



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**FACTORES DEL CONTEXTO SOCIAL QUE INFLUYEN EN EL
DESARROLLO DE UNA ALTA O BAJA AUTOESTIMA
EN ADOLESCENTES Y JÓVENES
DE NÍVEL MEDIO SUPERIOR Y SUPERIOR**

R E P O R T E L A B O R A L

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

JOHANA NELLY SOTO GARCIA

DIRECTORA DEL REPORTE LABORAL:

MTRA. MA. DEL SOCORRO ESCANDÓN GALLEGOS



Ciudad Universitaria, México D.F. Octubre, 2010.



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.



UNAM-207
2010
ej. 2

M.

Ps.

AGRADECIMIENTOS

A mis Padres Irma y Roberto,
Por lo que ahora soy.

A mi Leo, el motor y más grande amor de mi vida
y sin duda mi mejor maestro.

A mi esposo, por enseñarme que todo es posible.

A mis amigos Griss, Carmen, Vero, Gonzalo, Juanjo, Ricardo, Faby,
por ayudarme a comprender, por los mejores y peores momentos,
por estar sin estar.

A Dios, por mostrarme el camino, permitirme cumplir un sueño más y aun tenerme
dentro de sus planes.

"Cuando contemplo tus cielos, obra de tus dedos, la luna y las estrellas que tú has
formado, digo: ¿Qué es el hombre, para que de él te acuerdes; y el hijo de
hombre, para que lo visites? Lo has hecho un poco menor que los ángeles y le has
coronado de gloria y de honra." Salmo de David (19:8:1 - 19:8:9)

*He sido un hombre afortunado,
en la vida, nada me ha sido fácil.*

Sigmund Freud.

INDICE

Resumen

Introducción

Contexto Laboral

Capítulo 1. Autoestima

1.1 Antecedentes

1.2 Definición

1.3 Estructura fundamental de la autoestima

1.4 Autoconcepto, Autoestima e Identidad

1.4.1 Autoconcepto

1.4.1.1 El autoconcepto como autoesquema

1.4.1.2 Efecto cognitivo del Autoconcepto

1.4.2 Autoestima

1.4.2.1 Componentes de la autoestima

1.4.2.2 Autoeficacia: Pienso que puedo, lo puedo lograr

1.4.3 Identidad

1.4.3.1 Formación de la identidad

Capítulo 2. Adolescencia

2.1 El ajuste al desarrollo físico

2.2 Formación de la identidad

2.3 Familia, amigos y sociedad

Capítulo 3. Juventud

3.1 Desarrollo de la personalidad

3.2 El yo personal, la familia y el trabajo

3.3 Búsqueda de la identidad

Capítulo 4 PROCEDIMIENTO

4.1 Instrumento

4.2 Población

4.3 Procedimiento y aplicación

Resultados

Conclusiones

Bibliografía

Anexos

RESÚMEN

El presente reporte laboral, muestra los resultados obtenidos de la medición del nivel de autoestima en adolescentes y jóvenes de nivel medio superior y superior, a través de la aplicación del Inventario de Autoestima de Coopersmith a 240 personas, 50% Mujeres y 50% Hombres entre 16 y 20 años, todos estudiantes de escuelas ubicadas en el municipio de Coacalco, Estado de México.

De la población estudiada se encontró que la prevalencia de autoestima en ambos grupos fue la Media Alta; un alta prevalencia de esta categoría se encontró en mujeres de 18 a 20 años. Se encontraron algunas diferencias entre hombres y mujeres adolescentes, aunque los niveles Medio Alto y Medio fueron los que obtuvieron un mayor porcentaje. Con el objeto de establecer estrategias encaminadas a un óptimo desarrollo de la autoestima se deben plantear programas preventivos y de intervención que tomen en cuenta las diferencias entre hombres y mujeres en la prevalencia de cierto nivel de autoestima, así como las similitudes entre los factores determinantes de la misma.

INTRODUCCIÓN

La autoestima cobró fuerza en la década de los ochenta. No sólo empezaron a publicarse cada vez más libros que hacían referencia a la palabra y se extendían sobre el tema en grado diverso, sino que comenzaron a aparecer estudios más científicos.

El estudio de la autoestima ha sido, y sigue siendo, un tema que ha generado mucha inquietud. Se han realizado muchos estudios y publicaciones sobre este tema, pero la autoestima como concepto es muy versátil y se ha definido de diversas maneras. En lo que han coincidido la gran mayoría de los autores es que la autoestima es importante para un sano desarrollo emocional del individuo (Branden, 1993; Corkille, 1980, etc).

El gran interés suscitado por la autoestima, tanto en el ámbito científico como terapéutico, está determinado porque se considera un factor clave en el desarrollo de un buen ajuste emocional y cognitivo, una buena salud mental y relaciones sociales satisfactorias.

Todos los individuos necesitan tener una autoestima saludable, independientemente del sexo, edad, cultura, trabajo y objetivos en la vida. Pareciera que si no se satisface esta necesidad de autovaloración, tampoco

pueden cubrirse otras que supongan la realización de todo el potencial de desarrollo humano.

Las personas que se encuentran bien consigo mismas suelen sentirse a gusto en la vida, son capaces de afrontar y resolver con seguridad los retos y las responsabilidades que ésta les plantea. Por el contrario, la baja autoestima es una fuente permanente de inseguridad e insatisfacción personal y se considera como un importante factor de riesgo para el desarrollo de numerosos problemas psicológicos tales como trastornos de la alimentación, depresión, ansiedad, entre otros.

Corkille (1980), sostiene que los niños necesitan ejemplos saludables y siendo los padres espejos psicológicos, van conformando su propia autoestima aprendiendo a amarse y aceptarse a sí mismos, a través de ellos. Si se dieron deficiencias de autoestima en la niñez, de adultos se pueden reaprender algunas formas para empezar a conocernos, amarnos y aceptarnos a nosotros mismos, siendo un punto de inicio el cuestionar y cambiar los conceptos negativos introyectados (Arranz, 2004; Foward y Buck, 1991).

Las consecuencias de una autoestima pobre, medida a través de instrumentos de autoinforme, se han documentado ampliamente en la literatura psicológica. La carencia de competencia social y de asertividad, la depresión y ansiedad, la autoimagen negativa y el estrés, son solo algunas de las variables que se han

asociado fuertemente con la baja autoestima tanto en niños como en adolescentes y jóvenes. Esta aparente participación de la autoestima en el deterioro de la salud psicológica es razón suficiente para identificar sus principales componentes, de tal forma que sea posible proponer intervenciones válidas dirigidas a fortalecerla.

Los modelos explicativos de la autoestima coinciden en la identificación de componentes psicológicos inherentes, la manifestación de la autoestima, así como en su desarrollo. La explican como el acto autoevaluativo central que, a la vez que influye sobre comportamientos, cogniciones y emociones, se retroalimenta de estos para conformarse.

Salvo contadas excepciones, en las que se han conducido investigaciones experimentales, los estudios sobre autoestima no han perseguido como propósito fundamental someter a prueba a los modelos conceptuales. Los componentes psicológicos propuestos por los modelos explicativos no han llegado a plasmarse en los instrumentos, predominando el énfasis en los contextos ambientales donde actúa la persona, mismo que ha venido a definir las dimensiones del constructo.

En este trabajo se pretende identificar los factores del contexto social que influyen en el desarrollo de un alta o baja autoestima en adolescentes y jóvenes. La inquietud de saber cuáles son estos factores nos llevó a realizar este trabajo, cuyo objetivo fue conocer los factores del contexto social que influyen en el desarrollo de un alta o baja autoestima en adolescentes y jóvenes, así como conocer la

relación de su contexto social inmediato, familia, amigos, escuela con el desarrollo positivo o negativo de su autoestima.

Para fines de presentación de este trabajo se dividió en cuatro capítulos. Los cuales se describen a continuación:

En el Capítulo 1, Se hablará sobre los antecedentes en el estudio de la autoestima, algunas de las teorías más importantes y la definición de los tres conceptos básicos que utilizaremos a lo largo de este trabajo: autoestima, autoconcepto e identidad.

En el Capítulo 2, se hará una breve revisión de los factores que pueden influir en el desarrollo de la autoestima del adolescente, como son los cambios físicos y psicológicos, la familia, los amigos y el medio social en que se desenvuelven.

El Capítulo 3, habla sobre los factores que se presentan en la Juventud y que influyen de manera positiva o negativa en el desarrollo de la autoestima, el autoconcepto y la identidad, tomando en cuenta factores como el yo personal, la familia, el trabajo y el establecimiento de relaciones interpersonales.

El Capítulo 4, contiene el procedimiento de aplicación, los detalles del instrumento utilizado y las características de la población a la que se aplicó.

CONTEXTO LABORAL

El estudio del que es sujeto este reporte laboral se llevó a cabo en las instalaciones de algunas escuelas de nivel medio superior donde la muestra fue de tres escuelas, dos de ellas públicas y una privada. Las tres instituciones de nivel superior fueron privadas, todas ellas se encuentran ubicadas en el municipio de Coacalco.

Medio Superior

CBTIS Coacalco

Preparatoria 99

Grupo Universitario Modelo (GUM)

Superior

Centro de Estudios Agustiniano Fray Andrés de Urdaneta (FADU)

Colegio LUCERNA

Universidad del Valle de México (UVM Campus Hispano).

En cada uno de los casos se solicitó la autorización de las instituciones para ingresar a ellas y realizar el estudio que estamos presentando, la aplicación de la prueba se realizó en aulas que las instituciones nos designaron con antelación.

CAPITULO I

AUTOESTIMA

CAPÍTULO I

AUTOESTIMA

"Si aspiras a encontrarte a ti mismo, no te mires al espejo,

Porque allí encontrarás solamente una sombra,

Un extraño..."

Sigmund Freud.

1.1 Antecedentes

El estudio de la autoestima ha adquirido relevancia en los últimos 30 años con propuestas y aportaciones, hoy consideradas como clásicas. Todos estos antecedentes han sido los cimientos para el desarrollo de definiciones y modelos explicativos en torno a la autoestima.

En los trabajos de William James y Charles Cooley se encuentran datos que indican el origen del interés por el estudio de la autoestima desde principios del siglo (Harter, 1983). Sin embargo, es hasta la década de los sesentas cuando las aproximaciones se vuelven más sistemáticas y empiezan a tener un respaldo empírico, para contar así con aportaciones sólidas que han permitido ampliar la comprensión de la autoestima. Estas aportaciones básicamente resumen dos postulados que permiten valorar la importancia de este constructo: la autoestima influye sobre los individuos sobre el continuo de su desarrollo (niñez, infancia,

preadolescencia, adolescencia, juventud y adultez); y la autoestima es el producto de las evaluaciones que el individuo hace de sí mismo con base al intercambio de información que mantiene con sus sistemas de referencia, familiar, escolar, social, etc. (Caso,1999).

Un antecedente importante a los efectos de este trabajo es la investigación de Mina, Carrasco y Martínez (1999), quienes realizaron un estudio dirigido a determinar las características de la autoestima y los estereotipos de rol de género. La muestra está formada por 559 estudiantes universitarios: 220 varones y 339 mujeres; cuyas edades oscilan entre los 17 y los 31 años, siendo la media de edad de aproximadamente 21 años.

Para analizar la relación existente entre la autoestima y los estereotipos de rol de género, se aplicaron dos instrumentos de medida: el Inventario de Rol Sexual de Bem adaptado a una población perteneciente al primer período de la edad adulta y una adaptación del Inventario de Autoestima de Coopersmith. Indican en sus resultados que en todas las culturas existe un modelo normativo acerca de cómo debe ser un varón y una mujer; y que estas construcciones sociales tienen un papel fundamental en la organización y constitución de la subjetividad humana.

Señalan que la autoestima ha sido utilizada como uno de los principales indicadores de bienestar psicológico en las investigaciones realizadas sobre los roles de género. Los resultados obtenidos verifican las hipótesis planteadas: la

autoestima varía en las diferentes categorías de género, obteniéndose unos resultados acordes con otras investigaciones: las personas masculinas y andróginas puntuaron significativamente más alto en autoestima que las personas indiferenciadas y femeninas. La masculinidad aparece como mejor predictor de la autoestima que la feminidad.

Por su parte, Broc (2000), llevó a cabo estudios enfocados en analizar la autoestima y el autoconcepto en el ámbito escolar. Muestra el contenido y efectos de una serie de programas de intervención dirigidos al profesorado para favorecer el desarrollo del autoconcepto (AC) y autoestima (AE) en el contexto escolar. Una muestra de 173 niños de 5 a 8 años pasó una fase pretest y postest habiendo clases experimentales y de control, asignadas al azar, en cada curso académico, junto con las profesoras correspondientes. A los grupos experimentales se les aplicaron cuatro programas de intervención, y uno a las profesoras de dichos grupos.

Los principales instrumentos fueron la "Pictorial Scale of Perceived Competence and Social Acceptance for Young Children" (Harter y Pike, 1983), para niños y profesoras, la escala de autoestima de Rosenberg adaptada a niños pequeños, medidas sociométricas, de capacidad y rendimiento escolar. El análisis de varianza (ANOVA) muestra diferencias estadísticamente significativas de los niños y profesoras de los grupos experimentales respecto a los controles y la efectividad de la intervención.

En este orden de ideas, Feldman y Marfan (2001), realizaron investigaciones sobre autoestima infantil. El propósito de esta investigación apunta a describir cómo es la autoestima de niños y niñas de 5° y 8° básicos de tres Escuelas Municipalizadas de la Comuna de Santiago. Indican que la Psicología ha demostrado que tanto el autoconcepto, como la autoestima de los individuos, están fuertemente influenciados por las relaciones que éste establece con su medio externo.

Desde el punto de vista de la metodología de la investigación, se aplicó un enfoque que combina el paradigma explicativo con el paradigma interpretativo, de esta manera para obtener una aproximación más profunda hacia cómo los niños y las niñas que fueron objeto de ese estudio asumían la valoración de sí mismos. Ello conllevó a efectuar una combinación de técnicas e instrumentos, tanto cuantitativos como cualitativos, para la recopilación de los datos principales de este estudio. Se administró el Instrumento "Inventario de Autoestima de Coopersmith (1959)", en su versión adaptada a la población chilena hecha por Brinkmann, Segure y Solar (1989).

1.2 Definición

La autoestima es una importante variable psicológica, por lo cual, ha sido definida por diversos autores. Wilber (1995), señala que la autoestima está vinculada con las características propias del individuo, el cual hace una valoración de sus atributos y configura una autoestima positiva o negativa, dependiendo de los niveles de consciencia que exprese sobre sí mismo.

El autor indica que la autoestima es base para el desarrollo humano. Indica que el avance en el nivel de conciencia no sólo permite nuevas miradas del mundo y de sí mismos, sino que impulsa a realizar acciones creativas y transformadoras, impulso que para ser eficaz exige saber cómo enfrentar las amenazas que acechan, así como materializar las aspiraciones que nos motivan.

Esta necesidad de aprendizaje aumenta en la misma proporción que lo hacen los desafíos a enfrentar, entre los cuales sobresale la necesidad de defender la continuidad de la vida a través de un desarrollo equitativo, humano y sustentable. En el campo de la psicología transpersonal, el principio de diferenciación de los demás es continuo (obviamente de la manera más delicada y amable posible), de todo tipo de tendencia pre personales, porque confieren a todo el campo una reputación inconsistente. Bajo este enfoque no se está en contra de las creencias pre-personales, lo único que ocurre es que tenemos dificultades en admitir esas creencias como si fueran transpersonales, lo cual afecta la autoestima.

Al respecto, Rosemberg (1996), señala que la autoestima es una apreciación positiva o negativa hacia el sí mismo, que se apoya en una base afectiva y cognitiva, puesto que el individuo siente de una forma determinada a partir de lo que piensa sobre sí mismo.

Por su parte, Dunn (1996), afirma que la autoestima es la energía que coordina, organiza e integra todos los aprendizajes realizados por el individuo a través de contactos sucesivos, conformando una totalidad que se denomina "sí mismo". El "sí mismo" es el primer subsistema flexible y variante con la necesidad del momento y las realidades contextuales (citado por Barroso, 2000).

Así mismo, Coopersmith (1996), sostiene que la autoestima es la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a su mismo. Esta autoestima se expresa a través de una actitud de aprobación o desaprobación que refleja el grado en el cual el individuo cree en sí mismo para ser capaz, productivo, importante y digno. Por tanto, la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo.

Agrega el mismo autor, que la autoestima resulta de una experiencia subjetiva que el individuo transmite a otros a través de reportes verbales y otras conductas expresadas en forma evidente, que reflejan la extensión en la cual el individuo se cree significativo, exitoso y valioso, por lo cual implica un juicio personal de su valía.

McKay y Fanning (1999), mencionan que la autoestima se refiere al concepto que se tiene la propia valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre sí mismo ha recabado el individuo durante su vida. 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.

No existe un concepto único sobre la autoestima, pero se sabe que la autoestima incluye conocimientos, valoraciones, emociones y acciones que determinan nuestra manera de ser, estar y hacer.

Desde el punto de vista psicológico la autoestima puede entenderse como la capacidad desarrollable de experimentar la existencia, conscientes de nuestro potencial y nuestras necesidades reales; de amarnos y confiar en nosotros para lograr nuestros objetivos, independientemente de las limitaciones que podamos tener o de las circunstancias externas generadas por los distintos contextos en los que nos corresponda interactuar.

La autoestima está configurada por factores tanto internos como externos. Se entiende por factores internos aquellos que radican o están creados por el individuo como sus ideas, creencias, prácticas o conductas; a su vez los factores externos son aquellos que podemos encontrar en el entorno de la persona como los mensajes transmitidos verbal o no verbalmente, las experiencias suscitadas

por los padres, los educadores, las personas “significativas” para nosotros, las organizaciones y la cultura.

Sin embargo, a pesar del actual consenso respecto a las múltiples dimensiones que integran la autoestima, con frecuencia las investigaciones que han relacionado estas variables con el bienestar psicosocial han efectuado una medición global de la misma, especialmente en el caso de las investigaciones que consideran como indicadores del bienestar psicosocial el ánimo depresivo o la ansiedad (Herrero, 1994).

Parece que aquellas dimensiones de la autoestima más importantes para la persona influyen de forma directa en su bienestar. Al considerar un efecto directo suponemos que si una persona mantiene una percepción desfavorable de si misma, esta percepción negativa influye de forma automática en su bienestar. Pero la autoestima también puede tener un efecto indirecto, que puede entenderse de dos formas, en primer lugar de acuerdo con Rosenberg (1995), algunas dimensiones son menos centrales para el sujeto y que la autoestima global media si influencia en el bienestar. Una autoestima favorable puede propiciar que la persona disponga de más apoyo social.

Como señala Herrero y Musitu (1995), una elevada autoestima anima al sujeto a participar en un modo de relaciones recíprocas, en el que recibe y ofrece ayuda. A su vez, disponer de una red de apoyo social puede ser de gran utilidad para

ayudar a la persona a afrontar situaciones vitales estresantes, como la pérdida de un ser querido, el diagnóstico de una grave enfermedad o serias dificultades laborales.

Al buscar un denominador común para los casos de baja autoestima se ha encontrado que siempre hay una sensación de insuficiencia, de no ser “bastante”, una sensación de culpa, vergüenza o inferioridad, una clara falta de aceptación a sí mismo, de confianza en sí mismo y de amor de sí mismo. Pero aún así estamos hablando de factores externos, de cómo se atiende solo a la manera en que los demás pueden herir nuestros sentimientos de valía y no como uno puede herirse a sí mismo. Al trabajar acerca de la autoestima, tenemos que tener presentes dos peligros: uno es el de simplificar en exceso lo que exige una autoestima sana, alimentando con ello el ansia que la gente tiene de respuestas rápidas y soluciones sin esfuerzo; el otro consiste en entregarse a una suerte de fatalismo o determinismo, según el cual, las personas tienen una buena autoestima o no la tienen (Branden, 2005).

La Autoestima es la capacidad desarrollable de experimentar la existencia, conscientes de nuestro potencial y nuestras necesidades reales; de amarnos incondicionalmente y confiar en nosotros para lograr objetivos, independientemente de las limitaciones que podamos tener o de las circunstancias externas generadas por los distintos contextos en los que nos corresponda

interactuar. De tal modo que todos tenemos este valor, solo debemos aprender a desarrollarlo y reforzarlo según las situaciones que se vayan enfrentando.

Para efectos de facilitar la comprensión de todo lo expresado anteriormente, asumiremos que la autoestima es siempre cuestión de grados y puede ser aumentada o disminuida. Concluiremos que siempre es posible amarnos más, respetarnos más o estar más conscientes de nosotros y de la relación que tenemos con todo lo que nos rodea, sin llegar a caer en el narcisismo o egoísmo, que es cuando sólo podemos amarnos a nosotros mismos. Por eso se utilizarán expresiones como aumentar, elevar o desarrollar la autoestima, para aludir al hecho de que alguien pueda mejorar en los aspectos citados.

También es conveniente aclarar, que podemos tener comportamientos de baja autoestima, en algún momento, aunque nuestra tendencia sea vivir conscientes, siendo quienes somos, amándonos y respetándonos. Puede también suceder lo contrario: vivir una vida sin rumbo, tendente al autosabotaje y a la inconsciencia, pero podemos experimentar momentos de encuentro con nuestra verdadera esencia. Fragmentos de tiempo de inconsciencia y desconfianza en uno, no son igual que una vida inconsciente regida por el miedo como emoción fundamental.

La autoestima está relacionada con la salud mental positiva y el bienestar psicológico. Como dicen Vender, Wells y Peterson (1989) "Se ha demostrado repetidas veces que la autoestima y la salud psicológica se relacionan con

consecuencias psicológicas favorables en diversas situaciones psicológicas". Se dice que tal vínculo entre autoestima y conducta incluye correlaciones entre la autoestima y el alto funcionamiento del ego, el ajuste personal, el control interno, la probabilidad de resultados terapéuticos favorables, el ajuste positivo a la edad y la vejez, la autonomía y la tendencia androgénica.

La carencia de autoestima se relaciona con ciertos fenómenos negativos, como las enfermedades mentales. En 1959 se advertía, por ejemplo, que las personas que solicitan ayuda psicológica expresan con frecuencia sentimientos de inadecuación, falta de valía y ansiedad asociada a la baja autoestima (Coopersmith,1967). Más recientemente, hay investigadores que encuentran conexiones entre la falta de autoestima y la depresión, el suicidio, las relaciones tortuosas, ciertos trastornos de personalidad y muchas otras condiciones (Skager & Kerst, 1989).

El concepto de autoestima es particularmente importante porque nos permite investigar varias dimensiones del ser humano. Por ejemplo se considera que la autoestima es la clave de la conducta normal, anormal e incluso optima. En este mismo orden, es un concepto de tremendo valor teórico para el área, comprender cosas en relación a la autoestima es una de las pocas vías que tenemos para referirnos a la compleja intersección entre la personalidad, el entorno social, el desarrollo personal, las elecciones individuales y la misma conducta. Como tal, la autoestima ha llegado a ocupar un puesto permanente y real como concepto

explicativo en la ciencia social. Wells y Maxwell (1976), revisaron 20 años de investigación sobre la autoestima y descubrieron que es un instrumento conceptual vital y muy significativo, tanto para la perspectiva psicológica como para la sociológica. El saber que piensan las personas de si mismas y como se evalúan como consecuencia de las condiciones sociales básicas y de una predisposición para las conductas subsiguientes, configura un constructo conductual para interpretar la conducta humana. Su importancia interpretativa no solo se revela por la frecuencia de su ocurrencia en la literatura académica, sino también por la fuerza y variedad de su implicación en los debates populares. La autoestima está surgiendo como uno de los indicadores sociales claves en el actual análisis de crecimiento y progreso social.

1.3 Estructura Fundamental de la Autoestima

Cada definición de autoestima nos dice algo importante sobre este fenómeno vital. Esta información constituye los datos brutos que debemos procesar para lograr el descubrimiento de la estructura fundamental de la autoestima, o aquella que da lugar a diversas posibilidades definicionales. Los datos pueden ser organizados de múltiples formas, pero sobresalen tres características claves: los componentes o elementos básicos de la autoestima y la relación entre ellos, las cualidades de la experiencia implicada en la autoestima, o como se vive el fenómeno de la autoestima y las dinámicas de la autoestima, especialmente como es esta razonablemente estable y al mismo tiempo abierta al cambio. (Mruk, 1999)

La competencia es el componente conductual u observable porque implica acción, cuyos resultados pueden ser vistos y evaluados en términos de su efectividad siendo esta uno de los componentes básicos de la autoestima (Mruk, 1999).

Todas las definiciones incluyen algún tipo de dimensión de experiencia o proceso vivido que está implicado en la autoestima. En algunos casos los autores describen este aspecto de la autoestima en términos cognitivos, manifestando que se vive como algún tipo de evaluación cuyo resultado es positivo o negativo. En otros casos la autoestima se describe en términos afectivos. Existen dos factores que la definición fenomenológica debe tener en cuenta con relación a como se vive la autoestima: el factor cognitivo y afectivo. El primero implica los procesos de juicio y autoconciencia, y el último incluye una reacción emocional con el consecuente poder motivacional. (Mruk, 1999)

La autoestima es un fenómeno evolutivo que emerge o entra en juego con el transcurso del tiempo. Del mismo modo, la autoestima se considera importante porque está vinculada al comportamiento de una persona en su espacio vital (el mundo de la experiencia y conducta cotidiana). La autoestima es dinámica porque desempeña un papel en el modelado de las percepciones, de la experiencia y de la conducta de la persona y que es relativamente estable ; y sin embargo abierta al cambio. Por ello podemos decir, por una parte, que la persona tiene baja autoestima y por otra parte que existe la necesidad de trabajarla. (Mruk, 1999).

Aunque la mayoría de los autores hacen hincapié en la estabilidad (autoestima global) o en el cambio, es importante mencionar dos aspectos. En primero lugar algunos de ellos señalan los procesos dinámicos. La concepción de James de la autoestima como ratio, por ejemplo, convierte la apertura al cambio en el aspecto central de la autoestima. En segundo lugar, la misma idea de fortalecer la autoestima que es importante en todas las investigaciones y autores, requiere la posibilidad de cambio: de lo contrario no habría necesidad de fortalecer la autoestima cuando el individuo es adulto.

En síntesis la autoestima implica como mínimo tres tipos de componentes esenciales o elementos constitutivos. En primer lugar la competencia y el merecimiento, así como la relación entre ellos que influye sobre la autoestima. En segundo lugar, una definición debe considerar la calidad vital de la autoestima tal como se integra en los procesos y situaciones de la vida real de cualquier individuo particular. Por último la dinámica de la autoestima, particularmente el modo en que puede ser relativamente estable y al mismo tiempo mantener la posibilidad de cambio. La estructura fundamental de la autoestima debe estar, por lo tanto, construida sobre la base de estos tres hallazgos y debe manifestar su relación. (Mruk, 1999).

Este primer paso crucial en la elaboración de una fenomenología de la autoestima muestra que esta es el estatus vital de la competencia y merecimiento de un individuo al manejar los retos de la vida a lo largo del tiempo. La competencia está en relación con las aspiraciones y el éxito, es la acción o componente conductual de la autoestima, lo que implica que será el componente más inmediatamente observable en la vida cotidiana. El merecimiento se basa en valores, no se refiere solo a lo bien o lo mal que hacemos las cosas, y determina o refleja nuestra autoestima. El valor, calidad o significado de lo que hacemos bien (o mal), también desempeña un rol vital en la creación de la autoestima. En este caso la autoestima debe considerarse como integrada por patrones y percepciones con relación a lo que es meritorio, merecedor o bueno. (Mruk, 1999)

La competencia sin merecimiento no necesariamente produce autoestima, del mismo modo el merecimiento sin la competencia es posible, la autoestima se produce cuando se combinan competencia y merecimiento. Lo que suele ocurrir cuando uno es competente en algo que merece la pena o es de valor positivo para uno mismo o para los otros.

La expresión “los retos de la vida a lo largo del tiempo” se usa para describir que la competencia y el merecimiento se viven justamente en la vida real por que algunas situaciones nos retan en ambas dimensiones. Hay veces que la propia competencia en la vida y el merecimiento para hacerlo dependen de la efectividad y significado (valor) de nuestras acciones, y a lo largo del tiempo llegamos a

mostrar un patrón de respuesta que crea un historial de alta o baja autoestima (Mruk, 1983).

Decir que la autoestima se vive como un tipo de estatus es descriptivo porque es una forma de captar la viveza o carácter dinámico del fenómeno. Vivimos la autoestima del mismo modo que vivimos nuestros entornos culturales, historias evolutivas o identidades. Además, del mismo modo que la cultura, la historia y la identidad, nuestra autoestima se vive concretamente. Está incorporada a nuestras percepciones del aquí y el ahora, experimentada a modo de sentimiento y expresada mediante palabras y acciones. El descriptor trata de captar algo de carácter dinámico de la autoestima. Por una parte el estatus implica estados del ser, por otra parte los estatus deben mantenerse, lo que implica que las personas se involucran en procesos activos que funcionan manteniendo cierto nivel estable de autoestima a lo largo del tiempo.

Sin embargo, los estados del ser tanto físicos como psicológicos fluctúan y cambian con el tiempo. Esto puede ocurrir momentáneamente, cuando una situación temporal afecta sobre el estatus del propio merecimiento o competencia. Ejemplos de tales condiciones pueden ser los momentos en los que una persona gana un premio importante (fluctuación positiva) o es atrapado en una conducta vergonzosa (influencia negativa). Pero también es posible que se modifiquen los niveles de la dinámica completa, como en el caso de crecimiento personal

prolongado, o a consecuencia de alguna experiencia transformadora particularmente poderosa (Mruk, 1999).

1.4 Autoconcepto, Autoestima e Identidad

Uno de los primeros problemas que se advierten en los estudios relacionados con la autoestima es el uso incongruente de los siguientes términos clave: autoconcepto, autoestima e identidad.

El término **autoconcepto** hace referencia a los conocimientos que se tienen sobre sí mismo, **autoestima** alude a los sentimientos que se albergan sobre sí mismo e **identidad** es aquello en lo que se cree y a dónde uno se dirige en la vida.

1.4.1 Autoconcepto

Rogers (1976-1979) definió el autoconcepto como un patrón organizado y consistente de características percibidas del sí mismo. Roger supuso que los seres humanos se esfuerzan por mantener las percepciones de sus vivencias consistentes con su autoimagen. Al igual que los teóricos psicodinámicos, Rogers asume que la niñez es un período que tiene una especial importancia para el desarrollo de la personalidad, los niños harán casi cualquier cosa para obtener la aprobación paternal, en estos esfuerzos, algunos infantes niegan o distorsionan sus propias percepciones, pensamientos, emociones y sensaciones. Si el impulso central de las personas es un motivo para actualizar los potenciales constructivos, entonces la negación o distorsión de las cualidades importantes es

desfavorecedor y solo se construirá un autoconcepto falso e irreal. Sin embargo, para alentar el crecimiento, los otros significativos deben aceptar todos los aspectos de un individuo y tener a esa persona en alta estima, bajo estas condiciones los seres humanos comienzan a aceptarse, abriéndose a más experiencias y desplazándose en dirección a la autorrealización. (Davidoff, 1989).

1.4.1.1 El autoconcepto como autoesquema

El término autoconcepto alude a la información que se tiene sobre sí mismo, la forma en que nos percibimos y describimos, "serie de opiniones sobre la clase de personas que somos" (Hamachek,1990,p.677, citado por Hansen,2003). El autoconcepto es el resultado de un proceso cognitivo, de "conocimiento", se trata de una cognición o concepto mental.

En virtud de que este planteamiento cognitivo del autoconcepto se basa mucho en la obra de Piaget, sería útil hacer una revisión sucinta de su teoría del desarrollo cognitivo. Piaget (1896-1980) identificó tres factores que contribuyen al desarrollo mental: 1) maduración (el crecimiento genéticamente controlado del cerebro y el sistema nervioso-el soporte físico necesario para el procesamiento cognitivo-), 2) la experiencia en el mundo de la naturaleza y los objetos y 3) la interacción con los demás-sobre todo, las interacciones que ponen en duda la comprensión que el individuo tiene de las cosas-. Sin embargo, la mente no sólo acepta pasivamente la información. Piaget también describió tres tendencias intelectuales que rigen el

manejo que la mente humana hace de la información. La primera es la tendencia a organizar la información en unidades significativas denominadas **esquemas**. La segunda consiste en adaptarse a la nueva información, ya sea **asimilándola** (sumándola) en los esquemas existentes o **adaptándola** (modificando esquemas existentes o creando nuevos). La tercera tendencia es mantener una sensación de armonía o balance cognitivo, similar al concepto biológico de homeostasis, que Piaget denominaba **equilibrio**. (Hansen, 2003). Esta información acumulada se organiza en un autoesquema o autoconcepto. Los niveles más avanzados de desarrollo cognitivo permiten que surja una comprensión más compleja del sí mismo, como la información sobre sí mismo ingresa de continuo en el sistema como resultado de la experiencia y de la interacción social, el autoconcepto evoluciona constantemente durante el ciclo vital a través de los mecanismos de adaptación que describimos anteriormente.

1.4.1.2 Efecto cognitivo del autoconcepto.

Si bien reconocen que la gente se desenvuelve en un contexto social e histórico, los “constructivistas” señalan que el sí mismo construye y reconstruye activamente ese contexto (Ellis, 1991, citado por Hansen, 2003). En un sentido real, los individuos desempeñan una función importante en la creación de la realidad a la que responden. De este modo, el sí mismo influye en el comportamiento, las intenciones y las aspiraciones en todos los aspectos importantes en la vida de una persona.

Las investigaciones confirman que la información que se percibe como pertinente para el sí mismo se procesa y retiene de manera más eficaz que la información que se considera irrelevante (Higgins y Bargh, 198, citado por Hansen, 2003). Esto se denomina efecto de autoreferencia y explica por qué resulta más fácil recordar las experiencias personales que los ejemplos abstractos. El efecto de autoreferencia puede derivarse de un procesamiento más profundo en el plano semántico y de mayor elaboración o exploración de la información, factores que mejoran la memoria y la recuperación. Dicho de otra forma, cuando uno percibe la información esta se relaciona de algún modo con uno mismo, le dedica más interés, le presta mayor atención, la explora en forma más consciente y trata de desentrañar su significado.

Al formarnos un esquema es más probable que se preste atención a información que no guarda congruencia con él. Esta información contraria puede ser más fácil de advertir y recordar. Una vez que el esquema está desarrollado, hay más probabilidades de que la persona note y recuerde información congruente con él, en tanto que ignore los datos contrarios, estará fortaleciendo el concepto que tiene de sí mismo, lo cual puede hacer que las personas se predispongan a aceptar una imagen de su persona, de cómo son y luego la "congelen", lo que limita hasta cierto punto el procesamiento de información negativa que afecte el concepto ya formado. En un sentido positivo, el autoconcepto puede ser muy resistente, incluso ante una crítica social negativa y destructiva.

El autoconcepto empieza a funcionar como un “andamio mental” sobre el cual el individuo construye y organiza la información relacionada con el sí mismo, un punto ventajoso desde el cual se ve a sí mismo y al mundo social en relación consigo mismo. Dirige nuestra atención, influye en lo que recordamos y olvidamos y en las actividades en las que nos interesamos o dejamos de interesarnos. El desarrollo de los procesos cognitivos contribuyen a la forma en que el sí mismo se estructura, organiza y comprende, y participan en su estabilidad y revisión. El contenido del sí mismo-los conocimientos que lo componen- proviene de la interacción con el entorno y la retroalimentación de los otros según la interpretación y evaluación que hace el procesador cognitivo. El yo-sí mismo construye activamente al mí-sí mismo, el cual a su vez influye en el procesamiento de la información y en el comportamiento futuro. (Hansen, 2003).

El autoconcepto refleja los conocimientos y opiniones que el individuo tiene sobre sí mismo. Se trata del componente cognitivo del sí mismo, un autoesquema, que finalmente sirve como marco mental en el que se organiza la información sobre la persona e influye en la percepción y procesamiento de la información; influye prácticamente en cada aspecto del funcionamiento de la persona, es un elemento dinámico en cuanto a que se encuentra sujeto a revisión y alteración.

1.4.2 Autoestima: evaluación afectiva del sí mismo

Como ya lo hemos mencionado, la autoestima es el componente afectivo del sí mismo. Representa los sentimientos del individuo hacia sí mismo y la autoevaluación que realiza, ya sea positiva o negativa.

En diversos estudios se ha descubierto que la autoestima elevada es un activo valioso, con repercusiones importantes en la motivación y el logro, las relaciones sociales, la salud, y la adaptación. Por ejemplo, puede motivarlo a hacer cosas que lo beneficien y protejan (Greenwald, 1988 citado por Hansen, 2003). Los investigadores también han descubierto evidencia de que la autoestima ejerce un efecto importante en el afecto o estado de ánimo. Así, por ejemplo, el individuo que tiene una valía personal elevada será más o menos jovial y, por el contrario, el que se tiene a menos se sentirá relativamente deprimido (Harter, 1988, citado por Hansen, 2003).

Branden (1998) considera que la autoestima, cuando se eleva, actúa como si fuera el sistema inmunitario de la conciencia. No garantiza totalmente la salud, pero nos hace más resistente a la enfermedad y proporciona energía para superar esta y recuperar aquella.

El modo como nos sentimos con respecto a nosotros mismos afecta de forma virtual y decisiva todas nuestras experiencias, desde la manera en que actuamos

en el trabajo, en el amor, o en el sexo, hasta nuestro proceder como padres o las posibilidades que tenemos de progresar (Irigoyen-Coria, 2002).

En una investigación realizada por Lund, Caserta y Dimond (1993), se descubrió que la autoestima se encontraba entre los mejores indicadores de adaptación a la muerte de un cónyuge en etapas tardías de la vida. En general, la autoestima elevada se percibe como una característica medular de los individuos mentalmente saludables.

Greenberg y colaboradores (1992) consideran que la función psicológica de la autoestima consiste en proteger al individuo de la ansiedad. Mencionan investigaciones en las cuales se indica que quienes tienen baja autoestima suelen ser ansiosos, que la ansiedad aumenta cuando la autoestima se ve amenazada y que las estrategias que protegen a la autoestima reducen la ansiedad. En uno de sus propios estudios Greenberg y colaboradores descubrieron que los sujetos que recibían información que elevaba su autoestima, experimentaron menos ansiedad que los participantes control en respuesta a una amenazadora película sobre la muerte. Estos resultados, junto con los hallazgos de otros estudios más, sustentan directamente la hipótesis de que la autoestima compensa la ansiedad en respuesta a la amenaza.

La necesidad de autoestima quizá se derive de una necesidad de protección contra los temores fundamentales. De ser así, las investigaciones por venir tal vez

esclarezcan los procesos por medio de los cuales la autoestima hace que el individuo se sienta a salvo y seguro. Greenberg y colaboradores señalan que una de las formas sería a través de una creencia cultural, según la cual las cosas malas no les suceden a las personas buenas. En consecuencia, si los individuos creen que son buenos y tienen valor, están en mejores condiciones de mantener la ilusión de seguridad.

La autoestima es importante porque condiciona el aprendizaje, supera las dificultades personales, fundamenta la responsabilidad, apoya la creatividad, determina la autonomía personal, posibilita una relación social saludable y garantiza la proyección futura de la persona.

1.4.2.1 Componentes de la Autoestima

Rogers señala que uno de los principales determinantes de la autoestima lo constituyen las percepciones que tenemos del valor de las otras personas que vemos en nosotros. Así cuanto mayor sea el grado de consideración que otorguen los otros, mayor será el grado de consideración por el sí mismo. Además, la retroalimentación de ciertas personas es más significativa que la de otras y funciona como una fuente mayor de valía personal (Rosenberg, 1979, citado por Hansen, 2003).

Como factor psicológico la autoestima tiene varios componentes. Smelser (1989) identificó estos componentes presentando tres aspectos; un primer componente es el cognitivo, la autoestima implica caracterizar algunas partes del self en términos descriptivos, poder, seguridad, agencia. Implica preguntar que tipo de persona es uno. En segundo lugar, existe un elemento afectivo, una valencia o grado de naturaleza positiva o negativa adherida a esas facetas identificadas, llamamos a esto alta o baja autoestima. En tercer lugar y en relación con el segundo, existe un elemento conductual.

Componente Cognitivo

Se denomina autoconocimiento, autoconcepto, autocomprensión, autoimagen y autopercepción. Se refiere a la representación mental que nos formamos de nosotros mismos, es decir, al conocimiento que tenemos de los rasgos de nuestra personalidad, de lo que queremos, buscamos, deseamos y hacemos. No podemos tener autoestima sin poseer ninguna información sobre nosotros mismos. Esta información puede ser sólida o fundamentada, producto de una reflexión continua y seria, o voluble y sin basamento, resultado de una ausencia de introspección (mirarse por dentro).

En efecto, las representaciones mentales (sensaciones percepciones, pensamientos, conceptos, juicios, razonamientos y opiniones) que las personas se hacen de sí mismo pueden ser claras o vagas. Este último caso, los sentimientos que asociarán a dichas representaciones tendrán, con toda seguridad, las mismas cualidades que las representaciones que les sirven de soporte y las conductas derivadas no serán congruentes ni persistentes.

Componente Afectivo Emocional y Evaluativo de la Autoestima

Se denomina autoaprecio, autoevaluación, y autovaloración. Se refiere al proceso de evaluarnos, apreciarnos o valorarnos a nosotros mismos y a lo que sentimos al respecto. Y ello lo hacemos dentro de un continuo con dos extremos opuestos:

bueno y malo, justo e injusto, aceptable y rechazable, agradable y desagradable, entre otros.

La forma en que nos evaluamos y los sentimientos que ello nos produce tiene mucho que ver con nuestra historia personal, básicamente con nuestras experiencias infantiles, es decir, con un período de la vida en el que éramos indefensos y especialmente maleables. Padre, madre, maestro, maestro o cualquier otra persona adulta y significativa para nosotros, o todas juntas, nos programaron positiva o negativamente.

James (1980) concibe la autoestima como un fenómeno afectivo; es decir, sugiere que se vive como un sentimiento o emoción. Esto significa que como cualquier estado afectivo, la autoestima es algo que experimentamos en nosotros mismos, a menudo tanto si le deseamos como si no.

Componente Conductual de la Autoestima

El componente conductual de la autoestima es el elemento activo, instigador de conducta coherente con los conocimientos y afectos relativos a nosotros mismos. Términos como independencia, autonomía y autodirección son adecuados para denominar este componente.

La autoestima no es solo lo que pensamos y sentimos acerca de nosotros, también incluye la conducta que realizamos. Es más, la mejor manera de identificar el nivel de autoestima que tiene una persona es a través de su comportamiento. No basta conocernos y querernos, es necesario que actuemos coherentes y congruentemente con los conocimientos y sentimientos que tenemos sobre nosotros mismos.

1.4.2.2 Autoeficacia

Las actitudes hacia el sí mismo pueden motivar el comportamiento, y de hecho así sucede, influyendo en las acciones y en las metas y ambiciones del individuo. Son, en realidad, la "voluntad" y se autorrealizan. Uno de los factores que determinan si una persona tratará de realizar una tarea y persistirá en ella o no es la autoeficacia.

Bandura señala cuatro fuentes de opiniones de autoeficacia: el desempeño personal, la excitación emocional, las experiencias vicarias con modelos observados, y el estímulo y la persuasión de los demás. En consecuencia, la sensación de autoeficacia no es estática y fija, sino dinámica y sujeta a cambio (Berry y West, 1993). Las investigaciones sobre la autoeficacia señalan que los cambios en las actitudes hacia sí mismo puede relacionarse con modificaciones en el esfuerzo y el logro (Gorrel, 1990). Cuando fluctúa la autoeficiencia sobre la

base de estas cuatro variables, la motivación, el esfuerzo y la persistencia varían en consecuencia.

Bandura (1991) plantea que el facultarse uno mismo a través de experiencias de dominio de tareas es el factor que más coadyuva a una autoeficacia fuerte y resistente, y que la sobreestimación de la eficacia es correcta y quizá incluso benéfica. Lo que se necesita, según Bandura, son personas que crean en sí mismas y sean resistentes. Confiar en forma realista en nosotros mismos, es un activo, hace que se esfuerce con mas ahínco. El esfuerzo adicional aumenta la probabilidad de éxito que, a su vez, mejora la autoeficacia (Hansen, 2003).

La autoeficacia demuestra la interrelación de los componente cognitivo, afectivo y conductual del sí mismo, lo que pensamos y sentimos sobre nosotros mismos influye en lo que hacemos. Además, quienes tienen una autoeficacia baja pueden experimentar emociones negativas como depresión, indefensión y autoestima baja, poseen habilidades de afrontamiento menos efectivas. Sin embargo quienes tienen una autoeficacia elevada se desempeñan mejor en diversas tareas, pueden poseer mayor tolerancia y experimentar menos tensión.

1.4.3 Identidad

La identidad es un conjunto de conceptos bastante congruentes que tiene una persona sobre sus atributos físicos, psicológicos y sociales. A partir de la adolescencia una de las principales tareas consiste en mantener una identidad personal relativamente estable. El proceso de mantener una identidad estable se asemeja al proceso de adaptación propuesto por Piaget que ya mencionamos anteriormente, el cual consiste en la asimilación de hechos nuevos y circunstancias cambiantes en los autoconceptos existentes y en acomodarse a los principales acontecimientos o amenazas que no es posible asimilar con facilidad.

Existen diversas variables que pueden influir en el proceso de formación de la identidad, entre las que se encuentran los estilos de crianza, la naturaleza y calidad de las relaciones entre padres e hijos, la resolución de asuntos psicosociales en etapas tempranas, los historiales educativos y laborales, los rasgos de personalidad, el género, en otra gran cantidad de factores determinantes en la formación de la identidad de una persona.

La visión predominante sobre la formación de la identidad ha sido la de un proceso de separación y mayor independencia, lo cual resulta problemático cuando este modelo se aplica a las mujeres. En la cultura occidental las mujeres suelen encontrar su identidad a través del apego y no de la separación de los demás. En razón de que las teorías tradicionales miden a las mujeres con los mismos

estándares de desarrollo que a los hombres, niegan su singularidad u el valor de la identidad tal como ellas lo definen y, peor aún, pueden presentarlas como personas un tanto inmaduras e imperfectas. Aquí una vez más, la comprensión del desarrollo psicosocial entre hombres y mujeres mejoraría si se reconocieran las realidades del desarrollo.

El desafío se vuelve mayúsculo por el hecho de que los roles de género de la sociedad occidental se encuentran en un estado de transición, cuyo resultado es incierto. También es necesario tener presente que las investigaciones describen principalmente la experiencia de los estadounidenses caucásicos de clase media (Hansen, 2003).

1.4.3.1 Formación de la identidad

Antes de la adolescencia nos vemos a nosotros mismos en función de diversos roles y en función de la pertenencia a grupos sociales. Debido al perfeccionamiento de las facultades cognitivas podemos analizar nuestros roles, identificar contradicciones y conflictos para reestructurarlos y forjar nuestra identidad. Algunas veces se abandonan roles anteriores, en otras ocasiones, establecemos nuevas relaciones con nuestros padres, hermanos y compañeros. Erikson (1968 citado por Craig, 2001) ve en el proceso de la formación de la identidad el principal obstáculo que los adolescentes han de superar para realizar

una transición exitosa a la adultez. De manera ideal ingresan a la vida adulta con un sentido estable y coherente de lo que son y de cómo encajan en la sociedad.

Erikson dedicó gran parte de su vida profesional a trabajar como psicólogo clínico de adolescentes y adultos jóvenes. Sus escritos sobre el proceso de establecer un "sentido interno de identidad" han ejercido un profundo impacto en la psicología del desarrollo. De acuerdo con Erikson, la formación de la identidad suele ser un proceso prolongado y complejo de autodefinición. Este proceso ofrece continuidad entre el pasado, el presente y el futuro del individuo; crea una estructura que le permite organizar e integrar las conductas en diversas áreas de la vida; y concilia sus inclinaciones y talentos con roles anteriores provenientes de los padres, los compañeros o la sociedad. La formación de la identidad ayuda además al adolescente a conocer su posición con respecto a los otros y con ello sienta las bases de las comparaciones sociales (Craig, 2001).

La formación de la identidad representa el principal obstáculo que es preciso superar para efectuar una transición exitosa a la adultez. La identidad, como la formula originalmente Erikson, hace referencia al sentido de lo que uno es, en lo que uno cree y a donde uno va en la vida. Para tal efecto la cultura desempeña un papel muy importante, la mayor parte de los hallazgos psicológicos provienen de estudios sobre culturas individualistas, como la de EUA, en la cual el individuo es la unidad de estudio.

Las principales teorías del desarrollo psicológico, como las de Erikson, Levinson y Maslow, subrayan el desarrollo del individuo autónomo e independiente. Nuestra definición de salud psicológica incluye autosuficiencia, autorrealización, autoeficacia y autoestima (Enns, 1994, citado por Hansen, 2003). Sin embargo casi todo el mundo vive en culturas colectivistas, lo cual es una dimensión importante, ya que el grado de colectivismo o individualismo de una cultura generara en el individuo la necesidad de la autosuficiencia y ,por ende, le llevará a buscar su identidad fuera de un grupo.

CAPITULO II

ADOLESCENCIA

CAPITULO II

ADOLESCENCIA

*Si no está en tus manos cambiar una situación que te produce dolor,
siempre podrás escoger la actitud con la que afrontes ese sufrimiento.*

Viktor Frankl.

La adolescencia es la última etapa de la infancia, el proceso adolescente queda completo sólo cuando el individuo ha subordinado sus identificaciones infantiles a una nueva clase de identificación, lograda al absorber la sociabilidad, y en un aprendizaje competitivo con sus compañeros de edad (Erikson, 1968, citado por Fadiman, 1979). Este período de transición, de la niñez a la vida adulta, que va desde los 13 hasta los 18 años, y donde aprende a manejar las exigencias familiares, de la comunidad y los amigos, establecer independencia y moldear su identidad para la vida adulta. Se considera por tradición que la adolescencia es un período de Sturm und Drang (crisis y tensiones), es decir, de una terrible confusión de emociones y conductas. Esta expresión proviene de un movimiento literario alemán a finales del s. XVIII y principios del s. XIX, lo adopto Anna Freud para designar el estado emocional que, según ella, caracteriza a la adolescencia. Incluso señala: "Ser normal en este periodo es ya una anormalidad" (1958, citada en Craig, 2001). Junto con otros freudianos sostuvo que el inicio de la maduración

biológica y la intensificación de la pulsión sexual producen grandes conflictos entre los adolescentes.

La adolescencia es un periodo de profundos cambios, marcados por la inestabilidad y aun más por la provisionalidad. El comienzo de la etapa está marcado por cambios biológicos, por transformaciones fisiológicas y físicas; sin embargo su final está indicado por cambios sociales y de criterio frente a la vida. La adolescencia es el momento en el que la persona consolida sus competencias específicas y su competencia o capacidad general frente al mundo.

Las características de la adolescencia no sólo están mediadas por condicionantes de corte cultural, también condicionantes históricos inciden fuertemente en la configuración psicosocial de la adolescencia. La adolescencia, más que otros períodos del ciclo vital, es un fenómeno evolutivo socialmente situado y cultural e históricamente determinado. La adolescencia es lo que la cultura la hace ser, porque tanto la familia como la sociedad intervienen en la crisis de la adolescencia. Diversas variables influyen en las actuales manifestaciones de los jóvenes. A mayor conocimiento, ausencia de recursos propios y freno a su participación en actividades y responsabilidades sociales, mayor inquietud, sentimiento de fracaso, inestabilidad y mayor oposición al mundo adulto (Garaigordobil, 2000).

En función de Craighead, McHeal y Pope (2001), afirman que las experiencias de la infancia, la interrelación con los padres y las oportunidades que tengan los individuos son esenciales en el proceso de desarrollo del autoconcepto, del autocontrol, y por ende, de la autoestima. Coincidiendo con Coopersmith (1996), afirman que el comportamiento de los padres y otros adultos significantes, junto con el desarrollo de las competencias cognitivas, afectan la habilidad del individuo para controlar sus propias conductas y acciones. Por tanto, a causa de estos factores, se conforman las bases de la autoestima.

Sólo en la adolescencia, a partir de los 11 años aproximadamente, con la instauración del pensamiento formal, el joven podrá conceptualizar su sensación de placer o displacer, adoptando una actitud de distancia respecto de lo que experimenta, testeando la fidelidad de los rasgos que él mismo, sus padres o su familia le han conferido de su imagen personal.

McKay y Fanning (1999), explican que siendo la identidad un tema central de esta etapa, el adolescente explorará quién es y querrá responderse en forma consciente a preguntas sobre su futuro y su lugar en el mundo. La crisis emergente tendrá un efecto devastador si el joven ha llegado hasta aquí con una deficiente o baja valoración personal. La obtención de una valoración positiva de sí mismo, que opera en forma automática e inconsciente, permite en el niño un desarrollo psicológico sano, en armonía con su medio circundante y, en especial, en su relación con los demás. En la situación contraria, el adolescente no hallará

un terreno propicio —el concerniente a su afectividad— para aprender, enriquecer sus relaciones y asumir mayores responsabilidades.

2.1 El ajuste al desarrollo físico

Las características biológicas de la adolescencia son un notable aumento de la rapidez de crecimiento, un desarrollo acelerado de los órganos reproductores y la aparición de rasgos sexuales secundarios como el vello corporal, el incremento de la grasa y de los músculos, agrandamiento y maduración de los órganos reproductores. Algunos cambios son iguales en ambos sexos, pero en general se trata de cambios específicos de cada sexo.

Las alteraciones físicas que ocurren al iniciarse la adolescencia están controladas por hormonas, sustancias bioquímicas que son segregadas hacia el torrente sanguíneo en cantidades pequeñísimas por órganos internos denominados glándulas endocrinas. Las hormonas, que a la larga desencadenan el crecimiento y el cambio, existen en cantidades ínfimas desde el período fetal, sólo que su producción aumenta mucho a los 10 años y medio en las mujeres y entre los 12 y los 13 años en los varones (Craig, 2001).

Los cambios físicos en las chicas

Durante estos años cambiará de tener cuerpo de niña a tener cuerpo de mujer. Cómo y cuándo tendrán lugar estos cambios físicos de la pubertad depende de cada niña. Es una época extraña y forma parte de los muchos cambios de la adolescencia. A continuación describimos los cambios más importantes que se notan durante estos años.

Cambios en la piel: En general la piel se hace más grasa, y es posible que sude más que antes. Esto se debe a que están creciendo las glándulas. La higiene personal durante la adolescencia es muy importante para controlar malos olores corporales. Es muy probable que salgan granos en la cara, sobre todo, y en la parte superior de la espalda. La presencia de este tipo de acné juvenil se deben a desequilibrios hormonales, y forma parte de la pubertad. Si preocupa la intensidad de los granos, es aconsejable acudir a un médico.

Apariencia de vello corporal: Durante la pubertad saldrá vello en el pubis, en las piernas y en las axilas. La mayoría de chicas adolescentes deciden depilarse, con cera, crema, o máquina de afeitar. Nunca deben compartir la misma máquina de afeitar con nadie. De hecho, la mejor forma de depilarse es con cera.

Cambios en la forma del cuerpo: Durante la pubertad las caderas se anchan y la cintura se acentúa. La grasa empieza a acumularse en el estomago, las piernas y

las nalgas. Esto es completamente normal y hace que tenga las curvas de una mujer.

El pecho: Para la mayoría de chicas, la pubertad empieza cuando los pechos empiezan a crecer. Primero notará un bulto a veces algo doloroso por debajo del pezón que poco a poco empieza a crecer. Al principio es normal que un pecho crezca a un paso distinto al otro. Cuando han crecido a su tamaño final, lo más probable es que sean más o menos iguales.

Cambios de tamaño en distintas partes del cuerpo: Durante la fase de la pubertad todas las partes del cuerpo crecen, pero es posible que algunas más rápidas que otras. Tal vez esto la hace sentir rara y algo torpe, es normal.

La menstruación: Supone el momento que señala el inicio de la madurez sexual cuando los ovarios empiezan a producir huevos, o óvulos. La menstruación suele empezar entre los 9 y los 16 años de edad. Antes del primer periodo, la mayoría de niñas empiezan a tener mayor cantidad de flujo vaginal transparente.

Los cambios físicos en los chicos

Los chicos suelen pasar la pubertad entre los 10 y 16 años. Casi siempre va acompañada por un crecimiento muy notable durante uno o dos años.

Vello: Durante los años de la pubertad crecerá vello en las axilas, piernas, cara, arriba del pene e incluso en el trasero. Es posible también durante la última fase de pubertad que aparezcan pelos en el pecho, aunque no todos los hombres tienen vello en esta zona. En la cara, aparecen primero pelos finos en la zona del bigote haciendo una sombra. Cuando decida empezar a afeitarte, es importante que tenga una maquinilla propia y que no comparta con familiares o amigos.

La piel: Tendrá la piel más grasa y sudará más que antes. Durante la pubertad es probable que te salgan granos en la cara y/o espalda. La mayoría de adolescentes padecen acné en algún momento de la pubertad.

Voz: La mayoría de chicos empiezan a notar cambios en la voz alrededor de los 14 años. Durante unos meses - o años - tendrán un tono agudo hasta que termine de cambiar y obtendrán un tono más grave.

La forma del cuerpo: Durante los años de la pubertad, la altura aumentara y los hombros se ancharán. Ganará peso. Algunos niños experimentan un hinchazón debajo del pezón. No quiere decir que los pechos vayan a crecer y poco a poco irá desapareciendo el hinchazón. Durante la pubertad los músculos crecerán y se endurecerán.

Tamaño del cuerpo: Es una época de fuerte crecimiento, y a veces se sentirá torpe y tendrá la sensación que los brazos sean demasiado largos, las manos y pies muy grandes.

Pene: El pene y los testículos crecen y tendrá erecciones más a menudo debido a un aumento de las hormonas sexuales. Aunque esto le pueda desconcertar, sobre todo cuando tienen una erección de repente. Durante la pubertad el cuerpo empieza a producir espermatozoides y muchos chicos empiezan a experimentar los llamados sueños mojados provocados por una eyaculación involuntaria durante el estado del sueño.

Los cambios físicos sufridos en la adolescencia, unidos a un interés creciente por saber de sexo y, en consecuencia, por la adquisición de unos conocimientos e información (muchas veces errónea) sobre sexualidad, hacen que se vaya formando una nueva identidad. En este periodo se sale del seno familiar para ir entrando y compartiendo el mundo de los iguales, con lo que supone el choque de las creencias transmitidas en la familia sobre sexo y sexualidad con las que otros adolescentes y los medios de comunicación le aportan. Así, se plantea la disonancia entre qué valores asumir como propios, cuáles va a rechazar y cuáles conservar de los que ha recibido de sus padres. Todo ello se manifiesta a través de lo cambiante de su humor, de su irascibilidad y de ciertas reacciones irracionales, que son la expresión del conflicto interior que está viviendo.

El adolescente evalúa de manera continua su cuerpo cambiante. Los medios de comunicación favorecen la confusión e inadecuación del adolescente presentando imágenes estereotipadas de jóvenes atractivos y exuberantes que pasan por esta etapa de la vida sin acné, problemas de peso o imperfecciones físicas. Muchos adolescentes son muy sensibles a su aspecto físico, de ahí que sientan mucha ansiedad e inseguridad en cuanto a su imagen.

A lo largo de la niñez, los niños no solo se percatan de los diversos tipos e ideales corporales, sino que se hacen una idea bastante clara de su tipo, proporciones y habilidades corporales. En la adolescencia, examinan con mayor detenimiento su cuerpo tratando de encajar en los estándares establecidos por las empresas publicitarias, sometiéndose a dietas rigurosas, regímenes estrictos de acondicionamiento físico, e incluso los puede llevar a caer en trastornos alimenticios. La invasión publicitaria de cómo se debe o no se debe lucir crea un nivel de estrés muy importante en el adolescente, llevándolo muchas veces a una difusión de su identidad, olvidándose de lo que el desea y cree, luchando por obtener lo que la sociedad, su cultura, así como su grupo de referencia le dice que debe tener y desear.

2.3 Formación de la identidad

La adolescencia constituye el momento clave y también crítico de formación de la identidad, definiendo el concepto "identidad" como diferenciación personal inconfundible, autodefinición de la persona ante otras personas, ante la sociedad, la realidad y los valores. La formación de la identidad ayuda al adolescente a conocer su posición con respecto a los demás y con ello sienta las bases de las comparaciones sociales. El sentido de identidad contribuye a darle dirección, propósito y significado a la vida.

La adolescencia es una etapa de transición entre la infancia y la adultez en la que se produce una desestructuración de la identidad. Para Aberastury y Knobel (1984, citado en Garaigordobil, 2000) el adolescente realiza tres duelos fundamentales: 1) el duelo por el cuerpo infantil perdido; 2) el duelo por el rol y la identidad infantil que le obliga a renunciar a la dependencia y a la aceptación de responsabilidades que muchas veces desconoce, y 3) el duelo por los padres de la infancia a los que persistentemente trata de retener en su personalidad buscando el refugio y la protección que ellos significan. Estos duelos pueden llevar al adolescente a una crisis con la realidad externa, ya que debe enfrentar un mundo de adultos que a la vez es deseado y temido.

El desarrollo del sí mismo adquiere algunas dimensiones adicionales durante la adolescencia. Se trata de un período marcado por una capacidad cognitiva cada

vez mayor, ya que quienes piensan en términos concretos pueden manejar ahora las abstracciones del pensamiento formal. Durante la adolescencia, surgen los primeros atisbos de un sí mismo adulto más verdadero, interesado en los roles y las responsabilidades de los adultos. Estos nuevos aspectos del sí mismo ejercerán una influencia predominante en cada aspecto de la vida adulta, ya que orientarán las elecciones y dirigirán las acciones, y al mismo tiempo, definirán y darán propósito y sentido, o ausencia de éstos a las cosas (Garaigordobil, 2000).

Desde un punto de vista genético, el proceso de formación de identidad emerge como una configuración que evoluciona, una configuración que se establece gradualmente por las sucesivas síntesis y resíntesis del ego a través de la vida. Es una configuración que integra gradualmente dones constitucionales, necesidades libidinosas, idiosincráticas, capacidades favorecidas, identificaciones significativas, defensas efectivas, sublimaciones acertadas, y papeles congruentes en la sociedad (Fadiman, 1979).

Erikson explica que el individuo crea una identidad que incluye las expectativas y percepciones de los demás, pero que es fenomenológicamente distinta de ellas. Esto ocurre en respuesta a cambios físicos, cognitivos y psicosociales, y las exigencias de ingresar a la edad adulta. Además, el individuo intenta integrar y sintetizar todas las autoconcepciones existentes desarrolladas hasta este momento, lo que da por resultado un nuevo esquema o teoría del sí mismo. Esta nueva visión del sí mismo ofrece un sentido de continuidad con la experiencia

pasada, pero también incorpora las posibilidades de sí mismos nuevos y futuros que preparan al individuo para hacer frente a nuevos desafíos (Garaigordobil, 2000).

James Marcia (1980 citado en Craig, 2001), perfeccionó la teoría de Erikson y definió cuatro estados de la formación de la identidad, a saber: exclusión, difusión, moratoria y consecución de la identidad. Con estos estados se pretende determinar si el individuo paso por un periodo de toma de decisiones denominado crisis de identidad.

El primer tipo es la exclusión, donde se hacen compromisos sin tomar muchas decisiones, se manifiesta un mínimo de ansiedad; valores más autoritarios y vínculos positivos y sólidos con los otros significativos.

En el estado de difusión, todavía no se hacen compromisos; se tiene poco sentido de dirección; se rehúye el asunto. A veces se abandona la escuela o se recurre al alcohol u otras sustancias para evadir la propia responsabilidad.

La moratoria es el estado en el cual se pasa por una crisis de identidad o por un periodo de toma de decisiones. Se sufre ansiedad ante las decisiones sin resolver; se lucha con opciones y decisiones antagónicas.

Por último en la consecución de la identidad, se hacen compromisos después de superar una crisis de identidad. Se tienen sentimientos equilibrados por los padres y la familia; es menos difícil alcanzar la independencia.

Los investigadores señalan que el estado de identidad influye de modo profundo en las expectativas sociales del adolescente, en su imagen personal y en sus reacciones ante el estrés. Más aún las investigaciones transculturales efectuadas en EUA, Dinamarca, Israel, y otras sociedades demuestran que los cuatro estados forman parte de un proceso de desarrollo relativamente universal, por lo menos en las culturas caracterizadas por una adolescencia larga (Craig, 2001).

Debido a las decisiones no resueltas, la ansiedad es la emoción dominante entre los jóvenes que se hallan en el estado de moratoria. Las relaciones con sus progenitores son ambivalentes: luchan por conseguir libertad y, al mismo tiempo, temen o resienten la desaprobación de sus padres.

La maduración, la acumulación de experiencias cada vez más numerosas, y la proximidad de la vida y de las responsabilidades adultas, obligan a una formulación más completa de sí mismo, a una búsqueda de diferenciación altamente matizada para desembocar a un concepto de sí mismo auténticamente personalizado, a la convicción de una identidad propia.

Entre los factores implicados en este proceso de reformulación y de diferenciación del concepto de sí mismo, figura el de la maduración física, las transformaciones de su cuerpo centran temporalmente y una vez más la atención del adolescente sobre su propia imagen corporal; a medida que se van sucediendo aquellas transformaciones, se deben aceptar e integrarse con vistas a realizar una adaptación válida a su propio sexo y también al opuesto. Esta integración de la imagen corporal contribuye a la valorización de sí mismo e, igualmente, a la afirmación del sentido de identidad.

La búsqueda de una verdadera identidad de sí mismo es todavía más evidente vía la conquista de la autonomía personal. El adolescente se esfuerza en afirmarse, trata de distinguirse de sus padres por un deseo de independencia material, por el desarrollo de rasgos de caracteres, de maneras de pensar y de comportarse más personalizadas y más diferenciadas de las de sus padres y de los demás adultos que componen su entorno personal (L'écuyer, 1985).

2.4 Familia, amigos y sociedad

Además del desarrollo de una clara identidad, la segunda tarea más importante de la adolescencia consiste en completar un cambio complejo de las vinculaciones centrales con los padres, la mayoría de los adolescentes logran esta transición de forma exitosa.

Cuando llega la pubertad y los cambios físicos, los patrones familiares y de convivencia se ven alterados, aumenta el conflicto entre los padres e hijos, los adolescentes interrumpen más a sus padres, cuestionan decisiones y reglas de los padres. La familia le proporciona un sistema socializante en el que se enfrenta a un moldeamiento de conductas disciplinarias y afectivas, que le servirán de base en sus decisiones futuras.

Steinberg (1981, citado en Bee, 1987), encontró que la cantidad máxima de conflicto, particularmente entre el niño y la madre, ocurría al principio del ciclo de la pubertad, independientemente de la edad real del niño. Pero a medida que el niño experimentaba los cambios en la pubertad, disminuía el conflicto debido a que podía ir aceptando y asimilando los cambios que se presentaban en su vida.

Bowerman y Kinchi (citados en Bee, 1987) señalan que los adolescentes pasan más tiempo con sus compañeros, que sus normas de conducta están cada vez más determinadas por el grupo de compañeros con el que se desenvuelve, siendo la etapa de la secundaria donde esta conducta se puede observar con mayor frecuencia. Aunque sus gustos y aversiones se encuentran más influenciados por los padres que por los compañeros, y en algunos casos la identificación más fuerte la tienen con sus padres.

El periodo de influencia máxima del grupo de compañeros parece ocurrir cuando el adolescente ha empezado a pasar de grupos pequeños de amigos del mismo

sexo a asociaciones con grupos más grandes, lo que Dunphy (1963, citado en Bee, 1987) denomina multitudes.

Desde la perspectiva histórico-cultural se destaca el medio social como fuente del desarrollo y la interacción e interrelación social como fundamentalmente determinante del desarrollo psíquico humano (Febles y Canfux, 2003), lo que demuestra que no solo el medio social da lugar a cambios en el desarrollo; la relación única, particular e irrepetible entre cada sujeto y su entorno, promueve y potencia el desarrollo psíquico y de la personalidad.

En esta etapa el grupo de amigos redimensiona su significación, volviéndose de vital importancia para el adolescente. Es a partir de la posición que ocupa en el grupo de amigos, y de cómo lo valoran los integrantes de dicho grupo, que va a conformarse la autovaloración del adolescente.

Dicho de otro modo, el adolescente se va a percibir a sí mismo en función de la percepción que tiene su grupo de él. Si en el grupo es reconocido y lo perciben positivamente esto influirá en la manera en que él exprese su comportamiento. De lo contrario puede tender a la búsqueda constante de aceptación por parte del grupo.

Esta es una de las características fundamentales de los grupos informales, ya que la mayoría de los intereses del adolescente están dirigidos hacia la actividad que

realizan estos grupos, los cuales definen los intereses que van surgiendo en los adolescentes. Además el grupo de amigos deviene en una fuente muy importante de satisfacción de necesidades que el individuo no satisface ni en la familia ni en la escuela.

Igualmente las posiciones morales que adopta el adolescente dependen de las exigencias vigentes en el grupo. A pesar de que el adolescente tiene sus propias ideas y juicios morales, estos sólo se expresan en función de lo que el grupo acepta o no. Así, el adolescente no sólo se apropia de valores y normas, sino de patrones de conducta, modas, ideales, estereotipos, etc.

Es por ello que se ratifica la importancia del grupo de amigos como agente socializador en esta etapa, ya que moviliza el comportamiento de sus integrantes.

Claro que en esto también interviene un agente de socialización que, con su labor, puede influir en los grupos informales: la comunidad. En una comunidad se puede encontrar cómo confluyen numerosos grupos informales, así como interactúan numerosas familias y además puede estar presente la escuela.

La comunidad es un agente socializador muy complejo, en el cual se integran varios agentes de socialización. Las características de la comunidad en la que se inserta el individuo, ejercen una influencia sobre los grupos informales y la familia, y por transitividad, ejercerá una influencia en el adolescente. Esta debe ser la

encargada de transmitir las normas de control social, que serán establecidas en función de los criterios de los miembros de la comunidad.

Una comunidad en la cual existan constantes peleas entre sus habitantes, altos índices de delincuencia, drogadicción, violencia familiar, etc., transmite valores negativos y distorsionados a los adolescentes que la integran. Por tanto, esta se ve limitada en su función de control social, y los grupos informales que se forman en esa comunidad reflejan características de esta y organizarán sus actividades en función de estas conductas antisociales.

La sociedad debe entonces orientar y promover la integración entre la familia, la escuela y la comunidad, para que la comunicación fluya adecuadamente y todos estos agentes participen conjuntamente en el proceso de socialización del adolescente. Esto adquiere vital importancia puesto que si cada uno trabaja por su lado, se pierde la posibilidad de ejercer una única influencia positiva en el adolescente que permita una resolución constructiva de la crisis que se da en esta etapa.

Son aspectos comunes y naturales del periodo de la adolescencia un deseo y a menudo una búsqueda activa de independencia y emancipación, se dice que el adolescente desea emanciparse de los controles adultos con el propósito de ocupar lo que considera su lugar correcto o apropiado en el mundo. Al proceso de volverse independiente de los controles de los padres y otros adultos a favor de

una autodependencia y automanutención, se le conoce como independencia psicológica y se le puede considerar como un atributo.

Sin duda los padres inculcan a sus hijos las necesidades de dependencia que durante un lapso pueden volverse tan exigentes que el niño, incluso cuando llega a la edad adulta, muestra una dependencia tan excesiva que interfiere con su efectividad como persona. Por otra parte puede inculcarles sentimientos de independencia que los conviertan en personas efectivas, responsables y autosuficientes. Pero la conducta paterna también puede formular impulsos de independencia exagerados que constituyan en realidad un rechazo hacia los padres.

Además del interés por la independencia, los amigos, y otros aspectos, el interés por las personas del sexo opuesto crece de manera muy rápida, comienzan su primer noviazgo, experimentan rupturas amorosas, confusiones sentimentales, dualidad de sentimientos y pensamientos. A medida que va descubriendo sus alcances y limitaciones, el adolescente cambia algunas actitudes, amigos, lugares, comportamientos, e ira conformando su propio espacio según las características que el requiera.

Las amistades individuales entre los adolescentes, en especial entre las parejas de amigos del mismo sexo, siguen siendo un importante elemento en las relaciones sociales de los adolescentes, particularmente en el caso de las

mujeres. Entre ellas, las amistades son más íntimas, más personales que entre los muchachos. Sin embargo, en ambos sexos, las amistades se vuelven más íntimas con la edad, de modo que tales relaciones abarcan más exclusividad, una mayor vinculación y más franqueza (Bee, 1987).

Las relaciones íntimas pueden ser vistas entre los estudiantes en la preparatoria, pero el principal desarrollo de las capacidades para tener intimidad parece ocurrir poco después de haber cumplido 20 años. La mayoría de los matrimonios suceden durante este periodo. La estabilidad de tales relaciones y la satisfacción que se logra a partir de ellas son influidas por varios factores, entre ellos la presteza emocional, educativa y financiera de la pareja; el apoyo de la familia y los amigos; la efectividad y carácter positivo de las comunicaciones entre los miembros de la pareja y el grado de adecuación.

Se consideran logros de la adolescencia, la actitud activa en la búsqueda de conocimiento, el desarrollo de formaciones superiores como la autovaloración, los ideales y la motivación profesional, que se dan fundamentalmente en las relaciones con sus amigos, pero siempre como resultado de la influencia de la familia y los maestros en etapas anteriores y del manejo adecuado de las situaciones críticas que generan los cambios de esta etapa.

Todos estos factores pueden influir de manera significativa en el desarrollo de un alta o baja autoestima en el adolescente y durante la juventud, pero los factores

que influyen durante la juventud son diferentes a los que se viven en la adolescencia, sin embargo lo que influye en esta será la base para el desarrollo óptimo en la juventud tal cual lo veremos en el siguiente capítulo.

CAPITULO III

JUVENTUD

CAPITULO III

JUVENTUD

*La suprema felicidad de la vida es saber que eres amado por ti mismo o,
más exactamente, a pesar de ti mismo.*

Victor Hugo.

Si la adolescencia es, en cierto sentido, una larga transición, entonces el periodo de la juventud puede considerarse como un periodo de consolidación. Para la mayoría de los jóvenes, el inicio de la juventud está marcado por la transición física de dejar el hogar paterno. Por supuesto, también hay nuevos problemas y tareas que surgen durante el periodo de la juventud, más notablemente la tarea de establecer relaciones íntimas. Pero en un alto grado los años de los 18 a los 22 están marcados por resoluciones o terminaciones de las tareas de la adolescencia. En otras palabras, se crea un nuevo equilibrio: el cuestionar y dudar de la adolescencia cambia a un logro de la identidad.

La persona de 18 a 20 años entiende que las otras personas son productos complejos de sus propias historias. Las amistades son consideradas como un compartir mutuo; y los amigos son tratados con mayor tolerancia y respeto. Una comprensión como esa no sólo forma la raíz del perdón, sino que también es uno de los cimientos de la intimidad. Muchos jóvenes establecen amistades duraderas

y relaciones con personas del sexo opuesto de tipo íntimo resistentes a este periodo (Bee, 1987).

Norma Haan (1981) sugiere que una forma de contrastar los periodos de la adolescencia y la juventud, consiste en considerar a la adolescencia como un periodo concentrado en la asimilación y a la juventud como un tiempo concentrado en la acomodación. Cualquier momento en el que un niño o un adulto se enfrentan a nuevos ambientes, nuevas tareas o cambios en su cuerpo, es posible que haya un nivel más alto de asimilación. El joven absorbe grandes cantidades de nueva información, nuevos datos. Sin embargo, hasta que se ha digerido esta información, se ha creado un estado de desequilibrio. La resolución del desequilibrio consiste en acomodar, adoptar, cambiar sus formas de pensar, crear una nueva identidad, alterar los patrones de sus relaciones, creando un nuevo equilibrio ajustable a las necesidades presentes.

1.1 Desarrollo de la personalidad

La resolución de la crisis del adolescente, permite el paso a una etapa en donde el individuo se vuelve más independiente y toma más responsabilidad en sus actos. En la juventud el individuo comienza a desprenderse de los grupos, dejando de ser estos el regulador externo de su conducta. Aparece entonces una autodeterminación consciente que posibilitará la regulación interna del comportamiento.

Aquí su autovaloración depende más de la imagen que él tiene de sí mismo, que de las opiniones de los grupos a los cuales pertenece. Sus relaciones sociales, en este período, se dirigen fundamentalmente a la búsqueda de pareja, con el fin de formar una familia estable.

En la etapa juvenil, la preocupación constante por la superación profesional, se convierte en la actividad fundamental del desarrollo de la personalidad. Comienzan a aparecer intereses hacia diversas áreas profesionales, que se venían gestando desde la adolescencia, pero que aquí se consolidan.

A partir de este momento se toman decisiones acerca de la profesión o trabajo que realizará el resto de su vida, que estarán estrechamente relacionadas con el contenido de los ideales en esta etapa. El joven se convierte en el centro de su propio ideal, se incluyen además modelos de figuras familiares con fuerte vínculo afectivo, compañeros y personalidades históricas.

Otro logro importante es la posición valorativa que el joven tiene acerca de la realidad que lo rodea. Aparece entonces una concepción del mundo más estructurada que permite al joven comprender y emitir juicios sobre diversas situaciones, relacionados a componentes morales, vistos como sistemas de normas y valores. Esta concepción del mundo es la posición que se asume ante la situación determinada y que permite llegar a emitir juicios de valor y una actuación en correspondencia con estos juicios.

El joven desarrollará a plenitud todas sus capacidades en cualquiera de las actividades en las que se desenvuelva, ya sea en el estudio o en el trabajo. Su desempeño se caracteriza por un alto grado de expresión en su actividad creadora.

En el ambiente escolar, sus vínculos afectivos son más activos y comunicativos. Las relaciones con sus compañeros y profesores se estructuran teniendo en cuenta su preparación. En el marco laboral, el grupo comienza a jugar un valioso rol. Los compañeros de trabajo, a partir de este momento, le transmitirán nuevas experiencias y pautas de comportamiento.

En este período, la familia de origen ya no ocupa el lugar fundamental que tenía en las etapas anteriores. El joven es más independiente, y el papel que juega la familia es de consejero y orientador. Ya el joven está en capacidad de tomar sus propias decisiones y responsabilizarse con su propia vida. El incremento de la madurez y el autocontrol en esta etapa, se expresa en relaciones más activas y afectivas.

La comunidad, al igual que en el adolescente, contribuirá a garantizar la transmisión de reglas y normas que posibiliten el ajuste a las exigencias del medio. De esta manera, la comunidad continúa ganando importancia en la influencia que ejerce en sus miembros como agente socializador.

En la juventud se profundiza la formación de la personalidad. Los motivos dirigidos a la superación profesional posibilitan una regulación interna de la personalidad basada en la autodeterminación consciente, que garantiza la madurez y responsabilidad necesaria en la proyección futura (Fernández, 2003).

3.2 El yo personal, la familia y el trabajo

El desarrollo del adulto puede describirse en el contexto de tres sistemas independientes, pero interconexos que se concentran en varios aspectos del yo: el yo personal, el yo como miembro de una familia y el yo como trabajador (Okum, 1984, citado en Craig, 2001).

Aguirre (1998) y Rice (1999), además señalan que el vínculo grupal le va a proporcionar al joven todo aquello que anhela encontrar en consecuencia de las serias transformaciones psicofísicas sufridas: seguridad, reconocimiento social, marco afectivo y un medio de acción. Es por ello también que en muchas ocasiones, los jóvenes están orientados hacia sus iguales y dependen de ellos para su concepto de valía personal. Ser ignorado o rechazado puede provocarle serios problemas tales como: el aislamiento, la depresión, la delincuencia, el abuso de drogas, etc.

A su vez, Florenzano (1997) y Papalia (2009) consideran que debido a la importancia que el joven concede a la relación con los iguales la elección de

compañeros de clase y amigos es determinante para el desarrollo individual, ya que éstos forman redes sociales. Los grupos tienen, por lo tanto, un potencial positivo importante para el joven así como también un posible efecto negativo al actuar como grupos transgresores.

El yo sé conceptúa de muchas formas, tal vez la formulación clásica de lo que es importante para el yo es la de Abraham Maslow. Su teoría presenta características de desarrollo bien definidas. La meta es la autorrealización, utilizar y desarrollar nuestros talentos y capacidades (Maslow, 1963). La autorrealización ocupa la parte más importante en la jerarquía de necesidades, la necesidad de autorrealización sólo puede expresarse o atenderse después de satisfacer necesidades de orden inferior como las de alimento, vivienda y seguridad.

Una persona sólo puede comenzar en la juventud el camino que la llevará a la autorrealización; se trata de una búsqueda permanente que nunca termina por completo. Conviene verla más como una búsqueda de la verdad y del conocimiento, la tentativa por garantizar la igualdad y la justicia, y la creación y amor.

Para los individuos, su familia es un contexto sumamente importante de su desarrollo, las personas tienden a definirse en función de la familia y no en función de su carrera o logros. Lois Hoffman (1984) identifica cuatro aspectos en este proceso. El primero es la independencia emocional, en que el joven necesita cada

vez menos el apoyo psicológico de sus padres. El segundo proceso es la independencia de actitudes, el joven descubre actitudes, valores y creencias que no por fuerza son iguales a los de sus padres. El tercer proceso, la independencia funcional, se refiere a su capacidad para adquirir solvencia económica y atender los problemas cotidianos. Por último la independencia de conflictos, que se presenta en cualquier momento, supone la separación de la familia sin sentimientos de culpa ni de traición.

Sin duda al concluir la etapa universitaria, el joven deberá enfrentarse al ámbito laboral, e incluso alguno lo hacen antes de terminar este nivel de educación. Muy frecuentemente el trabajo define el estatus, el ingreso y el prestigio que se puede conseguir, define también el programa de actividades diario, los contextos sociales y las oportunidades de desarrollo personal.

Dentro del ámbito laboral se identifican dos factores que pueden generar la permanencia o no : el sentido de pertenencia a un grupo e incluso a la empresa, estos son los factores extrínsecos e intrínsecos.

Los factores intrínsecos del trabajo son aquellas satisfacciones que se obtienen cuando se realiza el trabajo por su propio valor, es decir en función del reto o interés, aunque también podrían hablar de la competencia y los logros alcanzados.

Los factores extrínsecos del trabajo son la satisfacción por medio del sueldo, el estatus, las actitudes y apoyo de los compañeros y oportunidades de progreso.

Cuando un individuo se siente motivado intrínsecamente, se compromete más con el trabajo, lo realiza mejor y tiene una mejor identidad como empleado competente. Las amistades pueden ser importante factor extrínseco en el trabajo, socializar con los compañeros puede dar sentido al trabajo cuando este es poco satisfactorio.

3.3 Búsqueda de identidad

Dentro de la búsqueda de identidad, Erikson (1972) describe el desarrollo en ocho grandes etapas. Cada etapa se asienta en logros de las anteriores y los integra, porque cada una de las etapas consiste en la vivencia y la solución de un estado de crisis que provoca una situación negativa, que es sobrepasada por una situación positiva. Erikson afirma que la tarea principal de la juventud es la búsqueda de la identidad, la cual implica enfrentar la crisis de identidad versus la confusión de la identidad, lo que le permitirá al joven convertirse en un adulto único con un sentido coherente de sí mismo y un papel valorado en la sociedad. También dice que la crisis de la identidad rara vez se resuelve a plenitud en esta etapa, esto puede presentarse una y otra vez en la edad adulta. Para Erikson la identidad significa sentirse una persona íntegra y diferente a todos los demás. La continuidad radica en la paulatina integración de ese ser único en el tiempo.

Florenzano (1997), considera que la búsqueda de la identidad es una tarea del desarrollo cuya realización conduce a tener mayor probabilidad de tener éxito en las tareas posteriores, y cuyo fracaso puede conducir a la desaprobación de la sociedad y a dificultades en el logro de las tareas posteriores.

Ante estos sucesos, el sentimiento de identidad que tiene una persona se ve afectado, por lo que tiene que luchar para ubicarse y redefinirse en sus nuevas condiciones. Es de esta manera que el joven reconoce que no es lo que era e ignora lo que será. Y emprende una ansiosa búsqueda de su identidad personal. Quiere saber quién es y hacia dónde va. Es así que, a causa de esas crisis el individuo se percibe diferente, extraño y se torna más vulnerable, a pesar de lo cual, esa crisis significa una fuente de aprendizaje y una oportunidad de fortaleza y de crecimiento.

Donas (2001), indica que para construir su identidad, los jóvenes deben calcular y organizar sus habilidades, necesidades, intereses y deseos de modo que puedan expresarse en su contexto social. Asociado al reconocimiento de características personales y la exploración de nuevas posibilidades desde la perspectiva de un compromiso con el futuro (Balardini citado por Hunermann, 1998). Los jóvenes que definan su identidad deben resolver la crisis, evaluando varias alternativas y elecciones, y llegar a conclusiones y a decisiones por ellos mismos

CAPITULO IV

PROCEDIMIENTO

CAPITULO IV

PROCEDIMIENTO

4.1 Desarrollo

Para obtener la información necesaria y poder determinar los resultados de nuestra investigación se realizaron las siguientes actividades:

Previamente se determinó que el instrumento utilizado para la medición de la autoestima sería el Inventario de Autoestima de Coopersmith, ya que es de fácil acceso e interpretación y cubrió las necesidades que este trabajo requirió por sus características.

Posteriormente se contactaron a los directivos de cada una de las instituciones educativas elegidas, solicitando la autorización correspondiente para la aplicación del Inventario de Autoestima.

Una vez obtenida la autorización correspondiente se acordó el horario y días de aplicación, así como los espacios determinados para la misma.

Ya con la agenda de visitas y aplicación de la prueba, se acudió a cada una de las instituciones donde se llevó a cabo la selección al azar de los integrantes de cada uno de los grupos evaluados, con igual número de hombres que de mujeres, dentro de los rangos de edad establecidos.

El trabajo de campo fue realizado en un periodo comprendido de Octubre a Noviembre de 2005.

Una vez aplicada la prueba dentro de estas instituciones, se obtuvo la información y se realizó el análisis de los resultados, lo que permitió conocer los niveles de autoestima existentes entre adolescentes y jóvenes.

Al finalizar el análisis de los resultados, se llevó a cabo una reunión con las instituciones en la cual se notificaron los resultados de estas evaluaciones para que así, cada una pudiera tomar las medidas necesarias con respecto a los resultados de su población.

4.2 Instrumento

La prueba elegida fue el Inventario de Autoestima de Coopersmith para adultos (Coopersmith, 1967) ver anexo 1, la cual consta de 58 reactivos con dos opciones de respuesta dicotómicas. Estos 58 reactivos se dividen de la siguiente forma: 1, 4, 5, 8, 9, 14, 19, 20, 26, 27, 28, 29, 32, 36, 38, 41, 42, 43, 46, 47, 50, 53, 58, se

califican con valor de 2 a las respuestas afirmativas y 1 a las negativas; y los ítems restantes se califican de manera inversa 2 puntos a las respuestas negativas y 1 a las positivas, la calificación total de la prueba se obtiene de la suma total de los reactivos, este resultado se compara con los rangos establecidos por la prueba para determinar el nivel de autoestima que el evaluado tiene, teniendo las siguientes opciones: Alta, Media Alta, Media, Media Baja y Baja.

Este inventario se divide en cuatro áreas de evaluación: autoestima general, autoestima social, autoestima escolar, autoestima paternal y hogareña, las cuales utilizamos para determinar cuál de estos factores sociales influye en el desarrollo de la autoestima de la población estudiada y que según la puntuación se determina el factor de mayor influencia, así como el nivel de autoestima. (ver anexo 2)

4.3 Población

La muestra incluyó a personas de edades entre los 16 y 20 años, seleccionados al azar. Excluyendo personas que no estuviesen dentro del rango de edad, de tal forma que la muestra se constituyó de 240 personas 120 mujeres y 120 hombres, todos estudiantes de las Preparatorias y Universidades ya mencionadas ubicadas en el Municipio de Coacalco.

4.4 Procedimiento de aplicación

La aplicación se llevó a cabo en las instalaciones de las instituciones elegidas, escogiendo los grupos evaluados al azar, la duración de este proceso fue de un mes.

Todos los sujetos fueron elegidos el día de la aplicación y evaluados en las instalaciones que las instituciones designaron para esta actividad.

Material:

240 Cuestionarios

Lápices

Salones acondicionados para la aplicación

Cuando los sujetos se encontraron en el lugar de aplicación, se les dio el cuestionario y un lápiz, así como las indicaciones para el mismo.



RESULTADOS

RESULTADOS

El estudio consistió en determinar los factores que influyen en el desarrollo de la autoestima dentro del sector estudiado, con base en las áreas que evalúa el Inventario de Autoestima de Coopersmith.

Los resultados obtenidos dieron a conocer los niveles de autoestima que obtuvieron los sujetos evaluados, así como los factores determinantes y/o influyentes dentro de nuestro grupo de evaluación, para obtener los datos estadísticos de frecuencia y porcentajes, así como las graficas, se utilizo el programa de Excel.

Para mantener un mayor control en la obtención de nuestros datos se verifico que los grupos estudiados estuviesen conformados por el mismo número de personas, esto es 60 mujeres entre 16 y 18 años para el grupo de Mujeres Adolescentes pertenecientes a nivel medio superior y 60 hombres entre 16 y 18 años para el grupo de hombres adolescentes pertenecientes al mismo nivel educativo. Este procedimiento fue el mismo para los grupos de mujeres y hombres jóvenes pertenecientes al nivel superior, lo cual nos arroja un total de 120 adolescentes y 120 jóvenes que conforman nuestra muestra de 240 personas.

De acuerdo con el instrumento aplicado en el sector evaluado de Mujeres entre 16 y 18 años se observa que de 60 mujeres, el 43% posee un nivel Medio Alta de Autoestima, el 10% un Nivel Alto, el 18% se encuentra en un nivel Medio, el 23% en un nivel Medio Bajo y un 6% en nivel Bajo (Ver grafica 1).



GRAFICA 1

Como podemos observar las mujeres de este grupo se encuentran en un nivel de autoestima óptimo, los resultados observados nos muestran que el desarrollo de la autoestima, autoconcepto e identidad ha sido favorable.

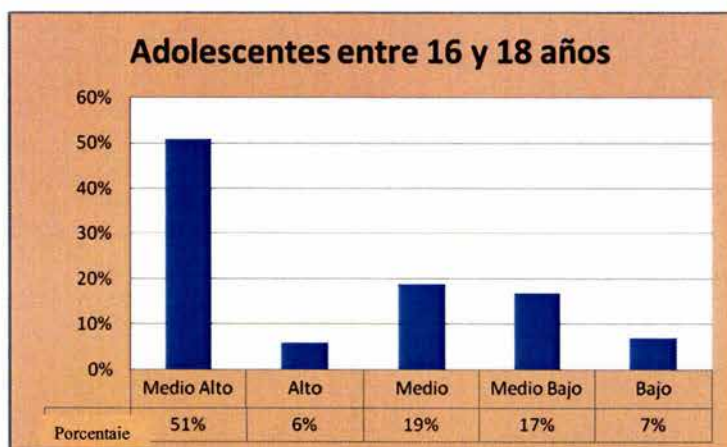
Por otro lado el grupo evaluado de hombres entre 16 y 18 años nos arroja que el 59% se encuentra en nivel Medio Alto, el 2% en nivel Alto, el 19% en nivel Medio, el 12% en nivel Medio Bajo y el 8% en Nivel Bajo (ver grafica 2).



GRAFICA 2

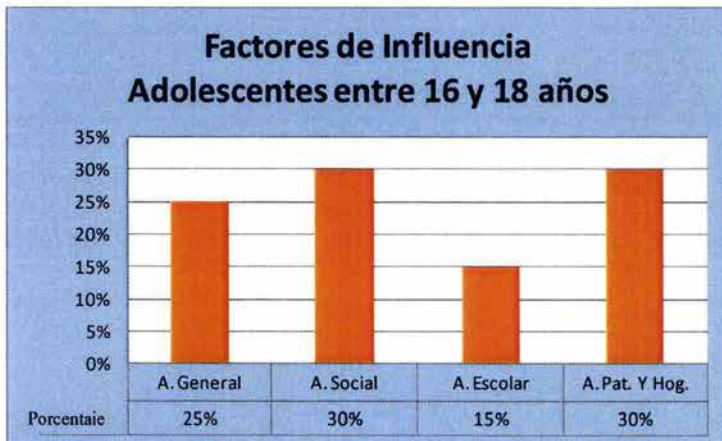
Como podemos darnos cuenta en este grupo hay un mayor porcentaje de sujetos dentro del nivel Medio Alto y Medio, lo cual se considera dentro de los parámetros que se suponen óptimos para el buen desarrollo de un autoconcepto y autoestima favorable.

En el siguiente cuadro podemos observar los resultados globales del grupo de adolescentes entre 16 y 18 años, donde los resultados obtenidos nos muestran que un 51% se mantiene en un nivel Medio Alto, el 6% en un nivel Alto, un 19% se observa en nivel Medio, el 17% en nivel Medio Bajo y el 7% final en nivel Bajo (ver grafica 3).



GRAFICA 3

De acuerdo con los datos obtenidos los factores de mayor influencia en este sector conformado por hombres y mujeres adolescentes entre 16 y 18 años estudiantes del nivel medio superior en instituciones ubicadas en el municipio de Coacalco, son el factor social y paternal u hogareño. (ver grafica 4)



GRAFICA 4

Por otro lado en el grupo de mujeres jóvenes entre 18 y 20 años obtuvimos los siguientes resultados, el 52% de las mujeres del grupo de jóvenes entre 18 y 20 años se encuentran en el nivel Medio Alto, un 13% dentro del nivel Alto, 18% se encuentran en nivel Medio, 14% dentro del nivel Medio Bajo, y 3% se encuentran en nivel Bajo (ver grafica 5).



GRAFICA 5

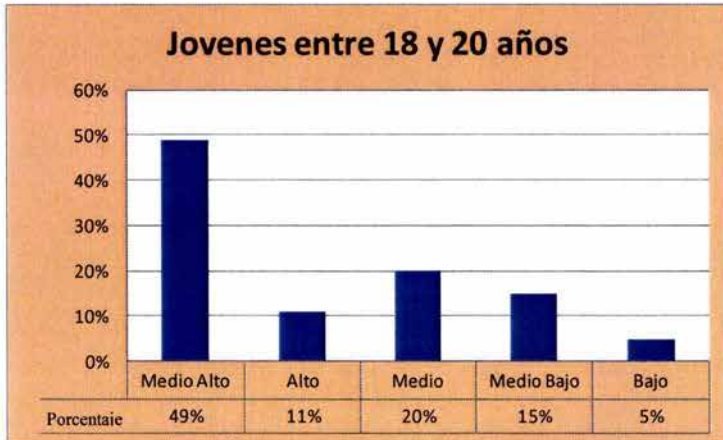
De los resultados obtenidos dentro del grupo de hombres en edad entre 18 y 20 años, se encontró que el 45% se encuentra en un rango de autoestima Media Alta, un 9% se encuentra en nivel Alto, el 23% en nivel Medio, el 15% nivel Medio Bajo y el 8% restante en nivel Bajo (ver grafica 6).



GRAFICA 6

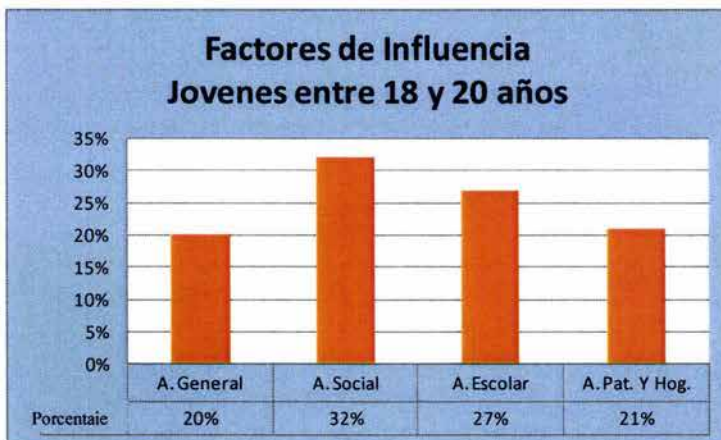
Las gráficas anteriores nos muestran una mayor estabilidad en cuanto a los niveles de autoestima, siendo los más altos el Medio Alto y Medio, podemos darnos cuenta que el autoconcepto, la identidad y la autoestima, se han desarrollado de un modo equilibrado, en el que ninguno de los factores involucrados en este estudio es determinante para la formación adecuada de los tres conceptos ya mencionados.

La siguiente gráfica nos muestra el concentrado de resultados totales de la población de sujetos entre 18 y 20 años, donde podemos observar que el nivel Medio Alto con 49% y el nivel Medio con 20% fueron los más elevados. (ver grafica 7)



GRAFICA 7

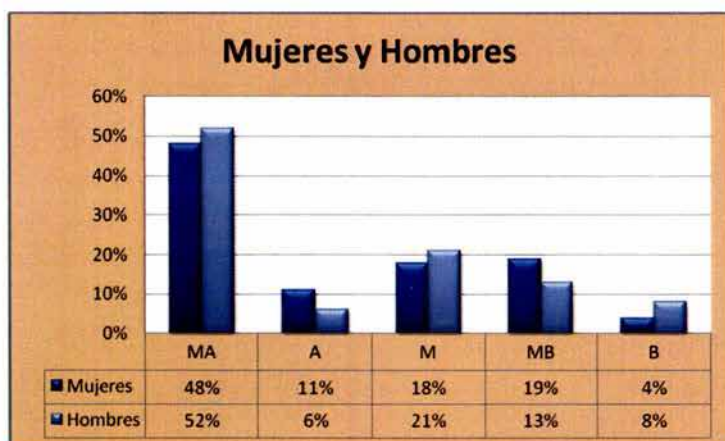
Los factores influyentes en este grupo de estudio fueron en un mayor porcentaje lo social y escolar, como se muestra en la siguiente grafica. (ver grafica 8)



Como se puede observar en las gráficas anteriores, no se encontraron resultados incongruentes, la diferencia de porcentajes entre uno y otro grupo puede deberse a las características del mismo, características propias del género y la edad en la que se encuentran.

En estas gráficas pudimos observar los resultados de cada uno de los grupos estudiados. Dichos resultados indican que los niveles de autoestima que manejan estos grupos, y el sector estudiado en general, no presentan muchas variantes o irregularidades como podrían ser puntuaciones extremadamente altas o muy bajas.

Las diferencias que se presentan entre hombres y mujeres de ambos grupos, aunque nos son muy significativas, es importante tomarlas en cuenta ya que con base en esto podemos elaborar mejores programas de intervención, diseñados específicamente para las necesidades de cada uno de estos grupos. (ver grafica 9)



Los porcentajes mostrados en la gráfica anterior nos ejemplifican a la población de mujeres entre 16 y 20 años, así como la de hombres con el mismo margen de edad. Como podemos observar, la diferencia de porcentajes dentro del mismo rubro no es muy significativa, pero si podemos observar un mayor porcentaje en mujeres a la Autoestima Alta.

El concepto de si mismo que cada individuo tiene se ha observado mediante esta investigación, este sector muestra un nivel general Medio Alto, a pesar de las dificultades que un adolescente o joven pudiera tener para desarrollar un buen autoconcepto, esta población estudiada ha demostrado que ningún factor es exclusivamente determinante para el buen desarrollo de la autoestima, autoconcepto o identidad. Así, hemos podido lograr el objetivo del presente estudio, el cual fue conocer la influencia que el ambiente en donde se desenvuelven los sujetos influye en la formación de un alta o baja autoestima, así como conocer la relación de su contexto social inmediato, familia, amigos, escuela con el desarrollo positivo o negativo de su autoestima.

Durante el análisis de los resultados no se observó ningún factor que por si solo fuese determinante en este sector para el desarrollo de un adecuado nivel de autoestima, pero se observó una fuerte influencia del contexto social inmediato en el que se desarrollan, y de la familia, siendo este último el medio directo para la formación de un buen Autoconcepto. Determinando esto con base en las diferentes áreas de medición, las cuales fueron Autoestima general, Autoestima

social, Autoestima escolar, Autoestima paternal y hogareña. Con base en esto, no se encontró evidencia de que algún factor del contexto social ejerciera alguna influencia determinante para la autovaloración de cada persona, si bien el factor social se considera importante para el desarrollo de una persona, hemos comprobado que no es determinante en la autoestima de este sector.

CONCLUSIONES

CONCLUSIONES

Con base en el objetivo planteado en donde se propuso medir el impacto de los factores del contexto social que influyen en el desarrollo de una baja o alta autoestima, es decir, cuáles son los factores que dentro del medio en el que éste sector se desenvuelve pueden o no afectar el desarrollo de un autoconcepto favorable, y basándonos en los resultados obtenidos encontramos que, aun cuando el medio así como los elementos del mismo pueden ejercer cierta influencia en lo que cada persona piensa o siente sobre sí mismo, no son factores determinantes en la formación de un alta o baja autoestima.

Como se pudo observar en el análisis de resultados, el 50% de la población total estudiada se encuentra dentro del nivel de Autoestima Media Alta, lo que indica que el medio en el que este sector se desenvuelve puede compensar de manera favorable las carencias que de manera individual puedan estar teniendo, manteniendo un punto medio entre estas para lograr un buen desarrollo del autoconcepto, la identidad y la autoestima.

Así mismo es importante tomar en cuenta que el factor del cual se observó más influencia es el núcleo amistoso y que este cubre algunas necesidades emocionales como el sentimiento de pertenencia y estima en el ser humano.

Otro punto importante a resaltar es que la mayoría de los sujetos con un autoestima media alta, además de obtener influencia positiva de su núcleo amistoso, también reflejaron influencia paternal u hogareña, dato importante si tomamos en cuenta que la familia es el grupo de referencia que todo ser humano toma para medir la propia valía y el concepto que se tiene de sí mismo.

Es por ello que el papel del Psicólogo dentro de las áreas educativa y clínica es fundamental porque a través del diagnóstico oportuno podrá conocer las necesidades tanto de aprendizaje como emocionales y crear programas que brinden seguridad a los adolescentes y jóvenes, donde se fomente la confianza, la superación, la interacción social, el respeto, la aprobación, el estatus y el sentimiento de utilidad y pertenencia.

Así mismo es primordial considerar dentro de los programas talleres enfocados a las problemáticas actuales y detectar con anticipación que las necesidades que la población a la que se requiere impartir sean congruentes con los objetivos planteados.

Es de suma importancia darle al tema de la autoestima la relevancia que amerita, pues aun que pudiera parecer un tema muy trillado, es muy poca la información que la población en general tiene, y las herramientas que los padres de familia poseen para desarrollar en sus hijos un nivel favorable de autoestima y una clara identidad.

SUGERENCIAS

Y

LIMITACIONES

SUGERENCIAS Y LIMITACIONES

Como ya fue señalado anteriormente el conocimiento que la población en general tiene con respecto a la autoestima y como fomentar el desarrollo positivo de la misma, no es muy amplio, y si a esto aunamos que las instituciones educativas, de salud y/o de desarrollo social, no se han detenido a analizar que este tema es de vital importancia para el desarrollo de nuestros niños, adolescentes, jóvenes y adultos, y a tomar medidas para establecer programas mediante los cuales además de brindar información que ayude al desarrollo de una autoestima positiva, un autoconcepto favorable y una identidad bien definida.

Sin embargo dentro del trabajo de campo que se realizó para esta investigación se pudo observar que las principales limitaciones para llevar a cabo intervenciones al respecto, son la falta de interés hacia el tema por parte de las personas, la poca demanda de información, y la poca iniciativa de las instituciones educativas para generar programas de detección, acción y apoyo para su población estudiantil, e incluso para los padres de familia, en los que se les brinden herramientas que ellos puedan emplear en el fomento y desarrollo de una óptima autoestima en sus hijos.

Así mismo se pudo observar que la actitud de la población evaluada hacia el tema fue favorable, se mostraron interesados y con mucha disposición, sin embargo, a la mayoría de las personas que constituyeron esta muestra, jamás se les ha

proporcionado un curso o taller de intervención o prevención sobre la autoestima, que les ayude a desarrollar herramientas y habilidades para obtener un óptimo nivel de autoestima, que les permitirá un mayor crecimiento personal.

Por otra parte se sugirió a las instituciones educativas en las que se realizó la investigación de campo, que sobre la base de este estudio puedan desarrollar un programa de intervención y prevención, complementando la información obtenida a través de la participación de un especialista en este ámbito.

BIBLIOGRAFIA

BIBLIOGRAFÍA

- 1 Arranz, E. (2004). Familia y Desarrollo Psicológico. Madrid. Pearson Educación.
- 2 Barroso, M. (2000). Autoestima. Ecología y Catástrofe. Caracas: Editorial Galac, S.A.
- 3 Branden, N. (1993). El poder de la autoestima: cómo potenciar este importante recurso psicológico. México. Paidós.
- 4 Branden, N. (1995). Los seis pilares de la autoestima. Barcelona. Paidós.
- 5 Branden, N. (2001). La psicología de la autoestima. Barcelona. Paidós.
- 6 Branden, N. (2001). Los Seis Pilares de la Autoestima. Madrid: Editorial Temas de Hoy.
- 7 Branden, N. (2005). Los Seis Pilares de la autoestima. (1ª ed.) México. Paidós.
- 8 Brinkmann, H., A. Segure, M. Solar. (1989). Adaptación, estandarización y elaboración de normas para el inventario de autoestima de Coopersmith. Revista Chilena de Psicología, Vol. 10 N° 1: 63-71.
- 9 Caso-Niebla, J & Hernández-Guzman, L. (2001) Medidas de la autoestima en niños y adolescentes; alcances y limitaciones. Revista Mexicana de Psicología, 18 (1), 144.
- 10 Caso-Niebla, J., Musitu, G. & Vera, A.(2001)¿Son Contextos socio-ambientales los que definen las dimensiones de la autoestima en niños y adolescentes. Revista Mexicana de Psicología, 18(2), 229-237.

- 11 Coopersmith, S. (1995). *The Antecedents of Self Esteem Consulting*. USA: Psychologist Press
- 12 Corkille, D. (1980). *El niño feliz: su clave psicológica*. España. Gedisa.
- 13 Craig, G. (2001). *Desarrollo Psicológico*. (8ª ed.) México. Pearson Educación.
- 14 Domínguez G., L. (2006) *Psicología del Desarrollo. Problemas Principios y Categorías*. Universidad de Tamaulipas, Reynosa, México
- 15 Erikson, E. (1963). *La juventud en el mundo moderno*. Buenos Aires. Paidós.
- 16 Fadiman, J. (1979). *Teorías de la Personalidad*. México. Harla.
- 17 Febles, M. E. (2003). *La concepción histórica cultural del desarrollo. Leyes y principios*. En Cruz L (Comp), *Psicología del desarrollo, selección de lecturas*. La Habana. Editorial Félix Varela.
- 18 Feldman, R. y Marfan, J. (2001). *La Autoestima en Niñas y Niños de 5° y 8° Básico de tres Escuelas Municipalizadas de la comuna de Santiago*. Seminario presentado a la escuela de Ciencias de la Educación de la Universidad Central de Chile para optar al grado de licenciada en Educación.
- 19 Fernández, L. R. (2003). *Pensando en la personalidad. Selección de lecturas*. La Habana Editorial Félix Varela. .
- 20 Florenzano (2005). *El adolescente y sus conductas de riesgo*. Universidad Católica de Chile.
- 21 Foward, S. y Buck, C. (1991). *Padres que odian. La incompreensión familiar: un problema con solución*. México. Grijalbo.

- 22 Garaigordobil, M. L. (2000). *Intervención Psicológica con Adolescentes. Un programa para el desarrollo de la personalidad y la educación en derechos humanos*. Madrid, España. Pirámide.
- 23 Gracia, E., Herrero, J. y Musitu, G. (1995). *El apoyo social*. Barcelona: PPU.
- 24 Greenberg, J., Pyszczynski, T., Burling, J., Simon, L., Solomon, S., Rosenblatt, A., Lyon, D., & Pinel, E. (1992). Why do people need self-esteem? Covering evidence that self-esteem serves an anxiety buffering function. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 913-922.
- 25 Hansen, B. (2003). *Desarrollo en la edad adulta. (1ª ed.)*. México. Manual Moderno.
- 26 Herrero, J., Musitu, G., Gracia, E. (1995). Autoestima y depresión: relaciones directas versus indirectas. *Revista de Psicología Social*, 10(2) pp. 191-204
- 27 Hunermann, P. (1998). *La juventud latinoamericana en los procesos de globalización: opción por los jóvenes*. Buenos Aires. FLASCSO
- 28 Irigoyen-Coria, A. (2002). *Nuevos fundamentos de medicina familiar. (1ª ed.)*. México: Medicina familiar mexicana. (pp. 65-88)
- 29 James, W. (1980). *The principles of psychology*. Cambridge. MA: Harvard University Press.
- 30 L'écuyer, R. O. (1985). *El concepto de sí mismo. (1ª ed. castellana)* Barcelona, España. S.A Ediciones
- 31 Lara CM, Verduzco M, Acevedo M, Cortés J. Validez y confiabilidad del inventario de autoestima de Coopersmith para adultos en población mexicana. *Rev Latinoam Psicol*. 1993;25(2):247-55.

- 32 Lara MA, Verduzco A, Acevedo M, Cortes J. Validez y confiabilidad del Inventario de Autoestima de Coopersmith para adultos, en población mexicana. *Revista Latinoamericana de Psicología* 1993;25:274-275.
- 33 Lund, D. A, Caserta, M. S., & Dimond, M. F (1993) Spousal bereavement in later life. In M. S. Stroebe, W. Strobe, y R. O. Hansoson (Eds.) *Handbook of bereavement* (pp240-254) New York: Cambridge University Press (Version Electronica <http://books.google.com.mx/books?id=pHEq4sSjeP8C&pg=PA240&dq=lund,+caserta+y+dimond+1993+spousal+bereavement+in+later+life#v=one+page&q=&f=false>)
- 34 Marcia, J. E. (1980) *Identity in adolescence*. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of Adolescent Psychology*. New York: Wiley
- 35 MCKay, M. y Fanning, P. (1999). *Autoestima. Evaluación y Mejora*. Madrid: Ediciones Martínez Roca.
- 36 Mruk, C (1983). *Toward a phenomenology of self-esteem*. En A. Giorgi, A. Barton, C. Maes (Eds.), *Desquesne studies in phenomenological psychology: IV* (pp. 137-148). Pittsburgh: Dusquesne University Press.
- 37 Mruk, C. (1999). *Investigación, Teoría y Práctica*. (2ª ed.). Basauri: Desclée De Brouwer.
- 38 Papalia, D. (2009). *Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia*. (11ª Ed.) Mexico. Mac Graw Hill.
- 39 Pelaez, P., E. Motzel, A. Medina. (1992). *El adolescente y usted*. Santiago: Editorial Universitaria. 7ª edición.

- 40 Pope, Alice W.; McHale, Susan M.; Craighead W. Edward (1996): Mejora de la autoestima: técnicas para niños y adolescentes. Ediciones Martínez Roca. S.A. Barcelona
- 41 Rice, F. (1997). Desarrollo Humano: estudio del ciclo vital. México. Prentice Hall.
- 42 Rosenberg, M. (1996) Counseling The Self. Basic Book. New York.
- 43 Smelser, N. (1989). Self-esteem and social problems: An introduction. En A.M. Mecca, N.J. Smelser & Vasconcellos (eds.). The social importance of self-esteem (pp.294-326) Berkeley: University of California Press
- 44 Villegas, V. (2002) Influencia de la autoestima, satisfacción con la profesión elegida y la formación profesional en el coeficiente intelectual de los estudiantes del tercer año de la facultad de educación. Tesis de Postgrado Inédita. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- 45 Wilber, K. (1995). El proyecto Atman. Barcelona: Editorial Kairós.

ANEXOS

ANEXO 1

Inventario de autoestima de Coopersmith y Pautas de corrección.

INVENTARIO DE AUTOESTIMA, DE COOPERSMITH (Adaptación de Brinkmann y Segure)

HOJA DE RESPUESTA

Nombre: _____ Fecha: _____

Fecha de Nacimiento.: _____ Edad: _____

Escuela: _____

Instrucciones:

Para responder a cada una de las declaraciones de la hoja del Inventario, procede como sigue:

- Si la declaración describe cómo te sientes habitualmente, anota "Si" en el paréntesis correspondiente en la columna debajo de la frase "Igual que yo" (Columna A) en la hoja de respuestas.

- Si la declaración no describe cómo te sientes habitualmente, anota "No" en el paréntesis correspondiente en la comuna debajo de la frase "Distinto a mí" (Columna B) en la hoja de respuestas.

Para ensayar, hagamos el ejemplo :

" 0 Me gustaría comer helados todos los días".

- Si te gustaría comer helados todos los días, anota "Si" en el paréntesis debajo de la frase "Igual que yo" en la hoja de respuestas.

- Si no te gustaría comer helados todos los días, anota "No" en el paréntesis debajo de la frase "Distinto a mí", en la hoja de respuestas.

Prosigue en seguida con las restantes declaraciones.

INVENTARIO DE AUTOESTIMA, DE COOPERSMITH
(Adaptación de Brinkmann y Segure)

HOJA DE RESPUESTA

1. Paso mucho tiempo soñando despierto.
2. Estoy seguro de mí mismo.
3. Deseo frecuentemente ser otra persona.
4. Soy simpático.
5. Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos.
6. Nunca me preocupo por nada.
7. Me avergüenza (me da "plancha") pararme frente al curso para hablar.
8. Desearía ser más joven.
9. Hay muchas cosas acerca de mí mismo que me gustaría cambiar si pudiera.
10. Puedo tomar decisiones fácilmente.
11. Mis amigos gozan cuando están conmigo.
12. Me incomodo en casa fácilmente.
13. Siempre hago lo correcto.
14. Me siento orgulloso de mi trabajo (en la escuela).
15. Tengo siempre que tener a alguien que me diga lo que tengo que hacer.
16. Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cosas nuevas.
17. Frecuentemente, me arrepiento de las cosas que hago
18. Soy popular entre mis compañeros de mi misma edad.
19. Usualmente, mis padres consideran mis sentimientos.
20. Nunca estoy triste.

21. Estoy haciendo el mejor trabajo que puedo
22. Me doy por vencido fácilmente.
23. Usualmente, puedo cuidarme de mí mismo.
24. Me siento suficientemente feliz.
25. Preferiría jugar con niños menores que yo.
26. Mis padres esperaban demasiado de mí.
27. Me gustan todas las personas que conozco.
28. Me gusta que el profesor me interrogue en clases.
29. Me entiendo a mí mismo.
30. Me cuesta comportarme como en realidad soy.
31. Las cosas en mi vida están muy complicadas.
32. Los demás (niños) casi siempre siguen mis ideas.
33. Nadie me presta mucha atención en casa.
34. Nunca me regañan.
35. No estoy progresando en la escuela como me gustaría.
36. Puedo tomar decisiones y cumplirlas.
37. Realmente no me gusta ser un muchacho (una muchacha.)
38. Tengo una mala opinión de mi mismo.
39. No me gusta estar con otra gente.
40. Muchas veces me gustaría irme de casa.
41. Nunca soy tímido.
42. Frecuentemente, me incomoda la escuela.
43. Frecuentemente, me avergüenzo de mi mismo.

44. No soy tan bien parecido como otra gente.
45. Si tengo algo que decir, habitualmente lo digo.
46. A los demás "les da" conmigo.
47. Mis padres me entienden.
48. Siempre digo la verdad.
49. Mi profesor me hace sentir que no soy gran cosa.
50. A mí no me importa lo que me pasa.
51. Soy un fracaso.
52. Me incomodo fácilmente cuando me regañan.
53. Las otras personas son más agradables que yo.
54. Habitualmente, siento que mis padres esperan más de mí.
55. Siempre sé qué decir a otras personas.
56. Frecuentemente, me siento desilusionado en la escuela.
57. Generalmente, las cosas no me importan.
58. No soy una persona confiable como para que otros dependan de mí.

Hoja de Respuestas

Pregunta	Igual que yo (A)	Distinto a mí (B)	Pregunta	Igual que yo (A)	Distinto a mí (B)
0	()	()	30	()	()
1	()	()	31	()	()
2	()	()	32	()	()
3	()	()	33	()	()
4	()	()	34	()	()
5	()	()	35	()	()
6	()	()	36	()	()
7	()	()	37	()	()
8	()	()	38	()	()
9	()	()	39	()	()
10	()	()	40	()	()
11	()	()	41	()	()
12	()	()	42	()	()
13	()	()	43	()	()
14	()	()	44	()	()
15	()	()	45	()	()
16	()	()	46	()	()
17	()	()	47	()	()
18	()	()	48	()	()
19	()	()	49	()	()
20	()	()	50	()	()
21	()	()	51	()	()
22	()	()	52	()	()
23	()	()	53	()	()
24	()	()	54	()	()
25	()	()	55	()	()
26	()	()	56	()	()
27	()	()	57	()	()
28	()	()	58	()	()
29	()	()			

NORMAS DEL INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH

PAUTA DE CORRECCION

Pregunta	Igual que yo (A)	Distinto de mí (B)
0	()	()
1	(G)	()
2	(G)	()
3	()	(G)
4	(S)	()
5	(H)	()
6	(M)	()
7	()	(E)
8	()	(G)
9	()	(G)
10	(G)	()
11	(S)	()
12	()	(H)
13	(M)	()
14	(E)	()
15	()	(G)
16	()	(G)
17	()	(G)
18	(S)	()
19	(H)	()
20	(M)	()
21	(E)	()
22	()	(G)
23	(G)	()
24	(G)	()
25	()	(S)
26	()	(H)
27	(M)	()
28	(E)	()
29	(G)	()
30	()	(G)
31	()	(G)
32	(S)	()
33	()	(H)
34	(M)	()
35	()	(E)
36	(G)	()
37	()	(G)
38	()	(G)

39	()	(S)
40	()	(H)
41	(M)	()
42	()	(E)
43	()	(G)
44	()	(G)
45	(G)	()
46	()	(S)
47	(H)	()
48	(M)	()
49	()	(E)
50	()	(G)
51	()	(G)
52	()	(G)
53	()	(S)
54	()	(H)
55	(M)	()
56	()	(E)
57	()	(G)
58	()	(G)

NORMAS DEL INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH
(Puntajes T:X=50, DS=JO)

PB (Puntaje Bruto)

PT (Puntaje Escala T)

E: escolar; H: hogar; G: general; S: social; M: mentira.

Escala G	Escala S	Escala E
PB PT	PB PT	PB PT
14 20	0 21	0 24
16 25	2 27	2 30
18 30	4 33	4 37
20 32	6 39	6 44
22 34	8 44	8 50
24 36	10 50	10 57
26 39	12 56	12 65
28 41	14 62	14 71
30 44	16 20	16 78
	32 46	
	34 48	
	36 50	
	38 53	
	40 55	
	42 58	
	44 60	
	46 62	
	48 65	
	50 70	
	52 75	

Escala H

0	28
4	38
6	43
8	47
10	52
12	57
14	63
16	70

Escala M

0	36
4	48
6	54
8	61
10	67
12	74
14	80
16	86

Nivel de autoestima

Bajo
Medio Bajo
Medio
Medio Alto
Alto

Total

24-0
44- 25
64-45
84- 65
100 - 85