" en *El alcoholismo en México*. México: Fundación e Investigación Social A.C.
- Encuentro Nacional de Tutores de Nivel Medio Superior en Eutopia. (2007). *Revista del Colegio de Ciencias Humanidades y para el bachillerato*. México.
- Erikson, E. (1968). *Identidad, juventud y crisis*. Madrid: Taurus.

- Etchegoyen, R. H. (1986). *Los fundamentos de la técnica psicoanalítica*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Feldman, R. S. (2007). *Psicología del desarrollo a través de la vida*. Universidad de Massachusetts: Pearson Educación
- Frankl, Viktor E. (1999). *“El hombre en busca de sentido”*. Barcelona: Herder.
- Fraternidad de Grupos de Autoayuda y Ayuda Mutua, A.C. (2010). [<http://www.ayudamutua.org/>].
- Freud, S. (1921). *“Psicología de las masas y análisis del yo”*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Fulgini, A. J. y Eccles, J. S. (1993). *Percepción de las relaciones entre padres e hijos y la orientación de los jóvenes adolescentes hacia sus compañeros*. Nueva York: Developmental Psychology.
- García, H. (1982). *Problemas y Métodos de investigación en Educación*. Madrid: Rial.
- Ginger, S. y Ginger, A. (1993). *La Gestalt, Una Terapia De Contacto*. México: El Manual Moderno.
- Ginsburg H. y Opper, S., (1977-1979). *Piaget y del desarrollo intelectual*. Madrid: Prentice Hall Internacional.
- Gobierno del Estado De México (1995). *Documento Rector de Orientación Educativa para el bachillerato propedéutico estatal (DOROE)*. Toluca.
- Goethe, J. W. (2009). *Fausto. Tapa Dura*. Madrid: Espasa Calpe.
- Gómez, F. (2007) *Familia Intervención Modelos de intervención*. Madrid: Mc-Graw Hill.

- González, A. N. (2001). *“La autoestima: medición y estrategias de intervención a través de una experiencia en la reconstrucción del ser”*. TESIS Psicología, UAEM.
- Goodwin, D.; Madsen, W., Sobell&Sobell.(1979). *“Alcohólicos Anónimos como tratamiento y como ideología, los comentarios sobre la artitle por R.E. Tournier”*.United States:Journal of studies and alcohol.
- Gordillo, M. V. (1988). *Manual de la Orientación Educativa*. Madrid: Alianza.
- Gracia, E., García, F. y Lila, M. (2007). *Socialización Familiar Y Ajuste Psicosocial*.Barcelona: Paidós.
- Gray, M. R. y Steinberg, L. (1999). *Desembalaje autorizada, crianza de los hijos: Reevaluación de un constructo multidimensional*. Washington DC: Journal of Marriage and the Family.
- Gutiérrez, R. (2003). *“En torno a la estructura de la República de Platón”*. En: Apuntes filosóficos.
- Hernández C. y Marchesi A., (2003).*El fracaso escolar. Una perspectiva internacional*. Madrid: Alianza.
- Herrera, L. y Montes (1952). *De la Orientación escolar a la orientación integral*. Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación, A.C. (AMPO).
- Horney, K. (1959). *Nuestros conflictos interiores*. Buenos Aires: Psique.
- Inhelder, B. y Piaget, J. (1955). *De la lógica del niño a la lógica del adolescente*. Buenos Aires: Paidós.
- Jack, A. (1941). *AlcoholicosAnonimos*. United States: Saturday Evening Post.
- James, M. (1974). *La determinación y construye la validez de estado de identidad de ego*. Michigan: University Microfilms.
- James, W. (1963) *Compendio de la Psicología*. Barcelona: Emece.

- Jarquín, M. (2003). *La psicoterapia existencial, una aproximación*. México: LAG
- Jersil, A. T. (1965). *Psicología de la Adolescencia*. Madrid: Aguilar, S.A.
- Jiménez, C. A., (2008). *Quiero y puedo cambiar acrecentar mi autoestima*. Bogotá: Paulinas
- Kaes, R. (1993). *El grupo y el sujeto del grupo. Elementos para una teoría psicoanalítica del grupo*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Laursen, B., & Collins, W. A. (1998). *Conflictos interpersonales en la adolescencia*. Nueva York: Psychological Bulletin.
- Lila, M., Buelga, S., y Musitu, G. (2006). *Las relaciones entre padres e hijos en la adolescencia*. Madrid: Pirámide.
- López, M^a. T. y Valiño, C. A. (2004). *Conciliación familiar y laboral en la Unión Europea*. Madrid: Colección Estudios CES.
- López, M. E. (2000). *Instituto para la familia*. México: Rialp, S.A.
- López, U. N. (2007). *Orientación y Tutoría para las diferentes Etapas de la Educación*. México: Universitario
- Lorenzana, B. H. (1979) "El Servicio de Orientación en las Escuelas Preparatorias de la Dirección de Educación Media Superior y Orientación", en *Memorias de la Primera Reunión Universitaria de Orientación, DGOV de la UNAM y AMPO*. México.
- Marcuschamer, S. E. (2005). *Orientación Educativa*. México: Trillas
- Masterson (1985). *Psicoterapia de los desórdenes del yo: el acercamiento de Masterson*. New York: Psychology Press.
- Mayra M. (1998) *Alcoholismo causas consecuencias y alternativas de rehabilitación*. Tesis UNAM IZTACALA PSICOLOGÍA.

- Meneses, D. G. (1997). *Orientación educativa: discurso y sentido*. México: Lucerna Diogenesis.
- Meneses, D. G. (2002). *Nuevas aportaciones al discurso y el sentido de la orientación educativa*. México: Lucerna Diogenesis.
- Miller, A. (1979/1994). *El drama del niño dotado*. Barcelona: Tusquets.
- Minuchin, S. (1999). *Familias y terapia Familiar*. Barcelona: Geodisa.
- Molina, J., (1982). *El alcoholismo en México*. México: Fundación de Investigación Social, A.C.
- Moscovici, S. (1981). *La era de las multitudes. Un tratado histórico de la psicología*. México; Fondo de Cultura Económica
- Müller, M., (2001). *Docentes tutores: Orientación Educativa y tutoría*. Buenos Aires: Bonum
- Muuss, R. (1966). *Teoría de la Adolescencia*. Buenos Aires: Paidós.
- Myers & Myers (1998) *Las dinámicas de la comunicación humana*. New York: McGraw Hill.
- NeuroticosAnonimos (2005). *Folleto*. Neurotics Anonymous International Liaison, Inc.
- Nava, O. J. (1988) *Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación AMPO*.
- Nava, O. J. (1993). *La Orientación Educativa en México. Documento base, Asociación Mexicana de profesionales de la orientación, A.C. (AMPO) y Dirección General de Orientación Vocacional de la UNAM*. México.
- Nieto, H. M. (1987). *Por qué los niños no aprenden*. México: La prensa medica Mexicana, S.A.
- Ortuño, I. (2010). *Autoestima a través de la relajación*. México: Universitario.

- Papalia D. E.; Wendkos, S. y Duskin. R. (2005). *Desarrollo humano*. Madrid: McGraw Hill.
- Peñacoba C.; Álvarez E., y Lázaro L., (2006). *Teoría y Práctica de Psicología del Desarrollo*. Madrid: Universitaria Ramón Areces
- Peretz., Elkins., Rogers., Maslow., Bettelheim., et al (2001). *Desarrollo humano integral*. México: Árbol.
- Perls, F. S. y Baumgardner. (1978). *Terapia Gestalt*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Petersen A.C y Taylor, B., (1980) *El acercamiento biológico de la adolescencia: cambio biológico y adaptación psicológica del adolescente*. New York: Handbook of adolescent psychology.
- Pittman, D., (1977). *Alcoholismo*. Buenos Aires: Home
- Quadrel, J.; Fischhoff, B. M. y Davis, W. (1993). *Adolescentes en la vulnerabilidad*. New York: American Psychologist
- Quintero, M. L. (2003) *Un enfoque Gestáltico en la Orientación Educativa*. México: Trillas.
- RIEMS (2008), *Reforma Integral de la Educación Media Superior en México*. México.
- Rodríguez, N. (2008). *Programa Cine y Salud "En busca de la felicidad". Manual para el profesor*. Ourense España: Concello de Ourense.
- Rodríguez, E. M.; Pellicer, G. y Domínguez, M. (1998). *Autoestima: clave del éxito personal, serie Capacitación Integral*. México: El manual moderno.
- Rogers, C. (1978). *Orientación Psicológica y Psicoterapia*. Madrid: Narcea.

- Sánchez y Valdés (2003). *Teoría y práctica de la Orientación en la escuela. Un informe psicológico*. México: El Manual Moderno.
- Santamarina R. y Cols cit. en Meneses, E. (1999). *Las enseñanzas de la historia de la educación en México*. México: Umbral.
- Sartre, J. P. (1993), *El ser y la nada*. Buenos Aires., Losada, S. A.
- Satir, V. (2003) *Autoestima*. México: Editorial Pax.
- Satir, V. (1998). *Relaciones Humanas en el núcleo familiar*. México: Pax.
- SEP (2008). *La Reforma Integral de la Educación Media Superior*. México
- Sher, K. J. (2000). *Los Hijos de Alcohólicos: Una Evaluación crítica de la teoría y la investigación*. Chicago: University of Chicago Press.
- Shwartz, S. H. (2000). *Valor de consejo y la importancia: un estudio internacional*. New York: Journal of cross-cultural psychology.
- Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia del Estado de México (DIFEM). (1991). *Manual del Orientador "Adolescencia y Sexualidad" y Anexo*. Toluca, México,
- Smetana. (1989-2005). *Cambio de las fronteras de autoridad paternal durante adolescencia*. New York: Jossey-Bass
- Soutullo, C. y Mardomingo, M. J. (2010). *Manual de Psiquiatría del niño y del adolescente*. AEPNYA. Madrid: Medica Panamerica.
- Spitz, R. A. (1971). *Hospitalismo: Un informe de seguimiento sobre la investigación descrita en el volumen uno, para estudio psicoanalítico del niño*. New York: International UniversitiesPress.
- Thorndike, E. L. (1926). *La medida de la inteligencia*. New York: TheMacmillanCompany.

- UNAM (1994). *Programa de Orientación Educativa, Cuarto, Quinto y Sexto años*. México: UNAM
- UNAM (1996). *Escuela Nacional Preparatoria, Cuadernillo núm. 22, Documento mimeografiado*. México. UNAM
- Vacca, R. (1997). *Adicciones atípicas*. Lima: Opción.
- Vartanian, L. R. y Powlishta, K. K. (1996). *Un análisis longitudinal de las bases sociales, funciones cognitivas del egocentrismo adolescente*. New York: Journal of Early Adolescence.
- Vasconcelos, J. (1989). *Los años del águila, 1920-1925*. México: UNAM.
- Vela, E., Roa, M. (2008). *Adolescencia y Familia: cómo mejorar la relación con los hijos e hijas adolescentes y prevenir el consumo de drogas. Manual para el monitor y manual para el alumno*. Madrid: CEAPA.
- Velasco, R., (1981). *Esa enfermedad llamada alcoholismo*. México: Trillas S.A. de C.V.
- Verduzco, A. I. y Moreno, L. (2007) *.Autoestima Para Todos*. México: Pax.
- Vernieri, M. J., (2006). *Adolescencia y Autoestima*. Madrid: Bonum.
- Winnicott, D. (1962). *La integración del yo en el desarrollo del niño*. Buenos Aires: Paidós.