



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DIRIGIDA A PADRES DE
FAMILIA E HIJOS ADOLESCENTES, PARA FAVORECER
LA DISCIPLINA POSITIVA CON BASE A VALORES.**

T E S I S A

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

P R E S E N T A:

VERÓNICA ORTEGA GONZÁLEZ

DIRECTORA:

**MTRA. MA. DEL SOCORRO LAURA ESCANDON
GALLEGOS**

COMITÉ DE TESIS:

**MTRA. PATRICIA PAZ DE BUEN RODRÍGUEZ
MTRA. MARÍA DE LA CONCEPCIÓN CONDE ÁLVAREZ
MTRA. ISAURA ELENA LÓPEZ SEGURA
LIC. MARCO ANTONIO VICARIO OCAMPO**



Ciudad Universitaria, Cd. Mx.

Octubre, 2016.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

Agradecimientos

Doy las gracias a mi máxima casa de estudios, La Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y a la facultad de Psicología, por otorgarme el honor de pertenecer a su matrícula de estudiantes y enseñarme que ser parte de la mejor universidad del país, nos lleva a la responsabilidad de llegar al éxito.

Gracias a mi tutora de Tesina, la Mtra. Socorro Escandón Gallegos, por su apoyo, su motivación constante, su sabiduría y aprendizaje, gracias por ser un ángel que llegó a mi vida para ayudarme a cumplir este sueño.

¡Mi cariño y admiración por siempre!

Gracias a mis sinodales:

Mtra. Isaura Elena López Segura

Mtra. María de la Concepción Conde Álvarez

Mtra. Patricia Paz de Buen Rodríguez

Lic. Marco Antonio Vicario Ocampo

Por transmitirme su experiencia y orientación oportuna, plasmado en este proyecto.

¡Gracias infinitas!

Agradecimientos

A mis padres:

Cleofas González... gracias mamita, por impulsarme, por tu apoyo, amor y cuidados incondicionales, tú me enseñaste a ser fuerte ante las adversidades, a no dejarme vencer jamás y luchar por mis objetivos... gracias por confiar en mis decisiones. ¡¡Eres la mejor MAMÁ!!

Constantino Ortega... Papi, gracias por enseñarme que con esfuerzo, trabajo y constancia todo se logra, sin duda tus enseñanzas de vida han sido para mí un motivo para ser mejor persona día a día.

A ustedes les dedico mis triunfos... ¡¡LOS AMO!!

A mi hijo:

Sergio Iván, a ti te dedico mi tesina, por que fuiste, eres y serás mi inspiración, mi impulso nato, mi necesidad de cambio...Dios te envió a mi vida para enseñarme el verdadero sentimiento de AMOR, tú me has demostrado que los valores de LEALTAD, VALENTIA Y PERSEVERANCIA no se aprenden, se llevan en la sangre de guerreros que nunca se rinden... por favor nunca dejes de luchar por ser feliz y cumplir tus metas!!

¡¡TE AMO HIJO!!

Agradecimientos

También dedico este trabajo a mis ahijados, mis hermanos, familiares, hermanas de vida y ángeles que ahora están en el cielo, espero dejar en ustedes una perspectiva de vida positiva y agradezco su apoyo y consejos.

¡¡A cada uno de ustedes los llevo en mi mente y corazón!!

ÍNDICE

RESUMEN.....	3
INTRODUCCIÓN.....	4
Capítulo I. FUNDAMENTOS TEÓRICOS DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA	
1.1. Marco teórico.....	8
1.2. Definición y objetivo de la psicología positiva.....	22
1.3. Las emociones positivas.....	26
1.4. El bienestar psicológico y las fortalezas.....	31
1.5. La psicología positiva aplicada en la educación.....	39
1.6. Cognición instruccional positiva.....	49
Capítulo II. ADQUISICIÓN DE LOS VALORES	
2.1. Campo de investigación en México de la educación en valores.....	55
2.1.1 Características de los valores en la sociedad mexicana.....	64
2.2. Los valores desde la perspectiva psicológica.....	70
2.3. Definición y características de los valores.....	80
2.4. Importancia de la educación con base en valores dentro de la familia.....	88
2.4.1. Manejo de los valores y reglas.....	95
Capítulo III. CARACTERÍSTICAS DE LA ADOLESCENCIA	
3.1. Concepto de la adolescencia.....	104
3.1.1. Características biológico-sexuales.....	105
3.1.2. Características psicológicas.....	110
3.1.3. Características socio-emocionales.....	112
3.1.4. El temperamento de los adolescentes.....	119
3.2. Lo que los adolescentes esperan de sus padres.....	121
3.3. Factores de riesgo que se presentan durante la adolescencia.....	123
Capítulo IV. LA FAMILIA Y EL MANEJO DE LA DISCIPLINA.	
4.1. Definición de familia.....	128
4.1.1. Tipos de familias.....	129
4.2. Estilos parentales y su impacto en los hijos.....	146
4.3. El manejo de la disciplina positiva.....	153

PROPUESTA DEL TALLER

• Justificación.....	170
• Tipo de propuesta.....	172
• Objetivo general.....	173
• Población.....	173
• Instrumentos.....	173
• Materiales.....	174
• Escenario.....	175
• Procedimiento.....	175
• Evaluación.....	177
• Cartas descriptivas.....	178
• Descripción de actividades.....	182
CONCLUSIONES.....	186
ALCANCES Y LIMITACIONES.....	189
REFERENCIAS.....	192
ANEXOS.....	201
GLOSARIO.....	214

RESUMEN

El presente proyecto de intervención positiva en las relaciones entre padres e hijos adolescentes, tiene como objetivo, disminuir los conflictos familiares que regularmente se presentan cuando inicia la etapa adolescente, así como aclarar las dudas que poseen los padres, de cómo actuar y entender a sus hijos para superar esta etapa. Con este propósito, se plantea la estructura de un taller adaptado a padres e hijos; que mediante postulados teóricos se expondrán diversos temas y dinámicas, en donde tanto padres como adolescentes, adquirirán estrategias y conocimientos acerca de cómo relacionarse positivamente y podrán tener la oportunidad de crear una disciplina familiar con base en valores, para disminuir los riesgos que presentan los adolescentes.

Palabras clave: Psicología positiva, valores, reglas, adolescencia, pubertad, disciplina positiva, familia, estilos parentales.

ABSTRACT

This draft positive intervention in relations between parents and teens, aims, reduce family conflicts that regularly occur when you start the adolescent stage, as well as clarifying the doubts that have parents, how to act and understand their children to overcome this stage. For this purpose, the structure of a workshop tailored to parents and children arises; that by theoretical postulates various topics will be presented and dynamic, where both parents and adolescents, acquire strategies and knowledge about how to relate positively and have the opportunity to create a family discipline based on values, to reduce the risks posed by adolescents.

Keywords: positive psychology, values, rules, adolescence, puberty, positive discipline, family, parenting styles.

INTRODUCCIÓN

Todos los padres desean que sus hijos sean personas disciplinadas, tengan valores, y que guíen adecuadamente su vida para llegar al éxito. Parecería una utopía hablar de esto, desde que los hijos son pequeños los padres crean sus propias estrategias de disciplina aprendidas con antelación por las experiencias de vida, en muchos casos, estos métodos no funcionan como se espera y cuando los hijos llegan a ser adolescentes se convierte en un constante problema, esto provoca en los padres un nivel alto de angustia y ansiedad que en general les impide reflexionar o escuchar sobre sus errores y la realidad en que viven.

En los últimos años, se han registrados cambios en la forma de vivir y percibir la realidad en la adolescencia, ya que en esta etapa se presentan variables y estímulos negativos, tales como vicios, enfermedades y tecnología que muchas veces están mal enfocadas.

Dentro de estos cambios se ha observado una preocupación constante por parte de los padres y madres de familia para disciplinar a sus hijos. Por tanto, es imprescindible que se reconozcan los cambios que están ocurriendo en los adolescentes, ya que estos por la etapa que atraviesan, se adentran a un mundo de ideas abstractas, cambios biológicos, situaciones hipotéticas y lógica formal.

En la actualidad, se sabe, que los hijos adolescentes no tienen malas intenciones hasta que perciben que sus padres lejos de ser un apoyo para su desarrollo los ven como sus enemigos y viceversa, es una tarea ardua y suele parecer una pesadilla, no obstante tener que mantenerlos y hacerse cargo de ellos durante años es una sensación que muchos padres experimentan hacia sus hijos. Chávez (2002), describe que esto sucede porque detrás de “malos comportamientos” de los hijos se esconde una petición de ayuda, una súplica de amor y aceptación, una búsqueda de la felicidad, de llenar un vacío, de sentirte seguro, sentirse valioso y encontrarse a sí mismo, lo cual tarda años en ocurrir y los adolescentes al no percibir

la sensación de ser aceptados, suelen actuar de forma caótica hacia sus padres, además de cambiar la percepción hacia ellos.

Por tanto, surge la necesidad de proponer un taller que genere la implementación de una disciplina positiva en base a valores, lo cual no es algo que se imponga a los hijos, sino un proceso compartido entre padres e hijos. “La disciplina es un medio para que los valores puedan ser enseñados y aprendidos”, “La disciplina consiste en una serie de estrategias para que los hijos puedan distinguir lo aceptable de lo no aceptable de su conducta y de la de los demás en el contexto de la sociedad en la que viven” (Schmill, 2012 p.146).

Se debe empezar por tratar de modificar las creencias que se han llevado a cabo y lo que se ha aprendido de los antecesores. Dentro de este contexto, si los padres y madres concientizaran que algunas veces, sus estrategias no resultan para el cambio de conducta de sus hijos y además pudiesen adquirir cierto autocontrol progresivo sobre sus emociones, (cuando pierden los estribos), esto les ayudaría a manejar su entorno con mayor eficacia.

El objetivo del taller, es fomentar la aplicación de estrategias de disciplina positiva inculcada en valores dentro del hogar y en la vida cotidiana de padres e hijos adolescentes con el propósito adquirir habilidades que mejorarán el bienestar emocional y la comunicación asertiva que promoverá los comportamientos positivos, reducirá el estrés y mejorara el aprendizaje.

En el capítulo uno, se presenta una reseña de los fundamentos teóricos de la psicología positiva, sus pilares, de los cuales autores con Seligman (2005), refiere como: emociones positivas, fortalezas y virtudes que si se llevan a cabo habrá una mejora en las instituciones llamadas; sociedad y familia, así como su definición y objetivos, los cuales son; internalizar un cambio hacia el desarrollo de esa fortalezas, provocando, por tanto, sentimientos de bienestar y confianza, posteriormente, se define la resiliencia como herramienta de la psicología positiva y las críticas hechas a la psicología positiva como una “verdadera ciencia”, se exponen los trabajos de investigación que demuestran que es una ciencia aplicable

en diferentes patologías o enfermedades físicas y emocionales de las personas, con resultados cuantificables. Se describen también, las emociones enfocadas a lo positivo y negativo, la aplicación de la inteligencia emocional, los modelos de la psicología enfocada en la educación y en las relaciones parentales.

En el capítulo dos, se muestra una reseña de investigación acerca de la transformación, pérdida y características de los valores en México, su definición, desde una perspectiva psicológica, concepto de valores en general y reglas como base en la disciplina positiva.

El capítulo tres, abarca las características físicas y emocionales de los adolescentes, sus rasgos psicológicos y los riesgos a los que están expuestos en la actualidad.

El capítulo cuatro, describe la evolución que han tenido los estilos disciplinarios en niños y adolescentes, abarcando las características disciplinarias más utilizadas y sus consecuencias en los diferentes tipos de familia, estilos parentales que impactan directamente en los adolescentes. Este capítulo, contiene una perspectiva específica del establecimiento de una disciplina positiva entre padres y adolescentes, que hace referencia a los lineamientos para la adopción de un modelo de solución de conflictos mediante el conocimiento de objetivos a corto y largo plazo.

Finalmente se presenta la propuesta de un taller de formación para los padres y madres de familia e hijos adolescentes para el manejo adecuado de la disciplina positiva en base en valores, con el objetivo de favorecer en los participantes el conocimiento sobre sí mismos, sensibilizarlos y desarrollar habilidades necesarias para interactuar mediante relaciones positivas e incorporarlas a una rutina diaria para disminuir riesgos en los adolescentes, que darán como resultado un contexto de bienestar emocional, físico y social. Se pretende que sea un proceso gradual, con el propósito que estos últimos lo apliquen de igual forma en las próximas generaciones.

CAPÍTULO I

FUNDAMENTOS TEÓRICOS DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA

1.1. Marco teórico

Durante mucho tiempo las investigaciones en la ciencia de la psicología se han enfocado en el estudio de la patología y la debilidad del ser humano, llegando a identificar y casi a confundir la psicología con la psicopatología o psicoterapia. Esto ha llevado a focalizar a la psicología, por lo general, en lo negativo, asumiendo un modelo de la existencia humana que en muchos casos se han negado las características positivas del ser humano. (Seligman & Csikzentmihályi, 2000). Lo cual permite adoptar una visión pesimista de la naturaleza humana, que contribuye en integrar un marco teórico dentro del pensamiento de las personas, en donde necesitar a un psicólogo por cualquier padecimiento de origen mental, es cuestión de “locos” “o/y se debe tomar medicamentos” o/y “estar horas en terapia psicológica”. (Gilhan y Seligman 1999). Esta concepción en lo patológico se centraba en corregir defectos y reparar aquello que ya está afectado, de esta forma, características como la alegría, el optimismo, la creatividad, el humor, la ilusión, habían sido ignoradas o explicadas superficialmente.

Por tanto, autores de la psicológica positiva como, Seligman y Csikzentmihályi (2000), se han propuesto encontrar el punto medio, realizando investigaciones encaminadas en buscar la forma de prevenir el desarrollo de trastornos en sujetos potencialmente vulnerables (sujetos en riesgo). Pero ha sido en especial difícil, gracias a que el modelo patogénico adoptado durante tantos años se ha mostrado incapaz de acercarse a la prevención del trastorno mental. Quizá la clave de este intento fallido es que la prevención siempre ha sido entendida desde los aspectos negativos y se ha enfocado en evitar o eliminar emociones negativas.

Estos preceptos fueron consecuencia de eventos como el de la Segunda Guerra Mundial, ya que a principios de esta, los objetivos principales de la psicología eran tres: curar trastornos mentales, hacer las vidas de las personas más productivas y plenas e identificar y desarrollar el talento y la inteligencia de estas, sin embargo tras la guerra, diferentes sucesos y circunstancias tanto sociales como económicos,

llevaron a la psicología a olvidar esos objetivos y a concentrarse exclusivamente en el trastorno mental y sufrimiento humano.

De esta forma, la aplicación de la psicología ha intentado dar respuesta a los eventos sociales ocasionados por la guerra y el surgimiento de la psicología como profesión. (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Posiblemente favorecieron a que la misma se convirtiera en una disciplina de la curación basada en el modelo de la enfermedad, (Linley, Joseph, Harrington & Wood, 2006).

En consecuencia de estos eventos que cambiaron el rumbo de la humanidad, en el caso de la psicología aplicada a la problemática clínica, también existieron claras tendencias inclinadas hacia la corriente positivista, que aun en la actualidad se han venido desarrollando.

No obstante, los orígenes de la psicología positiva surgieron desde la época de la Antigua Grecia, en ese entonces Aristóteles dedicó gran parte de sus estudios a un concepto descrito como “*eudaimonia*” que es traducido generalmente como “*felicidad*”. (Stanford Enciclopedia of Philosophy, 2010).

Posteriormente, este concepto entre otros, fueron retomados por otros filósofos como el holandés Baruch de Spinoza quien postula: “el sabio no conoce la turbación... no cesa jamás de ser... y posee siempre el verdadero contento”. (Citado en Fierro, 2009 p.7). A partir de su convicción, realizó ensayos sobre diversos aspectos humanos y su relación con el bienestar.

Dentro de esta línea, se encuentra el filósofo Kant, (citado en Fierro, 2009), quien pretende salvar el nexo entre virtud y felicidad (aunque este no considera que la virtud y la dicha vayan siempre unidas), describió que la virtud, no es por sí misma, felicidad o dicha, si no que la plantea como un camino para llegar a obtenerla.

También el interés por los aspectos positivos del psiquismo humano fue parte de los orígenes de la psicología académica norteamericana, aquí cobran especial relevancia los escritos de William James sobre la “mente sana”. (Citado en Fierro, 2009).

Así mismo, el autor Hervás, (2009), refiere que, el movimiento humanista es el último más reciente antecedente de la psicología positiva, y menciona en sus investigaciones a los estudiosos como; Abraam Maslow (1954) quien realizó estudios sobre las personas sanas y el concepto de autorrealización y Carls Rogers (1972), en el funcionamiento pleno de las personas y ponen en énfasis una visión más positiva de la existencia humana, aportando un gran avance en sus investigaciones, con un sólido soporte empírico y científico del ser humano frente a las visiones más dominantes de la época en psicología, el conductismo y psicoanálisis.

Siguiendo esta tendencia Antonovsky, (1987, en Rivera, Ramos, Moreno y Hernán, 2011); un sociólogo americano-israelita, cuya investigación se centró en la relación entre estrés, salud y bienestar, planteo dos términos que fueron de gran importancia para las aportaciones en esta ciencia: el primero lo llamó “*Salutogénesis*” (*salus* del latín “*salud*” y génesis del griego “*origen*”), lo que es mejor definido como factores que favorecen la salud y el bienestar, en lugar de otros factores que causen enfermedades, por otro lado, establece el término de “*Sentido de Coherencia*” que es el grado en que los individuos poseen sentimientos de confianza duraderos para enfrentar las adversidades.

Otro autor de gran transcendencia en esta época es Viktor Frankl, (2011), neuropsiquiatra judío-vianes, sobreviviente a cuatro campos de concentración durante la segunda guerra mundial, que durante su cautiverio comprobó, que resulta cada vez más vigente que en un mundo que padece un gran “*vacío existencial*”, se manifiesten en altos índices de adicción, violencia, depresión y suicidio. Es así

como promovió una nueva corriente: la “logoterapia”, (*logos* “sentido” o “significado” *en griego*), que se centra en “la voluntad del sentido”.

Frankl, tuvo la convicción en su teoría que cada uno de nosotros tiene el poder de encontrar su destino y darle un significado a la vida sin tomar en cuenta las contrariedades del contexto en que se vive, y se basa principalmente en tres aspectos:

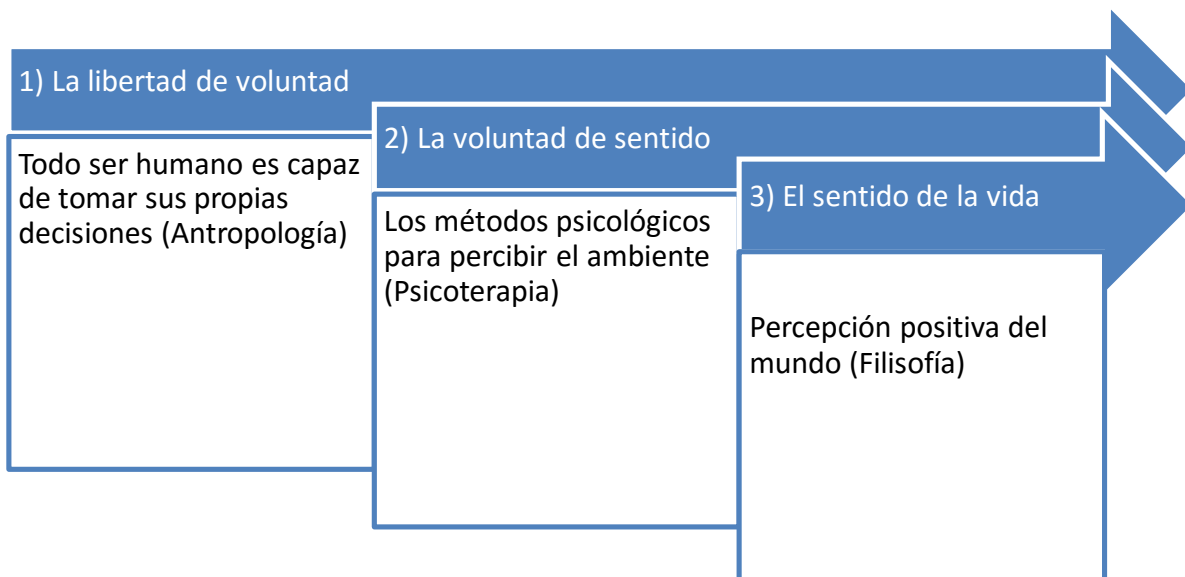


Figura 1. Esquema sobre aspectos del significado de la vida.

Los aspectos 2 y 3 han tenido una repercusión fundamental para el estudio posterior de la psicología positiva, pues en *la voluntad de sentido*, el objetivo es que los sujetos aprendan a conocer su entorno y saquen la mayor ventaja para alcanzar un nivel de felicidad alto y durable, por otro lado en *el sentido de la vida* el sujeto tiene siempre una tendencia natural a preguntarse, qué sentido tiene estar en este tiempo y en este espacio. (Viktor Frankl, 2011).

Dentro de los principales autores que han contribuido a la psicología positiva se puede considerar a Martin Seligman y Csikzentmihályi como los pilares de esta ciencia (Seligman, 2005).

Seligman (2005), reseñado con antelación, es considerado uno de los grandes estudiosos de la psicología positiva de la universidad de Pensilvania. Este psicólogo norteamericano, siendo presidente de la American Psychological Association, impulsa la psicología positiva, refiriendo que es una rama de la psicología y como parte fundamental de su estudio, propuso: “*la vida significativa*”, en la que el sujeto encuentra razones por las cuales vale la pena vivir.

Fue a principio del año de 1990 cuando Seligman (2005), inicia los cimientos de esta ciencia como una crítica del psicoanálisis (enfoque inconsciente), al conductismo (estimulo-respuesta), al humanista (enfoque bio-psico-social).

Csikzentmihályi (1996), profesor de psicología en la universidad de Claremont (California), el cual, también ha contribuido a otras áreas en diferentes universidades y es conocido internacionalmente por sus investigaciones en cuanto a la *felicidad*, la *creatividad*, el *bienestar subjetivo*, la *diversión* y creó el concepto de “*fluir*” (*flow en inglés*).

Como resultado de estos estudios, Seligman, Csikzentmihályi y Rayfowler (este último, expresidente del APA), (en Seligman, 2005), establecieron las bases, el contenido, el método y la formación de lo que sería la psicología positiva en el año de 1998 en la ciudad de Akumal, Yucatán lo cual nos dice que esta ciencia se formó en tierras mexicanas.

Para el año 2000 uno de los primeros acuerdos de estos pioneros fue que esta ciencia se sostendría sobre tres pilares:

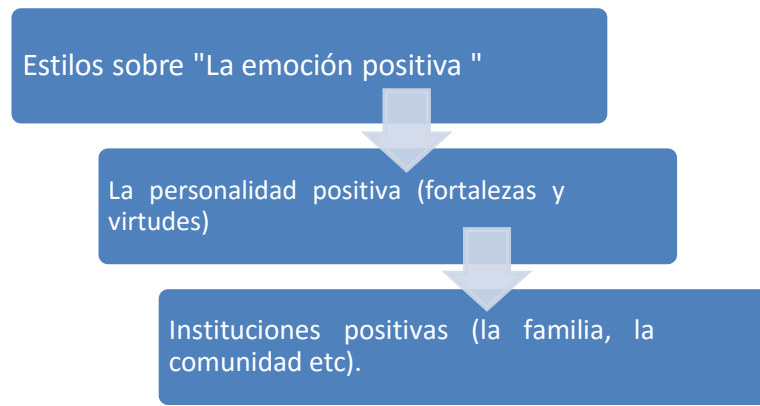


Figura 2. Pilares de la Psicología positiva (Seligman, 2005).

Los pilares tienen la finalidad de expresarse mediante el repertorio de afrontamiento y acción, es decir, cuando se adoptan *emociones positivas* se es capaz de incrementar las formas de tenacidad hacia los problemas de la vida diaria, de esta manera se puede actuar rápido e inmediatamente cuando hay peligro. Por el contrario las *emociones negativas* existen para disminuir repertorios de conducta. (Seligman, Steen, Park & Peterson, 2005). En cuanto a *la personalidad positiva* se refiere al cambio que realiza el individuo ante las situaciones desfavorables que vive y sus habilidades y fortalezas internas, dándoles un nuevo significado y obteniendo un aprendizaje de ellas. Finalmente las *instituciones positivas* son los contextos donde el sujeto se desenvuelven de forma cotidiana como: las familias, la educación, las redes de seguridad social, las cuales proveen de virtudes como la cooperación y solidaridad que fomentan las relaciones interpersonales y sostienen las relaciones positivas con las personas (Seligman, 2005).

Solimán (2002; citado en Seligman, Steen, Park & Peterson, 2005), plantea a la psicología positiva como una forma de prevención “*La curación es incierta, pero la prevención es enormemente eficaz*”. Se refiere a que en la psicología pretende ayudar a las personas con algún trastorno mental en su vida diaria, pero ¿Por qué

no actuar desde antes?, ¿Por qué esperarse hasta ese momento?, estas preguntas son fundamentales para el desarrollo de esta corriente.

Cabe mencionar la siguiente cita textual: “Los resultados de las investigaciones desde la Psicología Positiva intentan complementar, de ninguna manera reemplazar, lo que se sabe sobre el sufrimiento humano, la debilidad y el trastorno. La intención es tener un conocimiento científico más completo y equilibrado de la experiencia humana”, (Seligman, et al. 2005, p. 410).

Como referencia a este conocimiento equilibrado acerca de la experiencia humana, Seligman, (2003) y su equipo de colaboradores sostuvieron que el estudio de la *felicidad* constituye el propósito general de la *psicología positiva* y siendo el principal exponente de esta nueva ciencia propone un modelo para describir lo que se ha denominado como: “*felicidad*” o “*bienestar psicológico*” (este tema se expondrá con detalle más adelante).

Seligman llegó a la conclusión de que los resultados podían ser resumidos en tres dimensiones:

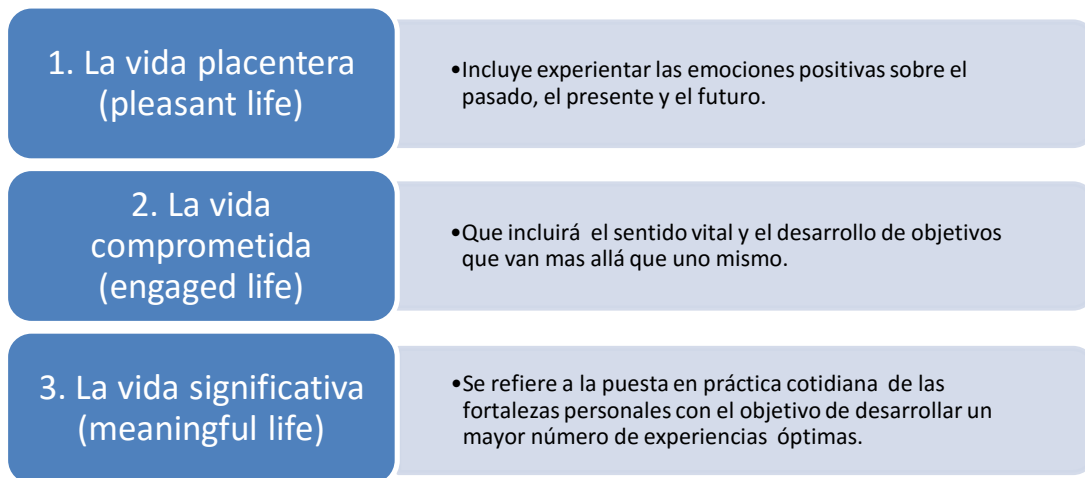


Figura 3. Modelo de felicidad o bienestar psicológico según Seligman, (2003).

Con base a este modelo considerado como una nueva ciencia, se refiere a la Psicología Positiva como una “ciencia emergente” (*the emerging science of positive psychology*) y reconocen entre los antecedentes de la misma el trabajo pionero de

los autores como Aristóteles, Kant, James, Maslow, Rogers entre otros. (Seligman, et al. 2005).

Cabe enfatizar que los miembros más destacados de esta corriente psicológica definían a la *Psicología Positiva* como una “*nueva ciencia*” o un “*nuevo paradigma*” que venía a modificar lo que se conocía como el *eje de la disciplina*. (Gancedo, 2008).

Gancedo (2008), señala que la psicología positiva constituye una corriente psicológica inscrita dentro del denominado enfoque salugénico, ya que existe una necesidad de mejorar los tratamientos y obliga a explorar nuevos estudios y proponer un camino más activo para las emociones positivas, tanto en la prevención como el tratamiento de numerosos trastornos. Es importante señalar que se ha planteado la necesidad de estudiar tanto las vivencias positivas como las negativas, superando así la visión del psiquismo humano.

Como consecuencia a la necesidad de nuevos estudios, la psicología positiva es criticada por diferentes autores, por ejemplo, se entiende que el estudio del bienestar o de la felicidad deja de lado los aspectos negativos del ser humano o los minimiza, se pensaría así, que se quiere imponer como una nueva ciencia que solucionará los problemas de una forma novedosa sin considerar que el ser humano ha buscado su bienestar desde tiempos inmemorables (Fernández 2008; Vazquez 2013). Como se describió anteriormente la psicología positiva intenta complementar sin reemplazar las ciencias establecidas. (Seligman et al., 2005). Sin embargo, los valores que defiende poco tienen de novedoso y original desde una perspectiva filosófico-antropológica histórica. (Aspinwall & Staudinger, 2003; Joseph & Linley, 2005; Linley & Joseph, 2004, 2006 en Fernández, 2008).

Autores como Fernández (2008) y Vazquez (2013), afirman que los estudios que se han realizado acerca de la psicología positiva, argumentan que toda la psicología positiva no consiste más que en llevar a cabo una investigación empírica de la sabiduría del pasado utilizando la tecnología o instrumental psicológico actual. Esto

remite a la idea de Bandura (1978; en Vazquez 2013) acerca de que los paradigmas de investigación en la ciencia se reciclan una y otra vez en el transcurrir histórico. Por esto no resulta complicado rastrear los fundamentos de la psicología positiva en la historia del pensamiento filosófico. El enfoque histórico de la teoría y práctica de la psicología positiva parte del concepto de un ser humano libre, prudente, racional y responsable de sus actos y sus consecuencias (Baer, Kaufman, & Baumeister, 2008; en Vazquez 2013). La dignidad humana está en admitir su responsabilidad como agente histórico concreto.

Para Fernández (2008), es justo reconocer que hablar de Psicología “positiva” es una fuente de malentendidos y origen de muchas críticas, sin embargo, todos los expertos en emociones saben que no hay emociones buenas o malas en un sentido moral o absoluto y que todas, agradables o desagradables, cumplen una doble función de regulación individual y de comunicación. Esa distinción entre emociones positivas y negativas es un concepto psicológico bien establecido y validado respecto a sus bases psicológicas, neurofisiológicas o filogenéticas. (Avia, 1997; Davidson, 1999; Kringelbach y Berridge, 2009; Nettle y Bateson, 2012; en Vazquez 2013).

Por otro lado, y ya enfocándose en los efectos en la psicología positiva hacia la salud, existen críticas de que no existe en la literatura científica relacionada con la psicología positiva, ninguna aseveración sobre el poder “curativo” del optimismo. De hecho, estudios como el metaanálisis de Ramuissen, (2009; en Vazquez 2013), refiere que el optimismo no reduce la mortalidad relacionada con el cáncer pero sí aspectos como la ansiedad, el dolor, la adherencia a los tratamientos, etc. que son muy importantes en el manejo y evolución de muchas condiciones médicas (incluidas el cáncer).

“...Se afirma que el optimismo, como el bienestar, o la felicidad, carece de bases científicas o filosóficas sobre las que pudiera sostenerse con solidez” simplemente es un juicio exagerado que no se atiene a las evidencias acumuladas por la actividad científica estándar”. Pérez-Álvarez, (2012; en Vazquez 2013 p. 99).

La diferencia entre optimismo y pesimismo no es estadísticamente significativa, lo que plantean las investigaciones es la necesidad de medirlo o poderlo comprobar en el aspecto psicológico, lo cual demuestra que este tipo de pensamientos si tiene repercusiones en la salud de las personas basándose en los estudios realizados. Sin embargo autores como Coyne (2010), Pérez-Álvarez, (2012; en Vazquez 2013) han argumentado que la noción de ser optimista mejora la salud, objetándolo como un mantra o solo funciona como marketing de la psicología positiva como empresa comercial.

Al respecto, se realiza una contraposición con los estudios meta-analíticos realizados por investigadores como Rasmussen (2009), y sus colegas quien convierte esta crítica, sin entrar en otras valoraciones, en algo tan inexacto como desmedido ya que estos estudios ofrecen un patrón relativamente consistente del papel beneficioso que, en general, está asociado a variables como el optimismo, el bienestar emocional, o la satisfacción vital. Estos meta-análisis incluyen muchos estudios, tanto retrospectivos como prospectivos, y correlacionales como experimentales, que muestran una relación consistente entre variables relacionadas con el bienestar psicológico (emociones positivas, satisfacción vital, optimismo, relaciones sociales satisfactorias, percepción de beneficios, etc.) y resultados relacionados con la salud como, por ejemplo, la mortalidad, indicadores físicos de salud o el grado de recuperación de enfermedades físicas. (Chida & Steptoe, 2008; Holt-Lunstand, 2010; Howell, 2005; Lamers, 2011).

En la siguiente tabla (1), se exponen algunos de los trabajos de los estudios realizados sobre las relaciones entre bienestar psicológico y salud:

ESTUDIOS METAANALÍTICOS SOBRE LAS RELACIONES ENTRE BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SALUD			
Autores (año) Revista	No. De estudios (no. de participantes)	Tema	Resultados
Chida y Steptoe (2008). Psychosomatic Medicine	70 estudios (35 con población sana, N=1.742; 35 con población con enfermedades, N=826)	Impacto del bienestar con medidas de estado estado (i.e., emociones positivas) y rasgo (ej.: optimismo, sentido del humor, satisfacción vital) en la mortalidad. Incluye estudios.	Mortalidad general reducida asociada con bienestar psicológico en la población sana (RR = 0.82) pero no en la población con enfermedades (RR = 0.98). En la población con enfermedades, el bienestar psicológico se asoció a menor mortalidad en pacientes con fracaso renal y en pacientes con VIH+
Hegelson et al. (2006). Journal of Consulting and Clinical Psychology	87 estudios transversales (N= Entre 1.717 y 8.431 dependiendo de la variable dependiente analizada)	Percepción de beneficios tras padecer alguna condición grave física o psicológica.	Encontrar beneficios psicológicos se asoció a presentar menos depresión y más bienestar psicológico de modo independiente. No guardó relación ni con ansiedad ni con malestar general.
Holt-Lunstand et al. (2010). PLOS Medicine	148 estudios (N=308.849)	Impacto de la cantidad y calidad de las relaciones sociales en el riesgo de mortalidad.	Quienes tienen mejores relaciones interpersonales tienen un 50% más de probabilidad de supervivencia (OR = 1.50; IC 95%: 1.42-1.59). El hallazgo se mantiene independientemente del grupo de edad, sexo, estado de salud inicial, causa de muerte y periodo de seguimiento.
Howell, Kern y Lyubomirsky (2005) Health Psychology Review	150 estudios (N=44.159)	Impacto del bienestar psicológico en indicadores objetivos de salud. (Incluye estudios longitudinales y experimentales).	El bienestar psicológico tiene un impacto significativo (r = 0.14) en variables objetivas de salud tanto a corto plazo (r = 0.15) como largo plazo (r = 0.11). El impacto positivo es mayor en la respuesta inmunológica y en la tolerancia al dolor. No hay relaciones significativas con la reactividad cardiovascular.
Lamers, Bolier, Westerhof, Smit, y Bohlmeijer (2011). Journal of Behavioral Medicine	17 estudios (N=12.744)	Impacto del bienestar emocional (i.e., afecto positivo y satisfacción vital) en la recuperación de enfermedades físicas y la supervivencia de enfermedades físicas. Sólo estudios prospectivos (media de seguimiento: 4 años).	Capacidad predictiva pequeña pero significativa entre bienestar y recuperación (RR = 1.14).
Luhman et al. (2012) Journal of Personality and Social Psychology	188 estudios (N = 65.911)	Impacto de sucesos vitales importantes en el bienestar psicológico emocional y cognitivo (satisfacción vital). Sólo estudios longitudinales.	Impacto de diversos tipos de estresores vitales sobre aspectos relacionados con la vida laboral. Los sucesos vitales, especialmente cuando son repetidos (ej.: desempleo) tienen un impacto significativo específico en la trayectoria del bienestar.
Lyubomirsky, King y Diener (2005). Psychological Bulletin	225 estudios publicados y 11 tesis doctorales. (N> 275.000)	Análisis del impacto bidireccional entre el bienestar psicológico (felicidad subjetiva, satisfacción vital, o bienestar eudaimónico) y diferentes áreas de funcionamiento (p.ej.: Vida laboral; Relaciones sociales; Salud; Conducta prosocial; Creatividad; Resolución de conflictos). Incluye estudios transversales, longitudinales, y experimentales.	El bienestar emocional (felicidad subjetiva, emociones positivas, y satisfacción vital) es predictor del funcionamiento en varias áreas. Los tamaños del efecto son variados dependiendo del resultado y tipo de estudio.

Autores (año) Revista	No. De estudios (no. de participantes)	Tema	Resultados
Moskowitz et al. (2009). Psychological Bulletin	63 estudios (N=15.490 participantes)	Relaciones entre afrontamiento y bienestar psicológico en personas con VIH+.	Además de las estrategias directas, la reevaluación se asoció a mejores resultados en el estado afectivo, las conductas de salud, y la salud física.
Rasmussen et al. (2009). Annals of Behavioral Medicine	84 estudios (N=30.133)	Relaciones entre optimismo, pesimismo, y salud física. Estudios transversales y longitudinales.	La media del tamaño del efecto (TE) entre optimismo y salud física fue 0.17 (95% IC: 0.15-0.20). El TE fue mayor para medidas subjetivas del estado de salud (TE=0.21) que para medidas objetivas (TE=0.11) y mayor para estudios transversales (TE=0.22) que longitudinales (TE=0.12). El optimismo se asoció significativamente a mejores resultados en: tasas de mortalidad y supervivencia, marcadores fisiológicos e inmunitarios, síntomas físicos, dolor, y embarazo. Sin diferencias significativas entre el TE de las relaciones entre optimismo y salud (TE= 0.14) y pesimismo y salud (TE= 0.18).
Solberg y Segerstrom (2006). Personality and Social Psychology Review	48 estudios (N = 11.629)	Relación entre optimismo disposicional, estrategias de afrontamiento y ajuste psicológico.	El optimismo se asocia positivamente a estrategias de manejo directo del estresor o las emociones derivadas ($r = .17$) y negativamente a estrategias evitativas ($r = -.21$). El optimismo se asocia también a una mayor flexibilidad en el uso de estrategias. Las relaciones son más fuertes en estudios en países anglófonos.
Vatne y Bjorkly (2008). Clinical Psychology Review	42 estudios (N=6.774)	Bienestar general en personas con trastornos mentales graves no hospitalizadas.	Asociación significativa entre bienestar y diferentes tipos de trastornos mentales. El bienestar está fuertemente asociado al Ocio y a Relaciones sociales pero no a aspectos como la Seguridad Personal o el Trabajo. La depresión clínica es el cuadro más asociado a un menor bienestar pero explica menos de un 29% de la varianza.

Tabla 1. Estudios Metaanalíticos sobre las relaciones entre bienestar psicológico y salud. Rasmussen (2009; en Vazquez 2013 p.100).

Estos metaanálisis, y en general el examen de los abundantes datos existentes (Vázquez et al., 2009), revelan que las relaciones entre variables positivas y salud no se pueden poner en duda por comentarios descalificadores. Es importante ayudar a separar con análisis cautelosos y fundamentar los resultados, como se hace en estos estudios, sí es una tarea importante como científicos responsables y

comprometidos con el desarrollo maduro de la actividad científica en Psicología. (Maddux, 2008; Keyes, 2005; Vázquez, 2008; en Vazquez, 2013).

Aunado a estas investigaciones, Garcia-Alandete, (2014), hace una reseña de varios trabajos acerca del sentido de la vida, en donde Ryff & Keyes (1995, en Garcia-Alandete 2014), encontraron una muestra de 1108 adultos, con relaciones positivas entre diversas variables asociadas al sentido de la vida y distintos indicadores de bienestar psicológico, así como correlaciones negativas, entre indicadores y malestar psicológico, de igual forma, Zika y Chamberlain (1992, en Garcia-Alandete 2014) obtuvieron con una muestra de 194 mujeres jóvenes, resultados similares. Por su parte, Ho, Cheung & Cheung (2010; en Garcia-Alandete 2014), con una referencia de 1807 adolescentes de Hong Kong, que mediante modelos de ecuaciones estructurales, hallaron que el sentido de la vida y el optimismo, estaban significadamente asociados con la satisfacción vital. Por otro lado, Brassai, Piko & Sterger (2011; en Garcia-Alandete 2014), hallaron en un grupo de adolescentes rumanos que el sentido de la vida cumplía un rol protector en materia de salud, disminuyendo significativamente comportamientos de riesgo (consumo de sustancias, promiscuidad, falta de ejercicio, control de la dieta etc.) y así mismo, se relaciona con el bienestar psicológico.

La postura positiva no sólo ha incorporado técnicas vanguardistas hasta ahora en la Psicología (ejercicios de gratitud, uso de fortalezas psicológicas, ejercicios de emociones, etc.), también está abriendo territorios interesantes que vienen respaldados por investigaciones básicas y clínicas (Watson y Naragon-Gainey, 2010; en Vazquez, 2013). Además de que puede ayudar a redefinir lo que es la recuperación psicológica (Vázquez & Nieto, 2010; en Vazquez, 2013), o el concepto de “salud mental” individual y/o “salud organizacional” (Salanoval, 2012; Rodríguez Carvajal, 2010; en Vazquez, 2013).

Lo anterior se plasma en los trabajos realizados (Tabla 2), acerca de las intervenciones de la psicología positiva enfocados específicamente a la depresión, en donde se demuestran evidencias crecientes y efectos positivos al integrar estas técnicas o ejercicios, tomado en consideración que son aplicables y apropiados a grupos sociales y culturales. (Vazquez 2013).

ESTUDIOS METAANALÍTICOS SOBRE INTERVENCIONES POSITIVAS CLÍNICAS EN DEPRESION			
Autores (año) Revista	No. De estudios (no. de participantes)	Tema	Resultados
Sin y Lyubomirsky (2009). Journal of Clinical Psychology	51 estudios (N=4.266)	Impacto de intervenciones positivas intencionales sobre emociones, cogniciones, o conductas positivas en personas con síntomas depresivos.	Efectos significativos sobre medidas de bienestar ($r=.29$) y en reducción de síntomas de depresión ($r=.31$). Efectos mayores para participantes con más edad, tratados individualmente, y más motivados.
Mazzucchelli et al. (2010). Journal of Positive Psychology	20 estudios (N=1.353)	Activación conductual y bienestar psicológico en muestras de personas con o sin depresión.	El tamaño agregado del tamaño del efecto (Hedge = 0.52) indica una diferencia en medidas de bienestar a favor de la Activación conductual frente a las condiciones de control en ambos tipos de muestras.
Bolier et al. (2013). BMC Public Health	39 estudios (N= 6.139)	Cambios en bienestar psicológico y en depresión tras intervenciones positivas con diferentes formatos (terapias individuales, grupales, y auto-ayuda).	Efectos pequeños pero significativos en bienestar subjetivo (diferencia media estandarizada = 0.34), bienestar psicológico o eudaimónico (0.20), y síntomas de depresión (0.23). Efectos sostenidos a los 3-6 meses.

Tabla 2. Estudios metaanalíticos sobre intervenciones positivas clínicas en depresión. (Vazquez 2013 p. 102).

Es importante mencionar que las técnicas que se han ido incorporando a la a la validación de ensayos clínicos para mejorar el bienestar de los participantes proceden de investigaciones básicas en Psicología, lo cual hasta el momento no se aplica a las terapias psicológicas. Sin embargo, la investigación sobre el agradecimiento, el perdón, o las emociones positivas, por poner algunos ejemplos, están inspiradas, o incluso transferidas directamente, desde la investigación experimental básica, deberá comprobarse mucho mejor su aplicabilidad a muestras clínicas y su efectividad relativa, ya que puede ser útil para que la gente normal se sienta psicológicamente mejor y pudiera ser igualmente efectivo en mejorar la

depresión clínica (Vázquez y Ring, 1996; Sin & Lyubomirsky, 2009; en Vazquez, 2013). “Como defienden Wood y Tarrrier (2010; en Vazquez, 2013), tenemos que tomarnos en serio la capacidad que tenemos en Psicología para incrementar y sostener el bienestar de los ciudadanos y no sólo de aquellos con patologías, aunque, como reconocieron Seligman, Parks y Steen (2005; en Vazquez; 2013 p. 103), aún necesitamos profundizar mucho más en cómo hacerlo”.

1.2. Definición y objetivo de la psicología positiva

Seligman (2005), define a la psicología positiva como el estudio científico de las experiencias y los rasgos positivos además de las instituciones que facilitan su desarrollo (descrito en el modelo de felicidad o bienestar psicológico). Es un campo concerniente al bienestar y el funcionamiento óptimo, con el propósito de ampliar el foco de la psicología clínica más allá del sufrimiento y su consecuente alivio. Por otro lado los estudiosos como Sheldon y King, (2001), la definen también como, el estudio científico de las fortalezas y virtudes humanas, las cuales permiten adoptar una perspectiva más abierta respecto al potencial humano sus motivaciones y capacidades.

El objetivo es justamente internalizar un cambio hacia el desarrollo de las fortalezas de las personas. Acorde con lo anterior la principal tarea de prevención será estudiar y entender cómo se adaptan esas fortalezas y virtudes en niños y jóvenes, elemento fundamental para la prevención de los llamados desórdenes mentales (Seligman & Christopher, 2000).

La psicología positiva establece que el sentimiento de felicidad y bienestar puede ser bastante estable en las personas, ya sea por el aspecto hereditario, que es relativamente independiente al contexto social en que se desenvuelven, por tanto, uno de los objetivos es modificar por medio de circunstancias específicas lo negativo de sus vivencias aunque después de un tiempo pueden regresar a su estado inicial de padecimiento, dependiendo del *temperamento* de cada persona. Así, el

temperamento es uno de los predictores más importantes de los niveles de experiencias positivas que una persona sentirá. (Seligman, 2005).

Las fuerzas de carácter son propias de cada persona y pueden desarrollarse desde el aspecto positivo. Las fortalezas son rasgos o características psicológicas que se presentan en situaciones distintas a través del tiempo, poner en práctica una fortaleza provoca emociones positivas auténticas, (Seligman 2005), y actúan como barreras contra la enfermedad, entre otras se encuentra el *optimismo*, las *habilidades interpersonales*, *la fe*, el *trabajo ético*, *la esperanza*, *la honestidad*, *la perseverancia* y la capacidad para *fluir* (flow), entre otras. (Seligman & Christopher, 2000).

Es importante resaltar la interpretación subjetiva de factores objetivos en el mantenimiento y la creación de la felicidad, es decir, se promueve la idea de que las personas felices tienen mayor probabilidad de ver los eventos y circunstancias de la vida de manera que refuerzan y promueven su bienestar, esperan resultados positivos en el futuro, tienen un sentido de control sobre el resultado de sus acciones y confían más en sus habilidades y destrezas. (Lyubomirshy, 2001).

Las emociones positivas tienen un objetivo fundamental en la evolución, en cuanto amplían los recursos intelectuales, físicos y sociales de los individuos, los hacen más perdurables, y acrecientan las reservas a las que se puede recurrir cuando se presentan amenazas u oportunidades, (Fredrickson, 2001). Cuando las personas experimentan sentimientos positivos se modifican sus formas de pensamiento y acción (Seligman, 2005), así como también se incrementan sus patrones para actuar en ciertas situaciones mediante la optimización de los propios recursos personales en el nivel físico, psicológico y social. (Fredrickson, 2001).

Existen versiones de autores como, Guillham y Seligman (1994); Seligman, Reivich, Jaycox, & Guillham, (1995, en Seligman 2005), los cuales señalan que las personas felices son más sociables, y existe motivo para pensar que su felicidad se debe a un alto nivel de *socialización* satisfactoria. La investigación ha mostrado que

enseñar optimismo a los niños puede ser efectivo para prevenir en ellos síntomas *depresivos* utilizando el *entrenamiento cognitivo* y la *terapia de resolución de problemas sociales*. Contrariamente, las personas pesimistas tienen ocho veces más posibilidades de deprimirse cuando se presentan contratiempos, rinden menos en los estudios, en los deportes y en la mayoría de los trabajos, tienen mal estado de salud, una vida más corta y mantienen relaciones interpersonales más inestables.

Los estudios realizados no solo se enfocan en crear emociones positivas y sus consecuencias cuando son afrontadas de forma adecuada, si no también hay otra parte fundamental llamada *resiliencia*, que es entendida como la capacidad de manejar y/o solucionar situaciones adversas o potencialmente traumáticas haciéndoles frente como desafíos más que como amenazas, así como el hecho comprobable de que una persona o varias no genere reacciones psicopatológicas o problemas de adaptación, sino un ajuste saludable a la adversidad. (Bonanno 2005).

Este autor refiere que, a través de investigaciones acerca de este fenómeno se ha comprobado que la resiliencia no es una característica exclusiva de personas excepcionales, ya que no se nace resiliente, ni se adquiere de forma natural, esto depende de la interacción de la persona con su entorno y la forma de relacionarse con otros. Este hallazgo tiene gran relevancia ya que es una característica que se adquiere y como resultado se puede fomentar su adquisición. Cabe resaltar no existe correspondencia ni relación entre la resiliencia y el nivel socioeconómico, la clase social, la inteligencia ni el buen rendimiento escolar, es decir que los aspectos anteriores no son resiliencia.

Bonanno (2005), describe que la resiliencia ha sido reconocida como un aporte dentro de la psicología positiva para la promoción y el mantenimiento de la salud mental. La infancia temprana es un periodo excelente y apropiado para comenzar con la adquisición de resiliencia y salud mental, por que como ya se mencionó

anteriormente uno de los objetivos de la psicología positiva es la prevención de patologías o enfermedades mentales que puede perjudicar el futuro de las personas. A través de varias investigaciones, se constató con gran asombro e interés que algunos niños criados en contexto de riesgo no presentaban carencias en el plano ni biológico ni psicosocial, si no por el contrario alcanzaban una adecuada “calidad” de vida.

Con relación a lo anterior, Melillo y Suarez Ojeda, (2001), mencionan ocho pilares como los atributos que aparecen con frecuencia en los niños y adolescentes considerados resilientes, los cuales son:

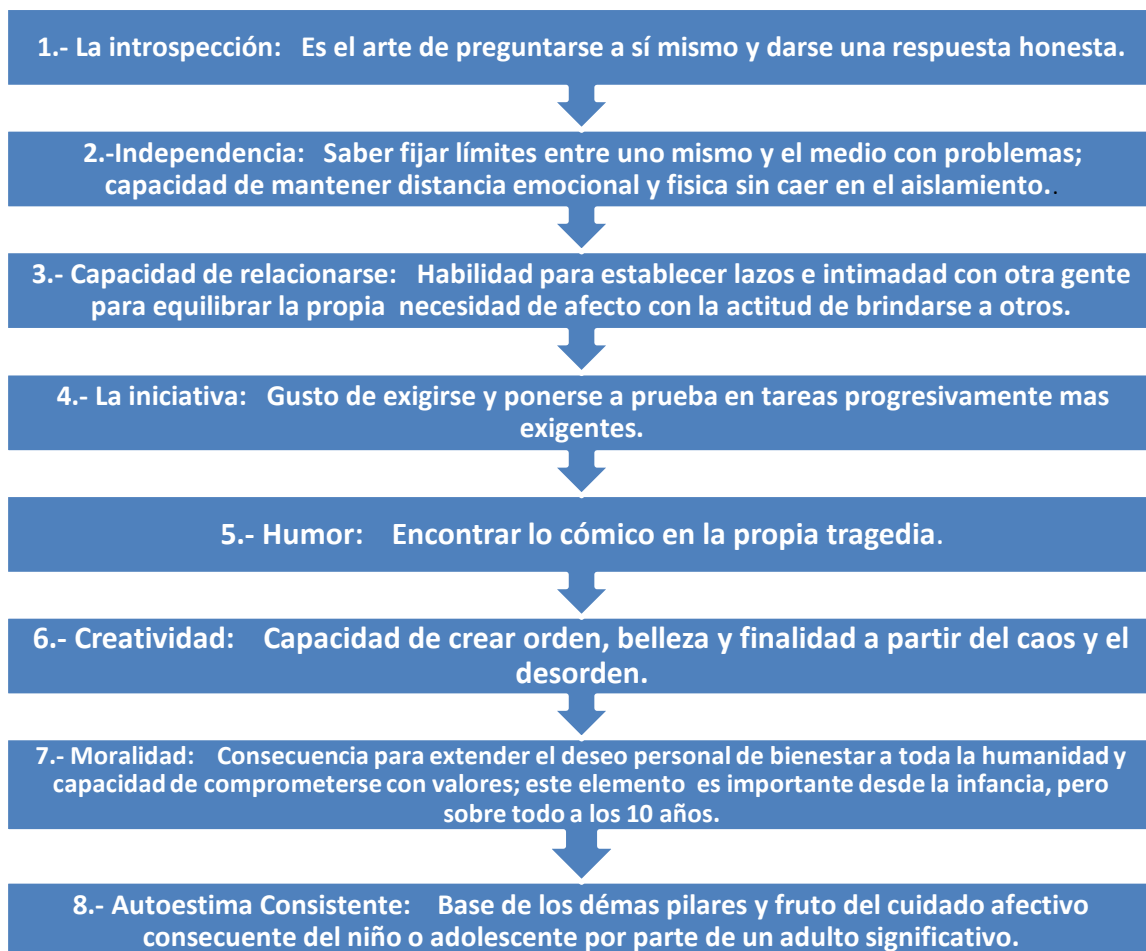


Figura 4. Esquema sobre atributos de niños y adolescentes resilientes. (Melillo y Suarez Ojeda, 2001)

Se entiende entonces, a la resiliencia como un factor de protección individual donde es posible desarrollar factores como: buenas habilidades cognitivas, incluyendo resolución de problemas y procesos atencionales, buen temperamento desde la infancia, que con el tiempo se desarrolla como una personalidad adaptable; con una positiva percepción de sí mismo, así como autoeficacia, fe y sentido de la vida, una mirada positiva de la realidad, capacidad de autorregulación emocional, así como saber reconocer sus propios impulsos y que la misma sociedad los reconozca y por ultimo poseer un buen sentido del humor. El sentido del humor es de gran importancia para fomentar la resiliencia ya que permite afrontar la realidad a través de efecto liberador, disminuyendo el estrés y ansiedad que la situación adversa provoca.

Melillo y Suarez Ojeda, (2001), proponen a la resiliencia en forma de tratamientos preventivos y técnicas para potencializar el desarrollo individual y social que las personas, los grupos y las comunidades poseen.

1.3. Las emociones positivas

Fredrickson, (2001), puntualiza en sus estudios más sobresalientes dentro de la psicología positiva sobre “El rol de las emociones”, refiere que las emociones positivas resuelven problemas relacionados con el crecimiento personal y el desarrollo, vivir estas emociones conlleva a experimentar estados mentales y comportamientos que de forma indirecta preparan al individuo para enfrentar con éxito las dificultades y adversidades venideras.

Cabe resaltar la importancia de las emociones negativas para entender las emociones positivas. Dentro de los estudios más destacados de la psicología, la mayoría de los autores se han centrado exclusivamente a estudiar las emociones negativas y hasta cierto punto se puede considerar lógico y es una realidad que el *miedo*, *la tristeza* y *la ira* son señales de alarma que si se obvian sistemáticamente pueden generar problemas de gran magnitud. Existe una tendencia natural de

estudiar todo aquello que amenaza el bienestar humano, ya que estas emociones “*negativas*” ayudan a hacer frente a peligros y problemas inminentes. (Fredrickson, 2001).

Por tanto, las emociones positivas muchas veces son relegadas, ya que son menos y más difíciles de estudiar por que el ser humano, en lo general, se enfoca en las experiencias negativas y suele vivirlas dentro de sus diferentes ámbitos sociales y considerando las *taxonomías científicas* de las emociones básicas, se pueden identificar 3 o 4 emociones negativas por cada emoción positiva. Ese balance negativo queda muy bien reflejado en el propio lenguaje cotidiano, de forma que cualquier persona tendrá siempre mayor dificultad para nombrar emociones positivas. Lo anterior se estipula con el descubrimiento de Paul Ekman de la Universidad de California de San Francisco (1989, citado Goleman, 2014), según su teoría existen diferencias en cuanto a la expresión facial. Así, las emociones negativas disponen de configuraciones faciales específicas y propias que hacen posible su reconocimiento universal, por el contrario, las emociones positivas no poseen expresiones faciales únicas y características, incluso a un nivel *neurológico*, las emociones negativas desencadenan diferentes respuestas en el *sistema nervioso autónomo*, mientras que las emociones positivas no provocan respuestas diferenciadas.

Siguiendo a estas investigaciones, el autor Chóliz (2005), señala que las emociones se describen, habitualmente como una experiencia multidimensional con al menos tres sistemas de respuesta: cognitivo/subjetivo; conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo. Así, una emoción podría definirse como una experiencia afectiva en cierta medida agradable o desagradable, que supone una cualidad fenomenológica característica, según Oatley (1992 en Chóliz, 2005).

Este planteamiento coincide con el modelo tridimensional de la ansiedad propuesto por Lang (1968, en Chóliz 2005). Para entender la emoción es conveniente atender a estas tres dimensiones por las que se manifiesta, teniendo en cuenta que, al igual que en el caso de la ansiedad, suele aparecer de sincronía entre los tres sistemas de respuesta. Además, cada una de estas dimensiones puede adquirir especial relevancia en una emoción en concreto, en una persona en particular, o ante una situación determinada.

Es decir, “Cualquier proceso psicológico conlleva una experiencia emocional de mayor o menor intensidad y de diferente cualidad. Podemos convenir que la reacción emocional (de diversa cualidad y magnitud) es algo omnipresente a todo proceso psicológico”. (Chóliz 2005 p. 3).

Para Goleman (2014), es una realidad que lo que se experimenta día con día nos ayuda a actuar mediante decisiones que se consideran correctas y en estas decisiones están inmersos los sentimientos y el pensamiento (a menudo más los sentimientos...por eso se dice coloquialmente, que se piensa con el corazón y no con la cabeza). Es importante destacar el valor y el significado de lo puramente racional –lo que mide el consciente intelectual- en la vida humana. Para bien o para mal la inteligencia puede no tener la mayor importancia cuando dominan las emociones.

El *Oxford English Dictionary* define la *emoción* como “cualquier agitación y trastorno de la mente, el sentimiento, la pasión; cualquier estado mental vehemente o excitado” (En Goleman 2014, p. 331). Se utiliza el término *emoción* para referirse a un sentimiento y sus pensamientos característicos a estados psicológicos y biológicos y a una variedad de tendencias a actuar.

Ekman, (1989, Citado en Goleman, 2014). Señala que las emociones son crucialmente importantes para nuestro actuar diario, cada una señala una dirección que ha funcionado bien para ocuparse de los desafíos a enfrentar, guían cuando se trata de pasar momentos difíciles y tareas demasiado importantes para dejarlas solo en el intelecto: los peligros, las pérdidas dolorosas, la persistencia hacia una meta a pesar de los fracasos, los vínculos con un amigo o pareja, la formación de una familia, el conocimiento hacia los hijos (aun cuando no saben expresarse mediante el habla). Probablemente el ser humano tiene estas experiencias de vida o situaciones semejantes una y otra vez a lo largo de su vida y de la evolución. El valor de supervivencia del repertorio emocional fue confirmado por el hecho de que quedaron grabadas en las memorias como tendencias innatas y automáticas.

En esta misma línea, Chóliz (2005), describe que existe un “Control de evaluación de los estímulos”. “...Dado el valor adaptativo de las emociones y el papel que ejercen en la supervivencia, se entiende que dicho control se ejecute de forma jerárquica y ordenada. La secuencia es la siguiente: 1) novedad del estímulo (lo que supone una primera valoración de la peligrosidad del evento), 2) dimensión placentera-displacentera, 3) si propicia la consecución de una meta o una necesidad, 4) capacidad de enfrentarse a la situación y consecuencias sobre el organismo y 5) la compatibilidad con las normas sociales o personales” (p. 31).

Como lo describió Ekman, (1989, citado en Goleman 2014), en sus descubrimientos acerca de las emociones, existen cientos de emociones, junto con sus combinaciones, variables, mutaciones y matices. Al considerar lo anterior este autor clasificó a las emociones en términos de familia y dimensiones, tomando las principales familias –ira, tristeza, temor, placer, amor, vergüenza, etcétera- como vivencias recurrentes a los infinitos matices de la vida emocional.

A continuación se puntualizan algunos miembros o dimensiones de estas familias de emociones:

Ira	Tristeza	Temor
<ul style="list-style-type: none"> • Furia • Ultraje • Resentimiento • Cólera • Exasperación • Indignación • Aflicción • Acritud • Animosidad • Fastidio • Irritabilidad • Hostilidad • En extremos : violencia y odio patológicos 	<ul style="list-style-type: none"> • Congoja • Pesar • Melancolía • Pesimismo • Pena • Autocompasión • Soledad • Abatimiento • Desesperación • En casos patológicos: Depresión grave 	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad • Aprensión • Nerviosismo • Preocupación • Consternación • Inquietud • Cautela • Incertidumbre • Pavor • Miedo • Terror • En un nivel psicopatológico: fobia y pánico

Figura 5. Tablas de dimensiones de familias de emociones.

Cabe señalar, que la investigación sobre la relación entre emoción y salud se ha centrado, entre otros, en dos grandes aspectos, (Chóliz, 2005):

- En primer lugar, en establecer la *etiopatogenia* emocional de ciertas enfermedades, intentando relacionar la aparición de determinadas emociones (ansiedad, ira, depresión, etc.) con trastornos psicofisiológicos específicos (trastornos coronarios, alteraciones gastrointestinales, o del sistema inmunológico, por ejemplo).
- En segundo lugar, en el papel que ejerce la expresión o inhibición de las emociones en la salud y en el enfermar. Respecto a la relación entre reacciones afectivas y enfermedad, en lo que se refiere a la inhibición de las emociones, ha sido considerada como una de las variables principales que inciden en la enfermedad. No obstante, el autor reitera que la inhibición por sí sola no causa indefectiblemente alteraciones somáticas, ni es inherentemente insana.

Para este estudio nos evocaremos a las emociones positivas enfocadas al ámbito educativo-disciplinario, que son una prueba más, por ejemplo, de mejorar en la resolución de un problema, la capacidad de resistir un dolor, el aumento de la creatividad, control de emociones, entre otras, que constituye un bienestar psicológico, que como resultado pudiese establecer una fortaleza emocional y mental que se describirá en el próximo tema.

1.4. El bienestar psicológico o subjetivo y las fortalezas humanas.

Hablar de *bienestar psicológico* o *bienestar subjetivo* es hablar de *felicidad*, (según *términos de psicología positiva*) cabe mencionar que al ser un término abierto y controversial, se puede prestar a malinterpretaciones, es por ello que para el estudio científico es designado como bienestar psicológico o subjetivo. (Vázquez 2009).

Haciendo una conjunción de estudios, desde el movimiento aristotélico y sus bases de pensamiento, la felicidad se ha definido como una mezcla de afecto positivo frecuente, alta satisfacción vital y afecto negativo infrecuente, (Lyubomirsky 2005).

Así la felicidad vendría integrada por la determinación tanto de los aspectos genéticos y la personalidad como los sociodemográficos y los circunstanciales, quedando sus componentes conformados como se muestra a continuación:

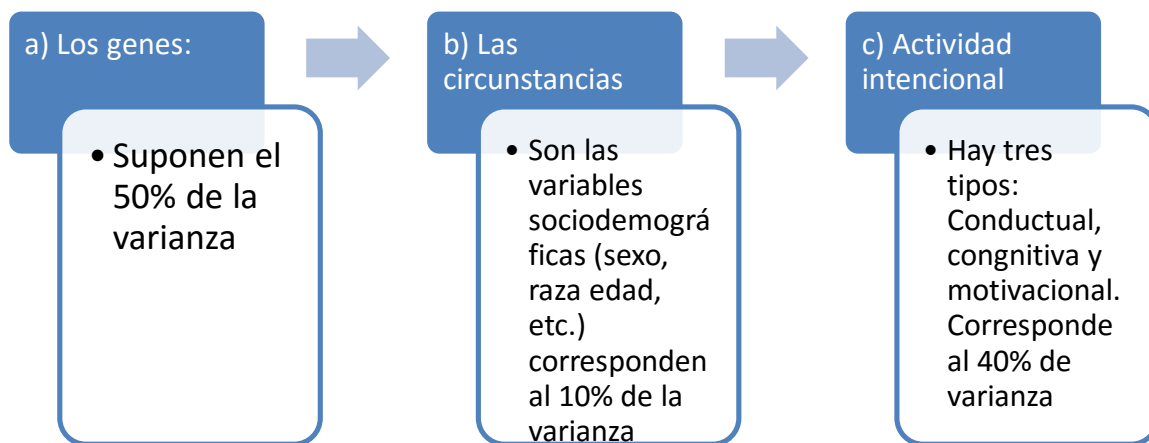


Figura 6. Esquema sobre componentes que conforman la felicidad (Lyubomirsky, 2005).

Lyubomirsky, (2005), señala que con estos porcentajes y las características de cada componente, es posible decir que la felicidad se puede aprender a desarrollar; pese a las situaciones circunstanciales y una carga genética que no se puede cambiar; la clave entonces será poner en práctica, inteligentemente las acciones que se pueden realizar para aprovechar ese porcentaje que hace posible tener estados gratos en los que está presente la felicidad y seguir trabajando en ello para afianzarla.

Relacionando las variables de emociones positivas y satisfacción vital se estableció una aportación de lo que es el bienestar psicológico o bienestar subjetivo. En la siguiente tabla se muestra el resultado de diversos estudios que se mencionaron con antelación, en donde hablar de emociones positivas o negativas es relativo, puesto que todas las emociones cumplen un papel en la evolución humana y por tanto se convierten en un beneficio para las personas. (Diener, 2003; Lyubomirsky, 2005; King, y Diener; 2005, citados en Vázquez 2009).

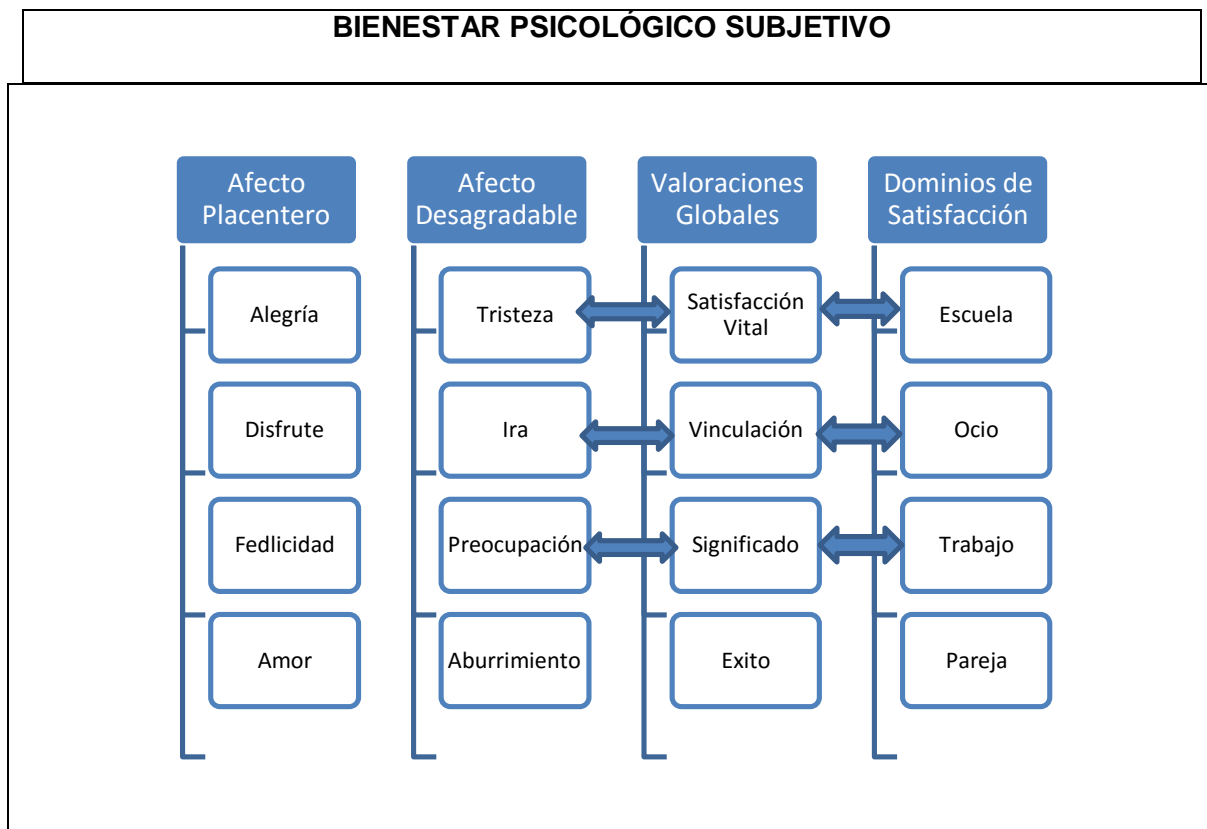


Figura 7. Estructura del bienestar psicológico (Retomado de Vázquez, 2009)

En la tabla es posible diferenciar que en los dos primeros rubros se presentan emociones que cualquier persona experimenta durante su vida, por ejemplo, el miedo es una emoción negativa pero suele ayudar a prevenirnos contra situaciones de riesgo o peligro vital, de lo cual se puede apuntar que las emociones negativas cumplen un papel de prevención de riesgos o supervivencia y adaptación.

Por otra parte las emociones positivas, que en la última década afortunadamente, ha venido a ser un auge dentro de las nuevas ciencias, son una fuente de estado de placer y calma que cumplen una función también adaptativa aparte de poseer un efecto de potenciación de diversas habilidades y estados afectivos positivos. (Vázquez et al. 2009).

Evidentemente dentro del bienestar psicológico la emoción o sentimiento de *felicidad* es parte primordial y es el “objetivo” a la que muchas personas desearían llegar sin ni siquiera estar conscientes del fenómeno que la produce.

Con base en esto, Goleman (2014), refiere que ya se han creado nuevos métodos para explorar el cuerpo y el cerebro, y se han descubierto más detalles fisiológicos acerca de cómo cada emoción dispone al organismo para una clase distinta de respuesta:

Entre los principales cambios biológicos que presenta el sentimiento de felicidad hay un aumento de la actividad en un centro nervioso que inhibe los sentimientos negativos y favorece un aumento de la energía disponible, y una disminución de aquellos que generan sentimientos inquietantes. Pero no hay un cambio determinado de la fisiología salvo una tranquilidad, que hace que el cuerpo se recupere más rápidamente del despertar biológico de las emociones desconcertantes. Esta configuración ofrece al organismo un descanso general, además de una buena disposición y entusiasmo para cualquier tarea que se presente y para esforzarse por conseguir una gran variedad de objetivos. (p. 25).

Después de varias investigaciones acerca de estos modelos de bienestar psicológico y felicidad, Seligman en el año de 2011a, reformulo su teoría en su libro llamado “La vida que florece” en el cual argumenta que el núcleo de la psicología positiva pasa a ser el bienestar en lugar de felicidad; y que su objetivo, deja de ser la satisfacción con la vida para pasar a ser el crecimiento personal. Por tanto, ahora el constructo de bienestar en esta nueva teoría consta de cinco elementos que forman el acrónimo PERMA y en inglés son: positive emotion (*emoción positiva*), Engagement (*entrega*), Relationships (relaciones), Meaning and purpose (sentido) y Accomplishment (logros).

A continuación se presenta un esquema de modelo PERMA.

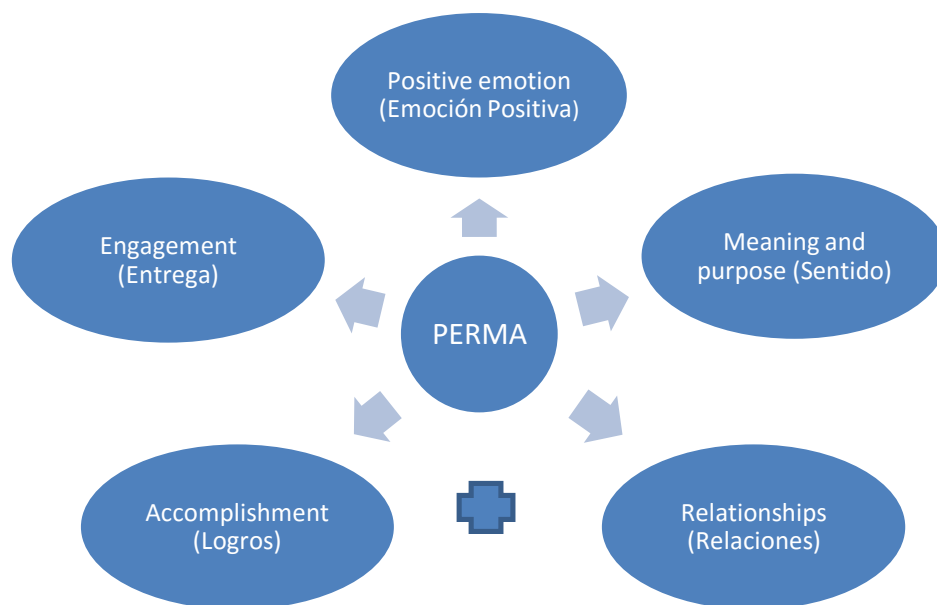


Figura 8. Esquema del modelo PERMA.

Mientras que en el primer modelo de Seligman se basaba en un objetivo finalista de buscar la felicidad de forma subjetiva para alcanzar la satisfacción con la vida, en una vida significativa, esta segunda formulación ya es una teoría dimensional,

dinámica y objetiva al buscar el aumento del crecimiento personal para llegar a una vida lograda.

La novedad de la psicología positiva implica poner de relieve la importancia de potenciar la cimentación de los aspectos positivos del ser humano y, de este modo, llenar la vida de las personas de felicidad y bienestar a través del desarrollo de las fortalezas personales (Peterson y Seligman, 2004).

Las fortalezas Humanas

Una fortaleza debe ser un rasgo moral y puede entrenarse y mejorarse en el sentido de que tenga cierto grado de generalidad en las situaciones y estabilidad a través del tiempo, una fortaleza se celebra cuando está presente y se lamenta cuando está ausente, he aquí la importancia de su mención.(Seligman, 2011b).

Cabe hacer la distinción entre fortaleza y capacidad; las capacidades o el talento, como por ejemplo, correr muy rápido, o cantar bien, no son rasgos morales y no son fácilmente adquiribles, aunque se pueden desarrollar y mejorar, pero tiene que existir una base, que es innata. Por el contrario, fortalezas como el valor, la justicia o la amabilidad, pueden forjarse incluso a partir de unos cimientos frágiles. Además, las capacidades son relativamente automáticas, mientras que en las fortalezas es clave el concepto de voluntad. Prácticamente cualquier persona puede obtener con el tiempo, esfuerzo y determinación suficientes, las fortalezas personales, mientras que las capacidades no pueden adquirirse por medio de la voluntad (Seligman, 2011b).

También los investigadores de la prevención han descubierto que hay fortalezas humanas que actúan como amortiguadores contra la enfermedad mental: el coraje, la mente orientada al futuro, el optimismo, las habilidades interpersonales, la fe, el trabajo ético, la esperanza, la honestidad, la perseverancia y la capacidad para implicarse profundamente en una trabajo o empresa (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). Por ello, los psicólogos que trabajan con familias, colegios y otras organizaciones deberían crear ambientes en los que se desarrollen estas fortalezas.

Las intervenciones que fomenten las fortalezas deberían, también, ser componentes de todo tratamiento ya que reducen los síntomas, previenen las recaídas y aumentan la calidad de vida (Lampropoulos, 2001). El desarrollo de las fortalezas trascendentales puede convertirse en un objetivo legítimo de las terapias.

Por su parte, Seligman, (2011b), hace mención que las fortalezas son los ingredientes psicológicos que definen las virtudes actúan en forma de barrera contra la desgracia y los trastornos psicológicos y pueden ser la clave para aumentar la capacidad de recuperación; también recalca que estas son medibles y adquiribles y siguen un criterio de ubicuidad, es decir, que se valoran en casi todas las culturas del mundo.

En el año de 2004, Seligman y Peterson, decidieron seleccionar una clasificación de las fortalezas y virtudes humanas. Resolvieron hacer un proyecto que consideraba 24 fortalezas, las cuales las han clasificado en 6 categorías que a continuación se presentan:



Figura 9. Modelo de fortalezas y virtudes humanas. (Seligman, 2011b)

Sabiduría y conocimiento. Fortalezas cognitivas relacionadas con el conocimiento, su uso y la manera de adquirirlo.

- Curiosidad e interés por el mundo.
- Amor por el conocimiento y el aprendizaje.
- Juicio, pensamiento crítico, mentalidad abierta.
- Ingenio, originalidad, inteligencia práctica.
- Perspectiva.

Coraje. Fortalezas emocionales orientadas a alcanzar metas y objetivos ante situaciones difíciles.

- Valentía.
- Perseverancia y diligencia.
- Integridad, honestidad, autenticidad.
- Vitalidad y pasión por las cosas.

Humanidad. Fortalezas interpersonales orientadas a ofrecer afecto, cariño y a cuidar a los demás

- Amor, apego, capacidad de amar y ser amado.
- Simpatía, amabilidad, generosidad.
- Inteligencia emocional, personal y social.

Justicia. Fortalezas cívicas que favorecen situaciones de armonía social para la convivencia con los demás

- Ciudadanía, civismo, lealtad, trabajo en equipo.
- Sentido de la justicia, equidad.
- Liderazgo.

Moderación. Fortalezas que nos protegen de caer en el exceso y la desproporción.

- Capacidad de perdonar, misericordia.
- Modestia, humildad.
- Prudencia, discreción, cautela.
- Autocontrol, autorregulación.

Trascendencia. Fortalezas que otorgan significado a la vida.

- Apreciación de la belleza y la excelencia, capacidad de asombro.
- Gratitud.
- Esperanza, optimismo, proyección hacia el futuro.
- Sentido del humor.
- Espiritualidad, fe, sentido religioso.

Cada persona tiene su propio mapa de fortalezas y virtudes, y por ello debemos conocer cuáles son y cómo potenciarlas. Según Vera Poseck (s/f), de las 24 fortalezas citadas, cinco están directamente relacionadas con la satisfacción con la vida:

- Gratitud
- Optimismo
- Entusiasmo
- Curiosidad
- Capacidad de amar y de ser amado

Es por lo anterior que, uno de los propósitos de la psicología positiva ha sido contribuir al estudio de las condiciones y procesos relacionados con el desarrollo óptimo de los individuos, grupos e instituciones, su aportación ha tenido impacto en varias áreas de la psicología de las cuales se ha visto mayor énfasis en el área de la salud y educativa, (Gable & Haidt, 2005).

1.5. Psicología positiva aplicada en la educación

La psicología educativa desde una perspectiva positiva como lo vimos anteriormente, centra su atención en las emociones, fortalezas y atributos de las personas y grupos en ambientes pedagógicos.

Al respecto, Seligman & Csikszentmihalyi (2000), postularon que promover competencias en los niños es más que arreglar lo que está mal en ellos; es identificar y fortalecer sus cualidades predominantes, y ayudarles a encontrar los espacios en los que puedan expresarlas. Promover las fortalezas de los niños y jóvenes puede incrementar cambios que favorecen el manejo exitoso de las dificultades actuales y las que deberán afrontar en el futuro.

En este sentido, Meyers y Nastasy (1999, en Contreras 2006), sostienen que las intervenciones preventivas deben dirigirse hacia la transformación del ambiente para reducir el estrés y modificación del individuo para desarrollar competencias, y crear un cambio de forma simultánea con el individuo y su ambiente. Los ambientes educativos en los cuales las recompensas son ofrecidas de manera contingente con el logro exitoso de metas realistas tienen más probabilidad de incrementar la motivación y disminuir los comportamientos problemáticos de los niños y jóvenes para con sus padres o profesores y por tanto sociedad en general.

Seligman (2003), argumenta que a partir de diferentes contextos los niños, jóvenes y adultos mediante relaciones interpersonales están inmersos a adquirir una educación específica, en donde, por medio de sus sentimientos o emociones forman un sistema sensorial que proporciona un crecimiento individual. Si en esta evolución de vida existen sentimientos y emociones positivas en conjunto con las personas con las que interactúan, esto podría ayudar a generar una mejor relación con el mundo, facilita el desarrollo de amistades, de amor, de una mejor salud física, de mayores logros personales y en conjunto, activan la creatividad y la tolerancia, dando paso a la felicidad y el bienestar individual, pero esto se tiene que aprender y desarrollar.

Dentro de este contexto, el autor, propone varias técnicas para el perfeccionamiento y desarrollo de las emociones positivas para que reduzca el estrés y haya una convivencia positiva en diferentes contextos entre las personas, pero se requiere identificarlas.

Seligman (2003), Realiza una división de tres áreas abarcando el presente, el pasado y el futuro, orientadas hacia lo positivo:

1.- Emociones positivas orientadas al pasado: Como la gratitud y el perdón.

Al ocuparse demasiado en las experiencias negativas del pasado, éstas persisten y se multiplican, para sobreponerse de estas experiencias negativas se recomienda reconocer el disfrute de los buenos momentos del pasado, para establecer una serenidad, satisfacción y una felicidad placentera en el presente del sujeto. El sentimiento de gratitud aumenta al disfrutar de los buenos momentos del pasado reduciendo el efecto deprimente que pudiesen haber dejado a través de practicar el perdón. Estas son dos tipos de emociones que pueden sentirse para aliviar las malas experiencias del pasado de forma duradera, se describen a continuación:

- **Gratitud:** Varios de los recuerdos que se tienen en el pasado, acarrear las emociones que sentimos posteriormente aun momento como vergüenza, amargura, felicidad, añoranza, orgullo, odio, decepción o satisfacción. La gratitud contribuye al aumento de la satisfacción con la vida ya que amplifica los buenos recuerdos sobre el pasado, su intensidad y su frecuencia, dejando como consecuencia una gran satisfacción personal y emocional. Es decir, es como un sistema sensorial victoria-vitoria, donde el sujeto aspira a un bienestar psicológico inspirando felicidad. De lo contrario suele aminorar o enfocarse por completo a las represalias y los recuerdos dolorosos que como consecuencia traen sentimientos negativos que impiden el brote de gratitud y felicidad, estancándose en lo que ya ha pasado, bloqueando nuevas experiencias.

- **Perdonar:** Es importante crear el sentimiento de perdón, ya que si no es así, el sujeto está propenso a cometer actos antisociales, porque está vivenciando un sentimiento de resentimiento hacia quien o quienes lo lastimaron y se aleja, se aísla y evita la situación (es un acto comprensible y visto también desde un aspecto neurológico). La capacidad de perdonar puede traer consigo una estabilidad mental y mejoría en el aspecto físico, también implica el surgimiento de emociones positivas que producen un incremento en el pensamiento creativo, el surgimiento de nuevas ideas, mejora en la autoestima y disminución de la ansiedad y la depresión ya que la ira y el coraje hacia los demás y uno mismo tiende a reducirse. Como consecuencia se va transformando la amargura que pudo haber dejado un evento pasado en un asunto totalmente neutral haciendo posible una mayor satisfacción con la vida que se lleva, reduciendo la aflicción y dándole la oportunidad de cambiarle el significado negativo a los recuerdos que generan emociones insatisfactorias.

2.- Emociones positivas orientadas al presente. Se dividen en 2 categorías: placeres que se dividen en corporales y superiores; y las gratificaciones.

- **Placeres corporales** son las emociones positivas pasajeras manifestadas a través de la percepción. Los placeres superiores son igualmente pasajeros, pero más complejos ya que se definen por los sentimientos subjetivos que pueden producir como: el gozo, la alegría, el júbilo, la satisfacción, la distracción, etc.
- **Las gratificaciones**, son la segunda parte de las emociones positivas enfocadas al presente, se refieren a las actividades que al sujeto le resultan agradables de realizar y le resultan satisfactorias.

3.- **Emociones positivas orientadas al futuro:** son la esperanza, el optimismo, la confianza y la fe.

- **El optimismo:** Puede definirse como una característica disposicional de personalidad que media entre los acontecimientos externos y la interpretación personal de los mismos. Tendiendo a esperar que el futuro arroje resultados favorables, ese sentimiento ayuda a enfrentar las dificultades con buen ánimo y perseverancia, descubriendo lo positivo que tienen las personas y las circunstancias, confiando en las capacidades y posibilidades de cada individuo y las situaciones.
- **La esperanza:** Según Goleman (s/a, citado en Codina, 2006), la esperanza es saber lo que es preciso hacer para llegar a un objetivo y tener energía para dar esos pasos. “Es esa fuerza motivadora primordial y su ausencia resulta paralizante”.
- **La Confianza y la fe:** El futuro está por escribirse. Pensar que ha de ser negativo a priori no tiene ninguna base. Por el contrario ser optimistas tener fe y confianza en que se tendrán buenos resultados, nos predispone a buscar un mejor enfoque, mejores situaciones y tener un estado de ánimo propicio a lo bueno que está por venir. (Seligman, 2003).

Cabello, Ruiz-Aranda & Fernández-Berrocal, (2010), puntualizan que dentro de esta gama de técnicas para llevar relaciones interpersonales positivas enfocadas a la educación es imprescindible mencionar dos aspectos que se han venido relacionando: la inteligencia emocional y la educación emocional; en donde la inteligencia emocional (IE) es un constructo que se ha venido estudiando en las últimas décadas, que explica el bienestar personal y éxito social en diversos contextos en general. La relación positiva establecida entre la IE y el logro escolar, son relevantes ya que se enfocan a la prevención de conductas de riesgo como lo son: el ajuste social, la calidad y cantidad de las relaciones interpersonales.

Goleman (2014), es uno de los autores que hace referencia teórica acerca de la IE, la cual definió como: la habilidad para auto motivarse y la tenacidad para encarar frustraciones, controlar impulsos y relegar la gratificación; regular los propios estados de ánimo y controlar el miedo para dejar fluir la capacidad de pensar. Este modelo tuvo gran éxito en las organizaciones y lo llamarón: “Modelo mixto”.

Otro precepto fue el que postuló Gardner (1995, citado en Goleman, 2014), en sus investigaciones se inspira en un modelo de mente cognitivo-científica, donde refiere que la cognición es la comprensión de uno mismo y de los demás en relación a los motivos, a los hábitos de su trabajo y a la utilización de esa perspicacia para dirigir su propia vida y llevarse bien con los semejantes. Es decir, describe que la inteligencia intrapersonal son señales visceral-sentimentales que recibimos y que resultan fundamentales y se vuelven habilidades emocionales y de relación en los momentos de la vida. Señala que en el mundo cotidiano, ninguna inteligencia es más importante que la interpersonal. “Si uno no la tiene, elegirá inadecuadamente con quien casarse, que trabajo aceptar, etc.” (Goleman, 2014, p. 62). Este autor recomienda entrenar a los niños desde la escuela, en el manejo de las inteligencias emocionales.

En esta línea Thorndike, al rededor del año 1920, (en Goleman 2014), refiere que el consiente intelectual (CI) de una persona involucra un aspecto de la inteligencia emocional y la inteligencia social, la capacidad de comprender a los demás y actuar prudentemente en las relaciones humanas. Posteriormente, una investigación más sistemática, llevada a cabo por Sternberg (1985 en Goleman 2014), difiere un tanto a la conclusión de Thorndike; en cuanto que la inteligencia social es distinta a las capacidades académicas pero al mismo tiempo, es una parte clave de lo que hace que a la gente le vaya bien en el aspecto práctico de la vida.

Para Bar-On (1997), la IE es un conjunto de capacidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en la capacidad total de individuo para hacer frente a las demandas y presiones del medio ambiente.

Este autor propuso un modelo de 5 dimensiones de la IE:

- 1) Habilidades Intrapersonales
- 2) Habilidades interpersonales
- 3) Manejo de Estrés
- 4) Adaptabilidad
- 5) Estado de ánimo general

Este enfoque pone total énfasis a la IE en la adaptación del individuo a diferentes situaciones de naturaleza emocional y social.

Mayer y Salovey (1997 en Fernández & Extremera, 2005), en los inicios del estudio de IE y quienes tienen uno de los marcos de referencia más importantes, definieron la IE como un conjunto de habilidades cognitivas para percibir, usar, comprender y manejar las emociones cuyas consecuencias son adaptativas para el sujeto, en consecuencia enlistan cuatro dimensiones o habilidades básicas que favorecen la función adaptativa en el contexto escolar, en donde los alumnos se enfrentan diariamente a habilidades emocionales para adaptarse de forma adecuada a la escuela; es importante que los profesores también fomenten y apliquen la IE a los alumnos para guiar con éxito tanto sus emociones como las de sus alumnos.

Las cuatro habilidades cognitivas según Mayer y Salovey (1997 en Fernández & Extremera, 2005), son:

1. **Percepción y expresión de emociones:** Es la habilidad para percibir las propias emociones y la de los demás, así como percibir emociones en objetos, arte, historias, música y otros estímulos. Esta habilidad implicaría la facultad para discriminar acertadamente la honestidad y sinceridad de las emociones expresadas por los demás. Esta capacidad para discriminar las discrepancias entre el comportamiento verbal y las manifestaciones expresivas del alumno le permite al profesor saber que, a pesar de que el alumno afirme en un primer momento que no ocurre nada, (si tuviese algún problema personal o

escolar), no es totalmente cierto y que ahora es el momento oportuno para ofrecerse a hablar y escuchar el problema, proporcionando apoyo y comprensión.

2. **Asimilación Emocional o Facilitación emocional del**

pensamiento: La habilidad para generar, usar y sentir las emociones como necesarias para comunicar sentimientos, o utilizarlas en otros procesos cognitivos. En función de los estados emocionales, los puntos de vista de los problemas cambian, incluso mejorando nuestro pensamiento creativo. Es decir, esta habilidad plantea que nuestras emociones actúan de forma positiva sobre nuestro razonamiento y nuestra forma de procesar la información. Por ejemplo, algunos alumnos necesitan para concentrarse y estudiar un cierto estado anímico positivo, otros en cambio necesitan un estado de tensión que les permita memorizar y razonar mejor. Estas diferencias personales explican el fenómeno de que algunos alumnos no estudien para los exámenes hasta el último momento (dos o tres días antes), que es cuando el estado de tensión de la situación les ayuda a centrarse en la tarea.

3. **Comprensión Emocional:**

Es la habilidad para comprender la información emocional, cómo las emociones se combinan y progresan a través del tiempo y saber apreciar los significados emocionales, también supone conocer cómo se combinan los diferentes estados emocionales dando lugar a las conocidas emociones secundarias (los celos pueden considerarse una combinación de admiración y amor hacia alguien junto con un matiz de ansiedad por miedo a perderla debido a otra persona). Por otra parte, incluye la habilidad para interpretar el significado de las emociones complejas, por ejemplo, las generadas durante una situación interpersonal (el remordimiento que surge tras un sentimiento de culpa y pena por algo dicho a un

compañero, por lo cual la persona pudiera arrepentirse). El profesorado hace también uso a diario en el aula de estas habilidades. Aquéllos con un elevado conocimiento emocional, en especial, de una alta comprensión del estilo emocional y la forma de actuar de sus alumnos, son capaces de conocer qué estudiantes están pasando por problemas fuera del aula y les podrán ofrecer un mayor apoyo.

4. **Gestión de las emociones:** La habilidad para estar abierto a los sentimientos, modular los propios y los de los demás así como promover la comprensión y el crecimiento personal, es decir, moderando las emociones negativas e intensificando las positivas. El profesorado hace también uso a diario en el aula de estas habilidades. En primer lugar con el alumnado, por ejemplo, saber cuándo alentar a sus alumnos para motivarlos hacia la consecución de una meta o bien, ser un mediador reflexivo y ecuánime cuando dos estudiantes se pelean en el aula, apaciguando la disputa acalorada entre ellos, intentando apaciguar la situación. En segundo lugar deben poner estas habilidades en juego con los padres, por ejemplo, sabiendo cuándo utilizar la crítica constructiva del escaso rendimiento de sus hijos para que los padres adopten un papel más activo en su educación.

En las ramas 1,3 y 4 incluyen razonar acerca de las emociones, por otro lado la rama 2 únicamente incluye el uso de las emociones para realzar el razonamiento.

El termino IE, propone una visión funcionalista de las emociones y une dos interesantes ámbitos de investigación como son los procesos afectivos y los cognitivos que, hasta hace relativamente poco tiempo, se creían independientes e, incluso, contrapuesto. Esta conjunción implicaría una mejor adaptación y resolución de los conflictos cotidianos mediante el uso, no sólo de nuestras capacidades intelectuales, sino a través de la información adicional que nos proporcionan nuestros estados afectivos (Mayer, 2001 en Fernández & Extremera 2005).

Posteriormente, Salovey (1990, citado en Goleman, 2014), retoma las inteligencias personales de Gardner en su definición básica de inteligencia emocional, proponiendo cinco esferas principales:

1.- Conocer las propias emociones. El principio de Sócrates “Conócete a ti mismo”, nos habla de esta pieza clave de la inteligencia emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Una incapacidad de este sentido nos deja merced de emociones incontroladas.

2.- Manejar las emociones. La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de expresarlos de forma apropiada, se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones. La habilidad para suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.

3.-Motivarse así mismo. Una emoción tiende a impulsar una acción, por eso las emociones y la motivación están íntimamente relacionadas, encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, auto motivarse, manejarse, y realizar tareas creativas. El autocontrol emocional conlleva la demora de gratificaciones y el dominio de la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en las actividades que emprenden.

4.- Reconocer las emociones de los demás. El don de gente fundamental es la *empatía*, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es el fundamento del altruismo. Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Esto las hace apropiadas para las profesiones de la ayuda y servicios en sentido amplio (profesores, orientadores, pedagogos, psicólogos, psicopedagogos, médicos, abogados expertos en ventas etc.).

5.- Establecer relaciones. El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad para manejar sus emociones. La competencia

social y las habilidades que conlleva son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

Otro autor llamado Josep LeDoux, (1996), investigador de neurofisiología, realizó durante los años 80 descubrimientos importantes de la fisiología del cerebro. A través de su trabajo "El cerebro emocional", dio a conocer la presencia de la amígdala como el núcleo del sistema límbico, así como la importancia del papel que desempeña el cerebro emocional. Estipula, que no es necesario ser consciente de un sentimiento para producir una respuesta emocional, ya que esta puede producir mecanismos inconscientes (LeDoux 1996, 2000). Los procesos cognitivos están medidos por las vías que ponen en contacto la amígdala con la corteza cerebral, donde radican las áreas más evolucionadas del cerebro. Por tanto, las respuestas inconscientes dependen de las estructuras subcorticales del sistema nervioso.

Hasta siempre la neurociencia había considerado que el recorrido de las señales emitidas por los órganos sensoriales eran: el tálamo, neócorax, sistema límbico y vías eferentes. Una de las aportaciones de LeDoux (2000), es que descubre que hay una pequeña área secundaria más corta que comunica directamente al tálamo con la amígdala, se trata de un pequeño puente que permite a la amígdala recibir señales de los sentidos directamente y emitir una respuesta antes de que sean registrados por el neócorax. Este circuito explica la gran influencia que tienen las emociones para desbordar a la razón lo que da lugar al gran "secuestro emocional", el cual hace perder el control de las emociones al sentirse enojado o explotar por alguna situación, ya después se reflexiona hacia el comportamiento que lastimo a otros, por tanto surge la pregunta: ¿Qué ocurre al ser humano para que se vuelva irracional con tanta facilidad y casi de forma instantánea?

La ciencia dice que las personas han sido víctimas de un secuestro emocional o neuronal, que está relacionado con el sistema límbico y más concretamente con la amígdala, esto quiere decir que las emociones son inherentes al ser humano y exponen constantemente a perder el control. Para esto se puede recurrir al

aprendizaje y practica de competencias emocionales para evitar situaciones comprometidas, (LeDoux, 2000).

En general estos modelos tratan de explicar los factores que determinan el ajuste social y biológico exitoso y sus desarrollos permiten una comprensión de la complejidad de su objeto de estudio.

1.6. Cognición instruccional positiva

La psicología positiva tiene vínculos con otras corrientes o teorías psicológicas que han estudiado conceptos integrantes o relacionados con la misma. De acuerdo con esto, las tres vías que propuso Seligman (2011a), para la felicidad, y los elementos del modelo de PERMA posterior concuerdan con los planteamientos de los caminos propuestos por Frankl para dotar de sentido a la vida personal. Ambos autores aseguran que el hombre tiene el poder de dar sentido a su vida desarrollando las virtudes y fortalezas personales, según el primero, o descubriendo su vocación o misión, según el segundo. El paralelismo epistemológico entre estas teorías, tan solo separadas por algunas décadas, ha sido recientemente estudiado y evidenciado por algunos autores (Risco, 2009; Salvino, 2009).

Fusionando ambas perspectivas nace la Cognición Instruccional Positiva (en adelante CIP), formulación teórico-práctica (Cabaco, 2009), que pretende ser, a través de programas instruccionales, una guía aplicada para el desarrollo de las competencias vitales, de la felicidad y del bienestar de la persona.

Las características requeridas las encontramos en la tridimensionalidad competencial de la formación integral, según Delors, (1996 en Cabaco, 2009). Saber (capaz de centrar su atención y planear); Saber hacer (obrar de forma autosuficiente); Saber ser (sentido de responsabilidad y sentido de vida), y son desarrolladas en los cinco niveles en los que se concreta la proposición de la CIP (Cabaco, 2009).

Los niveles son los siguientes:

Análisis del problema: supone un entrenamiento instruccional específico centrado en adquirir e interiorizar un esquema de afrontamiento y en la adquisición de un alto grado de supervisión metacognitivo hacia las propias intervenciones. Para ello empleamos los patrones de los enfoques contemporáneos de la solución de problemas de corte cognitivo (Bruning, Schraw, Norby y Ronning, 2005), que proponen cuatro etapas en su procedimiento general:

- a) *Identificar el problema.* Supone definir el problema en términos específicos, operativos y resolubles.
- b) *Representar el problema,* que operativizamos mediante los cuatro ejes que globalizan el espacio del problema: estado inicial (identificación del problema), estado final o meta (situación que definirá la solución misma), operadores o estrategias a utilizar (recursos disponibles o posibles) y restricciones o limitaciones (hándicaps o problemas).
- c) *Seleccionar la estrategia,* ya que cada problema puede tener distinta magnitud en cuanto a su complejidad, soluciones posibles (representaciones). Además es muy importante la discriminación de la estructura profunda y aplicar, por ejemplo, el razonamiento analógico para problemas que tengan la misma naturaleza estructural a pesar de las diferencias aparentes en su manifestación superficial.
- d) Poner en práctica y evaluar, es decir, pasar de las competencias cognitivas (saber) a las procedimentales (saber hacer) pero con una actitud de autorregulación (saber ser). La experiencia indica que el éxito de una estrategia depende básicamente de los primeros pasos (adecuada identificación y

representación de los problemas) pero también de la flexibilidad para cambiar de estrategia y evaluar de forma anticipada las consecuencias de su aplicación.

Expresión y reconocimiento emocional: se busca potenciar la capacidad de expresión (función comunicativa hacia fuera) y de reconocimiento emocional (función comunicativa hacia dentro).

Además, es muy importante el papel regulador que las emociones positivas puedan ejercer sobre las negativas desde el plano adaptativo y autorregulador de la conductas (Fernández-Abascal, 2008). Para algunos autores este dominio emocional podría denominarse conciencia emocional (Iriarte, Alonso y Sabino, 2006), en la medida que su dominio permite conocer las emociones en el momento de su aparición (poder ejercer control), ser consciente de su funcionamiento (buscar idoneidad emocional), así como de las consecuencias (dimensiones adaptativas). Esta etapa se correspondería con lo expresado por Seligman (2011b) como vida placentera (risas, buen humor, etc.) y como “cumplimiento de un sentido” y “encuentro humano” que aleja del vacío existencial según Frankl. (2011).

Autoconocimiento: aquí se pretende fortalecer a la persona contra las situaciones o contextos generadores de inestabilidad personal y social que se puedan presentar mediante estrategias instruccionales que favorezcan el autoconocimiento. De este autoconocimiento deriva lo que Seligman (2011b), denomina el segundo nivel de felicidad: la vida comprometida, y la voluntad de sentido que propone Frankl (2011), como la motivación esencial del comportamiento humano.

Reflexión o contemplación global de la situación/problema y de su implicación en la dimensión personal. En este nivel es de gran utilidad la llamada inteligencia intuitiva (Gladwell, 2005), inspirada en las inteligencias múltiples de Gardner (1995). Este tipo de conducta inteligente permite diferenciar si la cognición rápida (selección de datos significativos en una situación contextual determinada) que una persona hace es objetiva o está “contaminada” por malas experiencias personales.

Bienestar: aquí se busca alcanzar el nivel de felicidad correspondiente al concepto de vida significativa de Seligman (2001b), que propone una aplicación de los puntos fuertes personales con el objetivo de sentido de pertenencia y de servicio hacia algo que trasciende. Frankl (2011), entiende el súper sentido en relación a la voluntad que tienen todos los seres humanos de hallar el sentido último de su existencia. La persona que busca salir de sí misma es un ser abierto, un “ser para otro”, un “ser más allá de sí mismo” que va al encuentro de algo que está más allá y que le da consistencia. Mediante estos lineamientos se ha elaborado un programa de intervención llamado CIP, el cual se muestra en la tabla 3.

PROGRAMA CIP

UNIDADES	ACTIVIDADES
I. Análisis del problema	1. identificar el problema 2. Estilos de decisión
II. Expresión y reconocimiento emocional	1. Cuatro emociones básicas 2. Emociones y señales
III. Autoconocimiento	1. Tu personalidad 2. ¿Cómo nos vemos, cómo nos ven?
IV. Reflexión o contemplación de la situación	1. Tu tiempo 2. El relato
V. Bienestar	1. Cultivando alegría y optimismo 2. Aplicando mis cualidades

Tabla 3. Programa CIP (Alonso & Iriarte, 2005).

Cabe mencionar, que estas actividades también están elaboradas y adaptadas para el Programa Educativo de Crecimiento Emocional y Moral y sus siglas son (PECEMO), (Alonso & Iriarte, 2005). PECEMO es un programa diseñado para trabajar en el ámbito escolar, aunque puede ser igualmente válido –con las correspondientes adaptaciones- para trabajar en el ámbito no formal o comunitario, al igual que el programa CIP. Así mismo es un material educativo que amplía los objetivos que habitualmente forman parte de los programas de educación

emocional, ya que el desarrollo de la competencia emocional en sí misma no asegura la integridad del comportamiento humano.

Lo contemplado hasta ahora nos muestra que la Psicología Positiva puede llevar a un replanteamiento de la educación ya que es el espacio apropiado para el desarrollo de las fortalezas personales de los niños y jóvenes. Desde esta perspectiva podría hablarse de Escuelas Positivas, como señalan Moreno y Gálvez (2010), donde la posible originalidad que introduce esta corriente de la psicología en la educación es su énfasis en la coordinación de tres objetivos complementarios como son el organizacional, caracterizándose por la eficacia y eficiencia; el profesional, por la motivación y satisfacción de sus maestros y padres; y el escolar, por el desarrollo instruccional y personal de los alumnos.

Aunado a estos programas de revuelo, también es de gran importancia la educación en *VALORES*, para lograr un cambio global dentro de la educación, ya que estos impactan desde la niñez hasta la edad adulta en la sociedad Estado y país. En el capítulo 2 se expondrán las características de los valores en nuestra sociedad y el manejo de las mismas.

CAPÍTULO II

Adquisición de los Valores

2.1. Campo de investigación en México de la Educación en valores.

Uno de los objetivos primordiales de las esferas: familia, escuela y sociedad; es la internalización de los valores en la educación tanto en niños como en jóvenes, los cuales serán el futuro próximo. Los valores siempre han estado ahí donde vive, crea y se expresa el ser humano, individual y colectivamente; son como el símbolo que define una familia o sociedad, siendo una preocupación para reconstruir las bases de la convivencia humana en toda sociedad, (Barba 2005).

Sandoval (2007), argumenta, que los valores son producto de cambios y transformaciones a lo largo de la historia, es decir, cambian o desaparecen en las distintas épocas. Por ejemplo, la virtud y la felicidad son valores; pero no podríamos enseñar a las personas del mundo actual a ser virtuosas según la concepción que tuvieron los griegos de la antigüedad. Es precisamente el significado social que se atribuye a los valores uno de los factores que influye para diferenciar los valores que la gente posee en la actualidad, de aquellos que guiaron a la sociedad en el pasado.

Por ello, la corriente de “Educación en valores” se ha ido expandiendo a muchos países ya que organizaciones como, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y otras organizaciones que han mostrado interés en esta área como un medio de progreso y de formación del individuo, pero también cada país ha experimentado la necesidad de los valores para su sociedad, (Portillo 2005).

En relación a lo anterior; Yurén & Hirsch (2012), convienen que la educación y valores en México, se han ido conformado a la actualidad y están en proceso de consolidación, caracterizándose por su activa presencia en el contexto de los Congresos Nacionales de Investigación Educativa (CNIE) que organiza el Consejo Mexicano de Investigación Educativa (COMIE, A.C.), así como por la construcción

de redes de investigadores y la realización de actividades académicas específicas en el campo. Relacionado con educación y valores, estos autores también refieren que en la actualidad hay otras áreas de investigación que incluyen trabajos sobre valores, ya sea porque están implícitos en sus temas de estudio o en sus contenidos, algunos de ellos son: las áreas de aprendizaje y desarrollo humano, currículum, educación ambiental y sustentabilidad, multiculturalismo y educación, política y gestión, convivencia escolar, o bien porque contienen alguna subárea que de manera expresa los atiende, como es el caso de la dedicada a la Formación de ética y valores, en el área de procesos de formación, como lo son: formación ciudadana y de derechos humanos, eticidad, moralidad y esteticidad, valores y ética profesionales, filosofía y política, equidad de género, valores profesionales y estudiantes, corporeidad, movimiento y educación física.

El desarrollo moral y la adquisición de valores es uno de los objetivos fundamentales de la educación. Por una parte, sus fundamentos jurídicos están históricamente establecidos en México; tienen un origen y una construcción de profundo sentido social, político y un conjunto de significados antropológicos en los que se expresa el derecho a la educación y sus garantías, en oposición a una consideración de los mismos que sólo quisiera verlos como asuntos conceptuales o ideales sin historia política y social. Además de lo anterior y, aunque no con la generalidad e intensidad necesaria a la vida social y escolar, se han logrado avances en su atención en los planes y programas escolarizados, en el lapso de 1992 a 2012. (Barba, 2005; Yurén & Hirsch, 2012).

Yurén & Hirsch, (2012), se dieron a la tarea de hacer una reconstrucción del campo de investigación que se ha realizado acerca de la Educación y Valores en México; durante los años de 1992 a 2012. Retomando en consideración los siguientes aspectos:

- ✚ Ante el hecho de que la escuela, no ha atendido eficazmente esta parte de su función formativa, un amplio y diverso conjunto de sujetos sociales

(investigadores, organizaciones no gubernamentales, autoridades electorales, gobernantes, dirigentes de padres de familia, etc.) han señalado lo injustificable de tal carencia y expresado la necesidad urgente de mejorar la formación ética en la socialización escolar.

- ✚ La revisión de la investigación del periodo 1981-1992 mostró que el conocimiento sobre los alumnos de esa época, estaba fragmentado y disperso, con pocos trabajos que consideraran al alumno como centro de su indagatoria, (Ducoing y Landesman, 1996; Carvajal y Spitzer, 1996; en Yurén & Hirsch, 2012) y los estudios existentes se concentraban en la educación media y la superior, (Barba, 2000 p.138, en Yurén & Hirsch, 2012). En varios congresos esta área fue una de las que recibieron trabajos relacionados con los valores.
- ✚ Un documento del Programa Nacional Indicativo de Investigación Educativa del CONACYT presentado en el Congreso, *“El Plan Maestro de Investigación Educativa”*; (Latapí, 1988; en Yurén & Hirsch, 2012), ofreció una síntesis de la investigación sobre las funciones de la educación y afirmaba que respecto a la función de asegurar el aprendizaje y el desarrollo intelectual existía una concepción extremadamente escolarizada de la práctica cotidiana, caracterizada por enfatizar la transmisión de conocimientos, incluyendo relaciones autoritarias, verticales, el fomento de la pasividad y docilidad del alumno que impiden el “desarrollo del espíritu crítico y creativo” y hacen del alumno “un ser dependiente” (op. cit., pp. 20-21). Ya en estos juicios está implicado, como puede apreciarse, el tema de la formación moral y valoral. En cuanto a la función de socialización se afirma en el citado texto que hay pocos estudios.
- ✚ Fue hasta 1993, durante el gobierno de Carlos Salinas, cuando la Secretaría de Educación Pública llevó a cabo una reforma curricular en la que se dio un mayor impulso al tema de los valores. El área temática en la que se

incluyeron las investigaciones sobre valores fue llamada Educación, sociedad, cultura y políticas educativas, que reunió una variedad de temas. Dentro de esta área se ubicó el tema de educación y valores, desvinculándolo del área de sujetos, donde no se hizo ninguna referencia a los valores.

- ✚ Hasta 1992 no había un programa de investigación definido sobre los valores en educación y mucho menos sobre el desarrollo moral, éste último tema ni siquiera mencionado como una de las teorías de referencia para la formación de valores. A inicios de ese año se publicó un trabajo teórico (Barba, 1992; en Yurén & Hirsch, 2012), en el que se presenta la teoría cognitivo-evolutiva de L. Kohlberg sobre el desarrollo moral como una alternativa para la formación valoral.
- ✚ De los años de 1997 al 2003, se realizaron 7 congresos (CNIE), en donde el último permitió dar una apertura al campo de la investigación en educación y valores con la denominación de Educación, valores y derechos humanos. Tanto en la estructura del Congreso como en las publicaciones pertinentes del estado del conocimiento en investigación educación y valores, estos preceptos fueron ubicados en el área temática como: *Educación, derechos sociales y equidad*.
- ✚ Haciendo una revisión y comparación de los estados del conocimiento publicados de 1993 a 2003, Weiss (2003; en Yurén & Hirsch, 2012), señala que esos trabajos revelan que en la investigación en educación y valores en México, pasó de un enfoque centrado en la Pedagogía, a un enfoque multidisciplinario y multirreferencial de ciencias sociales y humanidades.
- ✚ Por otro lado, en una reunión especial con ocasión del CNIE de Guadalajara, el grupo de investigadores acordó constituir la Red Nacional de Investigadores en Educación y Valores y definió su estructura directiva que tuvo entre sus primeras tareas la de formular unos estatutos, los cuales fueron presentados, analizados y aprobados en la asamblea que la Red

celebrado en la ciudad de Hermosillo Sonora. Durante la celebración del octavo CNIE en el año 2005. La red adoptó el nombre aprobado en la ciudad de Guadalajara y su sigla REDUVAL. Los integrantes de esta red, para el año 2011, establecieron áreas y sub áreas (mencionadas anteriormente) de Aprendizaje y desarrollo humano, Currículum, Educación ambiental y sustentabilidad, Multiculturalismo y educación, Política y gestión, Convivencia escolar.

Yurén & Hirsch, (2012), argumentan que posterior a estos años, se ha observado una degradación de los valores en general, así como de la investigación en educación ya que lejos de mejorar nuestro entorno sociocultural se ha ido degradando en diversos aspectos a nivel mundial. Por ejemplo, el crecimiento económico está beneficiando ya no a países enteros sino a unas pocas corporaciones en el mundo y esa concentración está impactando negativamente a una gran capa de la población mundial empujando a muchos a la migración, la delincuencia, o la muerte por inanición. En relación con esto, el movimiento de los indignados en numerosos países y los numerosos movimientos que luchan por la democratización de la vida pública, así como por la paz, la justicia y la dignidad en múltiples puntos del planeta, nos hablan de los problemas que hoy vive la humanidad. Especificando la situación de México, este continúa en estado de crisis tanto por las condiciones internas de su economía (bajo crecimiento y alto nivel de desigualdad) y las limitaciones que ha enfrentado el fortalecimiento de la vida democrática, como por las consecuencias que se derivan de su inserción creciente en la economía global.

En esta última década, no solamente se habla de conflictos bélicos y sus efectos devastadores para la sociedad, sino también de los recursos y el patrimonio de las próximas generaciones que se ve afectado no sólo por conflictos locales o internacionales, sino también por el cambio climático y las crisis alimentarias que parecen recurrentes. Por otro lado, se encuentra el *narcopoder* el cual sigue siendo fuente de corrupción de personas, instituciones y organizaciones y, para colmo, la

estrategia para combatirlo ha generado tantos daños colaterales que se ha vuelto un elemento más de la terrible inseguridad que se padece en el país.

A todo ello se suma la insuficiente y deficiente cobertura en salud, educación y el elevado índice de desempleo que va en aumento en la medida en que las grandes corporaciones van engullendo o anulando al pequeño comercio y la pequeña industria. En México, estas condiciones son fuente de desesperanza e incertidumbre para las generaciones jóvenes, constituyen la razón de ser del miedo y la desconfianza que se apoderan de una gran parte de la población. (Barba, 2005; Yurén & Hirsch, 2012).

Estos autores apuntan a que, resulta indispensable continuar impulsando el trabajo grupal, social y de las diferentes organizaciones dedicadas al área de Educación y valores y procurar la realización de trabajos que integren enfoques teóricos, que puedan ser aplicados a la sociedad y para la época actual.

Las siguientes tablas y graficas muestran los porcentajes y tipo de trabajos que se han realizado en el área de educación en valores en México durante 2 décadas:

Década	Núm. de trabajos	Libros	Capítulos	Artículos	Ponencias	Tesis	Otros*
1982-1991	88	20%	9%	8%	18%	4.5%	35.9%
1992-2001	292	19.8%	26.7%	5.8%	6.1%	17.1%	24.5%
2002-2011	892	7.9%	33.8%	26.3%	18.9%	12.8%	-

Tabla 1. Comparativo de áreas de la producción a lo largo de dos décadas.

*Artículos de divulgación o de alcance local e informes de circulación restringida.

En los trabajos que se reportan en la década 2002-2011, cerca del 12% de los trabajos hacen alguna contribución teórica al campo (ya sea con base empírica o con base en teorías de corte filosófico, sociológico, antropológico o jurídico). Las tres quintas partes son trabajos que constatan lo que ocurre en la realidad educativa; en su mayoría (41.6%) se trata de trabajos descriptivos, pero también los hay de corte explicativo (9.4%) o crítico (6.1%). La mayor parte de los trabajos

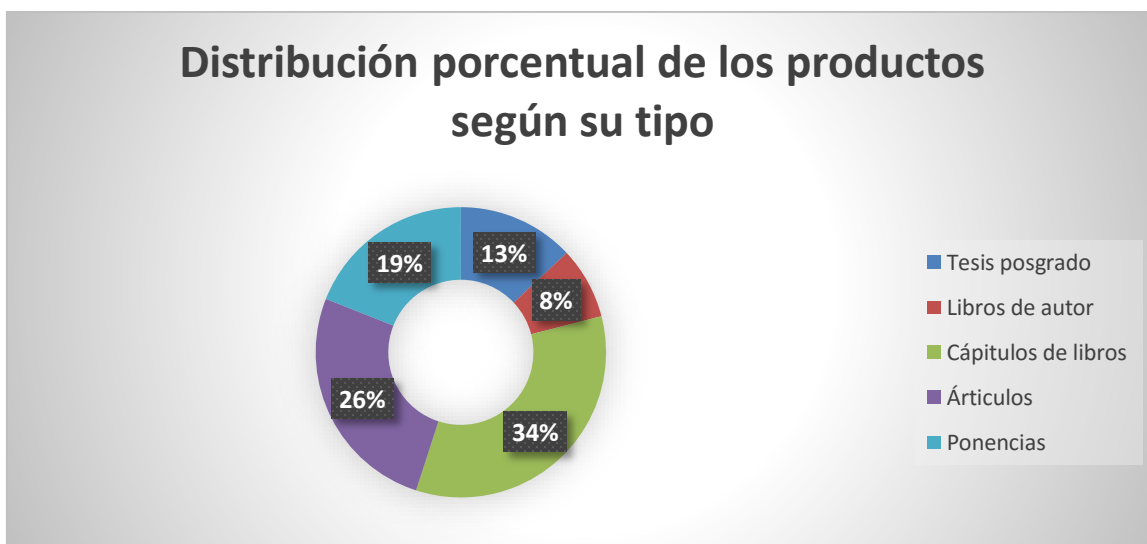
descriptivos, explicativos y críticos llegan a construir teoría sustantiva pero no teoría general, ni modelos teóricos. Mientras que los descriptivos ponen de manifiesto cómo es un fragmento de la realidad educativa, los explicativos se ocupan de mostrar por qué se produce un fenómeno de determinada manera y los críticos, además de explicar, señalan, a partir de determinadas pautas o criterios debidamente argumentados, qué es lo que habría que cambiar o evitar. También hay una pequeña parte de trabajos de corte exploratorio (3.8%), un pequeño porcentaje (2.6%) de estudios históricos y otro reducido número de trabajos (7.3%) que hacen propuestas de programas, modelos, códigos e intervenciones educativas sobre la base de otras investigaciones. El resto (17.2%), son reflexiones sustentadas en investigaciones previas.



Gráfica 1. Participación porcentual de las subáreas elaborado por Hirsch (2006 en Yurén & Hirsch, 2012).

La gráfica 1, muestra los totales en los productos analizados por subárea, cuyas variaciones expresan el impacto de factores, es destacable la abundante aportación de la subárea, valores profesionales y ética profesional, con 287 obras, que es más de dos veces mayor que la del promedio aritmético de las subáreas, de 127 obras.

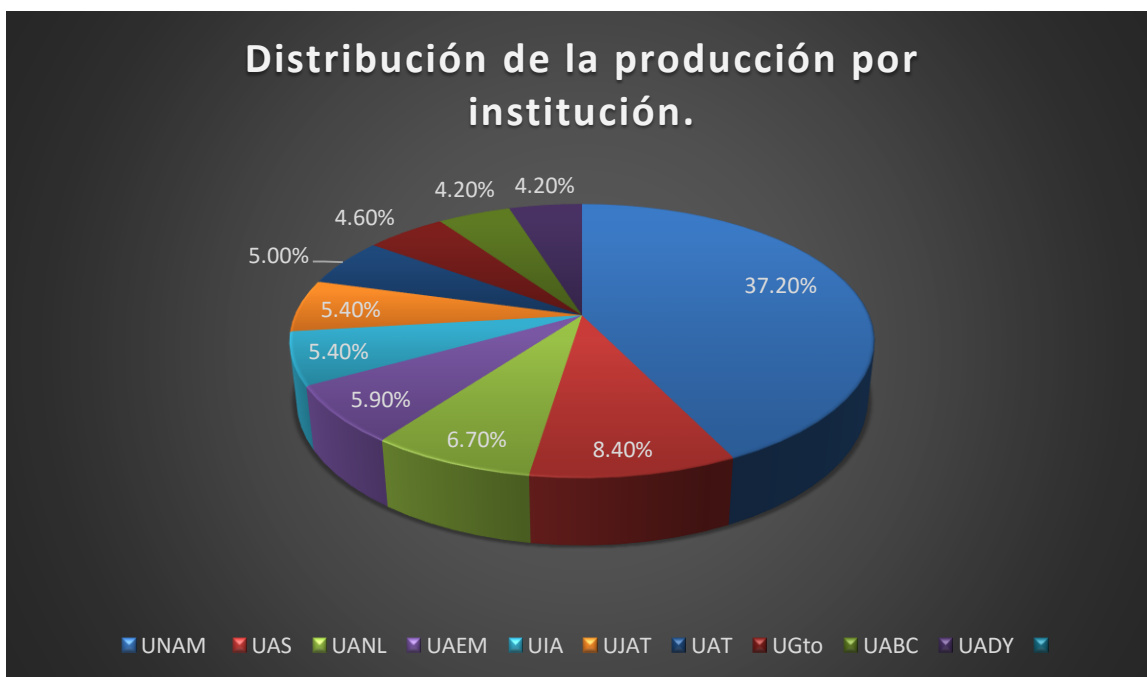
Cabe mencionar que es clara la contribución al respecto del proyecto interinstitucional que desde la UNAM impulsó a la autora Ana Hirsch (2006 en Yurén & Hirsch, 2012).



Gráfica 2. Distribución porcentual de la producción total según tipos de productos

La gráfica 2, destaca a nivel del área la distribución porcentual de los 892 productos en los cinco tipos de productos considerados en la investigación de educación y valores. Aunque muestra fuertes variaciones entre ellos, permite reconocer que los libros de autor, los capítulos de libros, los artículos de revistas así como los productos de mayor difusión son los más expuestos a la crítica de los(as) investigadores(as), y constituyen poco más de dos tercios, (el 68%) del total de las obras examinadas, lo cual es signo del avance en la profesionalización de la investigación educativa mexicana. No sorprende que el número más bajo se ubique en los libros de autor, que requieren de un trabajo con un mayor grado de especialización y/o más tiempo de trabajo, en comparación con un capítulo o un artículo.

A continuación se muestra la producción por institución universitaria en México de los trabajos de investigación realizados acerca de la educación y valores entre 2002 y 2011. Hirsch & Pérez-Castro (2012).



Grafica 3. Distribución de la producción por institución. (Yurén & Hirsch, 2012).

Como puede observarse en la gráfica 3, en este campo de investigación de producción en trabajos realizados por instituciones universitarias, está muy centralizada. Hay por consiguiente, mucha investigación por hacer para que las temáticas se vayan trabajando de manera más consistente en los diversos estados de la República. Por otro lado, la localización y recuperación de las contribuciones significó para los investigadores del tema, trabajar con bases de información institucionales tanto físicas, como en la web, establecer contacto con redes y equipos de investigadores de diferentes partes del país, así como con estudiantes de posgrado.

En resumen, los procesos e instituciones educativas no están contribuyendo suficientemente a la formación de disposiciones para el juicio valoral, el manejo de la afectividad, el tratamiento y la toma de decisiones que contribuyan a mejorar la

convivencia y a ejercer una ciudadanía responsable e informada que se oriente hacia el logro de la justicia y la equidad. Esta cuestión muestra la necesidad de impulsar de manera más intensa los estudios organizacionales y los relativos a la práctica escolar, a fin de lograr una comprensión de los diversos factores que obstaculizan el logro de los fines formativos que la escuela persigue o, en forma positiva, los factores que hacen eficaz a la escuela en su cometido de lograr la formación de valores y el desarrollo moral incluyéndose dentro de una sociedad en constante cambio. (Yurén & Hirsch, 2012).

2.1.1. Características de los valores en la sociedad mexicana.

En México la familia sigue siendo la base de la sociedad. Los hijos poseen un papel primordial; por lo tanto se sienten con la seguridad emocional dentro de este ámbito, muchos de ellos demuestran alta dependencia de la familia. El hogar también puede proporcionar experiencias de aprendizajes consagrados con el lenguaje, los valores, la cultura y el carácter personal. (Fenwick & Hill, 1995).

Para Ackoff, (1992), la mayoría de los adultos contemporáneos creció en culturas centradas en el hogar, en las que la vida giraba alrededor de la familia y la comunidad inmediata de la que se integra. Por otra parte, este autor señala que la mayoría de los jóvenes actuales creció dentro de una cultura centrada, en el mundo en la que saben más de la India y China que la mayor parte de los adultos conocieron durante su niñez. En este mismo contexto, la transportación y redes sociales, han permitido a los jóvenes recorrer el mundo mientras, la generación anterior tuvo que esperar a su madurez para lograrlo porque no todos tienen los medios económicos para transportarse ni los medios de comunicación que hoy existen, por tanto la generación anterior creció en hogares que eran los centros del mundo de los padres; esto no sucede con sus hijos.

Ackoff (1992), dice que muchos de los padres de hoy día están orientados a su carrera más que a su hogar. Casi no viven sus vidas en y a través de sus hijos como

lo hicieron sus padres. Los padres de ayer aspiraban que sus hijos tuvieran más de lo que ellos tuvieron; los de hoy desean más para sí mismos.

La juventud actual observa cómo sus padres y otros adultos manipulan su espíritu mediante el alcohol, fármacos, tabaco y muchos otros productos ingeridos o inhalados. Los niños y jóvenes, oyen decir que son malos y peligrosos, aunque observan el placer obvio que los adultos obtienen de ello, lo cual perciben contradictorio e influyen en su actuar, consiente o incidentemente, (Ackoff, 1992)

Otro aspecto enfocado a los valores de la familia en México, considera que, el mexicano tiende a sentir un complejo de inferioridad, por tanto se podría pensar también, que los mexicanos serían muy inseguros, (Díaz-Guerrero, 1994). Sin embargo, los estudios en este respecto, han mostrado que los niños y adolescentes mexicanos, emocionalmente hablando, se sienten tan seguros de sí mismos, o más, que los de otras nacionalidades. Es decir, que los mexicanos se sienten seguros como miembros de una familia, ya que lo importante en México no es cada persona, sino la familia que éste forme.

Ahora bien, Montes (1998) apunta que, así como se tienen actitudes devaluatorias también se tienen valores, por ejemplo, dentro de la cultura, la seguridad emocional que el hombre adquiere dentro de la familia mexicana es superior a la que priva en otros países y culturas. En la familia, el mexicano aprende a poner en juego valores como: el afecto, la cooperación y la lealtad. Éste es un aspecto positivo que no debe de perder la familia mexicana. Según, Díaz-Guerrero (1994), cada uno de sus miembros está, casi siempre, dispuesto a ayudar a los demás integrantes de la familia que tengan problemas, ya sean éstos de enfermedad o de tipo económico. Estas características de los mexicanos, como muchas otras, provienen de la filosofía de vida, propia de su cultura y de las formas de pensar acerca de nosotros y de los demás, de cómo vivir mejor la vida, etc., que va pasando de generación en generación.

Enrique Krauze, (2008), en su obra, “El laberinto de la soledad”, refiere que: “...Las sociedades tradicionales, observa Ortega y Gasset, son realistas: desconfían de los saltos bruscos pero cambian despacio, aceptando las sugerencias de la realidad. La ‘Grandeza Mexicana’ es la de un sol inmóvil, mediodía prematuro que ya nada tiene que conquistar sino su descomposición”. (p. 43). Es decir, en México como en todas las culturas, se tiene una idiosincrasia, una forma de ser, una personalidad peculiar; la cual es importante para considerar estos conocimientos a fin de comprender que es lo que motiva o frustra a la sociedad mexicana.

Montes (1998), señala que es en el medio laboral mexicano donde hay un verdadero campo de comunicación informal, entiéndase un exceso de “parloteo” y de interminables celebraciones, que empiezan el 1 de enero y terminan el 31 de diciembre (lo anterior es dicho con una base de observación empírica de muy fácil comprobación). Muchas de éstas, desde la organización de la posada de la empresa, pasando por la “cortada de la rosca de reyes”, hasta llegar a la fiesta de “los tamales” del 2 de febrero, se realizan en un ambiente que permite el menor trabajo posible y el mayor goce, “matada de clases” y ausencia de escenario de trabajo hasta donde se permita.

Lo cual, obviamente es congruente con la cultura nacional, pero también es poco productivo para las organizaciones.

De acuerdo con Montes (1998), algunas evidencias de autoevaluación son: la impuntualidad, el malinchismo, el influyentismo, el despilfarro, la fanfarronería, la anarquía y la suciedad.

Este autor, afirma también, que las actitudes adaptativas y flexibles, es lo que aminora las frustraciones, propicia la cordialidad y la armonía, acepta la divergencia de opiniones y fomenta, por la buena, el servicio a los demás y la cooperación.

Dentro de este tenor, el sentido del humor permite ser alegres, sociales y, por ende, superar las adversidades. También es importante puntualizar que, los trabajadores

mexicanos tienen ingenio, sea en la calle, en las organizaciones y en otros eventos. Esto implica una reflexión hacia el desarrollo de la creatividad.

Montes (1998), expresa que en el trabajo los mexicanos pueden ser pasivos, flojos, dependientes e indisciplinados, hasta faltistas, pero también son humildes, “jaladores”, cooperadores, afectuosos y hasta obedientes.

Estos elementos descritos pueden dar una idea precisa para que los administradores y los empresarios que se encuentran lidiando cotidianamente con ese recurso tan difícil de administrar, tengan mejores decisiones y estrategias al premiar o castigar el comportamiento de los trabajadores.

Este autor, también indica que, el complejo de inferioridad (como se puntualizó anteriormente), resulta ser una característica casi común en los trabajadores. Se trata de un complejo de autodevaluación (la minusvaloración del sí mismo, el sentimiento de ser inferior a otros).

También afirma, que otro aspecto fundamental en el comportamiento de los mexicanos son los defectos culturales y sobre defectos de los mexicanos se atribuye a Porfirio Díaz la siguiente opinión: “Se contentan con tragar desordenadamente antojitos, levantarse tarde, ser burócratas con padrinos influyentes, llegar impuntuales a su trabajo, enfermarse a menudo y obtener licencias con goce de sueldo [...] gastar más de lo que ganan y endrogarse con los usureros para hacer posadas y fiestas onomásticas”. (p. 128).

Oria (2003), dice que, a esa opinión sobre los defectos culturales se le podrían agregar otras: desde la época colonial hasta estos días, todas las preferencias de las familias que buscan ilustración, tiene que llegar a estudios de licenciatura. Entre ciertos sectores de la población todavía se considera a las universidades como simples fábricas de títulos, donde se consigue acreditar un nuevo tipo de aristocracia. Dentro de este contexto, la sociedad, la escuela y la familia se han preocupado en formar personas sumamente ‘inteligentes’ dejando a un lado, su real inteligencia, su cuerpo y su corazón, exigiendo a las escuelas alto nivel académico

en varios aspectos, como el uso de la tecnología, idiomas y un sin fin de talleres extras para su aprendizaje y desarrollo, sin embargo muchos de estos requerimientos están fuera del alcance de los niños y producen serios problemas de ansiedad, estrés y adaptación social. (Prado & Amaya, 2005).

Dentro de la ideología del mexicano, Riding, (2001), ha destacado por su parte la tendencia del mexicano a solo vivir el momento sin pensar en el futuro y su marcada inclinación a la corrupción. Los mexicanos ubican el esfuerzo en última instancia y anhelan la obtención de las cosas de manera fácil, sus relaciones se guían más por el pragmatismo que por la ideología y por el poder más que por la ley. (Lewis, 2004).

Por otro lado, la influencia que ejerce la radio y la televisión sobre la sociedad es demasiado grande y penetrante. El aparato de televisión es el centro frente al cual se reúne la familia. Ha venido a suplantar al jefe y guía natural del hogar. La tradicional organización de la familia se ha desintegrado ante el poder primero del cine y la radio, y más tarde de la televisión y el internet. En este aspecto, Oria (2003), afirma que la radio y la televisión, salvo las naturales excepciones, no ayudan a elevar la cultura popular. No son agencias al servicio de la educación nacional. Son instrumentos al servicio de la publicidad para vender mercancías en serie. No sirven para integrar la cultura sino para uniformar opiniones, gustos, modas, sentimientos, necesidades.

Para cumplir esa misión se dedican a contagiar la mente de la población, es decir, producen epidemias mentales, por tanto, los medios de comunicación masivos constituyen lo que bien puede ser calificado como la gran industria del contagio mental; crean graves epidemias mentales consumistas que afectan la salud social.

Para Oria (2003), la cultura se transmite por medio de un completo proceso social, que se llama educación. Esta transmisión social de la cultura se realiza en el ambiente de toda la sociedad. Se ha dicho, que no educa sólo la escuela, ni la familia, sino la vida misma y la sociedad en su conjunto. El modo de vida de una comunidad se conforma en el marco donde se realiza el hecho educativo: en la vida

social. La atmósfera cultural donde se transmite lo que se llama herencia social, está deformada, es decir, que en ella bloquean a la acción educativa las epidemias que producen el contagio mental consumista. El agente contaminador más peligroso es la acción de la televisión comercial dirigida a crear consumidores en serie.

La televisión, el internet y el cine no han favorecido a la transformación del sistema educativo mexicano, al contrario lo han destruido. La televisión abierta o pagada son los que educan actualmente con programas distractores para personas singulares que incide en los patrones de conducta de niñas, niños y adolescentes. Como resultado, los canales de televisión no sólo entretienen, sino que informan, forman y motivan a alguna acción. (Oria, 2003).

Según Mendoza (2008), los programas que obtuvieron mayor porcentaje en la preferencia de niños y jóvenes se caracterizan por la transmisión de antivalores. Los programas deportivos en los canales de paga y abierta que también inducen al vicio con los comerciales de cerveza, vinos, licores, cigarros y productos que son dañinos para la salud; además de hacerlos dependientes de ellos. En resumen todo ello, se describe, porque no tienen nada de educativo y de valor cultural, pero si podría ser destructivo.

Mendoza, (2008), realizó una crítica sobre el internet, y describe que es una herramienta importante si se sabe utilizar, esto es debido a la basura que se puede encontrar en ella, por ejemplo, muchos profesores mandan a investigar a niños al internet sin darse cuenta que lo están enviando al 'matadero' con los chats con personas sin conciencia que puedan hacerles daños, están también las páginas eróticas que se abren sin necesidad de consulta, juegos de casinos que pueden hacerlos caer en la trampa de apostar.

Hasta hace poco, los valores tradicionales conformaban un "patrimonio ético" que constituía la piedra angular de nuestra cultura. Pero, en aras de una mal entendida modernidad, ese patrimonio ha sido sacrificado en gran parte, por juzgarle anticuado e ineficaz para una sociedad que, transformada profundamente por el desarrollo

tecnológico, ha revolucionado en gran medida la vida de las personas, cuestionando con el descreimiento y el escepticismo muchos de aquellos valores tradicionales que orientaban nuestra civilización. (Benítez, 2009),

Lo anterior reafirma nuevamente que hay un aumento de la degradación de los valores y ha afectado de forma especialmente negativa a una parte considerable de la juventud actual, pues le ha robado una herencia que, con las debidas adaptaciones a los nuevos tiempos, era un deber transmitirlo. Benítez (2009), argumenta que, la educación no es la simple adquisición de conocimientos, ni coleccionar y correlacionar datos, sino ver el significado de la vida como un todo. Es decir la inteligencia no es mera información, sino la capacidad para percibir lo esencial, lo que “es” y educación es el proceso de despertar esa capacidad en nosotros mismos y en los demás.

2.2. Los valores desde una perspectiva psicológica

Cuando se habla de valores se está haciendo referencia, de alguna u otra forma, a la relación del ser humano con los demás, con él mismo y con las cosas, por lo que, independientemente de la posición subjetiva u objetiva que se adopte a la hora de analizarlos, resulta imposible realizar un abordaje de los mismos sin utilizar alguna categoría psicológica como el valor ético moral, que pudiera ser definido como la significación positiva para la dignidad humana en un sentido amplio y para la satisfacción de las necesidades de nuestra especie y la practica social en un sentido estrecho, de elementos psicológicos que a través de su participación en la regulación de la conducta y en la corrección de los mecanismos de autorregulación, hacen posible la adaptación de los diferentes niveles de integración en los que está presente el ser humano, (Sánchez 2006).

Aunque todos los elementos de la psiquis participan de alguna u otra forma en la autorregulación de la conducta y por tanto en los valores éticos-morales; Sánchez (2006), refiere una serie de categorías que involucran estos aspectos los cuales son: necesidad, toma de decisiones, voluntad, motivo, jerarquía de motivos,

objetivo, sentido de la vida, estilo de vida, actitud, valoración, autovaloración y carácter. Los cuales se describen a continuación:

- ✓ **Valores éticos-morales y necesidad:** Las necesidades constituyen el motor impulsor de procesos mentales y de la conducta del individuo que las porta, los cuales se orientan a satisfacerlas. La vida es una tendencia al mantenimiento de un equilibrio general, sobre el cual actúan constantemente infinidad de factores que tienden a romper estos subequilibrios, por lo que estar vivo requiere de una constante restauración de subequilibrios parcialmente rotos. Por otro lado para que el proceso de satisfacción de necesidades pueda considerarse correcto desde el punto de vista ético moral, debe tener posibilidades reales de alcanzarse, garantizar el funcionamiento y desarrollo normal del individuo y de los grupos en los que este se desempeña, y no producir más desequilibrio en el propio individuo que las porta ni en otros.
- ✓ **Valores ético-morales, toma de decisiones y voluntad:** La toma de decisiones consiste en el proceso mediante el cual un individuo escoge entre dos o más alternativas posibles. En este proceso juega un importante papel la voluntad al activar unos motivos y atenuar otros en la lucha que se establece entre ellos. Si la voluntad es débil el individuo se encuentra a merced de las influencias del medio y de sus propios impulsos y deseos, en estos casos lo que ocurre es que el individuo carece de objetivos con los cuales se encuentra emocionalmente comprometido.
- ✓ **Valores ético-morales y jerarquía de motivos:** La categoría jerarquía de motivos se refiere al hecho de que unos motivos se supeditan a otros en un orden jerárquico por lo que algunos tendrán mayor potencial que otros para inducir la actividad del individuo, y mayores probabilidades de expresarse conductualmente, es decir, las circunstancias como las necesidades de cada individuo se encuentran en constante evolución y desarrollo, por lo que este se ve obligado a corregir sus prioridades para que sus decisiones y las actividades que de ellas se derivan, continúen garantizando su adaptación a

nivel social y la contribución que le toca a la adaptación a nivel social de otros.

- ✓ **Valores ético-morales y objetivos:** Los objetivos dirigen la actividad del ser humano en dos direcciones fundamentales: en primer lugar lo impulsan a realizar determinadas actividades que contribuyen a formar determinadas cualidades en su persona necesarias para alcanzar los objetivos planteados, y a eliminar otras no acordes con ellos. En segundo lugar proyectan al ser humano hacia el exterior, desarrollando actividades encaminadas a alcanzar resultados específicos, en donde se produce su contribución a la sociedad.
- ✓ **Valores ético-morales y sentido de la vida:** El sentido de la vida representa aquello que es esencial para el individuo, lo que él considera como razón de su existencia, juega un papel fundamental la psiquis del individuo que se autovalora. Podemos ver personas que tienen todo o mucho más de lo que pensamos bastaría para sentirnos realizados, y sin embargo se suicidan, debido a que la posición en el mundo de ese individuo, pasado por el prisma de su propia subjetividad, no justificaba su existencia. La justificaba ante nuestros ojos, pero no ante los de él.
- ✓ **Valores ético-morales y estilo de vida:** El estilo de vida siendo expresión de la personalidad es también premisa de su propio desarrollo. A través del estilo de vida, el individuo hace selectiva su interacción con el medio en unas condiciones socio históricas concretas, y esta forma individual de interactuar con el medio, facilita u obstaculiza el desarrollo de la propia personalidad del individuo hacia el logro de su autorrealización. Existen actividades que, sea cual sea el grado de dedicación a las mismas, hacen que el estilo de vida califique como perjudicial, tal es el caso del consumo de drogas, adicciones de cualquier tipo o de una dieta en la que se ingieran sustancias dañinas.
- ✓ **Valores ético-morales y actitudes:** Las actitudes constituyen el estado de las condiciones internas de la psiquis, un estado funcional del sistema nervioso que se crea y se fija con relación a los objetos específicos de la realidad, en la interacción del individuo con estos. Ellas se activan ante significados previamente codificados que el individuo identifica en la situación

presente o predice. Esta identificación o predicción se efectúa de acuerdo a lo específico de un contexto que para el individuo reproduce las experiencias anteriores que fijaron en su sistema nervioso dicho estado funcional o modo de reaccionar ante las cosas.

- ✓ **Valores ético-morales, valoración y autovaloración:** La valoración puede estar proyectada hacia uno mismo, y en esos casos se habla de autovaloración, mediante la cual el individuo evalúa la significación de las propiedades personales para la satisfacción de sus necesidades y las de otros. Ella está formada por los resultados del autoconocimiento o reflejo subjetivo de sus cualidades y características y por la actitud emocional valorativa hacia sí mismo. La autovaloración constituye un componente importantísimo en la autorregulación de la conducta, ya que mediante ella el individuo compara su estado actual con el estado deseado en cuanto a desarrollo de características personales y metas a alcanzar.
- ✓ **Valores ético-morales y carácter:** El carácter es el conjunto de rasgos permanentes que constituyen las peculiaridades psicológicas de un individuo, su forma de ser. Dado que el carácter es adquirido y en su formación juegan un importante papel el entorno social y educativo, así como el conjunto de actividades que el individuo realiza, este es responsable de procurarse, dentro de sus posibilidades, las condiciones y actividades que hagan posible una evolución positiva de su carácter.

Para Schaffler, (1999), los valores tienen gran importancia para el ser humano desde el punto de vista psicológico para el fomento de una buena convivencia, debido a que:

- ❖ Como sabemos nosotros vivimos en una sociedad y una cultura, donde los valores están ligados al concepto de lo bueno y lo malo, los valores pertenecen a esa parte buena o deseable para la mayoría de las personas, lo “bueno” para una sociedad siempre está ligado al sentido de la supervivencia de las personas que pertenecen a ese pueblo y/o cultura.

- ❖ Otra de las razones para la formación valoral es el de la responsabilidad, ya que no basta con saber elegir entre varias acciones o emitir juicios, sino también es importante lo que viene después de eso que son las consecuencias, es por ello que los valores también enseñan a ser responsables de los actos cometidos.

Esos conflictos se presentan a lo largo de la vida de cada individuo, y son lo que nos va determinando como personas; autores como Scheler, Hartmman, Lavelle (s/f en Schaffler, 1999), “explican que la obligación moral se funda en el valor, todo valor conlleva un requerimiento, origina un deber y de ahí nacen los deberes”. (p. 45).

Uno de los psicólogos más renombrados en el estudio del desarrollo moral es Piaget, (1972, citado en Portillo, 2005), este autor elaboró una teoría del desarrollo y el funcionamiento de la inteligencia, donde defiende la existencia de fases o estadios en el desarrollo de la misma. Estos estadios dependerían, por una parte, de la maduración biológica del individuo y, por otra, de la influencia del medio social que proveería de las experiencias adecuadas para aprovechar esta maduración. Estos hallazgos corresponderían a los del desarrollo intelectual a partir de los dos años de edad, ya que antes, Piaget afirma, que no podemos hablar de moral propiamente dicha.

Siguiendo este estudio, Piaget, (1972), demostró que los procesos cognitivos que subrayan la inteligencia en el individuo se desarrollan de un período cronológico al siguiente; así los niños de una determinada edad son incapaces de resolver ciertos problemas de razonamiento; sin embargo, años más tarde ellos podrán resolverlos fácilmente; ya que utilizan una lógica distinta.

A continuación se describen los estadios descritos por Piaget (1972):

<p>Primer estadio: moral de presión adulta.</p>	<p>De los dos a los seis años los niños son capaces de representar las cosas y las acciones por medio del lenguaje, esto les permite recordar sus acciones y relatar sus intenciones para el futuro. Sin embargo, no pueden aún realizar razonamientos abstractos, por lo que no pueden comprender el significado de las normas generales. Esto hace que las vean como cosas concretas imposibles de variar que se han de cumplir en su sentido literal. Estas normas son, además, exteriores a los niños, impuestas por los adultos, por lo tanto la moral se caracteriza en esta fase de desarrollo por la heteronomía.</p>
<p>Segundo estadio: moral de solidaridad entre iguales.</p>	<p>De los siete a los once años, los niños adquieren la capacidad de realizar operaciones mentales con los objetos que tienen delante. No pueden aún hacer generalizaciones abstractas pero se dan cuenta de la reversibilidad de algunos cambios físicos y de las posibilidades del pensamiento para detectar relaciones entre las cosas. Las normas dejan de ser vistas como cosas reales que tienen su origen en una autoridad absoluta y exterior -los adultos- y comienzan a basarse en el respeto mutuo entre los compañeros de juego, los iguales. De aquí surge la noción de la convencionalidad de las normas o reglas de los juegos, que son vistas como productos de acuerdos entre los jugadores surgen sentimientos morales como la honestidad -necesaria para que los juegos funcionen- y la justicia. El respeto a las normas se deriva del respeto al grupo y la necesidad de un cierto orden en el mismo para el mantenimiento del juego, sin embargo, la aplicación de estas normas y de los conceptos y sentimientos morales es poco flexible. Las normas no son ya cosas, pero siguen estando ligadas a las cosas y situaciones concretas, probablemente porque la capacidad intelectual de los niños no ha llegado aún al desarrollo del pensamiento abstracto y de la generalización.</p>
<p>Tercer estadio: moral de equidad.</p>	<p>De los doce años en adelante los niños sufren cambios biológicos y psicológicos radicales. Se produce la maduración sexual, pero también una maduración biológica general que potencia el desarrollo intelectual y moral. Los niños, en esta etapa, se convierten en adolescentes y sus estructuras de conocimiento permiten ya las generalizaciones y la realización de operaciones mentales abstractas. Los conceptos se integran en sistemas de proposiciones y se aprende a pasar de lo particular a lo general y de lo general a lo particular. En esta etapa surgen sentimientos morales personalizados, como la compasión o el altruismo, que exigen la consideración de la situación concreta del otro como un caso particular de la aplicación de las normas. Gracias a esto, la rigidez de aplicación de las normas y conceptos morales, propia del estadio anterior, desaparece, completándose el paso de la presión adulta al control individual de la propia conducta. El adolescente formula principios morales generales y los afirma de un modo autónomo frente a las normas exteriores. El respeto a estas últimas se realiza de un modo personal.</p>

Figura 1. Esquema sobre los estadios realizados por Piaget.

Cabe destacar que los estudios de Piaget no sólo tratan sobre la cognición, sino también sobre el afecto y que, se especifica claramente en ellos que la inteligencia opera en ambas áreas de la vida, no puede haber conocimiento sin afecto, ni afecto sin conocimiento, ya que el afecto motiva las operaciones del conocimiento y el conocimiento estructura las operaciones del afecto. (Portillo 2005).

Por otro lado Kohlberg, (1891, en Hersh, Paolitto & Joseph, 1997), quien a través de su trabajo en filosofía moral, psicología del desarrollo e investigación pedagógica, ofrece una interpretación respecto a cómo se desarrolla la moralidad y la adopción de posiciones sobre lo que es justo o no en una sociedad, respecto al desarrollo de juicio moral, es decir, el proceso de reflexión mediante el cual se juzga un hecho de justo e injusto. Plantea que la moralidad, al igual que el pensamiento, se desarrolla en etapas a lo largo de la vida; cada etapa está caracterizada por una forma específica de juzgar los hechos morales y de considerar lo justo o lo bueno.

Kohlberg comparte con Piaget la creencia de que la moral se desarrolla en cada individuo pasando por una serie de estadios o etapas. Estas etapas son las mismas para todos los seres humanos y son como un proceso de aprendizaje irreversible en el que se adquieren nuevas estructuras de conocimiento, valoración, acción y actúan conjuntamente. (Hersh, et al. 1997).

El desarrollo biológico e intelectual es, una condición necesaria para el desarrollo moral, pero no suficiente. De acuerdo con Kohlberg, no todas las personas llegan a alcanzar las etapas superiores de este desarrollo, porque puede que se produzca fenómenos de desajuste en algunos individuos que hayan adquirido las estructuras propias de la etapa de un modo deficiente. En este caso los restos de estructuras de la etapa anterior podrían actuar aún, dando la impresión de un retroceso en el desarrollo. (Portillo, 2005).

Las etapas que describió Kohlberg (1891), son las siguientes:

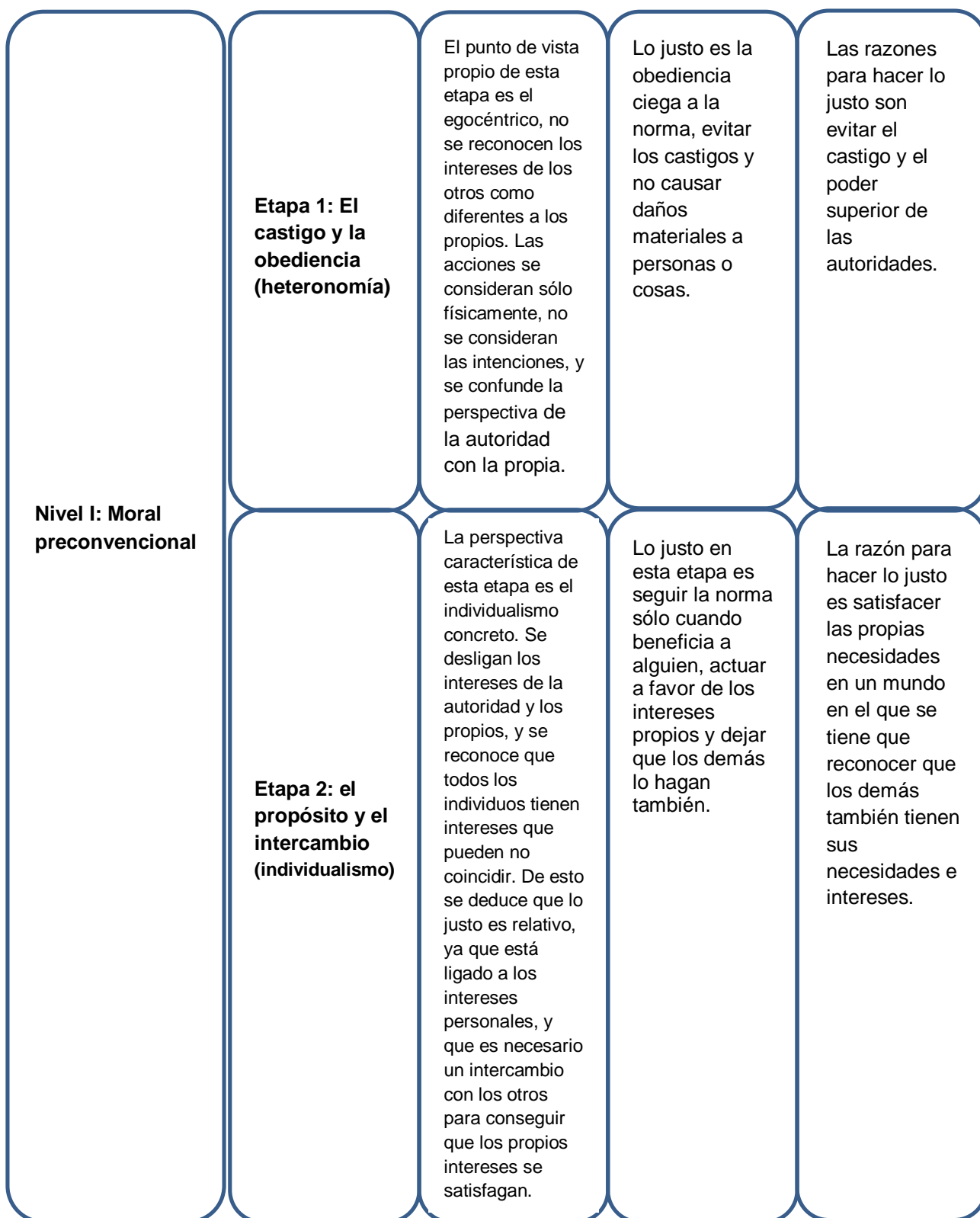


Figura 2. Esquema sobre la Moral preconvencional de Kohlberg.

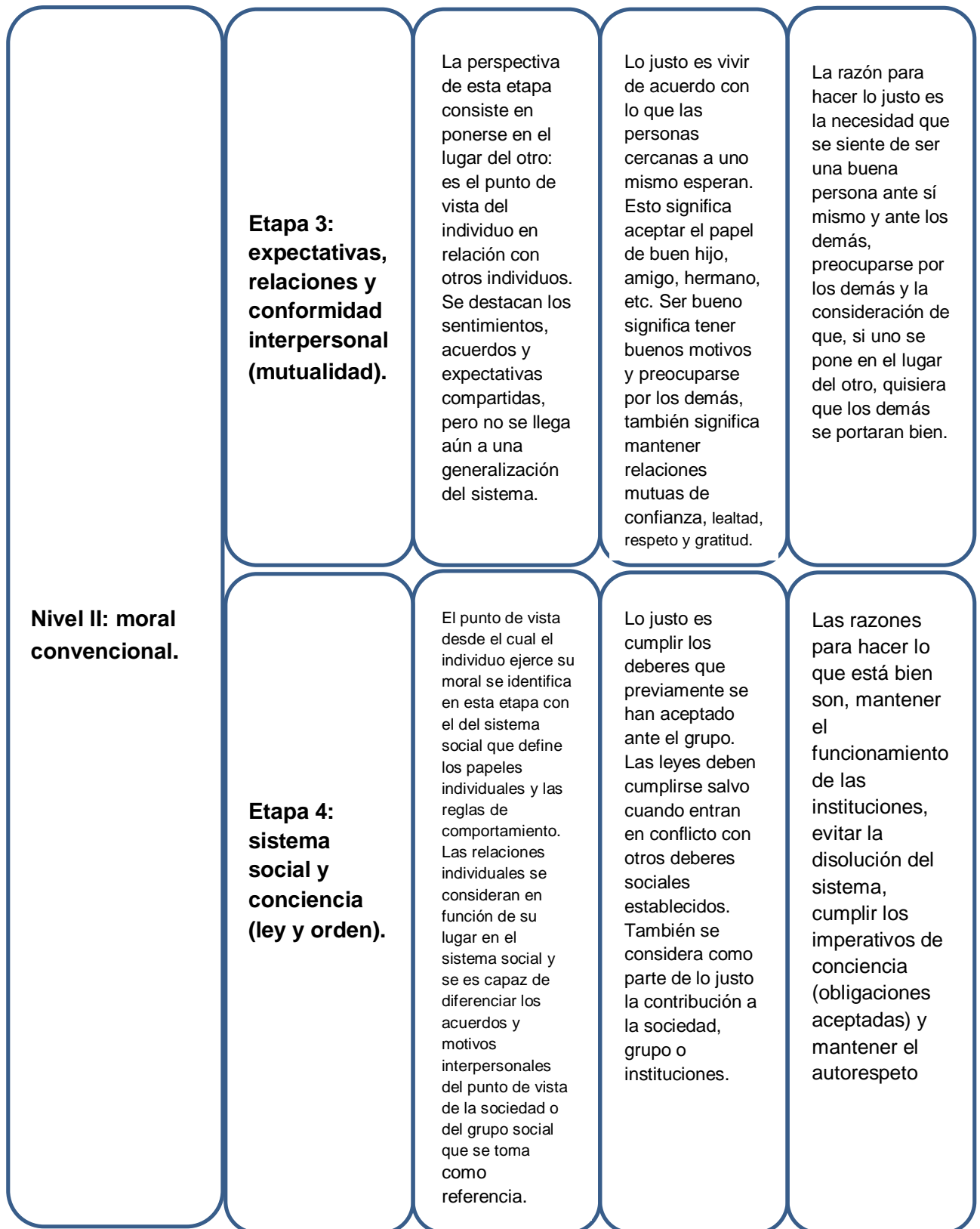


Figura 3. Esquema sobre la moral convencional de Kohlberg

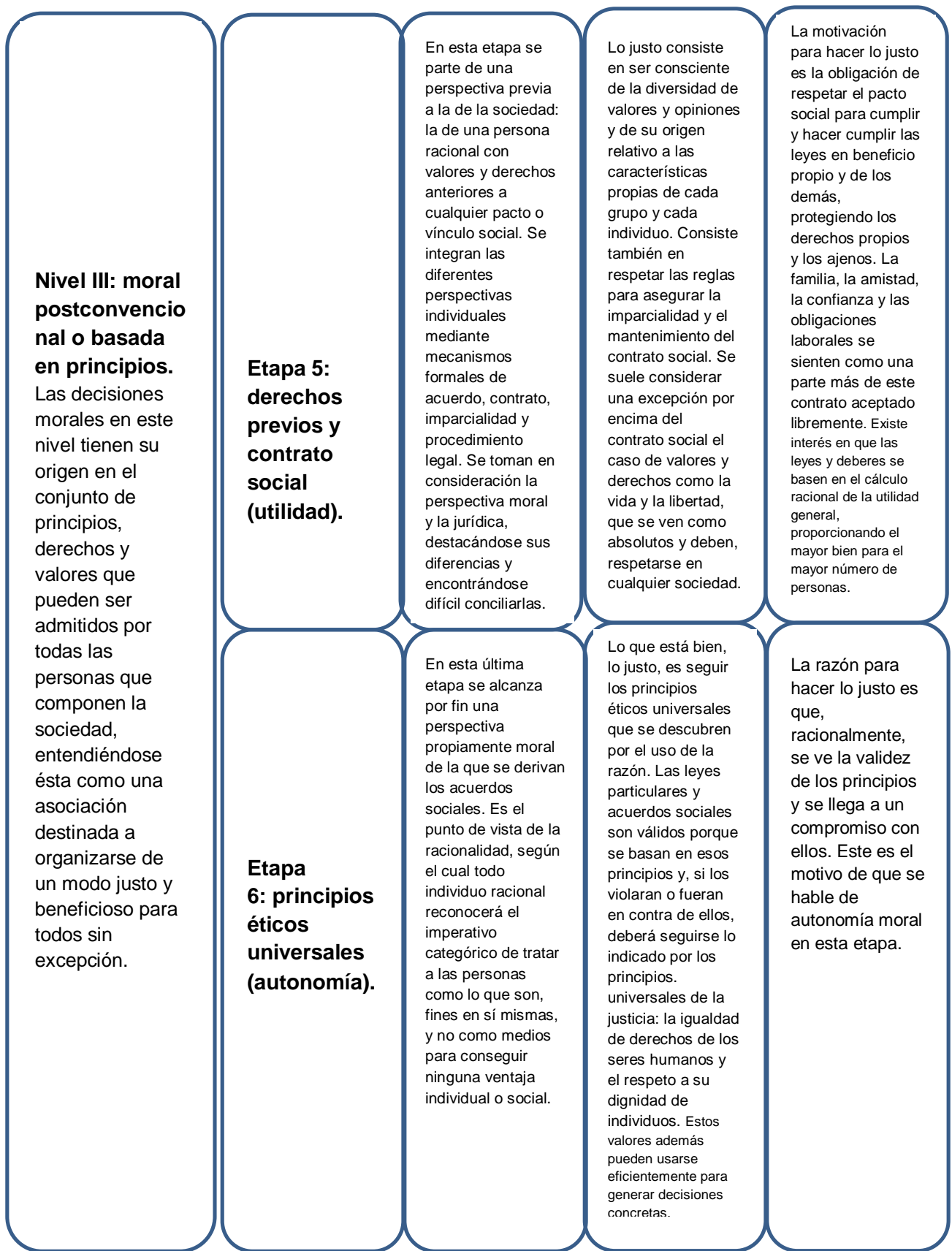


Figura 4. Esquema sobre la moral posconvencional de Kohlberg

La propuesta de este autor nos permite, de manera didáctica, plantear la posibilidad de estimular, desde la escuela, el razonamiento moral y el paso de un estadio a otro más avanzado. Esto implica reconocer que muchas de las interacciones que se dan en la escuela y a través de los programas o libros de texto tienen una dimensión moral y pueden ser objeto de reflexión ya que los dilemas morales se encuentran todos los días, en todas las relaciones humanas y en distintos grados de complejidad (por ejemplo; la corrupción, tirar o no basura en un terreno baldío, respetar la diversidad étnica, social y sexual). Asumir una posición ante ello y ser capaces de dar razones y escuchar las ajenas, permitirá el razonamiento moral y favorecer el avance hacia estadios más altos, (Portillo, 2005).

2.3. Definición y características de los valores

Dentro de la disciplina se ha manejado el concepto de valor desde finales del siglo XIX y a principios del siglo XX. Sin embargo, ya desde la antigüedad muchos pensadores se inspiraron en conceptos tales como: bien, justicia, verdad, belleza.

Desde esta perspectiva el autor Scheler (2011), desarrolló una teoría de los valores en la que señala que el concepto valor se ha usado para referirse a numerosos contenidos: en significado económico, en sentido general como algo preferido, y con frecuencia en sentido moral. En la “teoría de los valores” (o “*axiología*” y “*estimativa*”) el concepto de valor se trata en un sentido filosófico general. Esta teoría usa el concepto de valor y reflexiona sobre él, tratando de determinar la naturaleza y el carácter del valor y de los llamados “juicios de valor”. Pero antes de esta “teoría de los valores” hubo doctrinas filosóficas en la antigüedad que contenían juicios de valor, y muchas de ellas igualaban “el ser verdadero” con “el valor”. Por ejemplo; para Platón el “ser verdadero” (las Ideas) son notablemente valiosas, por lo que afirma que algo es y algo vale.

Por otro lado, Nietzsche (s/f, en Scheler 2011), dio un gran impulso a lo que luego se llamó Teoría de los valores; para él tenía importancia la noción de valor como tal, ya que habló de “valores” y de “inversión de todos los valores”, descubriendo el valor como fundamento de las concepciones del mundo y de la vida, que consistía en la preferencia de un valor.

Scheler, (2011), analizó la realidad original de los valores. Su teoría es una teoría general de los valores y no sólo de los valores morales, si no los valores como independientes de las cosas y de sus estructuras reales, intentando mostrar la diferencia del valor respecto del objeto concreto. Estipuló la distinción entre los valores, los bienes y los fines, porque para él, los valores constituirían una esfera especial de las esencias. Por lo tanto, para este filósofo alemán, no hay valores porque haya bienes y fines, ni hay valores porque haya normas, sino que los valores serían independientes de las cosas, estarían en otra esfera diferente. Lo propio de las cosas es “ser”, pero lo propio de los valores no es “ser”, sino que es “valer”: las cosas son y los valores valen.

Al respecto, Schmill, (2003), afirma que, los valores son referencias fundamentales de las que se deriva todo un sistema de creencias, ideas, ideales, pensamientos y actitudes profundamente arraigadas que desembocan en las emociones que determinan la conducta y acciones, que sirven para jerarquizar la vida de un individuo, tomar decisiones, y evaluar la conducta propia y la de los demás en diversos grados de aceptación o rechazo.

Para este autor los valores se utilizan para la enseñanza y se expresan en una o en pocas palabras; por ejemplo:

- *Respeto*
- *Responsabilidad*
- *Libertad*
- *Verdad*

Estas palabras que son algunos ejemplos de valores, pueden llamarse “universales”, porque son comúnmente aceptados en la mayoría de las culturas del mundo; y son aceptados por casi toda comunidad, familia o persona. Es importante mencionar que un valor puede ser más importante que otro según el grupo o persona que lo sustenta.

Haciendo referencia a Ortega y Mínguez (citados en Schmill, 2003 p. 199), “El termino valor tiene su etimología en el verbo latino *valere*, que significa estar sano y fuerte; a partir de esta noción de fuerza, la significación se amplió de la esfera orgánica y física en los ámbitos psicológico, ético, social, económico, artístico, etc. Los valores son estudiados por la Axiología (del griego *axios* = *valor*); teoría filosófica que conceptualiza las nociones de lo valioso en diversos campos”.

Características de los valores

Aunque los valores que se defienden en la actualidad tengan un objetivo claro (interculturalidad, igualdad de oportunidades, convivencia, preservación del medio ambiente, felicidad...) no dejan de ser construcciones sociales al servicio del momento actual, (Sánchez 2006). Este autor recomienda, que si se aspira a un verdadero cambio que sea verdaderamente transformador donde se apliquen esos valores, hay que ir al fondo de la persona, esa parte que no es manipulable, y que existe en todos los seres humanos. Favoreciendo la autoconciencia y el crecimiento personal. Que sea la persona misma quien desde dentro fomente esos valores, es decir, desarrollar la responsabilidad individual.

Sánchez (2006), objeta, que la confianza que se deposita en la escuela no es sustitutiva de la responsabilidad individual, es decir, no se puede delegar todo a la escuela, no es sólo su responsabilidad también entra la familia, sociedad y convicciones personales. Es un trabajo afortunadamente compartido, ya que para transformar la sociedad es imprescindible que primero se transformen los individuos como tal, es decir, no se puede enseñar algo de lo cual no estemos realmente convencidos, algo que no se experimente ni se vivan las consecuencias.

Por su parte, Schmelkes (2004), puntualiza que en la escuela es importante asumir la formación en valores como objetivo debido a lo siguiente:

- Las investigaciones indican que los valores no se desarrollan de manera automática sino que requieren de un proceso educativo. Si bien es cierto que este puede darse en la familia, como tradicionalmente ha ocurrido, las investigaciones también señalan que a través de un proceso educativo intencionado y sistemático se puede lograr tanto el desarrollo cognoscitivo, que es prerrequisito para que el sujeto llegue a la definición de principios morales, como el propio desarrollo de los principios morales del sujeto.
- Si la escuela no tiene como objetivo la formación en valores, simplemente simula una falsa neutralidad, ya que sabemos que los valores se transmiten en esta institución de manera continua en reglas, en los programas y sus contenidos educativos etc., es decir de manera “oculta”, pero esto no es suficiente, ya que la formación de valores debe ser de manera explícita para poder formar al individuo de acuerdo al proyecto de nación, ya que el individuo que requiere y pretende formar el Estado, no se hace de manera automática.
- Si la escuela no se forma en valores, no existen bases para exigir ética en los procesos de desarrollo social, político, económico y cultural. Si no existe claridad de los valores que queremos formar, y que deban coincidir con los valores en los que debe girar nuestro proyecto de nación, carecemos de puntos de referencia de carácter cultural o social a partir de los cuales formular los criterios o elementos de juicio, acerca de las múltiples decisiones, individuales y políticas que, en conjunto va a determinar el rumbo de nuestro desarrollo como sociedad.

De acuerdo con Garza & Patiño (2000), en la escuela la transmisión de valores se da en 5 ámbitos:

- ✓ **La educación Formal** - es la que se imparte dentro del aula en una institución escolar, esta abarca los contenidos, programas, materias, metodología horarios.
- ✓ **La educación informal** - es la que se transmite de manera casual, en ella interviene el estilo de enseñanza del profesor y padres, la proyección de personalidades de alumnos y maestros y la convivencia cotidiana con familia y amigos.
- ✓ **La cultura de la escuela** - son los valores y los reglamentos que la escuela propone para su quehacer educativo se ve manifestado en las normas de la escuela, se podría decir que es su estilo de llevar a cabo el proceso educativo.
- ✓ **Actividades extraacadémicas** - son las actividades deportivas, sociales y culturales que desarrolla una institución educativa, en estas actividades también se transmiten y se forman valores en los estudiantes.
- ✓ **Los programas de valores** - comprenden el esfuerzo deliberado y organizado por la promoción de valores, en esta cuenta la estrategia educativa para su impartición y la medición del nivel de eficacia.

Schmill (2003), puntualiza que los valores poseen una jerarquía con las siguientes características:

- ❖ Durabilidad: Se manifiestan a los largo de toda la vida.
- ❖ Satisfacción: Su práctica y genera orgullo.
- ❖ Integridad: No son divisibles.
- ❖ Trascendencia: Le dan significado y sentido a la vida y a la sociedad.

- ❖ Dinamismo: Se interpretan de manera diferente según la época.
- ❖ Aplicabilidad: Tienen "frutos" o conductas resultantes que permiten su aplicación cotidiana.
- ❖ Jerarquía: Algunos valores pueden considerarse más importantes o prioritarios que otros.
- ❖ Flexibilidad: Cambian su jerarquización según las etapas, necesidades y experiencias de las personas.

La mayoría de las clasificaciones propuestas incluye la categoría de valores éticos y valores morales.

La jerarquía de valores según Scheler (2000) incluye:

- a) valores de lo agradable y lo desagradable,
- b) valores vitales,
- c) valores espirituales: lo bello y lo feo, lo justo y lo injusto, valores del conocimiento puro de la verdad, y
- d) valores religiosos: lo santo y lo profano.

A continuación se presenta una clasificación de valores y su antivalor según Rugarcía (2004).



Políticos

- Pluralidad
- Democracia
- Tolerancia
- Autoridad
- Servicio
- Participación
- Civismo

- Unidad
- Tiranía
- Intransigencia
- Subordinación (mal enfocada)
- Silencio
- Incivilidad

Económicos

- Ahorro
- Inversión
- Producción
- Eficiencia
- Eficacia
- Disciplina (en el manejo del dinero)
- Remuneración justa
- Cooperación

- Despilfarro
- Derroche
- Consumismo
- Deficiente
- Deficiencia
- Dispendio económico
- Descuento
- Inhibición

Éticos o morales

- Dignidad personal
- Honestidad
- Justicia
- Honradez
- Congruencia
- Libertad
- Tolerancia
- Sencillez
- Responsabilidad
- Verdad
- Respeto

- Vileza
- Injusticia
- Deslealtad
- Incongruencia
- Esclavitud
- Intolerancia
- Opulencia
- Irresponsabilidad
- Mentira
- Insolencia

Estéticos

Equilibrio
Armonía
Creatividad
Belleza

Parcialidad
Discrepancia
Destrucción
Fealdad

Biológicos

Nutrición
Higiene
Estabilidad
Armonía física

Desnutrir
Suciedad
Inestabilidad
Desagradable

Trascendentales

Recreación
Salud
Descanso
Superación personal
Superación comunitaria
Tenacidad
Perseverancia
Autoestima
Compromiso consigo mismo
Compromiso con los demás
Religiosidad

Hastío
Enfermedad
Fatiga
Mediocridad personal
Mediocridad comunitaria
Pasividad
Negligencia

Incongruencia personal
Desacuerdo con los demás
Ateísmo



2.4. Importancia de la educación con base en valores dentro de la familia.

Para Benítez (2009), el manejo de valores en la educación posee un doble objetivo: por una parte, persigue la prevención y solución de conductas antisociales provocadas por la falta de valores; en segundo lugar, el horizonte último de la educación en valores es el cultivo de una actitud mental positiva, clave de lo que se viene llamando “salud mental”, la cual es indispensable para la felicidad humana. Educar en valores es, pues, lo mismo que educar para la felicidad.

Es un hecho comprobado que las instancias comprometidas en la educación dan cada vez más importancia a la educación en valores, recomendando que sus principios formen parte esencial de los contenidos curriculares. Esta tendencia se debe a la alarma creada en la sociedad por la degradación de valores que se observa en un sector creciente de la juventud actual. La importancia radica en que este fenómeno se refleja en una serie de conductas antisociales que dejan traslucir el vacío existencial y la rebeldía; como ejemplo, la juventud ante un conjunto de circunstancias que dificulta su realización personal: indisciplina, amoralidad, fracaso escolar, adicciones de todo tipo, conductas violentas, etc. (Benítez, 2009).

Las causas de este fenómeno son complejas, pero su raíz hay que buscarla en primer lugar en las transformaciones frecuentemente negativas que ha sufrido el núcleo familiar. Esta es la primera instancia educativa del ser humano, y precisamente aquella que tiene la mayor responsabilidad a la hora de transmitir los valores.

Benítez (2009), señala que la educación en valores no debe estimular al individuo a que se ajuste a la sociedad, ni a que se manifieste en armonía negativa con ella, sino que debe ayudarlo a descubrir los verdaderos valores que surgen como resultado de la de la comprensión de sí mismo. Tal comprensión sólo viene mediante el propio conocimiento.

En cada acción se marcan fines, que son valores elegidos y se les da sentido de acción responsablemente desde la resolución de la relación medio-fin. Los valores son elegibles y la experiencia muestra que los convertimos en fines porque los hemos elegido. (Tourriñán, 2005).

Hernandez (2013), realizó una investigación referente a la pérdida de valores, mediante la aplicación de un instrumento escrito (encuesta) en lo cual se ha comprobado estadísticamente los efectos y las causas que generan la pérdida de valores en la familia, tomando una muestra poblacional aplicada a los estudiantes

de la Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán, (UPNFM) tomando en consideración los siguientes aspectos:

- ✓ Identificar las causas que generan la pérdida de valores en las familias según los estudiantes.
- ✓ Identificar los efectos que generan la pérdida de valores en las familias.
- ✓ Identificar los valores que se están perdiendo en las familias y;
- ✓ Proponer estrategias de solución ante la pérdida de valores en las familias.

Hernández (2013), estipula que la crisis de los sistemas de valores y de las religiones puede que en el fondo no sea tan negativa; la humanidad ha sufrido y está sufriendo un profundo cambio, es una etapa nueva; por ello se debe estar atentos a los valores que van emergiendo, dispuestos a modificar nuestra forma de actuar como elementos efectivos de ésta dinámica dentro de la familia y sociedad. Es imprescindible volver a poner las cosas en su sitio, puesto que estos cambios han afectado directamente a las personas: falta de trabajo, intranquilidad, agresividad manifiesta, escasa solidaridad, etc.

Magaly Caram (2009; en Hernández 2013), directora ejecutiva de Pro Familia, asentó dos definiciones de la familia dentro de la sociedad actual, una que la defiende exclusivamente como aquella compuesta por la madre, el padre y los hijos; y una segunda que entiende que la realidad social ha evolucionado y ha mostrado que existen distintas estructuras que no necesariamente involucran una madre, un padre e hijos. Partiendo de la idea que la familia compuesta por, la madre, el padre y los hijos, la directora defiende, que los valores no se pierden fácilmente solo por las causas que se dan en el hogar, ya que se han hechos estudios donde la madre es jefa del hogar y el compañero de esta madre o esposo siempre anda ausente, y a la madre le toca desempeñar el trabajo del papá y por ende el de la madre. Ya se ha comprobado que en hogares donde la madre es jefa de hogar, sale adelante y no siempre por esa razón se pierden los valores en la familia, influye también la sociedad con sus cambios y malas conductas ya que los adolescentes es lo que más les llama la atención seguir esas conductas, que las adquieren de la misma

sociedad, porque vivimos en un mundo que solo se observan acciones más malas que buenas, y a los jóvenes les gusta esos desafíos.

Por otro lado se encuentra el vacío de los valores, en donde la racionalidad económica y pragmática lo ha invadido todo. Hernández (2013) advierte que se encuentran pensamientos erróneos como: "...nada vale por sí mismo, sino por su utilidad; la obra de arte no se deslumbra por su belleza, sino por la ocasión de invertir lo que representa; estudiar no es un placer, es un trámite para ganar más dinero; solo lo numérico y cuantificable -lo aparente en suma- es objeto de complacencia, con esta y otras formas de pensar nos preguntamos ¿Satisface un mundo así?"...refiere que tal vez la razón fundamental del vacío de los valores que se viven no sea otra que el haber condenado al sentimiento a un papel secundario en nuestro trato con los hombres y las cosas. (p. 20).

Hernández (2013), refiere que en la actualidad los padres no le dan el tiempo necesario a los hijos, es muy poco el momento que comparten con ellos y, a veces no se le da un tiempo de calidad, generalizando se puede decir que los padres se han vuelto materialistas porque, se le exige al hijo buenos resultados a cambio del esfuerzo que hace el padre para darle lo que él necesita, el futuro de los hijos depende de la preparación que haya obtenido en su nivel académico y posteriormente en su desarrollo personal. Otra observación es, que los padres no disfrutan a sus hijos desde pequeños, mucho menos en la adolescencia y, se agudiza la situación cuando llega la etapa de la rebeldía. Otro factor muy importante es que los padres les piden a los hijos que sean mejor que ellos, ya que por la situación económica que hoy en día vivimos éste es un medio muy importante para vivir una vida muy tranquila, con mucha solvencia económica.

Por lo tanto, relacionando la generación anterior con la actual se puede decir que no hay cambios en cuanto a la formación intelectual de los hijos, porque de ello se parte la idea de que en el futuro va a constituir una familia en el cual va a tener las mismas directrices, de vivir una vida solvente, pero no va a tener el tiempo para

brindarle a sus hijos, y así sucesivamente va de generación en generación. (Ackoff, 2011).

La carencia de valores se puede observar en todas las clases sociales, desde el más rico hasta el más pobre y entre estos están la pérdida de respeto a la autoridad, la impuntualidad, la descortesía, la agresividad, la discriminación, etc. Una de las principales causas que se dan por la carencia de valores en las personas es porque muchas crecieron en un entorno familiar en el que no les enseñaron un modelo de persona que represente valores éticos y morales. (Benítez, 2009; Hernández, 2013; Touriñán, 2005).

Si atendemos a los valores como patrones de conducta, no se puede olvidar que los niños vienen ya equipados con unos determinados valores (y anti valores) a través de los cuales filtran las inevitables propuestas valorativas que la escuela a diario realiza. Ninguna de ellas dejará de estar interpretada por el modo de pensar y vivir de la propia familia (Beltrán, 2001; en Hernandez 2013).

Son las personas más significativas para el niño o el joven las que más influyen en su experiencia de los valores: padres, maestros, educadores, tutores, y responsables de ellos. Durante los primeros años de vida y los primeros de la adolescencia tiene gran importancia los grupos o equipos: deporte, catequesis, voluntariado social, misiones. (et. al).

Las consecuencias de la degradación de los valores en el seno familiar han generado, más allá de la desintegración del núcleo familiar, el deterioro en la sociedad, y que está reflejado en los índices de delincuencia, deserción escolar, divorcios, y otros factores sociales de la actualidad.

El siguiente cuadro muestra las características más significativas de la pérdida de valores y sus consecuencias de acuerdo al estudio realizado en la UPNFM.

VARIABLES	INDICADORES	SUB-INDICADORES
Efectos de la pérdida de valores	Aparecimiento de bandas	
	Prostitución	
	Embarazos precoces y no deseados	Abortos en jóvenes a temprana edad
	Delincuencia por parte de los hijos.	Robos, Asesinatos Secuestros
	Drogadicción	De los padres. De los hijos
Causas de la pérdida de valores	La descomposición y los conflictos familiares	Pelear mutuas de los padres, infidelidades en los matrimonios
	Las separaciones de los padres	
	La situación económica	
	Indisciplina dentro de las familias	
	La escuela no cumple su papel en la enseñanza de valores	Perdida de clases. Mal ejemplo de algunos maestros
	Poca comunicación de los padres a sus hijos	
	No pasar tiempo suficiente los padres con los hijos	
Valores que se están perdiendo en las familias.	Honestidad Humildad Unidad Responsabilidad Sinceridad Solidaridad Compasión Cooperación La unión Comunicación Respeto El apoyo mutuo Amor Amistad Comprensión Honradez	

Figura 4. Matriz de variables e indicadores. (Hernandez, 2013)

Como recomendación al citado estudio Hernández (2013), describe dos vertientes, uno involucra al proyecto educativo familiar que es en general de orden implícito, se trata de un contrato familiar donde se "inscribe" la forma en que se organizan las familias, como se dividen las tareas, qué expectativas se tienen de los miembros de la familia, a esto, varios autores lo llamaron "currículum del hogar" (Cremin, 1976; Bloom, 1981; en Hernández, 2013).

El segundo se refiere a las metodologías; el padre igual que el docente debe aplicar varias para crear un ambiente agradable. Al dar los contenidos, deben los profesores tener mucho tacto aplicar lección y práctica, para no cargar con mucha teoría al alumno, lo mismo el padre, dar las tareas por la mañana y por la tarde al regresar a la casa ver si el hijo hizo la tarea. Y, por último hacer la evaluación ¿De qué forma va a evaluar?, para ser equitativo, el padre debe aplicar la evaluación formativa con sus hijos en el hogar y poder realizar todo el currículum, el cual le servirá como base y guía, (Hernández, 2013).

Como conclusión del estudio, se determinó que la familia juega un papel importantísimo en la enseñanza de Valores el 84.83% de los encuestados está totalmente de acuerdo, dando como resultado las siguientes premisas:

- La enseñanza de los valores en los niños es de vital importancia porque el futuro de nuestra sociedad depende de ellos y si no se forman desde pequeños la sociedad en un futuro será un caos.
- En la actualidad la pérdida de valores en nuestras familias está creciendo debido a muchos factores 62.66% de los encuestados está totalmente de acuerdo con que en la actualidad hay pérdida de valores.
- El género femenino y el masculino de la Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán consideran que los conflictos familiares, la situación económica y la educación son las causas de la pérdida de valores.

2.4.1. Manejo de valores y reglas

Para la conducción de los valores tanto en el ámbito familiar como social, se describirá una tipología de enfoques, formulada inicialmente por Superka en 1973, (citado en Santoyo, 1998):

1. Inculcación
2. Desarrollo moral
3. Análisis
4. Clarificación y
5. Aprendizaje para la acción

1.- Inculcación

El objetivo primordial de este enfoque es difundir o internalizar determinados valores que son considerados como deseables. Es importante que sea el niño o joven quien descubra los valores y opte libremente por ellos, mediante técnicas como el refuerzo y propuesta de modelos.

La combinación del refuerzo con la propuesta de modelos es un medio excelente de inculcar valores. Si el modelo es reforzado positivamente, los observadores de la conducta presentada tienen más probabilidades de actuar y reforzar de modo semejante y, en consecuencia, adoptar ese valor.

2.- Desarrollo moral *(considerado como cognitivo evolutivo o de desarrollo).*

La educación se concibe como posibilitadora de la interacción de cada persona con los demás y dentro de su contexto social; el proceso educativo tenderá a estimular y potenciar el desarrollo del sujeto para capacitarlo de un modo progresivo para resolver, de forma racional y autónoma, los conflictos que se le plantean en sus relaciones con el medio.

Una de las características fundamentales es precisamente el carácter progresivo, es decir, la consideración de que el desarrollo moral sea secuencializada en una serie de estados evolutivos por lo que cada individuo puede ir ascendiendo si cuenta con una adecuada estimulación (no inculcación); esta estimulación cognoscitiva debe producir un cambio en las estructuras formales del pensamiento y de juicio moral de la persona. Estos modelos ya fueron descritos en el tema de adquisición de valores en la educación (pp. 51-53) y de acuerdo a las investigaciones de Piaget y Kohlberg, son parte fundamental para la adquisición de valores en la educación.

3.- Análisis

Las técnicas de análisis constituyen un enfoque de la educación de los valores elaborado por educadores del campo de las ciencias sociales. El objetivo de esta técnica es ayudar a los alumnos a usar el planteamiento lógico y de los procedimientos de la educación científica relativo a los valores. Los alumnos deben aportar hechos verificables acerca de la validez de los fenómenos. Su aportación consiste en ofrecer una base sólida para llegar a tener opciones razonables, tomando en consideración la base objetiva que ofrece para aplicar los valores.

A continuación se enumera los pasos para dicho método:

1. Identificar y clarificar el tema del valor
2. Recoger los hechos significativos
3. Evaluar la veracidad de los hechos recogidos
4. Clarificar la relevancia de los hechos
5. Llegar a una primera decisión valorativa provisional
6. Medir el principio de valoración implicado en la decisión

4.- Clarificación de valores

El objetivo es ayudar al alumno a tener contacto con aquello que actualmente constituye un valor en su vida, así como también a descubrir la realidad de la orientación de sus ideas. El fin es afianzar estos valores, ayudarlo reconocerlos aceptarlos o cambiarlos si carecen de consistencia, es decir lograr la coherencia entre el pensar, decir, actuar y como consecuencia reafirmar los propios valores.

Este proceso implica 3 momentos fundamentales:

- a) Elección libre. Con el objetivo de que la persona llegue a ser un elemento constitutivo de su personalidad.
- b) Estimación. Para que la valoración sea real, debe producirle satisfacción y disfrutarla.
- c) Coherencia de la acción. Para que pueda considerarse que hay un valor presente, la vida misma debe ser afectada por el.

Estos tres momentos en el proceso de valoración se desglosan en ocho pasos o criterios que son considerados imprescindibles para que algo pueda considerarse como valor.

- 1) Escoger libremente los valores. Deben ser espontáneos y libre de elección.
- 2) Escoger los valores entre distintas alternativas. Las alternativas deben guardar relación, ser formuladas para que puedan entenderse con facilidad y así surja un valor.
- 3) Escoger los valores después de sopesar las consecuencias de cada alternativa. Se debe medir el peso axiológico de cada una de las posibilidades que se ofrecen.
- 4) Apreciar y estimar los valores. Cuando concedemos valor a una cosa o acción, como consecuencia se aprecia, se disfruta, se estima, se respeta, y se quiere.
- 5) Compartir y afirmar públicamente los valores. Cuando se elige algo libremente, lo analizamos y se siente cierta alegría, no se vacila en afirmar la decisión tomada mediante ese valor.

- 6) Actuar de acuerdo con los propios valores. Es preciso que la conducta afirme las decisiones que se toman y se integren en la vida misma.
- 7) Actuar de acuerdo con los propios valores de una manera repetida y constante. Los valores tienden a ser persistentes y dan forma a la vida humana. No se podría considerar valor algo que aparece una vez en la vida y no vuelve a presentarse.
- 8) La clarificación de los valores es un proceso progresivo personal que abarca toda la vida. A medida que el mundo cambia y las personas cambian, aparecen diferentes decisiones por tomar y es importante aprender la forma más adecuada de asumirlas.

Cabe mencionar como reforzamiento a estos pasos, lo que el autor Schmill, (2003) sugiere para evitar ser radical o exagerar la postura respecto a los valores esto aplica tanto a nivel académico como en el ámbito familiar:

- Hay una serie de valores que cada persona concibe como prioritarios; no hay un solo valor prioritario por encima de todos, más bien se poseen una serie de valores prioritarios que sirven como referencia constante.
- Es importante NO utilizar el concepto “Escala de Valores” porque puede limitar mucho la forma de poner en práctica los valores y conducir a posturas rígidas o incluso radicales, fanáticas e intolerantes.
- Se considera irreal hablar de escalas de valores porque obliga a entender esto de manera lineal y rígida en una lista vertical y numerada que no funciona, pues, las circunstancias de la vida enfrentan a las personas a situaciones complejas en las que lo que se tenía pensado hacer ante determinadas circunstancias, puede ser totalmente trastornado por variables no contempladas originalmente. Si las decisiones derivan de un valor único, será mayor la probabilidad de error y de que posteriormente la persona se arrepienta, ya que los valores inciden directamente en nuestras decisiones y conductas frente a hechos y circunstancias difíciles.

- El autor recomienda utilizar un esquema llamado “**Valores Prioritarios**” en el que se incluyan varios valores con prioridades similares. Por tanto, si hay un paquete de valores para barajar ante circunstancias difíciles, se dispone de más opciones y de mayor flexibilidad de acción. Es decir, se tendrán más alternativas, mayor diversidad de enfoques y se incrementara las posibilidades de éxito.

5.- Aprendizaje para la acción.

El objetivo de este aprendizaje es proporcionar al alumno oportunidades específicas para actuar según sus valores, dentro y fuera del aula. Las técnicas de aprendizaje para la acción consideran a la persona fundamentalmente como interactiva y se enumeran en 6 pasos:

1. Tomar conciencia del asunto o proceso
2. Comprender el asunto o problema y tomar una postura.
3. Decidir una actuación.
4. Planificar estrategias y etapas para la acción.
5. Aplicar actividades y realizaciones de la acción.
6. Reflexionar sobre las acciones emprendidas y considerar las consecuencias.

Es importante tener presente dos elementos básicos para que esto se lleve a cabo: el compromiso y motivación, tanto de profesores capacitados como de padres de familia o cualquier persona que se involucren en la educación, así como, en los alumnos o hijos de familia los cuales deben introyectar la importancia de los valores.

La aportación fundamental de estas técnicas es que buscan llevar al sujeto a comprometerse activamente con los valores estimados como tales por él mismo, así como tratar de poner al niño o joven en situaciones concretas que lo inciten a comportarse de acuerdo a sus propios valores.

Manejo de reglas

Un objetivo disciplinario es un valor que se debe inculcar a los niños o jóvenes. Las **reglas** son formas prácticas de vivir los valores, las reglas por si mismas no tienen sentido, a menos que previamente se defina con claridad el valor del cual emanan. Schmill, (2003).

Es importante para este autor recalcar que las reglas no son valores, son formas de vivir los valores. Las reglas son negociables y los valores **NO**.

Bringas (2010), señala que por cada regla establecida, se tendrá que permanecer vigilante en su cumplimiento y como padre dar el ejemplo ya que si no hay un ejemplo a seguir, por más que se sancione jamás funcionara.

A continuación se presenta un manual para la elaboración de reglas positivas y aplicables según Schmill, (2003):

- Evitar el exceso de reglas, solo se debe reglamentar la conducta que genere conflictos constantes.
- Las reglas son conductas derivadas de algún valor claramente identificable; por ejemplo: si la regla es “Cumplir con los horarios acordados” no se requieren muchas explicaciones para vincularla con el valor **RESPONSABILIDAD**.
- Indican la forma para poder hacer algo, no solo la prohibición. Se recomienda redactar la regla en positivo y no en negativo; por ejemplo: **“Se puede usar lo ajeno solo con permiso de su dueño** “es algo mucho más aplicable y propicia una mejor convivencia, que **“No se puede usar los que no es tuyo”**, pues su misma redacción es limitadora, cierra los márgenes de negociación, ya que simplemente **“No se puede...”** en lugar de admitir opciones que permitan realizar la acción deseada sin afectar a otros, es decir omitir la palabra **“NO”**.

- Son conductas completas en sí mismas, no condiciones para obtener un privilegio o beneficio posterior. Las reglas no deben plantearse como condiciones:

“Para salir a jugar, primero hay que hacer la tarea” o “No pueden salir a jugar hasta que hagan su tarea”. Lo correcto sería: **“Cumplir con todas las tareas escolares”** no especifica a qué hora o después de qué o ante de qué, simplemente **“Cumplir con todas las tareas escolares”**.
- Las reglas son solo enunciados, no incluyen explicaciones sobre la razón por la cual se deben portar de una manera o de otra. Simplemente se expresa la conducta esperada, sin “rollos” ni mayores explicaciones.
- Si se cuestionan sobre una regla o no queda clara, entonces se explica el valor del cual emana.
- Se modifica de acuerdo a la edad, etapa vital o circunstancia de quienes afecta; si se estancan se vuelven obsoletas y las romperán abierta o encubiertamente. Es decir, las reglas deben evolucionar y pueden ser negociadas. Es conveniente actualizarlas periódicamente.

- Los niños o jóvenes deben participar en su elaboración y su redacción, con el fin de que sean reglas eficaces, es necesario que los chicos se adueñen de ellas, que estén convencidos de que les conviene comportarse así; que las reglas aplican tanto para ellos como para los demás miembros involucrados en su educación, esto traerá varios beneficios:
 - Los hace dueños de las reglas
 - Les otorga sentido de pertenencia, a hacerlos partícipes de una dinámica que afecta a todo el grupo o familia.
 - Les inculca el hábito de llegar a acuerdos sobre temas conflictivos, al practicar el diálogo como recurso de solución de problemas interpersonales.

- Se sustituye la autoridad inapelable de los padres por el convencimiento de beneficios y valores claros.
 - Se disminuye el riesgo de la doble moral derivada del temor.
- Puede haber excepciones en las reglas, todo depende de las circunstancias, de la situación del momento, pero en ese caso deben ser excepciones; de otra manera, la regla resulta inoperante. Es decir, después de la excepción debe volverse a la regla original.

Las reglas y la responsabilidad de cumplirlas, es un medio y condición que facilita o dificulta las relaciones dentro de la familia, por tanto los padres deben aclarar, a través del dialogo, lo que se espera de los hijos, tomando en consideración la edad y ocupaciones de cada miembro de la familia, ya que es un cambio contextual; es importante reiterar que cada regla debe ser vigilada e ir acompañada de una sanción o consecuencia aversiva, es decir, desagradable, es recomendable al momento de estipular las reglas, estipular también las sanciones en caso de incumplimiento. (Bringas 2010, Diez 2005). El trabajo en conjunto ayuda a identificarse unos con los otros, dentro de un ambiente familiar sano.

En específico, durante la niñez y adolescencia se debería inculcar valores y reglas, ya que esta última es un período de la vida en el que los procesos de construcción de identidad, el desarrollo de nuevas formas de pensamiento, incluyendo la capacidad de razonamiento moral y el fortalecimiento de relaciones sociales, se convierten en una oportunidad irreplicable para la consolidación de valores y fortalezas humanas. Padres, educadores y sociedad en general no deben perder de vista las posibilidades asociadas a esta etapa de la vida. (Ortega, 2010).

En el siguiente capítulo se presentará una descripción de las características de la adolescencia y los riesgos a los que se enfrentan en diferentes contextos.

CAPÍTULO III

Características de la adolescencia.

3.1. Concepto de la adolescencia

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la adultez, se inicia como un proceso irrefrenable de personalización; intentando reestructurar vivencias, revisando esquemas y creencias; el joven pone en tela de juicio todo aquello que considera mediocre o caduco, con el propósito de forjar su propia identidad, conseguir su independencia y autonomía. Aparte de las circunstancias en las que se desarrolle, la adolescencia es una etapa de progreso. (Bringas 2010, Crispo & Guelar 2005, Izquierdo 2003, Gáfaró & López 2014).

“Aunque comúnmente se dice que la palabra *adolescente* proviene de adolecer de falta o carencia de algo, en verdad viene del latín ad: hacia, *olerere*: forma de *olere*: crecer, es decir transición o procesos de crecimiento. (Crispo & Guelar, 2002 pp. 17,18).

Longs (2015), refiere que si existiera un término global para abarcar en su totalidad las características de la conducta del adolescente, este sería “ambivalencia”, manifestándose bajo la forma de un constante deseo enérgico de pensamiento y acción independientes, entremezclado con necesidades insatisfechas de dependencia, tal combinación necesariamente debe conducir a un comportamiento que, en el mejor de los casos, fuera variable, si no es que impredecible, ilógico y conflictivo; por ende la importancia de reconocer que un adolescente bien adaptado y de sólida estructura emocional, acabara por exhibir una amplia gama de acciones y reacciones de un momento a otro. Este patrón de reacciones ambivalentes normalmente está dirigido hacia los progenitores.

En consecuencia de estas reacciones se esperaría que el afecto que tienen los padres por el hijo los capacitará para tolerar este periodo de rechazo sin abandonar su posición como figuras supervisoras, disciplinarias, a la vez que amorosas. Sin embargo muchos padres reaccionan de forma ambivalente y dirigiendo tanto su afecto, así como su ira contra el adolescente, que reacciona tan variablemente como ellos mismos. Esto fácilmente puede crear un ambiente de confusión y de disturbios constantes. (Longs, 2015).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los “adolescentes” son todos los individuos comprendidos entre 10 y 19 años, definiendo como primera adolescencia o adolescencia temprana de 10 a 14 años y como segunda o adolescencia tardía de los 15 a los 19 años de edad, es importante tener en cuenta las bases culturales y las diferencias individuales. (Izquierdo, 2003).

Palacios (2005), señala que la adolescencia termina cuando se alcanza la madurez emocional y social, esto es cuando el adolescente puede asumir y desarrollar tareas, propias de un adulto joven, por ejemplo: la responsabilidad de trabajar, así como el desarrollo de una intimidad que le permita realizar su descendencia, entre otras actividades personales y sociales.

De acuerdo con Izquierdo (2003), La adolescencia se caracteriza por un conflicto específico del sujeto consigo mismo y su entorno, es decir, es una etapa donde se dan cambios fundamentales en la vida de los seres humanos, desde los más visibles como los del cuerpo, a los más sutiles como la manera de sentir, de pensar y de relacionarse con los demás. Este momento de transición llega y abarca a toda la familia y el entorno social en el que este se desenvuelve.

Para tener más conocimiento acerca del mundo de los adolescentes, se presentan las características biológico-sexuales, psicológicas, socio-emocionales, así como que tipos de temperamento presentan los adolescentes.

3.1.1. Características biológico-sexuales.

Los padres, maestros, compañeros y sociedad en general, pueden ayudar a los adolescentes en su transitoria adaptación personal, comprendiendo y orientando a estos, en cuanto a los cambios físicos y sexuales que se presentan durante esta etapa, lo cual puede influir en ellos para que se convierta en una fuente de orgullo o bien ansiedad o confusión, (Crispo & Guelar 2002, Izquierdo 2003).

A lo largo de esta etapa tiene lugar un crecimiento físico, que en talla representa de 20 a 25% con la que finalizará, mientras que el peso refleja hasta 50% del peso ideal del adulto. Las proporciones corporales también sufren modificaciones que no siempre son simultáneas, al principio se desarrollan los pies y manos, después los miembros inferiores, seguido del crecimiento del tronco y por último se manifiestan los rasgos faciales y musculatura; tomando en consideración que el tiempo máximo de crecimiento requiere aproximadamente de 10 años para completarse (Izquierdo, 2003).

Izquierdo (2003), menciona que otro aspecto que se combina con el crecimiento físico es la maduración sexual la cual se define como "...Pubertad, se deriva del latín pubes y pubis, en clara referencia a los cambios que se producen en esta zona" (p. 16).

La pubertad da inicio al desarrollo sexual que afecta el aparato reproductor y visiblemente la apariencia externa de ambos sexos, los cuales se describen a continuación (Gáfaró & López, 2014):

En la Mujer:

La maduración física y sexual comienza aproximadamente alrededor de los 12 años, aunque el rango está entre los 10 a 16 años, y los principales cambios físicos que se producen en el cuerpo son:

- ❖ Los huesos de la cara maduran por lo que se ve más grande.
- ❖ Los senos aumentan de tamaño, igual que los pezones.
- ❖ Los ovarios se agrandan, así como el útero y la vagina.
- ❖ Se reafirman las curvas porque se crean depósitos de grasa en muslos, abdomen y caderas.
- ❖ El porcentaje de grasa del cuerpo sube al 22% más o menos, lo que pone en marcha el circuito hormonal. Sin grasa no hay menstruación.
- ❖ Los brazos y las manos, las piernas y los pies se agrandan y alargan.
- ❖ La piel se vuelve grasa.
- ❖ Crece vello en las axilas.

- ❖ La cintura se estrecha y las caderas se ensanchan.
- ❖ Crece vello alrededor de la vulva.
- ❖ Comienza a haber secreciones blancuzcas y viscosas de la vagina.
- ❖ Empieza la menstruación.
- ❖ La estatura y el peso aumentan.
- ❖ El cuerpo transpira y despide olor.
- ❖ Aumenta el apetito.
- ❖ Alcanzan el 90% de su estatura antes de la menstruación.

En el hombre:

- ❖ El cuerpo de los niños comienza a cambiar hacia los 11 o 12 años.
- ❖ Crecen los huesos de la cara y cambia el aspecto.
- ❖ Retrocede la línea de la frente.
- ❖ Aparece la barba.
- ❖ Los hombros y el pecho se amplían.
- ❖ Se desarrollan los músculos.
- ❖ Aparece vello alrededor del pene.
- ❖ El pene se agranda y se alarga, y se oscurece la piel del escroto.
- ❖ Los brazos, las manos, las piernas y los pies se agrandan y largan.
- ❖ La voz cambia, más o menos entre los 14 o 15 años.
- ❖ La laringe se agranda y aparece la nuez de Adán.
- ❖ Crece el vello de las axilas, pecho brazos y piernas.
- ❖ Los testículos aumentan de tamaño y se vuelven sensibles.
- ❖ Comienzan a producirse eyaculaciones nocturnas.
- ❖ Se forma el esperma.
- ❖ La estatura y el peso aumentan.
- ❖ El cuerpo transpira más.
- ❖ La piel se vuelve grasa y puede aparecer el acné.
- ❖ Alcanzan el 80% de su estatura.
- ❖ Llega a menos de la mitad del peso que tendrá de adulto.

Como ya se mencionó, el desarrollo físico posee una relación estrecha con otros aspectos biológicos como el desarrollo sexual.

La sexualidad se entiende como todos aquellos comportamientos, hábitos y prácticas en los que se involucra el cuerpo, pero también las ideas, los aspectos morales y otros aspectos que las sociedades realizan acerca de los deseos eróticos y los comportamientos sexuales, (Palacios, 2005).

Debido a los cambios biológicos que ocurren en la pubertad, la sexualidad en los adolescentes se caracteriza por ser una etapa de exploración, curiosidad y experimentación sexual. Por lo general, utilizan su fantasía, buscan parejas de las que se enamoran y decepcionan rápidamente, puede decirse que están en busca de comportarse como adultos, en esta etapa encuentran infinidad de posibilidades sexuales, debido a aspectos biológicos, pero no hay una capacidad psicológica para entenderla o manejarla. (Blázquez, Torres, Pavón, Gogeoascochea & Blázquez, 2010).

El aspecto sociocultural tiene una influencia radical en esta etapa, ya que los padres o los adultos influyen en el comportamiento de los adolescentes en la pubertad, ya sea controlándolos o protegiendo su sexualidad, imponiendo ciertas normas y valores molares, culturales y religiosos que los sugestionan, sugiriendo que el sexo es algo malo, pecaminoso, vergonzoso o sucio, otros fomentan prácticas sexuales o incluso por falta de información, matrimonios a temprana edad. Otros aspectos que influyen de forma cercana son: los medios masivos de comunicación como la televisión, internet, publicidad etc. que poseen contenidos sexuales sugestivos para su consumo. (Craig, 2009; Santrock, 2006; Palacios, 2005).

Santrock, (2006), comenta que hay comportamientos sexuales recurrentes en los adolescentes como lo son:

- El acto erótico llamado masturbación, donde los genitales son el órgano de mayor placer por su alta sensibilidad y suelen realizarlo con mayor frecuencia los varones.

- Tienen que lidiar con sentimientos sexuales como los son: la excitación, la atracción sexual y nuevas formas de intimidad.
- Formas de atracción sexual, independiente a la heterosexual, está la bisexual, ya que pueden experimentar atracción física o emocional hacia personas de su mismo sexo pero puede ser transitoria y sin enamorarse.

De acuerdo con Craig (2009), algunos autores refieren que, la homosexualidad es una preferencia sexual que no se elige, dentro de esta postulación algunos estudios del desarrollo indican que las causas pueden ser, abuso sexual, mientras que otros refieren causas “ambientales o biológicas”. Dentro de las causas ambientales se atribuyen a factores culturales e históricos y en cuanto al factor biológico, se cree que puede ser una causa genética, relacionada con el cromosoma X.

No obstante de las causas, el sentimiento de atracción hacia personas del mismo sexo o el saberse homosexual, puede ocasionar un gran estrés en la adolescencia y desatar presión social por parte de sus iguales, recibir críticas o poco apoyo por parte de los profesores, padres y/o familiares. (Craig, 2009; Santrock, 2006).

Durante esta etapa, como ya se mencionó, se producen transformaciones físicas y hormonales con un fuerte impacto en la madurez sexual y la capacidad para la reproducción, hay varias condiciones necesarias para que esto suceda. Es decir, existen varios estudios recientes que sugieren que a partir del alcance de un umbral determinado de grasa corporal, las células grasas producen leptina, proteína que señala al hipotálamo el inicio de dicho proceso y esto produce los cambios físicos.

El hipotálamo estimula y regula la producción de hormonas y otras glándulas, a través de la secreción de la glándula liberadora de gonadotropina (GnRH). El incremento de dicha hormona inicia en la niñez media. El aumento de (GnRH) estimula la hipófisis que influye en la producción de hormonas sexuales, a través de las gónadas. Hay dos clases de hormonas sexuales, los estrógenos y los andrógenos; ambas hormonas son producidas en concentraciones similares por mujeres y hombres hasta la pubertad. La hormona del crecimiento y la tiroxina

también influyen en el crecimiento a lo largo de la infancia. (Arnett, 2008; Papalia, 2009).

Otro aspecto que conjunta la base fisiológica que viven los adolescentes es el desarrollo cognoscitivo, en donde el pensamiento, la toma de decisiones y resolución de problemas adquieren mayor complejidad.

3.1.2. Características psicológicas.

Como ya se describió la adolescencia es un período de cambios rápidos y notables entre los que figuran los cambios físicos, encaminados todos ellos a la capacidad de reproducción. Además de esta metamorfosis corporal, se produce una maduración de las funciones cognitivas, adquiriendo el joven una nueva capacidad para pensar de manera lógica, conceptual y con visión en un futuro, sucediendo al mismo tiempo, un desarrollo psicosocial que permite al adolescente una mejor comprensión de uno mismo en relación a los demás. (Longs, 2015).

La cognición es la habilidad para procesar información y formar representaciones mentales de uno mismo y de su entorno, estableciendo como actividad principal el procesamiento de la asignación de significados a objetos y personas. Los procesos cognoscitivos, incluyen atención, percepción, sensación, identificación, asociación, condicionamiento, pensamiento, concepción de ideas, juicio, raciocinio, solución de problemas y comprender el mundo físico y social, incluido uno mismo. (Harrocks, 1986 en Palacios, 2005).

En los adolescentes el desarrollo cognitivo es la evolución de las habilidades para pensar, comprender y percibir, de forma que aumentan su conciencia y su conocimiento así como también se observa mayor independencia y autoafirmación, (Arnett, 2008; Craig, 2009; Papalia, 2009; Santrock, 2006).

Lo anterior proviene de las reacciones del cerebro que cumple una función básica en el pensamiento, pues durante la adolescencia continúa desarrollándose ya que existen registros de incrementos de actividad eléctrica entre los 9, 12 y 15 años y más tarde entre los 18 y 20 años, que pueden indicar cambios en el desarrollo

cognitivo. En específico son dos áreas que producen cambios: la amígdala que controla el procesamiento de información sobre las emociones y el córtex prefrontal que controla el funcionamiento cognitivo superior como la toma de decisiones. La amígdala madura antes que el córtex prefrontal, lo cual explica porque los adolescentes son tan viscerales, sobre todo al principio de la adolescencia. (Santrock, 2006).

Estas acciones viscerales se manifiestan a través de egocentrismos, siendo descorteses con los adultos y presentan angustia frente a situaciones simples de la vida. Comprende un periodo de los 13 a 14 años, en los que ocurren procesos como la revisión de valores y la contraposición con el adulto. De pronto la habilidad del adolescente para razonar de forma abstracta origina un cambio en la conducta usual. Las reglas de los padres u otra autoridad, podrían llegar a ser cuestionadas enérgicamente, a partir de sus nuevos razonamientos. Conforme avanza el tiempo el córtex madura y esto propicia capacidades como la planificación, el establecimiento de prioridades, el control de emociones y valoración de consecuencia de las acciones. (Izquierdo, 2003; Santrock, 2006).

Referente a la inmadurez de pensamiento que presenta el adolescente, este se manifiesta en seis formas según Izquierdo, (2003):

- Idealismo y actitud crítica
- Actitud polémica
- Indecisión
- Hipocresía aparente
- Autoconciencia
- Singularidad e invulnerabilidad

Aproximadamente a los 15 años empieza la reafirmación personal, ideas o proyectos de reformar el mundo. El hecho de que los adolescentes puedan tener la capacidad de tomar decisiones no implica que sean perfectas, ni que se apliquen

en la vida cotidiana, pero que las experimenten tiene mucho que ver como parte de su maduración. A este respecto, Santrock, (2006) señala que los adolescentes necesitan más oportunidades para practicar y reflexionar, sobre la toma de decisiones en la vida real.

Cabe retomar la teoría de Piaget (mencionada en el capítulo 2), en donde explica que muchos de los cambios cognoscitivos que tienen lugar en la adolescencia. Sin embargo, la investigación ha demostrado que no todas las personas de todas las culturas, alcanzan las operaciones formales y no todas las personas las usan en todos los aspectos de su vida, (Arnett, 2008; Papalia, 2009).

Arnett (2008), Papalia (2009), refieren que el modelo de desarrollo cognoscitivo sostiene que la gente desarrolla gradualmente su propio código moral. Tanto Piaget, (1972), como Kohlberg,

(1891), describieron el pensamiento formal como un progreso que va de reglas impuestas externamente y regidas por las consecuencias físicas y emocionales de un acto, a juicios más flexibles e internos que toman en cuenta las circunstancias.

El nivel superior o madurez del adolescente, trabaja con la ayuda de una o varias personas más capacitadas. De este modo el desarrollo intelectual del mismo, puede ser mejor, si el entorno cognitivo es más estimulante. Pues los padres, los compañeros, la comunidad, la tecnología y la cultura son otras fuerzas que influyen sobre el pensamiento de los adolescentes. Todo esto contribuye a fomentar la confianza en sí mismos, elevar su autoestima, mediante el logro de solución de problemas y también motivarlos en la realización de sus metas. (Santrock, 2006).

3.1.3. Características socio-emocionales

En este apartado se verán dos variables que son fundamentales para el desarrollo personal de los adolescentes, por un lado está el área emocional como es la adquisición de la personalidad que contiene aspectos como, el autoconcepto, la autoestima, identidad, autonomía y apego y en conjunción está el aspecto social que involucra familia, amigos, noviazgos, relaciones en general.

En la adolescencia el **autoconcepto** es: la percepción y comprensión de los atributos personales distintivos. La radical transformación fisiológica, aunada al cambio desconcertante de emociones, son causas que confunden al joven, por tanto a menudo siente que su cuerpo es algo extraño a él/ella, (Izquierdo, 2003). El autoconcepto incluye la capacidad para distinguir entre un yo real y dos arquetipos de yo posibles, el yo real y el yo temido. Según algunos especialistas, consideran sana la posibilidad de imaginar dichas figuras del yo, es decir, que dan claridad sobre aquello que es uno, lo que quiere ser, y por lo que se propone luchar, (Arnett, 2008).

El adolescente forma una imagen corporal ideal a partir de sus experiencias y percepciones, desde niño se comparara con otros, básicamente en lo que se refiere a la altura, el peso y la inteligencia, posteriormente de forma inconsciente en esta etapa, se compara con sus padres de forma competitiva por las habilidades que en esta etapa de su vida está desarrollando, (Izquierdo, 2003).

Es importante mencionar que unos de los factores que más contribuyen en la distorsión del autoconcepto, son los medios de comunicación masiva que contribuyen a alterar este aspecto, al otorgarle una importancia excesiva a normas poco realistas, en las que se determinan los parámetros de cuerpo ideal, descalificando cualquier característica que no encaje (Izquierdo, 2003).

Izquierdo (2003), asegura que muchos de los problemas de adaptación de los adolescentes son consecuencia de las perturbaciones por su imagen corporal, que pueden relacionarse con desviaciones exageradas dentro del proceso de maduración y conllevan a enfermedades de índole alimenticio. En consecuencia resulta real que la imagen corporal y el autoconcepto, son elementos fundamentales de la **autoestima**. Esta última puede definirse como la concepción que perciben de sí mismos(as), (como se ven, interpretan, representan etc.).

Es decir, se realiza una autoevaluación de sí mismos(as) comparando las habilidades físicas e intelectuales además de sus talentos y habilidades sociales. Esta autoevaluación va a acompañada de un sentimiento de vergüenza que los

hace susceptibles al ridículo, por eso se preocupan al intentar conciliar su yo percibido con su yo ideal. En este sentido los complejos salen a flote y tienen su origen en defectos físicos imaginarios o plantados por parte de la familia o amigos etc., durante la infancia (Feldman, 2007 Izquierdo, 2003).

Las personas con baja autoestima acostumbran compararse, por lo general con las personas menos favorecidas. Según, Izquierdo (2003), como consecuencia se producen diversas distorsiones cognitivas de las cuales se destacan:

- La hipergeneralización: es la tendencia de emitir juicios, a partir de un detalle particular; por ejemplo, ven defectos en otras personas y se comparan.
- El filtrado negativo: consiste en considerar únicamente los aspectos supuestamente negativos de la propia imagen corporal.

La baja autoestima en adolescentes, invariablemente provoca al aislamiento y sufrimiento por la soledad que viven, ya que se sienten torpes y tensos por sus malas relaciones sociales, lo que dificulta la comunicación con los otros y por ser aceptados y agradar pueden ser influenciados y hacer cosas que no desean. (Rice, 1997).

Goleman (2003, en Prado y Amaya, 2005), menciona que los estados mentales destructivos que más se presentan en los adolescentes son:

- Baja autoestima
- Exceso de confianza (soberbia)
- Resentimiento
- Celos y envidia
- Falta de compasión
- Incapacidad para mantener relaciones interpersonales próximas.

Este autor asegura que, la humanidad está orientada a vivir estas emociones destructivas, en vez de crear y vivir estados afectivos constructivos como practicar la compasión, la bondad y el amor. Vivir en un estado de vida orientado hacia las emociones destructivas produce daños en diferentes aspectos como el intelectual,

emocional y social, por ello recomienda engrandecer la bondad por encima de la felicidad.

Con respecto a las relaciones sociales o interpersonales, el autoconcepto y la autoestima conforman una **identidad**, en la que el adolescente empieza a sentir la necesidad de nuevas formas de relación con el medio (familia, grupos, compañeros, amigos). Es decir, empieza a actuar por sí mismo. En esta etapa de afirmación del yo, es importante señalar que los conflictos, disputas, desacuerdos y contradicciones con él mismo y con los demás son inevitables, pero son necesarios como parte del proceso. (Craig, 2009; Santrock, 2006).

Para algunos psicólogos como Izquierdo (2003), la crisis más aguda y generalizada de la experiencia psicológica del ser humano es la búsqueda de la identidad durante la adolescencia. Erikson (1902-1994, citado en Izquierdo, 2003), hizo una importante aportación al respecto ya que dedujo que el ser humano sigue un modelo de desarrollo a lo largo de su existencia y la crisis de identidad es la más decisiva, pues de su adecuada solución depende el ajuste personal y social definitivo.

Los tres aspectos fundamentales que conforman la identidad en un adolescente, según Izquierdo (2003) son: el vocacional, el sexual y el ideológico.

- La búsqueda de **identidad vocacional**: se considera especialmente difícil en la actualidad por que existen más profesiones y especialidades, aunque aunado a esto también hay un dramático desempleo. El apoyo de los padres y profesores podría disminuir el estrés en el adolescente en este aspecto.
- **La identidad sexual**, permite la identificación con el mundo adulto, masculino o femenino u otro, ya que el/la adolescente toma conciencia de estar ingresando a un nuevo enfoque de relaciones personales.
- **La identidad ideológica**, es una situación difícil tanto para el adolescente como para los padres, porque deja de creer ciegamente en lo que sus padres disponen y esto genera conflicto. Necesita explorar por sí mismo, aceptar o rechazar o modificar los valores familiares, de su comunidad e incluso sociales.

El proceso de maduración del adolescente está basado en la confianza que le demuestran, solo desea que los adultos sean sinceros y leales con él y que respondan a sus interrogantes, así ira obteniendo el conocimiento de sí mismo, la aceptación por parte de los demás y su propia estima. A medida que esto vaya sucediendo, será capaz de orientar su conducta de acuerdo con sus propias normas interiores y los valores inculcados. Nada existe más frustrante para el adolescente que la falta de confianza en sí mismo y de los que lo rodean. Si este paso se da, es menos complicado que obtenga su independencia y autonomía. (Izquierdo, 2003).

Sin embargo para cumplir la independencia y autonomía, los adolescentes deben desapegarse de los padres.

El **desapego** es un vínculo emocional entre padres e hijos, la necesidad de independencia se traduce en el deseo de asumir responsabilidad por los propios actos y la **autonomía** en el pensamiento y en la conducta. (Izquierdo, 2006; Santrock, 2006).

Lo anterior da lugar a un arduo combate entre dos impulsos: el hemofílico que es aquel que nos impulsa a seguir a delante, aun enfrentándose a lo desconocido, hacia la independencia, en contraste, el impulso neofóbico, retiene a la persona y obliga a refugiarse en lo conocido, teniendo cierta dependencia hacia lo que lo protege. Por tanto, el adolescente construye su vida necesitando el apoyo de sus padres y por otro, requiriendo la separación para sustentarse en sí mismo, Izquierdo, (2003).

Los jóvenes en esta etapa buscan su libertad y en realidad así es como se construye la educación y la madurez. Izquierdo (2003), en este aspecto opina que se debe educar para la libertad y para ello se ha de brindar al adolescente la oportunidad de asumir la responsabilidad de sus actos.

Otro de los factores importantes para el desarrollo de adolescentes es el social, ya que este no crece en el vacío, más bien en mutua en íntima relación con las demás personas; en primer lugar con los padres, cuidadores y docentes, luego con compañeros, amistades y también en la época y cultura en las que le toco vivir.

Se entiende que la socialización son los procesos por los cuales se incorporan los valores, los estándares y las creencias vigentes que se viven dentro de la sociedad en la que se encuentra, (Coleman, 1985).

Coleman (1985), argumenta que durante la niñez, en general los papeles que representan son los que le adjudican los demás, pero cuando se llega a la adolescencia, se le presentan mayores oportunidades, no solo para la elección de roles, sino también para elegir como deben ser interpretados.

Dentro de este contexto, el adolescente entra en un proceso de desvinculación, que supone la renuncia de la **dependencia** y la ruptura de vinculaciones que fueron hasta la pubertad la fuente primordial de los estímulos emocionales. El adolescente tiene que renunciar a esta figura interiorizada que es la persona que estuvo a cargo de él durante su infancia, a fin de crear una adaptación conjunta con el medio a que se enfrentará. Este proceso es frecuentemente considerado por los padres como rebeldía, ya que el adolescente busca fuera del núcleo familiar su propia personalidad y crear una vida social. Sin embargo muchas veces tiene poco que ver con los sentimientos que tienen hacia sus padres. (Coleman, 1985; Gáfaró & López, 2014; Santrock, 2003).

Arnett, (2008), afirma que una preocupación central en la adolescencia, es el hallazgo de respuestas a interrogantes sobre uno mismo. **La identidad** es la autodefinición madura; sentido de quien es uno, hacia donde se dirige y en qué forma se vincula con la sociedad. Durante el transcurso de esta búsqueda, los adolescentes refuerzan su capacidad para comunicarse, se dan cuenta de sus necesidades y las de los otros, detectan sus fortalezas, así como sus debilidades (Gáfaró & López, 2014).

Este cambio hacia la **autonomía**, muchas veces genera conflictos familiares. De pronto los hijos ya no son los mismos, se vuelven rebeldes, impulsivos, hacen muecas, critican, comparan a sus padres con el modelo ideal, etc. Exigen explicaciones de las medidas disciplinarias y los comentarios que sus padres les hacen, se resisten a aceptar las demandas de sus padres. La mayor parte de los

conflictos se centran en asuntos de la vida cotidiana, como quehaceres domésticos, recoger la recámara, vestirse adecuadamente, la llegada a casa en los horarios pactados, las horas que pasan en el teléfono o celular, sobre el noviazgo, las calificaciones, hábitos de alimentación; casi ninguno se relaciona con valores de tipo económico, religioso, social o político. Por tanto, los padres tienden a ser más estrictos y suelen presionar más a sus hijos para que se sometan a las normas, esperando que estos se conviertan en adultos de la noche a la mañana sin advertir que es un proceso que lleva aproximadamente de 10 a 15 años, (Craig, 2009).

Durante estos años se genera la necesidad que tiene el adolescente tener un **sentido de pertenencia**, en esta etapa no se es niño ni tampoco adulto y por lo general los chicos lo tienen claro, por tanto conforman grupos para sentirse miembros y parte de una sociedad en la que no tiene claro cuál es el lugar y el papel que les corresponde. Por otro lado, las características propias de los adolescentes los hacen más susceptibles e influenciables de manera que sus experiencias suelen ser a prueba de ensayo-error, es decir, pueden dejarse llevar por todo tipo de presión: ideológica, religiosa, delictiva, entre otros. Es imperante que su carácter y valores estén bien sustentados, por el contrario, determinada presión social termina por distorsionar la formación familiar y escolar recibida, ahuyentándolos a caer en graves problemas, como: las pandillas, las drogas o el alcohol, sexualidad inadecuada etc., (Gáfaró & López, 2014).

Las relaciones afectivas también forman parte de los medios de socialización de los adolescentes y son fundamentales porque ponen a prueba sus capacidades dentro del compromiso, el compartir intereses, gustos y la convivencia en pareja. Las relaciones están marcadas por la sobredimensión de los sentimientos y la idealización de la persona amada, por ello usualmente establecerán relaciones llenas de drama y pasión que conllevan a una **idealización**, que quiere decir: magnificar las cualidades y capacidades del alguien, y posteriormente como consecuencia, tendrán varios amores que serán la persona perfecta. La idealización es una actitud propia de la adolescencia, sobre todo porque se encuentran en búsqueda de prototipos para imitar y seguir o admirar a ídolos

inalcanzables. Este fenómeno suele ser pasajero, sin embargo, en esta etapa hay una sobredimensión de las pasiones, por ello se presentan casos, recurrentes, de matrimonios entre parejas inmaduras y suicidios por desengaños amorosos. (Gáfaro & López, 2014).

Ya se han revisado las características generales de la adolescencia y pubertad, pero se debe anteponer a estos conceptos, que los hijos son seres humanos, es decir, seres biopsicosociales.

La parte biológica la determinan los genes y son las predisposiciones mediante las cuales se dan las características individuales, entre ellas algunas enfermedades, ya sean físicas o mentales, así como el temperamento (que se describirá en el siguiente tema), y las habilidades y talentos que de forma innata poseen. Por otro lado, se encuentran los aspectos en que se desenvuelven y las habilidades que los adolescentes adquieren dentro de su núcleo social. (Bringas, 2010).

3.1.4. El temperamento de los adolescentes

El temperamento se refiere a una serie de características con las que nacemos y se manifiesta de acuerdo a como se actúa y reacciona ante las demandas del medio. (Bringas, 2010).

Las personas suelen confundir, **temperamento**, carácter y personalidad como si fueran sinónimos, sin embargo el significado es diferente. El temperamento, está vinculado estrechamente a lo biológico, es decir a la carga genética heredada por nuestros padres y condicionará de cierto modo, la forma cómo reaccionamos al ambiente. El **carácter** es el conjunto de hábitos de comportamiento que hemos ido adquiriendo a lo largo de nuestra vida, condicionados por el aprendizaje. La combinación e intensidad de estos dos elementos, más el sistema de valores y creencias, forman la **personalidad**, de allí que cada persona sea única e irrepetible, (Bringas, 2010).

Aunado a lo anterior Bringas, (2010), refiere que a pesar de la importancia que se le da a la carga genética en el comportamiento, el tipo de relaciones que un niño

establezca en su entorno, será crucial en el desarrollo de su personalidad. Por tanto, su comportamiento está condicionado también por el ambiente y que este pueda satisfacer sus necesidades primarias de pertenencia y seguridad. En decir, los factores genéticos son importantes, pero no determinantes. Si bien, a pesar de los avances en la ciencia, hasta la fecha no podemos elegir el tipo de temperamento que quisiéramos que tenga una persona y por tanto se generan conflictos en las relaciones interpersonales, que son el resultado de querer que los demás reaccionen, se comporten y vean el mundo de la misma manera que uno.

A continuación se describen los cuatro tipos de temperamento. (Bringas, 2010; Barocio, 2011):

<p>Temperamento sanguíneo o linfático</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Extrovertido, alegre, ligero, inquieto, simpático, impetuoso, espontáneo, curioso, optimista, adaptable, juvenil, distraído, inconstante, vanidoso, irreflexivo, superficial, oportunista, imprudente, quiere caer bien y le importa el ¿qué dirán? •Es tipo sangre ligera.
<p>Temperamento colérico</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Extrovertido, enfocado, decidido, valiente, fuerte, claro, directo, perseverante, comprometido, eficiente, visionario, líder, brusco, insensible, enojón, impositivo, dominante, controlador, intolerante, arrogante. •Cree tener siempre la razón
<p>Temperamento melancólico</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Introvertido, reflexivo, profundo, sensible, delicado, tímido, detallista, romántico, soñador, servicial, se ofende con facilidad, quejumbroso, se victimiza, exagera las cosas, pesimista, negativo, rencoroso, preocupón y dependiente.
<p>Temperamento Flemático</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Introvertido, tranquilo, sedentario, rutinario, lento, observador, meticuloso, ordenado, leal, veraz, objetivo, paciente, previsor, precavido, ahorrador, comelón, dormilón, inseguro, pasivo, sin iniciativa, callado, fachoso flojo y apático.

Figura 1. Tipos de temperamento según Bringas, (2010), Barocio, (2011).

Barocio (2011), indica que el temperamento son solo tendencias, que ninguno es mejor que otro y que todas las personas poseen la combinación de los cuatros, en diferentes proporciones, aunque predomina uno o dos.

Cuando los padres aceptan el temperamento de los hijos(as), se puede llegar a entender, apreciar y ser más comprensivos y pacientes.

Como ya se sabe el temperamento no se puede cambiar, pero sí el carácter ya que los padres y el medio pueden influir, realizando cambios en sí mismos y creando un ambiente saludable para que el hijo(a) pueda desarrollar al máximo sus potencialidades y pueda crear una personalidad sana y estable (Bringas, 2010).

3.2 Lo que los adolescentes esperan de sus padres

Izquierdo (2003), asegura que, la adolescencia no tiene que ser, ni para los padres ni para los hijos, una etapa necesariamente dolorosa y si bien los hijos pueden y deben colaborar para instaurar la armonía en las relaciones la mayor responsabilidad corresponde a los padres.

En la etapa de los cuarenta a los cincuenta años, los padres se encuentran en un tiempo de reflexión, revisión y cuestionamiento sobre lo que han logrado en la vida, aunado a esto, es posible que se presente la adolescencia de los hijos, que constantemente los están cuestionando y juzgando sobre sus acciones y procederes, lo cual puede generar discrepancias, (Gáfaró & López, 2014; Izquierdo 2003).

Gáfaró & López (2014), puntualizan que los padres deben tener claro que también están viviendo una época compleja, ya que empiezan a sentir el desprendimiento de sus hijos, el envejecimiento eminente, así como sentimientos de miedo hacia la muerte, lo cual les afecta en general, por tanto, deberán tener estabilidad emocional, de tal forma que no repitan patrones de conducta y solucionen los conflictos pasados interna y externamente. Estos deberán adquirir los conocimientos necesarios acerca de sí mismos y sus hijos adolescentes; si no

sucede, con seguridad los hijos harán fuertes intervenciones que les removerán el piso.

Resulta curioso que los padres de familia habiendo vivido su adolescencia, se hayan olvidado de ella cuando sus hijos la viven. Es importante que los padres recuerden los temores y las inseguridades que experimentaron en carne propia a esa edad, aun cuando las circunstancias no sean las mismas, podrán comprender y apoyar a sus hijos de forma adecuada. “Quien no es capaz de recordar su pasado está condenado a repetirlo, pero también es cierto que quien recuerda su verdad tiene la oportunidad de revivirlo...” (Izquierdo 2003, p. 210).

Sin duda, podría ser recomendable, mentalizarse con el objetivo de lograr descifrar el lenguaje de los adolescentes ya que es fundamental para restablecer la comunicación entre padres e hijos en esta etapa, así como informarse sus necesidades, deseos, sus cambios físicos y lo que esperan de sus padres. Referente al último aspecto, Schiamberg, (s/f, en Izquierdo 2003), de la Universidad de Michigan, realizó varios estudios sobre la adolescencia que le permitieron definir una serie de actitudes y de conductas que el adolescente espera encontrar en sus padres, aunque parezca lo contrario:

- ✓ Que sus padres se interesen por ellos y los ayuden.
- ✓ Que los escuchen y traten de comprenderlos. Quizá el padre no esté de acuerdo con sus ideas, pero el diálogo en sí mismo le proporciona bienestar emocional al joven.
- ✓ Que sus padres le ofrezcan amor y aceptación. Los adolescentes, saben que cometen errores, voluntaria e involuntariamente, pero necesitan que sus padres, además de las reprimendas, les ofrezcan perdón, cariño y aceptación.
- ✓ Que les den confianza, para que puedan demostrarse a sí mismos y a sus padres que son capaces de ejercer libertad responsable.
- ✓ Que se les confieran cierta autonomía en función de esa confianza. La autonomía es una facultad que ha de irse desarrollando en el adolescente; si

sus padres se oponen a otorgársela poco a poco, la maduración biológica proseguirá, pero la emocional no se desarrollará adecuadamente.

De acuerdo con Carl Rogers (1983, citado en Hohmann y Weikart, 2005), la “autenticidad” con relación al adolescente es: una realidad transparente, la disposición de ser persona real, y vivir los sentimientos y pensamientos del momento. Cuando esta realidad incluye una estimación, un interés, una confianza y un respeto por el adolescente, se crea el ambiente para la enseñanza. Al escuchar a los hijos adolescentes con sensibilidad y una empatía certera, existe en efecto un ambiente de libertad, de sentimientos, ideas, deseos etc., que estimula el autoaprendizaje y el auto crecimiento, dado que se confía en el adolescente el cometido de desarrollarse; promoviendo así su autonomía, su iniciativa, la empatía hacia sus padres y la confianza en sí mismo.

Amaya & Prado (2005), argumentan que si los padres actúan de forma contraria a lo anterior, se produce una epidemia, afectando a todo el núcleo familiar, ya que generará poca comunicación, desconfianza y lo más importante, la pérdida de identidad familiar. Este estilo de vida reduce el respeto familiar en general y estas actitudes tanto de padres como de los hijos, podrían ocasionar que los factores de riesgos a los que están expuestos los adolescentes, sean la consecuencia de no modificar a tiempo el tipo de disciplina utilizado.

3.3. Factores de riesgo que se presentan durante la adolescencia.

Como ya se describió con antelación, durante la adolescencia, las experiencias vivenciales que se formaron durante la infancia, entran en crisis. Es imprescindible que los adolescentes cuestionen estas experiencias, ya sea para rectificarlas o ratificarlas, antes de que se cristalice la personalidad adulta. Por ejemplo, cuando un niño ha padecido una infancia infeliz o caótica, en general, rodeado de malos tratos humillaciones o la presión emocional de una extorción afectiva, seguramente crecerá con resentimiento hacia sus padres, hacia sí mismo y hacia la vida; al entrar a la adolescencia ese niño presentará un cuadro mucho más agudo de contradicciones, ya que en su inconsciente perdurará la huella de los

acontecimientos que vivió. No sólo mostrará una rebeldía normal, si no también depresión, inseguridad y baja autoestima. Es importante, que durante esta etapa de revisión y apelación, el adolescente ratifique el concepto de sí mismo, de la vida y de los demás, ya que más adelante le será difícil lograr un cambio positivo. (Izquierdo, 2003).

Dentro de este contexto, Izquierdo (2003), refiere que nadie mejor que los padres puede colaborar con eficacia en su ratificación, siempre que sean capaces de aceptar que les han transmitido a sus hijos mensajes negativos o devaluadores.

Relacionado a lo anterior, Prado y Amaya (2003), estipulan que del año 1985 a la actualidad, ha habido cambios trascendentales en la existencia de géneros, tecnología de vanguardia, y estructuras familiares.

En esta época no solo se constituye a la familia por padres, hijos y familiares, sino que también dentro de la educación se toma en consideración el internet, celular, messenger, video juegos de cualquier índole. Los adolescentes en la actualidad no solo experimentan los cambios tecnológicos, también los nuevos valores y problemas que viven tales como: el SIDA, el SARS (síndrome agudo respiratorio severo), depresión, suicidio, estrés, alcoholismo, la drogadicción, anorexia, bulimia, etc., que han existido desde siempre pero imperan en la actualidad, así como las nuevas estructuras familiares. (Bringas, 2010; Izquierdo, 2005; Prado y Amaya, 2003).

Algunos adolescentes focalizan su autoestima, más que nunca en su apariencia física, color de piel, y ropa de marca. Por su parte, algunas madres de familia se obsesionan en que sus hijas sean las más bellas, lo que desemboca en niñas anoréxicas o con otros problemas alimenticios y antes de tiempo empiezan a comportarse como adolescentes sin causa (Prado y Amaya, 2003).

Otro aspecto importante son las nuevas estructuras familiares, ya que los tiempos duros se acentúan más en las parejas, incluyendo a papá y mamá porque pasan por un periodo de crisis de compromisos o separación, volviéndose más común cada día. Por tanto, las dificultades se acentúan pues se ha incrementado la

desintegración familiar y la formación de nuevas estructuras familiares, como las madres y padres solteros, las parejas homosexuales etc., (Bringas, 2010; et al.)

En el siguiente cuadro se presentan, de forma global, los factores de riesgo a los que se exponen los adolescentes (Bringas, 2010; et al.):

Factores de riesgo en la adolescencia.

Medios masivos de publicidad y consumo: Estereotipos de imagen.

Inicio de la sexualidad: Embarazos no deseados, enfermedades venéreas etc.

Autoestima: valoración que cada persona tiene de sí mismo, sea positiva o negativa, las personas con mayor autoestima viven más contentas consigo mismas lo cual repercute en todas las áreas de su vida.

Trastornos de comportamiento alimentario: anorexia, bulimia, ansiedad, etc.

Adiciones: Alcoholismo, tabaco, las drogas y fármacos en general, cualquiera de ellas llevada al límite, puede ser destructiva.

Deserción escolar: Detrás de los resultados escolares malos y la deserción no necesariamente esta la pereza y la vagancia, puede ser algún tipo de incapacidad cognitiva, baja autoestima, problemas con los compañeros, profesores o en casa.

Relaciones interpersonales: en esta etapa de la adolescencia los jóvenes son altamente influenciables, por la búsqueda de una identidad y empiezan a conocer el mundo que los rodea, de forma que en esta prueba de ensayo y error pueden dejarse influenciar por varios tipos de presión como: ideológica, religiosa, delictiva, entre otros.

En el siguiente capítulo se profundizará acerca de los tipos de familias, los estilos parentales y a disciplina positiva enfocada en adolescentes, como prevención en el impacto familiar y social en que se desenvuelven.

CAPÍTULO IV

La familia y el manejo de la disciplina.

4.1. Definición de familia

“La familia es el primer mundo que conoce el niño y el fundamento con el que se va a construir su ser...” (Diez, 2005 p. 108).

En concordancia, Olivia & Villa (2014), han considerado que la familia es el espacio que permite en forma integral, a cada individuo, el convivir, crecer y compartir con otras personas, los valores, normas, creencias, tradiciones, comportamientos, conocimientos, experiencias y afectos que resultan indispensables para su pleno desarrollo dentro de la sociedad. Esta trata de dar a cada uno de sus miembros las bases de la identidad y autoconcepto, sentido de pertenencia, desarrollo social, emocional, psicológico y conductual. (Lila y Marchetti, 1995, citado en Albor, 2011).

Por tanto, la familia se ubica dentro de un sistema socio-económico de la sociedad y es considerada un grupo de personas relacionadas por la herencia; este grupo se forma generalmente por padres, hijos y sus descendientes, (Tomas, 2014).

En la familia siempre habrá modificaciones, pues, según el concepto de autores como Morgan (1966 en Engels, 2011), “es el elemento activo que nunca permanece estacionado, sino que pasa de una forma inferior a una forma superior a medida que la sociedad evoluciona de un grado más bajo a otro más alto” (p. 9). Es decir, está inmersa en un campo muy amplio de influencias culturales, tales como el carácter de diversas organizaciones complejas, cambios históricos y conflictos de valores debidos a diferentes étnicas, religiones y clases sociales; a pesar de esto, de una u otra manera ha logrado existir a lo largo de la historia y todo evento humano es parte intrínseca de esa historia y evolución. (Tomas, 2014).

Por ello, no puede ser estudiada como una institución inmutable y tradicional, es necesario que de manera continua se reconsidere su forma y definiciones bajo las nuevas dinámicas sociales y culturales, es decir, cada familia influye en la percepción que cada descendiente posee sobre la vida y forja, en cierta medida, su forma de ser y actuar (independiente de su propia personalidad). (Baz, E. & Pérez, V. 2010).

4.1.1. Tipos de familias

Existen una diversidad de familias, cada cual con características culturales, étnicas y/o religiosas diferentes, dentro de una aldea, en una comunidad, en un país o en el mundo.

Tomas, (2010), enumera un grupo de 25 familias con sus características, resultado de diversas investigaciones de psicólogos y psiquiatras:

1) Familia de tres generaciones:

- En este tipo de familia existe una organización de apoyo: es decir, los abuelos siguen ayudando a la economía familiar, también existe una cooperación en las tareas familiares, con esto, ellos se tienden a sentir importantes, en caso contrario se sentirán rechazados e inútiles.
- El niño no entiende quien tiene poder, pues está inmerso en un ambiente de continuos choques de poder entre padres y abuelos.
- El niño se convierte en aliado de uno de los dos lados (padres y/o abuelos), según el que más le convenga a sus necesidades.
- No existen las fronteras establecidas, como la familia nuclear.
- Los roles de poder generan problemas, pues los abuelos interfieren en los problemas de aprendizaje, pues existe una ruptura de normas.
- La función parental es todo. No hay normas y reglas totalmente establecidas para el niño. Estas acciones hacen que el niño se convierta en un niño manipulador porque cuando logra conocer que los roles de poder pueden ser manipulados, él también quiere tenerlo.

2) Familia de soporte:

- En este tipo de familia, se delega autoridad a los hijos mayores, para que cuiden a los hermanos más pequeños ya que la madre/padre se desgasta. Por lo tanto, los hijos mayores asumen una responsabilidad en la que no están preparados.

- Cuando esto sucede, se promueven habilidades ejecutivas o de mando entre los hermanos, con esto, los niños menores se sienten excluidos de los demás hermanos, ya que es en los hermanos mayores en quienes se centra el poder.
- Lo único que el niño necesita es ser cuidado, es sentir la ternura de sus padres, pero las actitudes de los padres bloquean esta necesidad y como resultado, esto hace que se creen psicopatologías en los adolescentes.

3) Familia acordeón:

- Cuando el padre permanece alejado de la familia, por periodos largos la encargada de la familia es la madre (o viceversa), aunque no se le observa como proveedor económico, ella (el) tiene la carga económica del hogar y los hijos.
- Este padre encargado de los hijos, suele engrandecer los problemas, cuando esté atracado de la situación, por lo general dirigirá la cólera contra los hijos, cuando uno de los padres se va, quedando un sentido de abandono y desprotección.
- Es probable que el hijo mayor sea el encargado de proteger, de cuidar la casa y quién los padres se cercioran de que no encuentre relaciones sentimentales que lo/la alejen de esta obligación otorgada.
- Los hijos aprenden a que es mejor que el padre esté fuera de casa y comparan: padre bueno y madre mala (o viceversa), se acentúa un divorcio y este se justifica porque el padre no regresa, lo que hace que los niños se repriman.
- Cada vez que el padre o madre se va, el niño lo experimenta como la muerte de este, pues el niño experimenta la muerte de algo de su interior, muere una parte de su Yo.

4) Familias cambiantes:

- Este tipo de familia cambia constantemente de domicilio, esto es un fastidio para la construcción de la personalidad de los hijos, pues no se puede afianzar ni construir el Yo, se hace necesario por lo menos pasar 21 años en el mismo domicilio, para que pueda experimentar la intimidad familiar y de su dormitorio.
- Los hijos de este tipo de familia pueden experimentar pérdida de sistemas de apoyo, familiares o comunitarios, como consecuencia la familia queda aislada, ya no hace amigos, ni vínculos.
- El niño suele presentar disfuncionalidades escolares y sociales, ya que cada cambio de domicilio implica crisis para el niño. Como consecuencia la personalidad del niño es inestable. El niño puede ser reactivo o poco reactivo, agresivo, impulsivo, enojado, rebelde o apático.

5) Familias huéspedes:

- En este tipo de Familia, el niño llega una familia temporalmente, es decir que llega como huésped. No existe apego de parte del niño ya que si lo hace sentirá una pérdida emocional cuando deba de regresar de donde vino. Es importante resaltar que el niño que llega tiene un período de adaptación o de desestabilización emocional.
- La familia en donde entra el niño, por lo general tiene sus problemas, por lo tanto, la familia entra en crisis ante el huésped, cuando esto sucede el niño piensa que llega a usurpar algún lugar o se siente ajeno, esto sucede, cuando alguno de los cónyuges no acepta al niño, pero cuando lo acepta, le da un trato especial, por lo que la pareja e hijos tienen celos del huésped, pero el huésped tiene ganancias secundarias, porque maneja al cónyuge que lo aceptó. Si los dos cónyuges lo aceptan, se crea crisis y problemas con los hijos nucleares.

- Si el niño cambia constantemente de familia, no llega a establecer vínculos emocionales duraderos y profundos de por vida.

6) Familia del niño con madrastra o padrastro:

- En esta familia posiblemente existió un divorcio o separación. Sin embargo él o ella pueden volverse a casar o unir, pero si el niño está acostumbrado a estar con los dos padres se produce un choque.
- Esta nueva relación hará que toda la familia pase por un proceso integrador, por un compromiso pleno de igualdad para todos o posición periférica, que debe ser decidida antes que se casen.
- Los hijos logran una demanda del padre natural. El padre natural, sufre de conflictos de lealtades, esto cuando no hay roles claros.
- El niño puede sufrir la crisis, por ejemplo, de rebelión, conducta opositora, desadaptación social en la escuela, etc.
- El niño tiende a hacer alianzas momentáneas y convenientes:
 - niño -nuevos hermanos
 - niño-hermano específico
 - niño-padre natural
 - niño o niña-madrastra o padrastro según su inconveniencia.
- Cuando existe una mamá con múltiples parejas, esto podría ocasionar en el hijo trastorno de ansiedad y depresiones leves.

7) Familias con un fantasma:

- Este tipo de Familia, ha sufrido la muerte o deserción de uno de sus miembros, con un duelo mayor de tres meses, esto causa enojo en algún hermano o padre/madre porque puede sentir culpabilidad e imitar su lugar dentro del núcleo. A pesar de esto, si asume la función de la persona faltante pueden sentirlo como deslealtad a su memoria (particularmente esto sucede en un duelo no resuelto).

- El hijo vivo se siente culpable, encubierto dependiendo de aquel que falleció más de los que están vivos.
- El niño suele desarrollar rencor, y resentimiento por el pasado (mecanismos de represión).
- Es probable que el niño sufra desestabilización familiar y social en sus emociones y recuerdos.

8) Familias descontroladas:

- En este tipo de familia, un miembro sufre un acting-out y cree que por medio de la violencia se puede ejercer el respeto.
- El niño preescolar es un niño problema que no acepta las reglas. Cuando se sale de sus casillas el niño siente que va a explotar por sus ojos y su cuello.
- Todo el enojo lo desplaza hacia objetos y/o hermanos/ padres.
- El niño problema hace una alianza con uno de los padres o con otro hermano, siempre y cuando le convenga.
- No se respetan las reglas en el hogar, los padres se descalifican entre sí, no hay coherencia entre las reglas y las actitudes de la familia, el niño se siente maltratado por eso busca una alianza.
- Hay carencia de afecto y comunicación.
- Los padres se mantienen en conflicto ya que quieren tener control sobre los hijos o alguno en especial, sin embargo la dinámica familiar no ayuda a que los hijos respeten a los padres.

9) Familia normal:

- Para describir este tipo de familia, es necesario considerar las variaciones culturales de cada contexto. Este tipo de familias se adapta a las circunstancias cambiantes.
- Esta acomodación le permite mantener una continuidad y desenvolver un crecimiento psicosocial en cada miembro.

- Dentro de su dinámica, se presenta al padre como un individuo maduro y masculino que acepta el papel de padre y se siente cómodo con él. Respeta a su esposa y fundó un hogar adecuado en el cual forma una familia.
- Por su lado la madre es una persona femenina que acepta y satisface sus funciones como esposa y madre. Respeta su esposo, así como este la respeta a ella. Cada uno de ellos depende del otro, pero cada cual conserva cierto grado de independencia.
- No existe un padre especialmente autoritario y ninguno es particularmente pasivo. Son dos individuos adultos que representan un clima consistentemente firme y también un enfoque positivo cariñoso. A pesar de que ocurren discrepancias entre los padres, los niños y los padres saben que no reflejan una visión real disfuncional en la relación entre padre y la madre. Por lo tanto los niños adquieren la noción de que la relación parental es sólida e indivisible.
- Esta familia podrá tener un hijo o varios, y ser acaudalada o percibir escasos ingresos, pero sus rasgos importantes son que los padres están unidos por un fuerte vínculo y son capaces de proporcionar una administración parental segura y consistente a estos hijos.
- Los padres maduros comprenden intuitivamente que el niño necesita afecto y amor, como también disciplina y ciertas limitaciones. Reconoce la necesidad de cierta conformidad en el niño y son capaces de proveer esta disciplina en un clima de aceptación positivo y real.

10) Familia invertida:

- Esta familia es una especie de matriarcado donde la madre es casi la autoridad absoluta en el hogar, las decisiones concernientes a los niños las adopta ella y por lo menos ante estos, aparece como el oficial comandante porque es ella quien impone la mayoría de los castigos.

- La madre aborrece su feminidad y el padre acepta a medio su papel masculino. Las responsabilidades de la madre son grandes y las cumple con una determinación por lo general un tanto sombría.
- Suele tener poca pasividad femenina y en realidad su papel como madre o esposa no le agrada.
- Es probable que con frecuencia critique al hombre o esposo de fracasado y lo empeequeñece constantemente. De la misma manera, el padre considera que su papel ante los hijos es secundario y dedica gran parte de sus energías a su trabajo u otras actividades no concernientes a la familia.
- Desarrolla la sensación de que él no es más importante en el hogar y delega a su esposa la mayoría de los asuntos relacionados con la casa y con los niños.
- El clima emocional de la familia hace que los niños esperen que su madre adopte todas las decisiones importantes y sea la figura autoritaria y predominante.

11) Familia agotada:

- Es una familia donde ambos padres viven intensamente ocupados en actividades fuera del hogar, a pesar de que sus finanzas son productivas, dejan el hogar emocionalmente estéril.
- Raras veces puede ocurrir que los padres conserven un hogar emocionalmente sano; si bien la calidad de la relación entre los progenitores y los demás niños es más importante que la cantidad, cuando ambos padres trabajan, muchas veces queda poco tiempo o energías para dedicarles a sus hijos.
- Con frecuencia los padres trabajan para adquirir más lujos, otro automóvil, un televisor más grande o alguna otra comunidad regido por estas ganancias materiales.

- Raras veces contribuyen a favorecer el desarrollo emocional de los hijos, a los cuales abandona en la compañía de otros adultos, quienes no presentan interés emocional en su formación.
- Los padres se cansan, viven agotados e irritables, y eventualmente empiezan a demandar a los niños la misma sombría dedicación al trabajo que ellos mismos tienen.

12) Familia Hiperemotiva:

- Este tipo de familia presenta una gama de expresión emotiva más amplias de lo común. La hiper emoción es un tipo de ajuste inmaduro en ciertos segmentos de la sociedad.
- Cuando el niño o el adulto permanecen en un medio compuesto por individuos similares, su ajuste parecerá adecuado, pero cuando los niños establecen contacto con otras personas cuyos antecedentes son más maduros y no reflejan estas turbulencias emocionales, no se podrán ajustar cómodamente.
- En su dinámica, todos, padres y niños por igual, dan rienda suelta a sus emociones en mayor medida de lo común. Si los padres enfurecen entre ellos, expresan abiertamente sus resentimientos con sonoros insultos.
- Todos los sentimientos suelen expresarse libremente y excesivamente, inclusive el amor, la depresión, la excitación y la ira.
- Los niños nacidos en una familia así, aprenden a poco tiempo a gritar para hacerse oír, presencian violentas discusiones entre los padres y en ocasiones hasta fuertes golpes. En consecuencia, copian este comportamiento y en la juventud no están preparados para tratar con personas ajenas a su situación hogareña, ya que son emocionalmente volubles según las normas del mundo externo.

13) Familia ignorante:

- La familia ignorante es aquella donde ambos padres, por uno u otro motivo, carecen de conocimientos generales sobre el mundo que los rodea.
- Ya sea por deficiencia mental o por otras razones, por tanto es probable que se encuentren cargados de prejuicios, son tendenciosos, tienen puntos de vista limitados y exponen a sus hijos o un concepto cerrado e individual del mundo y de la gente que los rodea.
- En estos padres no siempre hay retardo mental ni un fondo educativo limitado, pero muchas veces intervienen ambos factores.
- Estos padres inculcan a sus hijos ciertas verdades a medias o falsedades, que para los niños es difícil despojarse de estas concepciones erróneas.
- Los primeros maestros de todo niño son sus propios padres, y resulta sumamente difícil que cualquiera, sea un docente profesional u otro, traté de borrar posteriormente los errores conceptuales previos con limitaciones causadas por prejuicios involucrados con anterioridad.
- Es probable que los jóvenes posean suficiente flexibilidad como para ajustarse debidamente, al medio y creen un criterio propio. En caso contrario, prevalecen sentimientos negativos, controversias y grandes inseguridades, los prejuicios y las actitudes inadecuadas de los niños serán más permanentes.

14) Familia serena e intelectual:

- En esta familia los padres son extraordinariamente híbridos en expresión de sus sentimientos y se distinguía actividades intelectuales.
- Tratan de fomentar la actividad intelectual en sus hijos, combaten activamente todos los pliegues normales de sentimientos, aunque ello atente contra sus propias actitudes.

- Muchas veces, este tipo de padres tienen mucha educación y cada cual se dedica su propio interés intelectual y atiborran a los hijos de actividades de la misma índole.

15) Familias ensambladas:

- Son aquellas familias compuestas por adultos divorciados y/o separados en los cuales tienen cabida los hijos menores o adolescentes de cada uno de ellos; los cuales vuelven a armar una pareja como otra persona también separada en su misma situación con hijos y hasta nietos.
- Incluyen relaciones mucho más complejas que las tradicionales, puesto que lógicamente se presentará aquí la interacción de las personas, cada una de ellas con vidas pasadas diferentes.
- Cuando dos personas vuelven a vivir en pareja, se puede afirmar que se estará comenzando a recorrer un camino que muy posiblemente incluirá situaciones difíciles, especialmente en sus inicios. La llegada de un nuevo miembro a la familia ensamblada, podría unir a la familia, ya que el bebé será algo que todos tendrán en común.
- Durante los primeros momentos, suele ser muy importante que la disciplina y el orden de la casa serán aplicados por el adulto que se encuentra presente en el momento, ya que es importante que los chicos sepan que la autoridad continuará partiendo de los adultos, y no de los chicos. Para esto, será fundamental que los nuevos cónyuges acuerden entre sí qué tipo de arreglos impondrán.
- Los puntos de partida de esta familia son dos: la muerte de uno de los cónyuges, o el divorcio previo de uno o los dos cónyuges. En ambos casos constituyen pérdidas para el resto de los hijos de las familias, de manera que la primera tarea será la de aprender a manejarse con las pérdidas y los cambios.

16) La familia de padres divorciados y separados:

- Familia en la que los padres se encuentran separados.
- Se niegan a vivir juntos; no son pareja pero están conscientes de seguir cumpliendo su rol de padres ante los hijos por muy distantes que éstos encuentren. Por el bien de los hijos se niegan a la relación de pareja pero no a la paternidad y a la maternidad.

17) La familia extensa o con sanguínea:

- Se compone de más de una unidad nuclear, se extienden más allá de dos generaciones y está basada en los vínculos de sangre de una gran cantidad de personas, incluyendo los padres, niños, abuelos, tíos, tías, sobrinos, primos y demás; por ejemplo, la familia de triple generación incluye los padres, a sus hijos casados o solteros, a los hijos políticos y a los nietos en una misma casa.

18) La familia de madre soltera:

- Familia en que la madre desde un inicio asume sola la crianza de sus hijos.
- Generalmente, es la mujer que la mayoría de las veces asume todo, pues el hombre se distancia y no reconoce su paternidad por diversos motivos.
- En este tipo de familia se debe tener presente las distinciones pues no es lo mismo ser madre soltera adolescente, joven o adulta.

19) Familia nuclear :

- En este tipo de familia, la unidad familiar básica se compone de esposo, esposa e hijos. Éstos últimos pueden ser la descendencia biológica de la pareja o miembros adoptados por la familia.

20) Familia endogámica:

- Este modelo de familia es el de las tradicionales en el sentido de que miran con agrado lo que siempre han conocido y valorado como bueno, el modelo de familia de siempre, y vial relativamente añorado.
- Se trata de una familia donde las responsabilidades de unos y otros están claras y son asumidos sin dificultad, porque son previamente sabidas y reconocidas.
- En concreto, los roles paternos y maternos están muy definidos al modo tradicional, pero sin actitudes sangrantes de la prepotencia del hombre sobre la mujer.
- Los padres aparecen con identidades fuertes, aunque también pueden presentar discordancia en preferencias religiosas.
- Este modelo de familia tiene el obstáculo de un enroscamiento excesivo en sí misma. Con una mirada básicamente preocupada hacia el exterior; exterior que, algún día los hijos tendrán que enfrentarse, y ya fuera del nicho familiar, ellos tendrán la capacidad para transmitir los valores de los padres. La duda radica en si la transmisión de los valores, realizadas, en este caso, por reproducción de lo inculcado por sus padres se ha hecho propia, esto es, si ha pasado por la duda y la confrontación personal al modo como se realiza la socialización.
- Las relaciones de los padres e hijos son buenas, este tipo de familia.
- Las opiniones de los hijos se consideran a la hora de tomar decisiones (aunque los componentes del grupo cuarto todavía destacan más en este punto). es una de las mejores de entre los 25 grupos que conforman esta tipología.

21) Familia conflictiva:

- En este tipo de familia, los miembros se muy mal entre sí, las relaciones son muy caóticas, esto por lo general a causa del consumo de drogas por parte de los padres, y muchas veces los hijos por parte de estimulación de los padres o cuestiones de escape también suelen drogarse o por la amistad de estos e incluso por las relaciones entre los hermanos.
- Las relaciones de los padres con sus hijos son alejadas y la comunicación es muy escasa o mala.
- Presenta un universo de valores muy distante.
- Existe una rigidez en sus propias concepciones de la familia, como la delimitación de status, roles paternos y mal encausada la educación otorgada hacia los hijos. Por lo general no hay un sistema religioso y si los padres llegan a tenerla, los hijos no, por falta de valores.

22) Familia nominal:

- Se trata de una familia en la que las relaciones de padres e hijos pueden ser calificadas, con absoluta propiedad, es decir hay una coexistencia pacífica más que de convivencia participativa; los miembros de estas familias se comunican poco y, menos aún, participan en afanes, preocupaciones y objetivos comunes.
- Los padres están, en gran medida, cohibidos, despreocupados, sin que aborden con una mínima profundidad lo que requieren sus hijos; son padres que buscan vivir valorando el día a día, el tiempo libre y de ocio, o estar guapos.
- Se podría decir que es un familia light, cuya unión se considera menos importante que para el conjunto poblacional, en la que las opiniones de los hijos no son, de verdad y en profundidad, muy consideradas por sus padres.
- Los padres como los hijos sitúan a los amigos, con mucha mayor fuerza que los demás grupos, como espacio donde se dicen las cosas importantes para

orientarse la vida, situando el menor grado de importancia, los libros, la escuela y de Iglesia.

23) Familia adaptativa:

- Es el modelo de familias nacientes: es el más moderno, el que mejor refleja las tensiones de las nuevas familias.
- Se trata de una familia con buena comunicación entre los padres e hijos, con capacidad para transmitir opiniones y creencias, abierta al exterior; familia no exenta de conflictos, de desvanes ciencias, a veces graves, fruto básicamente de situaciones nuevas en los papeles de sus integrantes, mujer y hombre, madre y padre, padres e hijos, en este modelo las responsabilidades de cada uno están en revisión continua, y el trabajo con las acciones familiares.
- Es en este modelo de familia donde existe una tasa de divorcio o separaciones elevada. Pero, posiblemente, las que atraviesan con éxito la prueba de adaptación a la modernidad, permitirán las nuevas generaciones insertarse con mayores ganancias en la sociedad del futuro.
- Entre sus miembros de este tipo de familia, son no creyentes y ateos por encima de la media, especialmente los hijos, pero también más padres católicos practicantes que en la media, dando los hijos los mismos valores de esa media global.
- A diferencia de lo que sucede con el grupo de la familia endogámica, en el que los roles y status están claros, en este modelo las responsabilidades de cada uno están en revisión continua y el trabajo o las acciones familiares.

24) Familia psicosomática:

- Esta familia está estrechamente relacionada en el desarrollo y mantenimiento de síndromes psicosomáticos, en donde los síntomas (de dichos niños) juegan un papel importante en el mantenimiento de la homeostasis familiar.

- Por lo que el síntoma no puede ser definido solamente como la conducta de un miembro de la familia sino como producto de la interacción de todos los miembros, en otras palabras ahora la acción de una parte, es simultáneamente, la interrelación de otras partes del sistema.
- Desde esta óptica se establece la existencia de tres factores que en conjugación facilitan el desarrollo de enfermedades psicosomáticas en niños (Minuchin, 1978, citado en Duarte 1989).
 - El niño se encuentra fisiológicamente vulnerable, es decir, se encuentra presente una disfunción orgánica específica, esta vulnerabilidad se encuentra relacionado a factores hereditarios en la familia.
 - La familia de estos niños presentan 4 características transaccionales que proveen el contexto para utilizar la enfermedad como un modo de comunicación y protección de la homeostasis.
 - Dichas pautas transaccionales son conocidas como:
 - Amalgamamiento que se refiere a una forma extrema de proximidad e intensidad en las interacciones familiares, los miembros de la familia se encuentran sobre involucrados recíprocamente;
 - sobre protección que alude al alto grado de preocupación de los miembros de la familia por el bienestar de todos, los cuales se encuentran hipersensibles a las señales de tensión que denotan la aproximación de niveles peligrosos de conflicto;
 - rigidez, aspecto que caracteriza más constantemente a los sistemas patológicos, la familia es particularmente resistente al cambio, sus relaciones con el exterior son particularmente escasas y se busca la conservación de la propia homeostasis;
 - falta de resolución del conflicto a través de una serie de mecanismos para evitar y no agravar el desacuerdo que se presente, ocultándolo para que no estalle nunca abiertamente.
- Ninguna de estas características sola parece suficiente para despertar y fortalecer los síntomas psicosomáticos. Sin embargo, este grupo de patrones

es considerado como característico de un proceso familiar que estimula la somatización.

- El niño enfermo juega un papel muy importante en los patrones de evitación de conflicto de la familia, dicha función es una fuente importante de reforzamiento para sus síntomas.
- Visto desde este punto de vista el síntoma del paciente adquiere un nuevo significado dentro del sistema, convirtiéndose en un regulador del sistema familiar. La efectividad del síntoma en la regulación de esta estabilidad interna refuerza tanto la continuación del síntoma como de los aspectos particulares de la organización familiar en el cual emergió.

25) Familia monoparental:

- Los orígenes de las familias monoparentales pueden ser diversos: el divorcio o la separación de la pareja, la viudedad y soltería, estando compuestas en la mayoría de los casos por grupos familiares por la madre y los hijos.
- Los problemas más comunes que se suele encontrar en este tipo de familias suelen ser: problemas económicos, de alardes por sentirse excesivamente cargado de responsabilidad del progenitor que está al frente, existen dificultades a la hora de poner ocupada a la familia, dificultades de emancipación de los hijos, problema de conductas en los hijos, etc.
- La familia monoparental resulta más afectada por el entorno. Las actitudes y condiciones de la escuela, trabajo, sociedad repercuten con más intensidad dentro del hogar.
- Los padres y madres tienen a desarrollar amistades sociales que también son utilitarias. Los hijos suelen estar más enterados de las condiciones de trabajo de su progenitor y reaccionan sobre el funcionamiento de la familia sobre la sensación del bienestar del mismo.
- Asimismo, las tareas familiares se establecen en relación con las necesidades reales, y no preconcebidas: son tareas que realmente necesitan

realizarse, en lugar de tareas asignadas, se dan otras para enseñarle al hijo como se hacen.

- Es un solo adulto el principal responsable de conservar un día a la familia, cuidar a sus miembros y mantener el orden, aunque en ocasiones se relacionen como compañeros.

Diez (2005) refiere, que en la actualidad, las familias han sufrido cambios radicales, que ya no es lo mismo de antes, cuando éstas eran unidas y los hijos obedecían a los padres, aunque los padres actuaran de manera negligente, en la actualidad no se ve con claridad cómo se debe organizar el núcleo familiar, cuáles son las obligaciones de cada uno. Antes era la tradición la que imponía las normas, pero son las tradiciones las que se han ido perdiendo por diversos factores, como lo son los sociales, culturales, económicos, influencia del internet, etc., (como ya se describió con antelación), en donde muchas veces los padres ya no tienen el control de un medio donde las personas y la información están expuestos de forma positiva y negativa.

Arnett, (2008) y Santrock (2006), puntualizaron que dentro de este contexto dinámico, los hijos adolescentes también están en constante cambio y adaptación, (no obstante los cambios que experimentan por la edad), pues se desarrollan en hogares con una diversidad de estructuras familiares cambiantes, por ejemplo, cuando los padres trabajan, pasan mucho tiempo fuera de casa, los hijos quedan al cuidado de otras personas como son los abuelos, algún familiar o conocidos, por lo cual pasan mucho tiempo solos, con tiempo libre, sin la adecuada supervisión en redes sociales o en la calle con los amigos. Algunos responden adecuadamente y asumen responsabilidades, otros se aíslan o se vuelven antisociales o son totalmente irresponsables en su persona, sus obligaciones y con la sociedad. Otra situación a la que pueden enfrentarse es a la separación o divorcio de sus padres que muchas veces se vuelven familias monoparentales o reconstruidas. En consecuencia, la mayoría de los estudios señalan que estos chicos adolescentes presentan mayores riesgo y vulnerabilidad.

Diferentes investigaciones de autores como, Goleman, 1999; Olweus, 1998; Rojas Marcos, 1998 (citados en Baz, E. & Pérez, V. 2010), han puesto de relieve la importancia de las relaciones familiares, dado que una relación negativa en la familia se asocia, entre otros comportamientos antisociales, con situaciones de consumo y de violencia relacionados con sus hijos e hijas, por lo que la atención a su desarrollo desde que nacen, a sus preocupaciones, intereses y proyectos es básico para crear un clima de comunicación que les permita su desarrollo bio-psico-social-espiritual, y por consiguiente, comprender, aceptar e interiorizar unos valores que orienten sus comportamientos en la vida. Es de gran importancia que las personas que deciden ser padres estén conscientes que los ambientes familiares nocivos alteran la habilidad de los niños para relacionarse e interfieren con su disposición para la intimidad y destruyen la facultad natural para verbalizar sentimientos. Marcos (2000, en Baz, E. & Pérez, V. 2010).

Por tanto, durante la infancia y la adolescencia, los padres tienen la responsabilidad de participar continuamente en la educación y socialización de sus hijos, especialmente en los momentos críticos donde ocurre la pubertad y adolescencia, porque es este el momento en el sistema familiar que se perturba y en consecuencia se hace necesario modificar los patrones o pautas educativas que favorezcan la solución de conflictos, la relación padres e hijos y estabilidad familiar. (Olivia 2006).

4.2. Estilos parentales y su impacto en los hijos.

Es una realidad que estamos viviendo una época caracterizada por un considerable rechazo hacia todo tipo de normas y medidas de disciplina dentro de la familia, quizás como reacción ante los modelos, que en su mayoría fueron autoritarios, y que muchos padres actuales vivieron en su infancia. Esta situación ha ido generando sistemas de crianza caracterizados por una falta de autoridad y disciplina que, como contrapartida, se acompaña de un considerable aumento de los problemas de comportamiento en los niños y adolescentes. (Urra, 2006).

Aunado a lo anterior, Urra (2006) indica que, diariamente aparecen noticias en los medios de comunicación donde se hace referencia a numerosos problemas de conducta manifestados por los niños y adolescentes en su interacción en distintos contextos como el entorno familiar, el escolar o el mismo grupo de compañeros. Estos problemas suelen oscilar entre faltas de respeto, insultos, desobediencia, que son las quejas más frecuentes en padres y profesores, hasta agresiones y transgresiones severas de las normas de convivencia que atentan contra los derechos fundamentales de las personas o hasta la muerte.

Detrás de estos problemas suelen aparecer una serie factores familiares y ambientales que han sido estudiados en las últimas décadas dentro de una concepción multicausal de los llamados problemas de tipo externalizante como pueden ser la agresividad, la hiperactividad o los problemas de conducta, donde coinciden numerosos factores etiológicos como los biológicos y, sobre todo, los ambientales, dentro de los cuales se encuadran los estilos educativos parentales o los estilos de crianza. (Urra, 2006).

Si bien existen ciertas evidencias empíricas de que los problemas infantiles antes mencionados pueden tener una base genética (Faraone, Biederman, Jetton y Tsuang, 1997) o pueden estar causados por determinados factores biológicos no heredados (Miranda, Presentación y Roselló, 2005), actualmente cobran una especial relevancia las teorías que abogan por una combinación de una base biológica que al interaccionar con determinados factores ambientales producen resultados diferenciados en los niños y adolescentes.

A mediados del siglo XX aparecieron los primeros estudios que, desde distintos enfoques psicológicos, trataban de buscar determinadas características parentales relacionadas con determinados problemas en el desarrollo de los hijos, pero fueron los estudios de Baumrind (1967, 1968, 1971) los que marcaron, en cierto modo, un parte aguas, en el estudio de los estilos parentales mediante su investigación a los que denominó “autoritativo”, “autoritario” y “permisivo”, cuyos hijos presentaban una serie de características diferenciales en su desarrollo.

Posteriormente, en la década de los noventa, Darling & Steinberg (1993) plantearon un nuevo modelo que ha determinado en buena medida el estudio posterior de la influencia del estilo parental sobre el desarrollo de los hijos. Según estos autores, existían dos niveles de estudio distintos respecto a la influencia de los padres sobre los hijos: un primer nivel donde se situaría el estilo educativo parental y un segundo nivel donde se situarían las prácticas parentales mediante las que se manifiesta ese estilo.

El estilo parental puede ser entendido como una constelación de actitudes acerca del niño, que le son comunicadas y que, en conjunto, crean un clima emocional en el que se ponen de manifiesto los comportamientos de los padres. Estos comportamientos incluyen tanto las conductas a través de las cuales los padres desarrollan sus propios deberes de paternidad (prácticas parentales) como cualquier otro tipo de comportamientos como gestos, cambios en el tono de voz, expresiones espontáneas de afecto, etc. (Darling y Steinberg, 1993).

Darling y Steinberg (1993), hacen referencia a que investigaciones acerca de los estilos parentales, han argumentado que los valores de los padres y las metas a través de las que socializan sus hijos son determinantes críticos de los comportamientos parentales. Estas metas de socialización incluyen la búsqueda de la adquisición por parte de los niños de habilidades y conductas específicas como por ejemplo actitudes apropiadas, habilidades sociales y habilidad académica, y el desarrollo por parte del niño de cualidades más globales como son la curiosidad, el pensamiento crítico, la independencia, la espiritualidad y la capacidad de experimentar alegría o amor.

Aunque estas metas y valores tienen un efecto directo sobre los comportamientos parentales, es sólo a través de estos comportamientos que pueden influir en el desarrollo del niño. Darling & Steinberg, (1993) proponen que los atributos de los padres influenciados por estas metas son al menos de dos tipos distintos: prácticas de los padres y estilos parentales.

Es decir, por la práctica de los padres transformando la naturaleza de las interacciones padres-hijo y moderando así la influencia de las prácticas específicas, e influyendo en la personalidad del niño, especialmente su apertura a la influencia parental. Esta apertura a la socialización por parte del niño modera la asociación entre las prácticas parentales y los resultados del niño. Por otra parte, el estilo parental altera la capacidad de los padres para socializar a sus hijos determinando la efectividad de sus prácticas.

Desde esta perspectiva, el estilo parental puede ser mejor entendido como una variable contextual que modera las relaciones entre las prácticas parentales específicas y los resultados del desarrollo específicos.

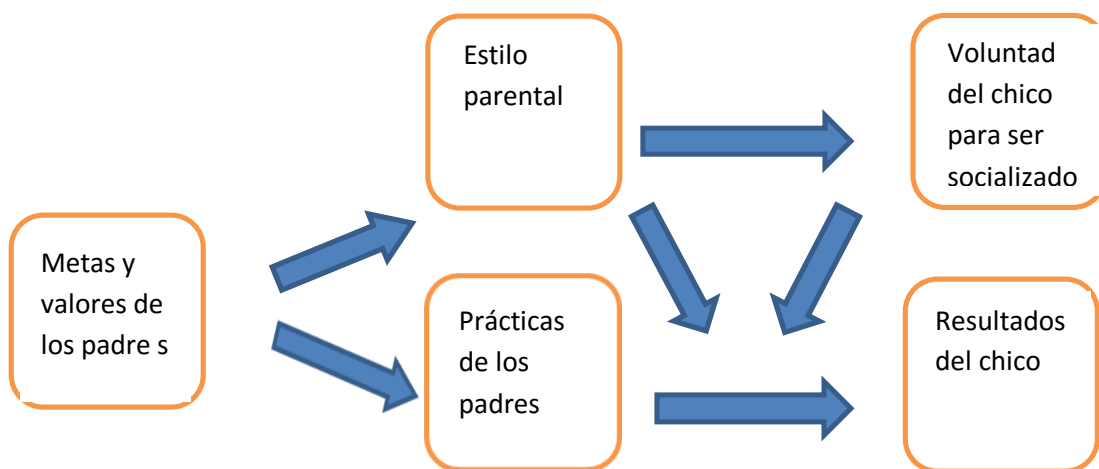


Figura 1. Modelo integrador de Darling y Steinberg (1993).

Existen diversos estudios sobre las características que integran los estilos parentales, y su impacto en los hijos adolescentes que concuerdan con las investigaciones de los autores Darling y Steinberg (1993), en los que estipulan que el tipo de conducta y de personalidad que va a desarrollar posteriormente un niño en su adolescencia, va a depender de los estilos parentales. (Maccoby & Martin 1983, Díez 2005, Arnett, 2008).

A continuación se presentan las características de los estilos parentales y su influencia en la conducta en niños y adolescentes, que conjuntan diversas investigaciones, (Arnett, 2008; Darling y Steinberg 1993; Díez, 2005; Maccoby & Martin 1983).

Autoritativo o Clima autoritario estable o democrático:

- ✓ Prestan atención a las demandas y preguntas de sus hijos y muestran interés.
- ✓ Manifiestan una combinación de afecto y apoyo con ciertas dosis de control y democracia.
- ✓ Favorecen la autonomía e independencia.
- ✓ Son controladores y exigentes en sus demandas, pero al mismo tiempo se muestran cariñosos, razonables y comunicativos.
- ✓ Establecen reglas claras y promueven la conducta asertiva.
- ✓ No invaden ni restringen la intimidad del niño.
- ✓ Sus prácticas disciplinarias se orientan más hacia la inducción que hacia el castigo.
- ✓ El castigo es razonado y verbal, pero no físico.
- ✓ La comunicación es efectiva y bidireccional, sin órdenes ni gritos.
- ✓ Esperan de los hijos cooperación, responsabilidad y control, ya que los padres definen como se hacen las cosas, lo que es bueno y lo que no lo es conforme a los valores que los padres inducen.
- ✓ Muestran pocas conductas problemáticas (adicciones, violencia, etc.), bajos niveles de estrés y un clima familiar estable.

A los padres con hijos adolescentes, les conviene en todas las instancias practicar este estilo parental ya que se encuentran en un momento de lograr autonomía, de forma que les proporciona un equilibrio entre ceder autoridad suficiente para que desarrollen sus capacidades y al mismo tiempo exigirles que ejerzan su autonomía de forma responsable para que logren su independencia.

Autoritario o autoritario inestable:

- ✓ Combinan altos niveles de exigencia y control con escasa sensibilidad o responsividad.
- ✓ Se actúa según el ánimo que se tenga
- ✓ No consideran las peticiones de sus hijos ni responden a sus demandas.
- ✓ Son padres distantes, poco afectuosos y manifiestan conductas de coerción.
- ✓ Desarrollan una comunicación unidireccional.
- ✓ Muchas veces se podría proporcionar un ambiente ordenado, con reglas claras dictadas por los padres, pero también se castiga lo que mañana se permite.
- ✓ Son más restrictivos, convencionales y prestan escaso apoyo emocional al hijo.
- ✓ Los padres presentan más problemas de conducta e insatisfacción en la pareja.
- ✓ El niño aprende a descubrir al otro en términos negativos y amenazantes y se identifica con un YO negativo.

Los adolescentes con padres autoritarios, suelen mostrar comportamientos hostiles, temerosos y ansiosos, también son dependientes, pasivos y conformistas, con poca seguridad en sí mismos, menos creativos y con pocas habilidades sociales. Una gran parte de los delincuentes suelen presentar este tipo de educación.

Permisivo o Clima de hiperprotección:

- ✓ Al niño se le facilita en todo momento la obtención de sus deseos.
- ✓ Combinan baja dosis de control y exigencia.
- ✓ Son indulgentes y no establecen restricciones.
- ✓ No muestran autoridad frente a sus hijos.
- ✓ No demandan conductas maduras de sus hijos y evitan el enfrentamiento con estos, no se le enseña a resolver sus problemas.
- ✓ La comunicación es poco efectiva y unidireccional.

- ✓ Mantienen gran flexibilidad en el seguimiento de reglas, dificultando la realización de obligaciones por parte del niño.
- ✓ No existen reglas claras y el ambiente familiar es desorganizado.
- ✓ Es difícil la realización personal del niño cuando se enfrenta con problemas en diversos contextos.

Los hijos con padres permisivos, presentan conductas inmaduras e irresponsables y fácilmente son sometidos o influenciados por sus iguales.

Estilo Negligente o indiferente:

- ✓ Ausencia de demandas y de responsividad hacia la conducta de los hijos.
- ✓ Falta de estructuración, control y apoyo de las conductas del niño.
- ✓ Derivan sus responsabilidades paternas hacia otras figuras como la escuela u otros familiares.
- ✓ Presentan problemas de conducta.
- ✓ Proporcionan un ambiente familiar desorganizado.
- ✓ Son padres altamente conflictivos y vulnerables a la ruptura familiar.

Los adolescentes con padres negligentes son impulsivos y suelen presentar conductas problemáticas como delincuencia, actividades sexuales precoces, consumo de drogas y/o alcohol o ausentismo escolar.

Por otro lado, Palacios (1999), indica que la personalidad del niño condiciona en cierto modo el comportamiento de los padres, por lo que, al final, la actuación socializadora será resultado de la combinación entre el estilo más característico de los padres y el comportamiento del niño o adolescente en determinados momentos y situaciones.

En este sentido, estudios como los de Plomin, (1994) vienen a cuestionar la idea de que los hermanos se parecen entre ellos porque se desarrollan en el mismo entorno familiar. Si bien se tiende a creer que la familia proporciona experiencias estables y homogéneas a los hermanos que determinan su parecido, los estudios de Plomin indican que los niños no reciben las mismas influencias por vivir en el mismo entorno

familiar, de manera que se puede hablar de factores ambientales compartidos, que afectan a todos los hermanos, y factores no compartidos, que afectan a alguno de forma específica, lo que da lugar a las diferencias entre los mismos. Entre los factores que son compartidos por los hermanos se encuentran aquellos que derivan directamente de la influencia genética, lo cual puede confundir a los padres en su actuar.

En relación a esto Torio, Peña & Rodríguez (2008), afirman que no existen estilos parentales puros, si no que se solapan ya que suelen variar con el desarrollo de los hijos, porque además del aspecto genético, existen otras variables que pueden afectar el estilo parental utilizado como lo son: el estatus socioeconómico, el sexo del progenitor, la edad del hijo, orden y número de hermanos, factores psicosociales y de personalidad. En definitiva, el estilo parental puede presentar variaciones en función de determinados factores contextuales y personales tanto de padres e hijos a nivel personal como del contexto familiar y social en general, por tanto son factores que en su momento se tienen que estudiar dependiendo del caso.

4.3. El manejo de la disciplina positiva

“Si existiera algo que quisiéramos cambiar en los niños, en primer lugar deberíamos examinarlo y observar si no es algo que podría ser mejor cambiar en nosotros mismos” Carl Gustav Jung, (s/f).

“Ser padres es un viaje alegre, a veces frustrante y agotador, pero también regocijante. El desafío es enorme: tomar de la mano a un ser humano que comienza a vivir y dirigirlo hacia su edad adulta. En el proceso habrá que enseñarle todo lo que necesita saber para ser feliz y vivir la vida correctamente” (Durrant 2008, p. 5).

Este desafío resulta abrumador para todos los padres, a veces no saben el camino o qué hacer, o nada de lo que se practica parece lo correcto, no obstante, están todas las demás tensiones en sus vidas, lo que resulta difícil de superar, además de que hay poca información sobre el desarrollo del niño(a), así que confían en sus instintos o en su propia experiencia de la niñez. Pero muchas veces esos instintos

son reacciones emocionales, no pensadas adecuadamente. Incluso, a veces son negativas y/o violentas.

Dentro de este contexto, la Disciplina Positiva significa, proporcionar educación, entendimiento, motivación y comunicación, sin castigos, solo consecuencias a los hijos. Estas prácticas ayudan a crear una relación de amor y respeto con los hijos, por tanto ayudan a vivir y solucionar problemas de manera conjunta. (Corbera s/f).

En concordancia, Durrant (2008) refiere, que la disciplina significa realmente "enseñar". La enseñanza se basa en fijar las metas para aprender, planear un acercamiento eficaz y encontrar las soluciones que funcionan de verdad, además de ser no-violenta y es respetuosa del niño como aprendiz. Es una aproximación a la enseñanza para ayudarlos a tener éxito, les da la información, y los apoya en su crecimiento.

Para Gilmartin (s/f, citado en Schmill, 2003), el concepto de disciplina: es una guía que ayuda a las personas a desarrollar el control interno de sí mismas, auto dirigiéndose y a ser eficientes. Si se espera algún resultado la disciplina requiere respeto y confianza mutuos.

La Convención de la ONU (s/f, en Durrant, 2008).estipula en los artículos 18 y 19, sobre los Derechos del Niño(as), los cuales garantiza su protección contra todas las formas de violencia, incluyendo el castigo físico así como también, reconoce su dignidad y el respeto a sus derechos y por otra parte, busca que los padres y madres tienen derecho a ser asistidos para llevar a cabo su importante rol.

Durrant (2008), señala las características de la disciplina positiva, las cuales se presentan a continuación:

La disciplina positiva es:

- No-violenta.
- Enfocada a obtener soluciones.
- Respetuosa y de acuerdo a principios de desarrollo infantil.

- Encontrar soluciones a largo plazo que desarrollen la autodisciplina de los hijos(a).
- Comunicar a sus hijos con claridad sus expectativas, reglas y límites.
- Construir una relación mutuamente respetuosa con ellos(as).
- Enseñarles habilidades que les serán útiles para toda la vida.
- Aumentar la capacidad y la auto-confianza de sus hijos para manejar desafíos vitales.
- Enseñarles cortesía, no-violencia, empatía, amor propio, derechos humanos y respeto a los otros.

La disciplina positiva NO es:

- Ser padres y madres permisivos.
- Dejar que el niño(a) haga lo que él desea.
- No tener reglas, límites o expectativas.
- La disciplina positiva no consiste en reacciones de corto plazo o castigos alternativos a dar unas palmadas o golpear. (No violencia en cualquier modo).

La disciplina positiva reúne:

- Lo que sabemos sobre el desarrollo sano de los niños(as).
- Los resultados de la investigación sobre ser padres y madres de manera eficaz.
- Los principios del derecho infantil.

El objetivo de la disciplina positiva, es un medio para que los valores prioritarios, (como se revisó en el capítulo 2), puedan ser enseñados y aprendidos, y consiste en una serie de estrategias como lo son: las normas, las reglas, los hábitos, poseer inteligencia emocional, un sistema de consecuencias y comunicación, con el propósito de que los niños o adolescentes puedan distinguir lo aceptable de lo no aceptable de su conducta y de la de los demás, en el contexto de la sociedad en que viven. (Schmill, 2003).

En relación a estos constructos, acerca de la disciplina positiva y como antecedente, el autor Seligman (2011a) (mencionado en el cap. uno), en su modelo PERMA, considera que el núcleo de la Psicología Positiva, pasa a ser el bienestar en lugar de la felicidad; y que el patrón de medida y el objetivo dejan de ser la satisfacción con la vida para ser ahora el crecimiento personal, por tanto, el bienestar como una nueva teoría, consta de cinco elementos los cuales son: emoción positiva, entrega, relaciones, sentido y logros.

Retomando este modelo, Durrant (2008), plantea 5 claves para proporcionar una disciplina positiva entre padres e hijos y posteriormente describe los pilares de la disciplina positiva:

1. Mantener la calma y la disposición a escuchar a los hijos (control de emociones):

- A veces se puede sentir que es inevitable perder la calma y aparecen los gritos, las amenazas, las ofensas e incluso las agresiones físicas, y cuando se permite llegar a ese punto se crea una ruptura en la comunicación y llegar a un acuerdo se convierte en todo un reto.
- Además, al reaccionar sin control se refuerza un estilo de resolución de conflictos poco saludable, en otras palabras, se muestra al hijo/hija que está permitido gritar, amenazar, ofender e incluso golpear al otro cuando se está molesto, así que muy probablemente esas conductas serán reproducidas con otras personas y contigo mismo.
- Pero si por el contrario, se logra tener control sobre las emociones, sobre la ira o frustración, se lograra reaccionar desde una postura paciente, de escucha y con disposición a conversar, con estas acciones se reproduce un modelo positivo, recordando que la mejor vía de llegar a un acuerdo es escucharse mutuamente.
- Tomar el tiempo necesario para tranquilizarse (tanto para el padre o madre como para los hijos), se puede recurrir a técnicas de respiración o de manejo de emociones a ayuden a tranquilizar y a pensar con mayor claridad.

2. Colocarse en una postura accesible (entrega o retroalimentación mutua):

- Es importante establecer roles y educar a los niños en el respeto hacia las figuras de autoridad, sin embargo, no debe hacerse desde el autoritarismo o infundiendo temor, sino desde una postura de tolerancia, empatía y orientación.
- Es importante permitir al hijo expresar lo que está sintiendo, que pueda con confianza acercarse a los padres y tener un acercamiento mutuo. Para ello, los padres deben colocarse a la altura del hijo y mirarlo a los ojos, tal vez los dos sentados frente a frente, y establece contacto visual, esto permitirá establecer una comunicación más cercana y profunda.

3. Dar lugar a la expresión (relaciones):

- Facilitar al hijo la oportunidad de explicar lo que está sintiendo y las razones que le llevaron a actuar de la forma en que lo hizo o lo que siente, con esta disposición, además de permitirte conocerlo y entenderlo mejor, se estará fortaleciendo su capacidad comunicativa, así como el reconocimiento y control de sus emociones.
- Enseñarle que su voz es un medio poderoso para comunicar lo que siente, acercarse a las personas y llegar a acuerdos y establecer relaciones positivas.

4. Dar una explicación concisa de las consecuencias y otras alternativas de conducta (sentido):

- Una vez que haya comunicación entre padres e hijos, se aprovecha la oportunidad para explicar las consecuencias que vendrán acompañadas de sus acciones, pueden ser los resultados naturales de su buena o mala conducta.

- Cuando se apliquen consecuencias para educar a los hijos es necesario tomar en cuenta que el objetivo principal es enseñarlos a que se responsabilicen, la meta no es la venganza para que pague lo que ha hecho, ni tampoco para que los padres muestren su poder, lo que se quiere es que el hijo se dé cuenta de lo que hace y cambie su comportamiento.
- Además, es necesario orientar al hijo sobre otras formas más asertivas de comportarse o reaccionar ante la misma situación.

5. Hablar siempre con claridad y honestidad (logros):

- Como resultado de una conversación abierta con el hijo/hija se obtendrá una forma saludable entre el vínculo que los une, cuando se habla con el corazón abierto, lejos de las amenazas y el autoritarismo, se descubre una nueva posibilidad de acercamiento, en la cual permite a los padres conozcan lo que los hijos sienten y lo que les preocupa, y se entiendan con la postura obtener logro en común.

Herbert, (1993) nos muestra algunas necesidades que los padres deben cubrir específicamente en sus hijos adolescentes, ya que por su inmadurez e inexperiencia no pueden manejar por si solos:

- Mantener un control (que no es vigilancia continua).
- Reglas (límites estrictos pero razonables).
- Una guía (es decir, necesitan los consejos y experiencia de los padres para prevenir errores).
- Alguien con quien hablar y en quien confiar.
- Amor, aliento y alguien que crea en ellos.
- Es importante tener presente que los adolescentes tienen pensamientos más complejos por los cuales surgen discusiones y peleas. Están impulsados por una mezcla de temores y deseos físicos

y psicológicos que les puede provocar abatimiento, indiferencia, mal humor, hostilidad, inseguridad y a veces mero placer.

Durrant, (2008) puntualiza que, como objetivo de ser padres se debe estar consiente que la disciplina positiva es un enfoque de crianza eficaz que se basa en cuatro principios, centrándose en identificar objetivos a largo plazo, entregar calidez, proporcionar estructura, comprender como piensan y sienten los adolescentes y solucionar conflictos.

A continuación se muestran los pilares de la disciplina positiva:

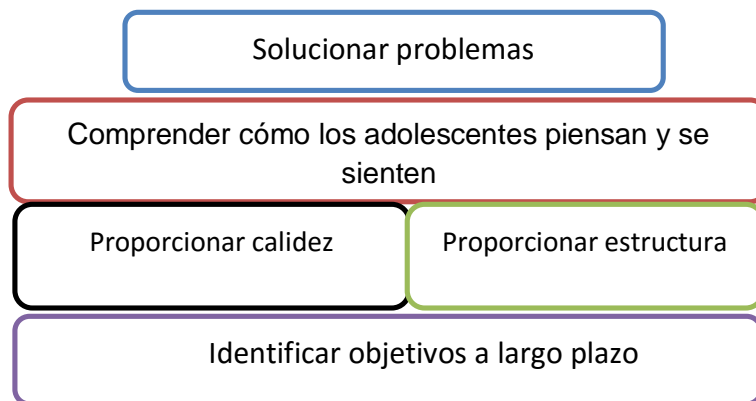


Figura 2. Pilares de la disciplina positiva según Durrant, (2008).

El estudio de Durrant, (2008), señala cada uno de los pilares de la disciplina positiva, que continuación se detallan:

- ✓ Identificar objetivos a largo plazo

Es importante entender todos los principios de la disciplina positiva antes de actuar ya que son la base de la interacción con los hijos y el cambio que proyectaran será mutuo ya que criar a un niño(a) desde el nacimiento hasta la edad adulta es una de las cosas más importantes para los padres; pero muchas veces no lo planean y comienzan este viaje sin pensar a dónde quieren llegar; por tanto es primordial Identificar los sus objetivos a largo plazo y estar atentos de hacer todo lo posible por cumplir esas metas.

Los objetivos a largo plazo llevan mucho tiempo de alcanzar, por lo general, muchos años y son los que los padres y madres quieren alcanzar cuando sus hijos(as) sean mayores.

Una de las cosas más difíciles de la crianza de los hijos(as) es conciliar los objetivos a largo plazo con los de corto plazo, porque a menudo ambos entran en conflicto. Es decir, cuando un padre se siente frustrado porque la conducta de su hijo no es la adecuada, (por ejemplo, ponerse los zapatos para ir a la escuela porque se hace tarde), esta es una señal de que el padre o madre tiene la oportunidad de enseñarle a su hijo(a) algo más importante, que el ponerse los zapatos, es la oportunidad de ser un modelo de conducta para su hijo(a). Al controlarse bien, le muestra cómo hacer frente a su propia frustración de la siguiente forma:

- Manejar el estrés
- Comunicarse respetuosamente
- Manejar los conflictos sin agresión física
- Considerar los sentimientos de otras personas
- Lograr su objetivo sin hacer daño a otros física, o emocionalmente

Como resultado, al controlarse los padres, les muestran a los hijos cómo hacer frente a su propia frustración o enojo y es una enseñanza que perdurara, ya que los hijos son el reflejo de los padres.

“Una de las claves para la eficacia de la disciplina es ver los retos de corto plazo como oportunidades de trabajar en sus objetivos a largo plazo” (Durrant 2008, p. 15).

- ✓ Calidez y estructura

Los objetivos a largo plazo son la base sobre la cual los padres construirán sus habilidades de disciplina positiva y desarrollar esas habilidades requiere dos herramientas necesaria que son: calidez y estructura.

En un ambiente familiar cálido, los niños quieren complacer a sus padres. La calidez alienta a cumplir las metas de corto plazo y enseña los valores de largo plazo.

Proporcionar calidez a un hijo(a) es:

- Seguridad emocional
- Amor incondicional
- Afecto demostrado física y verbalmente
- Respeto por el nivel de desarrollo del niño(a)
- Sensibilidad a las necesidades del niño(a)
- Empatía con los sentimientos del niño(a)

Y las formas de actuarlo son:

- Divirtiéndose con ellos
- Diciéndoles "te quiero"
- Demostrándoles que confían en ellos
- Mostrándoles que son amados, aunque hagan algo mal
- Reconociendo sus esfuerzos y éxitos
- Leyéndoles historias
- Diciéndoles que creen en ellos
- Abrazándolos
- Estimulándolos cuando enfrenten retos difíciles
- Reconfortándolos cuando estén heridos o tengan miedo
- Riéndose con ellos
- Escuchándolos
- Viendo las cosas desde sus puntos de vista
- Jugando con ellos
- Alabándolos

Proporcionar estructura ayuda al hijo(a) a aprender lo que es importante, mediante:

- Directrices claras de comportamiento
- Expectativas señaladas con toda precisión

- Razones claramente explicadas
- Apoyo para ayudar al niño(a) a tener éxito
- Fomento a que el niño(a) desarrolle un pensamiento independiente
- Negociación

Como resultado de dar estructura:

- Le ayuda a comprender sus errores y a hacer lo posible por enmendarlos.
- Le da la información que necesita para tener éxito la próxima vez.
- Le entrega herramientas para resolver los problemas cuando el padre no esté presente.
- Le muestra cómo arreglar los desacuerdos con otras personas de manera constructiva, no violenta.

Las siguientes son algunas formas en que los padres proporcionan estructura a sus hijos(as) (Durrant 2008, Craig 2001):

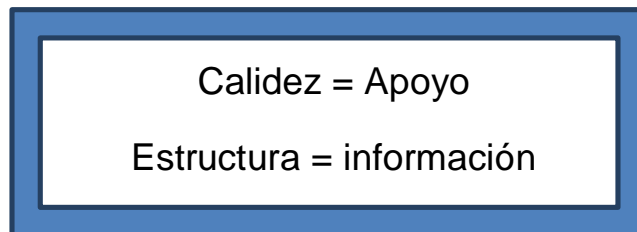
- Preparándolos para situaciones difíciles diciéndoles lo que pueden esperar y cómo pueden hacerles frente.
- Explicándoles por qué existen reglas que se deben cumplir.
- Discutiendo las normas con ellos y escuchando sus puntos de vista.
- Ayudándolos a encontrar la manera de corregir sus errores de manera que aprendan.
- Siendo justos y flexibles.
- Controlando la ira.
- Explicándoles su punto de vista como padres y madres y escuchándolos cuando hablen desde su punto de vista.
- Enseñándoles acerca de las consecuencias de sus acciones sobre otras personas.
- Dándoles la información que necesitan para tomar buenas decisiones
- Hablando a menudo con ellos.
- Evitando las amenazas de golpes, de privarlos de amor, asustarlos con monstruos, u otras cosas temibles

- Actuando como un modelo positivo y un guía

La disciplina positiva combina la calidez y la estructura a lo largo de todo el desarrollo del niño(a), desde la infancia hasta la edad adulta. Se trata de una forma de pensar que ayuda a los padres a satisfacer sus objetivos a corto y largo plazo (Craig 2001).

Los niños(as) serán capaces de:

- Resolver problemas
- Pensar por sí mismos
- Llevarse bien con los demás
- Resolver los conflictos en forma no violenta
- Hacer las cosas correctamente cuando usted no está presente
- La disciplina positiva se basa en la idea de que los niños(as) nacen sin saber lo que esperamos de ellos.
- Los niños aprenden instintivamente. Y lo hacen mejor cuando tienen el apoyo y la información necesarios. Niños(as) de diferentes edades necesitan distintos tipos de apoyo e información.



Dentro de este pilar, es primordial conocer un tanto el comportamiento constante de los hijos(as), para que como padre actúe con asertividad.

Asertividad en el contexto educativo, significa asumir una conducta segura, afirmativa, tanto para quien la ejerce como sobre en quien recae (Schmill 2003). La asertividad o afirmación no es un rasgo de carácter, se trata de una habilidad de

comunicación o elección y es como cualquier otra habilidad, puede aprenderse (Hare 2003).

Algunos padres de familia asumen conductas extremas, que oscilan entre la pasividad y la agresividad, estos estilos no resultan funcionales ni asertivos, estos estilos pueden cambiar dependiendo de la elección de comportarse de los padres en determinada situación con los hijos. Es decir la asertividad es de hecho la “Libertad Emocional” en lo que se refiere a los derechos propios, la asertividad o falta de ella repercute en el estilo disciplinario y modelará la conducta y probablemente el desarrollo de los buenos o malos hábitos. (Schmill, 2003).

Este autor señala algunas de las características de la conducta asertiva:

- Libertad para expresarse con palabras y/o actos.
- Comunicación abierta, directa, franca y adecuada.
- Orientación activa, para llegar a las metas a largo plazo.
- No esperar que las cosas sucedan, intentar hacer que las cosas sucedan.
- Prioridad en conservar el respeto propio, aun en situaciones desventajosas.

Algunas características de la conducta no asertiva de los padres de familia son:

- Mostrarte constantemente conciliador (a) con los demás, porque temes ofender a los hijos(as), (los padres de familia no pueden decir ¡NO! y punto).
- Permitir que otros intervengan en la educación de los hijos(as), exponiendo su integridad, (por ejemplo pegar a hijo(a) porque se está delante de familiares y todos presionan para corregir su conducta).
- No poder expresar como padre los deseos legítimos, individuales, incluso a los hijos(as).
- Creer que los derechos de los demás son más importantes que los individuales (sacrificar las actividades favoritas por alguna otra de los demás).
- Sentirse tímido(a) ante superiores o representantes de la autoridad (por tanto como padre no se puede ejercer como tal).

- Ofenderse con facilidad por lo que los demás hacen o dicen que continuamente se inhibe así mismo.
- Dejarse dominar por los demás, porque no se ha aprendido a defenderse, (incluso los hijos exigen, insultan u ofenden).
- Existe un sentimiento de soledad por no poder establecer relaciones personales verdaderamente íntimas.

No existe una persona cien por ciento asertiva, pero es importante estar consciente de que se puede elegir el modo de comportarse. (Hare 2003).

- ✓ Comprender cómo piensan y sienten los adolescentes.

En el capítulo anterior se expusieron las características de los adolescentes, lo cual es importante para la relación padre/madre e hijo(a), y un aspecto primordial, es la interacción de temperamentos, lo cual tiene un poderoso efecto sobre su relación. Al reconocer el papel del temperamento en el comportamiento de su hijo(a) y del suyo propio, se empiezan a entender las razones detrás de muchos de los conflictos que surgen. (Schmill, 2003; Durrant, 2008).

También se puede entender por qué golpear y dar gritos no ayuda.

Los hijos(as) son personas, al igual que los padres. Ningún temperamento puede ser cambiado y cuando no coinciden padres e hijos, se deben buscar formas de solucionar la diferencia, sin disputas ni peleas y encontrar la manera de respetar las diferencias y trabajarlas para que funcione dicha relación.

Algunos beneficios que esto acarrea, según Durrant (2008), son los siguientes:

- Los hijos(as) que se ven a sí mismos como considerados y capaces, es más probable que tomen buenas decisiones,
- También se consideran comprendidos y aceptados por sus padres y madres, es más probable que se dirijan a ellos en busca de consejo y ayuda.
- Los hijos(as) que han visto a sus padres y madres manejar situaciones de conflicto, rabia y stress sin agresión ni violencia, es más probable que resuelvan sus propios conflictos de buena manera.

- Los hijos(as) que aprendieron de sus padres y madres a escuchar, comunicarse y tratar a otros con respeto, tratarán a sus iguales y a ellos de la misma forma.
 - Con fracasos y éxitos, los hijos(as) aprenderán mucho acerca de los otros y de sí mismos.
 - Su empatía por los otros se acrecentará al igual que la comprensión de sus propias creencias y valores.
 - La tarea más importante de los padres y madres en esta etapa es de apoyar y guiar a sus hijos. Ellos(as) suelen verlos espontáneamente como sus modelos y guías.
 - Los padres y madres deben actuar como las personas que deseen que sean sus hijos(as).
- ✓ Solución de problemas

Lo que los padres de familia podrían interpretar como un problema potencial en su hijo adolescente, podría llegar a ser una conducta perfectamente normal de alguien de la edad y los padres lo pudieran interpretar de diferente forma según el temperamento como ya se expuso con antelación. (Nelsen & Lott, 2003; Durant 2008).

Por tanto, deben estar conscientes de que las situaciones, actitudes, acciones cambian de un momento a otro, y es factible estar preparados para solucionar el problema presente, algunos autores recomiendan los siguientes lineamientos: (Nelsen & Lott, 2003; Barocio, 2008; Durrant, 2008).

- Observar las barreras de comunicación y descubrir cuales funcionan para la mejora en la relación e interacción con el hijo(a). A un cuando se esté en una situación complicada.
- Hablar con el hijo(a) y que exponga su sentir y que en conjunto se encuentre una solución para mejorar la comunicación. Es decir tomar en cuenta la opinión del Hijo(a) y atenderla como importante dentro de la familia.

- Siempre preguntar al hijo(a) si hay algo más que decir o algún sentimiento que le esté preocupando y hacer las aclaraciones pertinentes.
- Los padres de familia no deben criticar ningún sentimiento del hijo(a). no existen sentimientos ni buenos ni malos, nadie ha muerto por tenerlos, se deben respetar y ser escuchados teniendo en consideración que muchas veces ni como adultos se sabe cómo actuar, mucho menos una persona que está pasando por la etapa de la adolescencia.
- Debe existir una comunicación abierta y honesta, así es más probable que haya un entendimiento y acercamiento mutuo.
- Los jóvenes se comunican más cuando se está listo para escucharlos e involúcralos en asuntos que les afectan.
- Evitar luchas de poder, no hay poder que exista, todos pertenecen a un equipo y todos participan.
- Las juntas familiares proporcionan un tiempo para que cada miembro de la familia tenga un sentido de pertenencia y experimentar la contribución.
- Debido a que los adolescentes o incluso los padres a menudo tienen realidades diferentes, es importante el momento en el que todos puedan hablar y ser escuchados con respeto.
- Los padres deben darse cuenta de los cambios que tienen sus hijos en la etapa de la adolescencia y que están experimentando un cambio en el sentido de pertenencia, que ya es dentro de un contexto social diferente como formas, actitudes, modas, amigos etc. Los padres deben permitir que fluya este proceso con cierta libertad, apoyo y orientación.

El objeto de la disciplina positiva es responder a la conducta de un hijo(a) de manera que todo conduzca hacia esas metas de largo plazo. Para que sea efectivo en el uso de la disciplina positiva, las metas de largo plazo siempre deben estar en primer lugar en la mente de los padres de familia. (Durant, 2008). No obstante, muchas de las situaciones que surjan con los hijos(as) pueden hacer olvidar las metas de largo plazo y fijarse en las de corto plazo. Las metas de largo plazo deben estar presentes siempre como guía y se responderá de mejor manera a los desafíos de corto plazo. (Nelsen & Lott 2003; et al.).

Es importante, estar conscientes de que el hijo(a) siempre está desarrollándose, creciendo y cambiando, pero la forma de responder ante ellos determinará el camino para alcanzar las metas de largo plazo. (Durrant, 2008).

Propuesta de intervención dirigida a padres de familia e hijos adolescentes, para favorecer la disciplina positiva con base en valores.

JUSTIFICACIÓN

La propuesta está basada en el desarrollo de un taller para la formación de padres de familia e hijos adolescentes, y surge a raíz del creciente conflicto que existe entre padres e hijos y las consecuencias que emerge de ello. Pero, ¿cuál es la raíz del problema? Aprovechando, los últimos descubrimientos referentes a la psicología positiva, que surge con el propósito de corregir y reparar aquello que ya está afectado con pensamientos o convicciones negativas, con la intención de aprender a desarrollar acciones positivas encaminadas a mejorar el bienestar de las personas.

De acuerdo con lo anterior, pioneros de la psicología positiva como Seligman y Csikzentmihályi (2000), han estipulado que el adoptar emociones y pensamientos positivos puede incrementar las formas de afrontamiento a los problemas de la vida diaria, y han realizado investigaciones enfocadas a buscar la forma de prevenir el desarrollo de trastornos en sujetos potencialmente vulnerables (sujetos en riesgo).

El objetivo de esta nueva ciencia es justamente internalizar un cambio hacia el desarrollo de las fortalezas de las personas, acorde con lo anterior la principal tarea de prevención será estudiar y entender cómo se adaptan esas fortalezas y virtudes en niños y jóvenes, elemento fundamental para la prevención de conductas mal enfocadas o de los llamados desórdenes mentales (Seligman & Christopher, 2000).

Por tanto, el objetivo principal del taller es que los padres y adolescentes, adopten estrategias de disciplina positiva mediante un modelo con base en valores, con el propósito de mejorar las relaciones entre ambos.

Para llegar a este punto es importante que tanto padres como hijos adolescentes comprendan determinadas características que poseen los adolescentes, así como concientizarlos del tipo de educación que han fomentado dentro del hogar para determinar el comportamiento de ambos. Sabemos lo complicado que resulta tratar de corregir o modificar el comportamiento de un adolescente (una vez que esta

etapa ha llegado), no es una cuestión imposible, pero si se requiere de interés y estar dispuestos al cambio.

Como ya se mencionó, en la actualidad existen métodos que la psicología positiva nos proporciona como constructos con el fin de apoyar a los padres y adolescentes a llegar a un fin de convivencia y como base de este modelo es la inculcación de valores. De acuerdo con Schmill, (2003), los valores sirven para jerarquizar la vida de un individuo, tomar decisiones, y evaluar la conducta propia y la de los demás.

Por tanto, mediante este taller se esperará crear habilidades de convivencia positiva entre padres e hijos, proporcionándoles las bases para sustentar su educación en adelante, así como también que aumente la probabilidad de que en un futuro los hijos también apliquen las destrezas positivas que adquirieron, en su vida cotidiana o incluso con sus hijos. Recordemos una cita que dice: “Educa al niño y no tendrás que castigar a hombre” (Pitágoras).

Poco saben los futuros papas de la gran responsabilidad que conlleva serlo, regularmente no están bien informados y en cuanto van creciendo sus hijos, aparece un choque por el cambio que surge en la etapa adolescente, porque los métodos de disciplina o estilos parentales utilizados con ellos ya no funcionan con sus hijos. Es un problema que se arrastra de generación en generación.

No se espera un éxito inmediato, la disciplina positiva lleva un esfuerzo, comprensión, paciencia, entendimiento y cooperación personal, la experiencia nos ha enseñado que cambiar de estrategia y probar nuevos caminos funciona, se requiere de cierto valor por parte de los padres para admitir que algunas de las acciones que reflejan hacia sus hijos les conducen a más conflictos. Cambiar esas actitudes y empezar a elaborar una evaluación del contexto familiar, les llevará a identificar los errores, situación que es parte del proceso y deberá ser utilizada como una oportunidad de crecimiento.

TIPO DE PROPUESTA

Se propone un taller basado en una metodología de tipo *psicoeducativo emergente*, donde a través de actividades vivenciales, dinámicas e información teórica, se enseñe a los participantes a reconocer ciertas conductas que pudieran caer en provocaciones de tipo negativo, dentro del ámbito familiar, con el propósito de que sepan conciliar y actuar mediante estrategias positivas, que además de adquirir una relación efectiva entre padres e hijos adolescentes, les sean útiles en un aspecto personal, familiar, escolar, social, así como darles una oportunidad de saber reflexionar acerca de su comportamiento y las consecuencias que este provoca.

El taller puede ser impartido por un profesional en psicología, de preferencia y que posea las aptitudes y experiencia necesaria en el área.

La intención de la propuesta es exponerla a la Secretaría de Educación Pública (SEP) y escuelas secundarias privadas, para la promoción de la misma, enfocándose en la importancia que tiene el taller en la actualidad, dado el contexto social en que se desarrollan los adolescentes y los riesgos a los que se enfrentan. A su vez, se expresa los beneficios y el impacto de otorgar tanto a padres como hijos adolescentes este tipo de talleres, ya que la mejora se iniciará desde interna como externamente dentro de un contexto sociocultural.

Se pretendería, enunciar los temas a tratar, un resumen de las tareas que se realizaran, así como los beneficios y objetivos que se esperan alcanzar y el costo de la inversión.

OBJETIVO GENERAL.

Al término del taller: se espera que los padres de familia y sus hijos adolescentes conozcan, las características de los adolescentes, así como diferentes estilos parentales que han influenciado en la educación de ambos y distinguirán las estrategias de disciplina positiva enfocada en valores.

Aunado al objetivo general los participantes podrán adquirir los siguientes aprendizajes:

- Conocerán las características y las conductas asociadas con la pubertad, así como los factores de riesgo a los que se enfrentan en diferentes contextos.
- Los participantes se reconocerán entre sí y aprenderán a qué tipo de familia y estilo parental pertenecen y realizarán una revisión de su contexto familiar en este ámbito.
- Tanto padres como hijos, adquirirán estrategias positivas para la solución de problemas y así mejorar sus relaciones.
- Acordarán los valores y reglas que se fomentará en la familia.

POBLACIÓN

El taller está enfocado a padres y madres de familia con edad, sexo y estado civil indistinto que cuenten con hijos adolescentes, mismos que participarán en el taller de forma interactiva.

Tamaño del grupo: el número mínimo de integrantes del taller es de 10 padres con su(s) respectivo(s) hijo(s) y máximo 20, con el propósito de mantener mayor control en el taller.

INSTRUMENTOS

Se administrará en la primera sesión y al término del taller un cuestionario llamado: **¿Qué es disciplina familiar?**, que se aplicará tanto a padres como adolescentes. Con este cuestionario se pretende conocer el grado de información que los participantes tienen acerca de la disciplina familiar, puesto que muchos de los padres aplican la disciplina de acuerdo a la educación que recibieron o muchas veces utilizan su sentido común y los adolescentes no entienden el por qué sus padres actúan de cierta forma hacia con ellos. No tiene una forma especial de

calificarse únicamente se pretende saber el nivel de conocimiento de los participantes.

Otros cuestionarios de autoevaluación se aplicarán en las sesiones 1, 2 en donde se señalan las características generales de los adolescentes y el tipo de familia y estilo parental que utilizan tanto padres como hijos. En la sesión 4 se aplicarán instrumentos que los padres y adolescentes utilizarán como estrategia para dar seguimiento a una disciplina positiva enfocada en valores y reglas dentro del hogar.

MATERIALES

Para la realización del taller será indispensable contar con los siguientes materiales:

- ✓ Carteles de publicidad del taller
- ✓ Trípticos
- ✓ Escenario
- ✓ Rota folio
- ✓ Video proyector
- ✓ Lap top
- ✓ Pantalla de proyección
- ✓ Una mesa para instalar el equipo
- ✓ En la primera y segunda sesión se necesitaran 10 bancas
- ✓ En la tercera y cuarta sesión se necesitaran 20 bancas
- ✓ Una mesa para café y agua embotellada
- ✓ Hojas blancas tamaño carta
- ✓ Hojas de papel bond y de rota folio
- ✓ Plumones de colores
- ✓ Plumas
- ✓ Cita adhesiva

ESCENARIO

El taller se llevará a cabo en las instalaciones de la escuela secundaria, en el auditorio de la misma. Las sillas serán colocadas en forma de semicírculo de tal manera que el instructor esté al frente. Con una mesa que parta la circunferencia del círculo.

La iluminación será por medio de lámparas propias de la escuela y contará con buena ventilación.

Se instalará una mesa para café.

PROCEDIMIENTO

El taller tendrá una duración de 10 horas divididas en 4 sesiones de 2 y media horas cada una, se presentará en 4 días, por ejemplo, en jueves y viernes de una semana y el martes y viernes de la siguiente semana. De inicio se pretende impartirlo en escuelas secundarias privadas, pero también se recomienda impartirlo en escuelas secundarias públicas ya que en la actualidad este ámbito se encuentra muy afectado y descuidado en la prevención de riesgos.

La invitación será de forma directa e indirecta y se expedirá 2 semanas antes de iniciar el taller dentro la escuela.

La directa consta de hacer llegar un tríptico a los estudiantes con los objetivos, temática y beneficios del taller, para que estos, a su vez, se la hagan llegar a sus padres. (Ver anexo 1),

La forma indirecta (abierta), se hará por medio de un cartel (anexo 2), que aparecerá en el portón de la escuela secundaria, así como se enviará a los padres vía correo electrónico y se dará de alta en la página de la escuela, esta información contendrá el objetivo y las ventajas que obtendrán.

Se les pedirá a los padres interesados en asistir al taller que se inscriban con una semana de anticipación en la dirección de la escuela con el propósito de tener el tiempo necesario para organizar a los grupos.

Al momento de inscribirse al taller, los padres deberán llenar una hoja de registro (anexo 3), así como se les indicará que lleguen 15 minutos antes.

Dada la importancia que representa el taller, la invitación será de carácter obligatorio y de ser necesario se expedirá una carta por parte de la escuela para evitar pretextos de los padres para no asistir al taller.

- ✓ El taller se enfocará en una metodología psicoeducativa emergente, de tipo expositivo, vivencial y participativo.
- ✓ **La primera sesión** será únicamente para los adolescentes en horario escolar de 10:00a.m. a 12:30 hrs, se realizará una dinámica de integración, y el instructor expondrá los temas de características de la adolescencia, familias y estilos parentales para que los participantes concienticen las causas de la disciplina que les proporcionan sus padres y se sensibilicen hacia estos. Como método de evaluación se le aplicara a los adolescentes una hoja donde plasmen sus características personales (anexo 5) y otra donde identifiquen el tipo de familia y estilo parental al cual pertenecen (anexo 6a).
- ✓ La segunda sesión se proporcionará a los padres en horario de clase de 8:00am a 10:30am, la cual consistirá en la presentación e integración de los participantes con el propósito de que haya apertura y activa participación; para que esto suceda, se realizará en primera instancia, una dinámica y posteriormente se aplicará un cuestionario para saber que conocimientos poseen acerca de la disciplina familiar (anexo 4). Posteriormente, se les pedirá que identifiquen las características de sus hijos adolescentes (anexo 7) y también identificarán el tipo de familia que han creado y su estilo parental (anexo 6b).
- ✓ **Durante la tercera sesión** se realizará en conjunto para padres e hijos adolescentes en un horario de 8:00am a 10:30am. Se aplicará una dinámica para desensibilizar e integrar a las familias con el propósito de que puedan encontrar un acercamiento enfocado al perdón mutuo. El instructor expondrá los beneficios de llevar una relación positiva. Posteriormente se realizará un

role playing donde apliquen los conocimientos de técnicas para desarrollar una convivencia positiva.

- ✓ **En la cuarta sesión** se hará un role playing, en donde apliquen las estrategias que ya aprendieron en las sesiones pasadas. Se les proporcionará la información sobre cómo realizar un modelo de disciplina positiva (Anexo 8). Se les pedirá a padres e hijos adolescentes que realicen un cuadro de valores (anexo 9), así como las reglas que consideren más importantes (5 de inicio) y las consecuencias que tendrán en caso de su incumplimiento (anexo 10).
- ✓ Para cerrar, se evaluará el taller y por último se expondrán dudas y comentarios.

EVALUACIÓN

Se aplicará por segunda vez el cuestionario “¿Qué es disciplina familiar?” con la finalidad de saber si los participantes ampliaron sus conocimientos a través del taller; comparando sus respuestas con las obtenidas en la primera aplicación del mismo.

También se realizará una dinámica de cierre en la que se motivará a que los participantes expresen como se sienten y que se llevan de beneficio con el taller impartido, por otro lado, se les pedirá que mediante un cuestionario ellos evalúen al instructor y el taller.

A continuación se presentan las cartas descriptivas de cada una de las sesiones que constituyen la propuesta del taller.

CARTA DESCRIPTIVA SESIÓN 1

<p>Sesión 1 Reconocimiento de sí mismo y estilos parentales</p> <p>Objetivo específico: Los adolescentes identificarán las características propias de la adolescencia y los estilos parentales.</p> <p>Instructor: Psic. Verónica Ortega González</p>					
Actividad	Objetivo	Procedimiento	Material	Técnica	Tiempo
Bienvenida	Presentación del taller y del instructor	El instructor se presentará con los participantes y realiza la presentación del taller	No requiere	Verbal	10:00 a.m. a 10:05 a.m.
Reglamento del taller	Exponer las reglas del taller, para evitar controversias y crear un ambiente disciplinado.	Se leerán las reglas y también se aceptan sugerencias de otras, mismas que se escribirán en el rota folio.	Rota folio plumón	Expositiva	10:05 a.m. a 10:10 a.m.
Integración (ver descripción de dinámicas 1.)	Romper el hielo entre los participantes y el instructor, así como promover una apertura y participación activa.	Se realiza la dinámica "El Cartero"		Vivencial	10:10 a.m. a 10:20 a.m.
Aplicación del instrumento ¿Qué es disciplina familiar? (anexo 4)	Los participantes reflejarán sus conocimientos acerca de lo que perciben como disciplina familiar.	Se les proporcionará el instrumento para que sea llenado.	Instrumento lápiz	Visual auditiva	10:20 a.m. a 10:25 a.m.
Revisión temática "Adolescencia" (anexo 5)	Los participantes reconocerán sus características personales en general y los riesgos a los que se enfrentan.	Se proporcionará la información por medio de una proyección en donde se muestra el cuadro de las características y el instructor dará la explicación de l mismo.	Laptop	Expositiva	10:25 a.m. a 10:50 a.m.
Receso		El instructor indicará en que momento inicia y termina el receso			10:50 a.m. a 11:00 a.m.
Se aplicará el instrumento "Mis características" (anexo 5)	Estimular el reconocimiento y aceptación personal de los participantes.	Se pide a los participantes contestar un cuestionario donde refleje su personalidad en general.	Cuestionario lápiz	Participativa	11:00 a.m. a 11:10 a.m.
Revisión temática "Familia y estilos parentales".	Los participantes aprenderán que tipos de familia y estilos parentales existen e identificarán a cual pertenecen.	El instructor proporcionará la información por medio de una proyección en donde se muestra el cuadro de los tipos de familia que existen y los estilos parentales, y se dará la explicación pertinente	Laptop pantalla de proyección	Expositiva	11:10 a.m. a 11:40 a.m.
Se aplicará el instrumento "Tipo de familia y estilo parental" (anexo 6a)	Los participantes identificarán a que tipo de familia y estilo parental pertenecen.	Los participantes llenar la hoja que se les proporcionará	Instrumento lápiz	Participativa	11:40 a.m. a 11:45 a.m.
Se aplicará Role playing "Estilos parentales" (Descripción de role playing 1)	Los participantes serán sensibilizados hacia el actuar de sus padres y comprenderán porque actúan de determinada forma y las consecuencias del estilo parental que aplican.	Se agruparán en 4 personas y se les indicará que actúen como hijos adolescentes y padres dentro de un problema real y que apliquen un determinado estilo parental.	No requiere	Participativa	11:45 a.m. a 12:10 a.m.
"Carta a mis padres" (ver dinámica 5).	Expresarán de forma escrita sus sentimientos desde el corazón, libre de egos, sin reclamos ni enjuiciamientos.	Se pedirá a los participantes que realicen una carta dirigida a sus padres.	Hoja en blanco lápiz	Participativa	12:10 a.m. a 12:20 a.m.
Cierre de sesión	Aclarar dudas generales de los participantes y se agradecerá la participación de cada uno.	En este punto se pretende aclarar las dudas que los participantes tengan acerca de la sesión y dar una semblanza de lo que se verá la siguiente sesión.	No requiere	Participativa	12:20 a.m. a 12:30 hrs

CARTA DESCRIPTIVA SESIÓN 2

Sesión 2. Reconociendo a mi hijo adolescente y mi estilo parental.					
Objetivo específico: Los padres de familia reconocerán las características y riesgos a los que se enfrentan los adolescentes e identificarán el estilo parental que han aplicado y aprenderán la técnica de relajación.					
Instructor: Psic. Verónica Ortega González					
Actividad	Objetivo	Procedimiento	Material	Técnica	Tiempo
Bienvenida	Presentación del taller y del instructor	El instructor se presentará con los participantes y realiza la presentación del taller	No requiere	Verbal	8:00 a.m. a 8:05 a.m.
Reglamento del taller	Exponer las reglas del taller, para evitar controversias y crear un ambiente disciplinado.	Se leerán las reglas y también se aceptan sugerencias de otras, mismas que se escribirán en el rota folio.	Rota folio plumón	Expositiva	8:05 a.m. a 8:10 a.m.
Integración (ver descripción de dinámicas 2)	Romper el hielo entre los participantes y el instructor, así como promover una apertura y participación activa.	Se realiza la dinámica "Cosas de mí"		Vivencial	8:10 a.m. a 8:30 a.m.
Aplicación del instrumento ¿Qué es disciplina familiar? (anexo 4)	Los participantes reflejaran sus conocimientos acerca de lo que perciben como disciplina familiar.	Se les proporcionará el instrumento para que sea llenado.	Instrumento lápiz	Visual auditiva	8:30 a.m. a 8:35 a.m.
Revisión temática "Adolescencia"	Los participantes reconocerán las características generales de la adolescencia y los riesgos a los que se enfrentan.	Se proporcionará la información por medio de una proyección en donde se muestra el cuadro de las características y el instructor dará la explicación del mismo.	Laptop	Expositiva	8:35 a.m. a 9:00 a.m.
Dinámica "Recordando mi adolescencia" (Dinámica 3)	Los padres recordarán sus experiencias durante la adolescencia.	Se les pedirá que expongan como se sintieron durante su adolescencia, sus problemas y como fue la relación con sus padres.	No requiere	Participativa	9:00 a.m. a 9:20 a.m.
Instrumento "Reconociendo a mi hijo" (anexo 7)	Los padres de familia identificarán las características propias de sus hijos.	Se les pedirá a los padres de familia que llenen el instrumento.	Instrumento lápiz	Participativa	9:20 a.m. a 9:25 a.m.
Receso	El instructor indicará en que momento inicia y termina el receso				9:25 a.m. a 9:35 a.m.
Revisión temática "Familia y estilos parentales".	Los participantes aprenderán que tipos de familia y estilos parentales existen e identificarán a cual pertenecen.	El instructor proporcionará la información por medio de una proyección en donde se muestra el cuadro de los tipos de familia que existen y los estilos parentales, y se dará la explicación pertinente.	Laptop pantalla de proyección	Expositiva	9:35 a.m. a 9:50 a.m.
Se aplicará el instrumento "Tipo de familia y estilo parental" (anexo 6b)	Los participantes identificarán a que tipo de familia y estilo parental pertenecen.	Se pide a los participantes llenar la hoja que se les proporcionará	Instrumento lápiz	Participativa	9:50 a.m. a 9:55 a.m.
Técnica de relajación (ver dinámica 4).	Aprenderán a relajarse, con el propósito de quitar tensiones y estén mas dispuestos al cambio.	Se aplicará una actividad de relajación mediante la introyección.	No requiere	Participativa	9:50 a.m. a 10:10 a.m.
"Carta a mi hijo" (ver dinámica 6).	Los padres expresarán de forma escrita sus sentimientos desde el corazón, libre de egos, sin reclamos ni enjuiciamientos.	Se pedirá a los participantes que realicen una carta dirigida a sus hijos adolescentes.	Hoja en blanco lápiz	Participativa	10:10 a.m. a 10:20 a.m.
Cierre de sesión	Aclarar dudas generales de los participantes y se agradecerá la participación de cada uno.	En este punto se pretende aclarar las dudas que los participantes tengan acerca de la sesión y dar una semblanza de lo que se verá la siguiente sesión.	No requiere	Participativa	10:20 a.m. a 10:30 a.m.

CARTA DESCRIPTIVA SESIÓN 3

Sesión 3. Reconociendo nuestros sentimientos de forma positiva.					
Objetivo específico: Los padres de familia y su hijo adolescente, aprenderán a reconocerse y buscar la empatía mutua mediante técnicas de convivencia positiva.					
Instructor: Psic. Verónica Ortega González					
Actividad	Objetivo	Procedimiento	Material	Técnica	Tiempo
Bienvenida	Dar la bienvenida, recordar las reglas y temática y objetivos de la sesión.	El instructor presentará las reglas y especificará los objetivos y temática del taller.	No requiere	Verbal	8:00 a.m. a 8:10 a.m.
Role playing "Recordando tiempos felices" (Role playing 2).	Romper el hielo entre padres e hijos y sensibilizarlos.	Se les pedirá a los participantes que se sienten en familia y recuerden un momento alegre que hayan vivido, para crear un estado de felicidad, posteriormente cada familia se presentará y expresará y recuerdo a los participantes.	No requiere	Verbal	8:20 a.m. a 8:40 a.m.
Revisión temática "Emociones positivas y resiliencia"	Los participantes adquirirán conocimientos acerca de las emociones positivas y resiliencia enfocadas al bienestar y convivencia familiar.	El instructor proporcionará la información por medio de una proyección en donde se muestra la información acerca de los temas y la explicación pertinente.	Laptop pantalla de proyección	Expositiva	8:40 a.m. a 9:00 a.m.
Técnica de relajación (dinámica 4).	Aprenderán a relajarse, con el propósito de quitar tensiones y que estén dispuestos a cambiar su historia familiar.	Se aplicará una actividad de relajación mediante la introyección.	No requiere	Participativa	9:00 a.m. a 9:10 a.m.
Dinámica intercambio de cartas. (Dinámica 7).	Padres e hijos conocerán los sentimientos mutuos, para fortalecer su unión y sea un intro para encaminarse a un cambio positivo.	El instructor repartirá las cartas a cada integrante y les pedirá que la lean en silencio y después la guarden, apartir de esto estén dispuestos a un cambio que beneficiará la convivencia familiar.	No requiere	Participativa	9:10 a.m. a 9:15 a.m.
Receso	El instructor indicará en que momento inicia y termina el receso				
Revisión temática "Estrategias de relaciones positivas"	Los participantes aprenderán estrategias de relaciones positivas enfocadas el presente, pasado y futuro y solución de problemas.	El instructor proporcionará la información por medio de una proyección en donde se muestra la información acerca de los temas y la explicación pertinente.	Laptop pantalla de proyección	Expositiva	9:25 a.m. a 9:50 a.m.
Role playing "Cambiando la historia" (Role playing 3).	Aplicar lo aprendido en cuanto a estrategias positivas para la resolución de problemas.	Padres e hijos elegirán un problema que tengan en la actualidad y se les indicará que apliquen el cuadro de estrategias positivas para la solución del mismo. Después se les pedirá que expresen su caso por familia.	No requiere	Participativa	9:50 a.m. a 10:15 a.m.
Cierre de sesión	Adarar dudas generales de los participantes y se agradecerá la participación de cada uno.	En este punto se pretende aclarar las dudas que los participantes tengan acerca de la sesión y dar una semblanza de lo que se verá la siguiente sesión.	No requiere	Participativa	10:15 a.m. a 10:30 a.m.

CARTA DESCRIPTIVA SESIÓN 4

Sesión 4. Aplicando la disciplina positiva					
Objetivo específico: Padres e hijos adolescentes aprenderán estrategias de disciplina positiva en base de a valores.					
Instructor: Psic. Verónica Ortega González					
Actividad	Objetivo	Procedimiento	Material	Técnica	Tiempo
Bienvenida	Los participantes conocerán los avances ya obtenidos y los temas de esta última sesión.	El instructor dará la bienvenida y dará una remembranza de los temas ya vistos y los temas que se manejarán en la presente sesión.	No requiere	Verbal	8:00 a.m. a 8:10 a.m.
Comentarios generales	Aclarar dudas de los participantes acerca de las sesiones pasadas.	Se pedirá a los participantes expongan sus dudas y los cambios que han observado con lo ya aprendido.	No requiere	Participativa	8:10 a.m. a 8:20 a.m.
Revisión temática "Disciplina positiva"	Los participantes adquirirán conocimientos acerca del modelo de disciplina positiva y su importancia para el bienestar familiar.	El instructor proporcionará la información por medio de una proyección en donde se muestra la información acerca de los temas y la explicación pertinente.	Laptop Pantalla de proyección	Expositiva	8:20 a.m. a 8:45 a.m.
Role playing "Disciplina positiva" (Role playing 4) (anexo 8)	Aplicar lo aprendido en cuanto a disciplina positivas para el mejoramiento de las relaciones familiares.	Padres e hijos elegirán un problema que tengan, diferente al que expusieron en la sesión anterior, y se les indicará que apliquen el cuadro de disciplina positiva para la solución del mismo. Después expresarán su caso por familia.	No requiere	Participativa	8:45 a.m. a 9:20 a.m.
Receso	El instructor indicará en que momento inicia y termina el receso				
Revisión temática "Adquisición de valores y reglas"	Los participantes aprenderán la formación de los valores dentro de la familia y su importancia, así como la adquisición de reglas y consecuencias dentro del hogar.	El instructor proporcionará la temática por medio de una proyección en donde se muestra la información acerca de los temas y la explicación pertinente.	Laptop pantalla de proyección	Expositiva	9:30 a.m. a 9:50 a.m.
Cuadros (Anexos 9 y 10)	Llenar cuadros de valores y reglas	En familia acordarán los valores más importantes así como las reglas y consecuencias que se aplicarán, con el propósito de tener orden y entendimiento. Se les pedirá a las familias que deseen participar, que expongan sus valores y reglas.	Instrumento lápiz	Participativa	9:50 a.m. a 10:10 a.m.
Evaluación del taller (Anexo 4).	Se pretende observar los cambios adquiridos en el taller.	Los participantes llenarán el instrumento ¿Qué es disciplina familiar?	Instrumento lápiz	Participativa	10:10 a.m. 10:20 a.m.
Cierre y despedida	Finalizar el taller y externar las emociones presentadas por parte de los participantes.	El instructor dará los agradecimientos e invitará a los participantes a aplicar los conocimientos adquiridos, para el bienestar propio, familiar y social.	No requiere	Verbal	10:20 a.m. a 10:30 a.m.

Descripción de actividades

Reglas de taller

A continuación se muestran las reglas que deberán estipularse en el inicio del taller:

1. Se dará una tolerancia de 10mn. al inicio del taller, después no se podrá entrar a la aula hasta haber acabado el ejercicio que se esté ejecutando en ese momento.
2. Se mantendrá el celular apagado o en silencio durante toda la sesión.
3. Se tendrá 10 min. de descanso.
4. Si alguien necesita salir del aula, lo puede hacer en silencio, lo mismo que al regresar para no interrumpir ni distraer a los participantes. Siempre y cuando no sea durante un ejercicio, dinámica o role playing.
5. No es obligatorio compartir las emociones personales si no se desea.
6. La regla de oro es que todo lo que pase dentro del aula durante el taller, deberá quedar en estricta confidencialidad.

Descripción de dinámicas

1. **El cartero:** Se pide que hagan un círculo y todos sentados en sus sillas, el instructor se queda de pie y pasa al centro de círculo y dice "EL CARTERO TRAJO CARTAS PARA TODOS LOS QUE TRAEN ZAPATOS NEGROS" entonces todos los que lleven zapatos negros se cambian de silla, (no se vale cambiarse a la silla de al lado), y el líder en ese momento, cuando todos estén buscando sillas corre a sentarse en una y tiene que quedarse una persona sin silla, esa persona toma el lugar al centro del círculo y se presenta (nombre, edad, característica general) después esta persona puede decir otra cosa como: "EL CARTERO TRAJO CARTAS PARA TODOS LOS QUE TIENEN CABELLO" entonces todos saldrán corriendo a cambiarse de silla, y así sucesivamente.
2. **Cosas de mi:** Se divide el grupo en parejas, (papas con papas) (mamas con mamas) cada uno le cuenta a su compañero: "Algo que sabe hacer muy bien" y "Algo que sabe hacer muy mal, "El sueño de su vida", "Algo que nunca haría". "Algo que le gustaría hacer". Van a tener 5 minutos para contestar. Posteriormente, se iniciará la presentación de cada pareja, empezando solo uno de los integrantes diciendo el nombre del compañero y solo una de las cosas que le dijo sobre su compañero. El instructor identificará que aspecto de su pareja señalan más y les hará comprender que tanto las cosas que dijeron de su compañero, como las que omitieron también habla de su forma de ser y la atención que ponen a las personas.
3. **Recordando mi adolescencia:** Se pide a los padres que recuerden y expresen, cuáles eran sus necesidades e inquietudes cuando eran adolescentes y que expresen cual fue la reacción de sus padres.
4. **Técnica de relajación:** Se le pedirá a los participantes que se sienten cómodamente, que inicien por cerrar los ojos, respirar de forma lenta y profunda, que utilicen la respiración para soltar toda la tensión y todas las preocupaciones. Se les dice: "Imagina que al inhalar empujas desde dentro de ti esas sensaciones molestas y al exhalar las expulsas respetuosamente.

Posteriormente, se les pide que imaginen que están viendo una pared de color blanca y que no dejen de observarla. Se les dice: “Respirar no tiene que ser un acto forzado; hazlo suavemente a tu propio ritmo, cómodamente – se les da 10 segundos en silencio - ahora, pide a tu mente que se relaje y poco a poco, imagina a un lago sereno y cristalino (tratar de mantenerse concentrado en ello). Se les dice: “Nuestra mente, nuestro cuerpo y todas nuestras partes tienen conciencia, entienden cuando les hablamos y siempre están dispuestas a ayudar cuando se los pedimos”. “Durante unos momentos, dirige tu atención al centro de tu pecho si percibes sentimientos como, ansiedad, opresión, inquietud o cualquier otra sensación incómoda; no te preocupes utiliza tu respiración para dejarlos ir”. Por cada indicación se les da un silencio de 10 segundos. Al terminar la técnica se les pide que poco a poco abran los ojos, estando conscientes de que están en blanco para escribir una nueva historia familiar. (Chávez 2002; p. 138).

5. **Carta a mis padres:** Para esta dinámica, los adolescentes escribirán una carta dirigida a sus padres (ya sea madre, padre, los dos o tutor). Se les pide que sea una carta escrita desde el corazón donde el ego no se involucre, que refleje solo el amor, el aprecio y la gratitud, que traten de no hacer reclamos o enjuiciamientos. Se les pedirá que la entreguen a al instructor para utilizarla en la próxima sesión.
6. **Carta a mi hijo:** Para esta dinámica, los padres escribirán una carta dirigida a su hijo adolescente. Se les pide que sea una carta escrita desde el corazón donde el ego no se involucre, que refleje solo el amor, el aprecio y la gratitud, que traten de no hacer reclamos o enjuiciamientos. Se les pedirá que la entreguen a al instructor para utilizarla en la próxima sesión.

Descripción de role playing

1. **Estilos parentales:** A los participantes se les asignará, por equipos de 3 o 4 personas un rol de padres e hijos, un tipo de familia, así como uno de los cuatro estilos parentales para que lo representen en una supuesta situación de conflicto entre padres e hijos. El objetivo será que los adolescentes se percaten de que sus padres no son culpables del estilo parental que aplican en su contexto familiar, si no, que es consecuencia del tipo de familia y el estilo parental en el cual crecieron sus padres.
2. **Recordando tiempos felices:** Se pedirá a los padres e hijos adolescentes que se sienten en familia y que expresen mutuamente alguna convivencia que los hizo feliz durante la infancia (experiencias como: chuscas, embarazosas o que hayan causado algún tipo de emoción agradable). Con el propósito de crear un estado de felicidad y sensibilizar a los participantes a vivir en un estado de convivencia positiva, de tal forma que se necesitará un entendimiento y cooperación mutua. Posteriormente cada familia se presentará y expresará su recuerdo a todos los participantes.
3. **Cambiando la historia:** Esta dinámica consta de elegir un problema entre padres e hijos, que no haya tenido solución, con el objetivo de aplicar la estrategia de solución de problemas mediante estrategias positivas. Se les pide a los participantes que apliquen cada uno de los pasos que el instructor expuso con antelación.
4. **Disciplina positiva:** Cada familia simulará una situación o problema que se haya presentado entre ellos después se pedirá que mediante el modelo de disciplina positiva (anexo 6), y los conocimientos aprendidos en anteriores sesiones, traten de darle una solución viable. El objetivo es proporcionarles una guía de solución de problemas que pueden utilizar cuando estos se presenten.

CONCLUSIONES

Se dice que la adolescencia es la etapa más inquietante de la vida y que pudiera impactar de forma negativa no solo a los jóvenes sino también a todo el entorno familiar y social, si no se maneja de forma adecuada. Por tanto, se considera necesario que se ejecute un reaprendizaje en la forma de percibir la disciplina que se inculca a los hijos, y para alcanzar tal objetivo, es necesario involucrar el compromiso e interés mutuo por parte de los padres e hijos.

Debemos recordar que cada familia posee su propia composición, dinámica y reglas, así como cultura y economía, por tanto su concepción debe ser tan flexible como la institución misma, contemplando en ella elementos fundamentales para su proceso de crecimiento como son el tipo de familia y estilos parentales que los padres otorgan a sus hijos.

Por tanto, es importante que como padre o madre se esté enterado de los cambios en la adolescencia y los riesgos a los que se enfrentan los chicos, esto pudiese abrir la puerta a la posibilidad de un profundo cambio de percepción y sentimientos de los padres respecto a sus hijos, (Chávez, 2002).

Sobre estos temas hay un gran número de investigaciones y materiales como, libros, artículos, talleres y seminarios, etc.; esto demuestra la importancia de crear conciencia sobre los cambios emergentes que se requieren en la educación. Si bien es cierto, que aún falta mucho por aprender acerca de la adolescencia y la educación, por los cambios y modas radicales que surgen día con día, sigue siendo un objetivo primordial establecer una relación asertiva con los hijos y crear estrategias de disciplina. Esto nos marca la pauta para realizar aportaciones importantes y alcanzables para los padres de familia y la sociedad en general. Nos atañe a profesionales de la educación, profesores, asesores y padres, informarnos y actualizarnos en el tema.

Llegamos a la conclusión de que la psicología positiva como aproximación científica, es una excelente opción para establecer relaciones positivas y realizar los cambios pertinentes entre padres e hijos, ya que estos se pueden dar cuenta de cómo actuar mediante ciertos estímulos (Seligman, 2005). Es decir, cuando se internalizan las emociones positivas, se es capaz de incrementar las formas de afrontamiento hacia los problemas de la vida diaria, esto pudiera reducir el estrés que en la actualidad ya forma parte de las enfermedades que se somatizan mediante el padecimiento de algún órgano de nuestro cuerpo. Por otro lado, las emociones negativas, dentro de este marco teórico, también pueden estimular a un individuo a salir de un problema ya sea por la presión, miedo o estrés que genera la necesidad de reducir ese sentimiento de inseguridad innata; pero también resulta contraproducente, al no poseer la fuerza emocional para combatir esos sentimientos, provocando como resultado, por ejemplo, la generación de una depresión o diversas enfermedades. Lo cual resulta poco beneficioso para la salud, física, mental, familiar y social.

Tratándose de la depresión, la Organización Mundial de la Salud (OMS) prevé que en el año 2020 sea la segunda causa de discapacidad en el mundo, tan sólo después de las patologías cardiovasculares. (González, Gutiérrez, Stevens, Barraza, Porras, Carvalho, 2007).

La psicología positiva es una ciencia de reciente aparición, y ha sido fuertemente criticada por varios autores, argumentando que no tiene ninguna funcionalidad; pero los estudios realizados llamados Metaanalíticos sobre las relaciones entre bienestar psicológico y salud, (Rasmussen, 2009), muestran resultados significativos en la mejora emocional de personas con ciertas enfermedades físicas. Quizá no desaparecen pero ayudan a los pacientes al enfrentamiento emocional de las mismas y en general el examen de los abundantes datos existentes, (Vázquez et al., 2009), revelan que las relaciones entre variables positivas y salud que no se pueden poner en duda; concluyendo que el enfrentamiento de la vida de forma positiva, le da un sentido diferente a nuestras emociones y son utilizadas como un rol protector en materia de salud mental, por tanto, disminuyen significativamente

los comportamientos de riesgo, específicamente en adolescentes, y así mismo, se relaciona con el bienestar psicológico, (Brassai, Piko & Sterger, 2011, en Garcia-Alandete 2014).

Por otro lado y como ya sabemos, en la actualidad se deja observar claramente, un declive desencadenado de los valores sociales y morales que hasta hace pocas generaciones aún se fomentaban. Las investigaciones realizadas en México mostraron que pueden ser muchos factores que intervienen para la inculcación o desaparición de los mismos, como: la cultura, la escolaridad e ignorancia de los padres, la intervención de los medios de comunicación, las redes sociales, etc.

Hay instituciones especializadas en la investigación de los valores dentro de la sociedad y una serie de estudios que hasta años recientes, refieren que los procesos e instituciones educativas no están contribuyendo suficientemente a la formación de disposiciones para el juicio valoral y el manejo de la afectividad, por tanto, se considera importante que estas instituciones, el gobierno y la sociedad en general contribuyan a mejorar la convivencia y a ejercer una ciudadanía responsable e informada. Esta cuestión muestra la necesidad de impulsar de manera más intensa los estudios organizacionales y los relativos a la práctica escolar, así como familiar, los cuales están descuidados en general. (Yurén & Hirsch, 2012).

El taller que propongo abre una perspectiva amplia acerca del autoconocimiento como padres y como personas individuales, así como también, fomenta al entendimiento de los adolescentes desde sus características esenciales, hasta la práctica de un modelo de disciplina positiva para la promoción de relaciones de bienestar con base en valores, las reglas que se fomentarán y el conocimiento de los cambios emocionales y físicos que ocurren durante la adolescencia.

ALCANCES Y LIMITACIONES

Es cierto que no existe una escuela para padres como tal, pero también es cierto que en la actualidad hay bibliografía especializada en el tema, talleres y programas que pueden ayudar a orientar a padres en su aprendizaje. Es nuestra labor seguir trabajando en crear más talleres dirigidos a padres de familia e hijos adolescentes en conjunto, porque hay mínimos con estas características o se conllevan con terapia familiar, y como ya se mencionó se debe crear una cultura de prevención o de acción, no solo cuando ya se tiene un problema.

Es importante arriesgarse al cambio y en el enfoque que se está asumiendo en la educación tomando en consideración que los padres en la actualidad ya no tienen los mismos intereses que en generaciones anteriores y que los adolescentes se mantienen inmersos a estímulos y riegos cada día más peligrosos.

El taller tiene como objetivo ser representado en escuelas secundarias privadas, de inicio, pero de igual forma, se recomienda aplicarlo también en instituciones públicas hasta el punto que se vuelva un elemento obligatorio para los padres de los adolescentes; además, como estrategia preventiva de salud pública, sería una buena iniciativa por parte de la SEP, incorporarlo como un curso dentro de las asignaturas escolarizadas para que los jóvenes de próximas generaciones, tengan la oportunidad de adoptar este modelo de disciplina positiva enfocada en valores, y lo puedan aplicar en sus experiencias de vida y las acciones que en un futuro tendrán como padres de familia.

A pesar de todos los beneficios que pueda contener la presente propuesta se presenta limitaciones tales como: cultura, desinterés por parte del gobierno, falta de tiempo, desinterés de los padres, resistencia al cambio, economía, la forma de vida y creencias arraigadas o desconfianza al proceso de cambio. Este tipo de factores pueden trabajarse con ayuda de las instituciones escolares y medios de

comunicación para que conminen a los padres a asistir de forma continua a talleres para la mejora en las relaciones con sus hijos.

Nos corresponde a todas las personas involucradas en la educación cooperar con este tipo de investigaciones para dar respuesta al reto educativo y social, que involucra a la psicología positiva, porque aun habiendo ciertas trabajos que comprueban el beneficio que existe en la aplicación de los factores positivos en personas con determinadas enfermedades y el desarrollo emocional de los niños y jóvenes, falta mucho trabajo por hacer en cuanto a investigación.

Como educadores debemos orientar a nuestros jóvenes y a sus progenitores a recuperar la seguridad, la confianza y la calidez, contribuyendo a la consolidación de las estructuras familiares, a la definición de los valores, reglas y límites mediante modelos de disciplina positiva considerando los objetivos a largo plazo.

Es de suma importancia ampliar este tipo de talleres con temas que están íntimamente relacionados con la disciplina en los adolescentes como lo son: el matrimonio disfuncional y consecuencias en los hijos, prevención de embarazo en adolescentes, inteligencia emocional, riesgos en redes sociales, etc. Así como también seguir realizando estudios acerca de los valores en general, en contribución con las instituciones especializadas, ya que como se mencionó en las conclusiones, poseen un declive que es preocupante y nos involucra como institución social.

Aunado a lo anterior, la disciplina positiva como proceso educativo es progresiva. La labor del educador es crear lazos afectivos con los jóvenes, es decir, una relación sana y sólida. La tolerancia hacia el comportamiento del adolescente es un signo de madurez y equilibrio por parte de los padres y adultos que muchos de estos no poseen y por tanto utilizan la violencia como medio educativo. Los niños y los jóvenes deben ser respetados y valorados como entes que forman la sociedad, ninguna intervención en la vida de los demás es justificada, a no ser que se le ame.

Un buen padre o educador debe estar siempre dispuesto a detectar lo que sus hijos o alumnos necesitan. Pero no es fácil, a menos que se tenga armonía interna, serenidad espiritual (si no lo hay, es necesario crear un cambio interno), porque la educación no se basa en la formas si no en el fondo.

REFERENCIAS

- Ackoff, R. (1992). *Rediseñando el Futuro*. Ed. Limusa: México p. 332
- Alonso, N. & Iriarte, C. (2005). *Programa Educativo de crecimiento Emocional y Moral: PECEMO*. Málaga: Aljibe.
- American Psychological Association (2012) *Manual de estilo de publicación de la American Psychological Association* (3ª ed. Adaptada para el español por la editorial El manual moderno), México: El Manual Moderno.
- Aprendiendo A Ser Padres: *Cómo conseguir que los niños disfruten plenamente de sus vidas: sus virtudes y sus fortalezas* (s/f). Recuperado 12 de junio 2015. <http://www.superpadres.com/blog/como-conseguir-que-los-ninos-disfruten-plenamente-de-sus-vidas-sus-virtudes-y-sus-fortalezas/#sthash.06V1sZxx.dpuf>
- Arana, E. (1995). *Educación en valores una propuesta pedagógica*. Tesis opción al grado científico del Dr. En ciencias pedagógicas ISPJAE.
- Arbor, Y. (2011). *Estilos de crianza y su efecto en la conducta adaptativa en personas con discapacidad intelectual*. Tesis Maestría. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Arnett, J. (2008). *Adolescencia y adultez emergente*. (3ª Ed.) Pearson, educación: México.
- Barocio, R. (2008). Disciplina con amor para adolescentes. *Guía para llevarse bien con tu adolescente para padres y maestros*. [Versión electrónica], editorial Pax México pp. 8-34 recuperado de <https://www.google.com.mx/search?tbm=bks&q=solucion+de+problemas+en+la+disciplina+de+los+adolescentes&=>
- Bar-On, R. (1997) *Bar-On emotional quotient inventory: Technical manual*. [Versión electrónica], New York: Multi Health Systems, p.17, 227-228. Recuperado de <https://www.google.com.mx/#q=bar+on+emotional+quotient+inventory+technical+manual+pdf>
- Baumrind, D. (1967). *Child care practices anteceding three patterns of preschool behaviour*. Genetic Psychology Monographs, 75, 43-88.
- Baumrind, D. (1968). *Authoritarian versus authoritative parental control*. Adolescence, p. 3, 255-272.
- Baumrind, D. (1971). *Current patterns of parental authority*. Developmental Psychology Monograph, p. 4 (1, Pt. 2).
- Baz, E. & Pérez, V. (2010). Desafíos de la familia actual ante la escuela y las tecnologías de información y comunicación. *Educatio Siglo XXI*, Vol. 28 nº 1 pp. 41-68.

- Benítez, L. (2009). *Actividades y Recursos para educar en valores. Encuestas, dilemas morales, cuentos, imágenes, películas y canciones*. Recuperado de <https://www.google.com.mx/#q=Ben%C3%ADtez%2C+L.+%282009%29.+ACTIVIDADES+++Y+++RECURSOS+++++PARA+++EDUCAR+++EN+++VALORES>
- Blázquez, M. Torres, I. Pavón, P. Gogearcochea, M. & Blázquez, C. (2010). *Estilos de vida en embarazadas adolescentes*. Salud en Tabasco (16) (1).
- Bonanno, G. A. (2005). *Resilience in the face of potential trauma*. Current Directions in Psychological Science, 14, 135-138. Recuperado de homepages.uwp.edu/crooker/.../Bonanno-2005.pdf
- Bonifacio, B. (2005). Educación Y Valores. *Una búsqueda para reconstruir la convivencia*. Revista Mexicana de Investigación Educativa, Vol. 10, Núm. 24, pp. 9-14
- Bringas, M. (2010). *¡Prohibido entrar! Claves para entender a los adolescentes*. EMU Editores Mexicanos Unidos, S.A. 1era edición.
- Bruning, R., Schraw, G., Norby, M. & Ronning, R. (2005). *Psicología cognitiva y de la instrucción*. Madrid: Pearson Prentice-Hall.
- Cabaco, A. (2009). *Positive instructional cognition: New challenges for Educational Psychology*. En International Conference "Psychology and Education: Practices, Training and Research", Covilha, UBI. Recuperado de <https://www.google.com.mx/#q=Cabaco%2C+A.S.+%282009%29.+Positive+instructional+cognition:+New+challenges+for+Educational+Psychology>.
- Cabello, R; Ruiz-Aranda, D. & Fernández-Berrocal, P. (2010). *Docentes emocionalmente inteligentes*. REIFOP, 13 (1). (Enlace web: <http://www.aufop.com> - Consultada en fecha (09-05-15).
- Chávez, M. (2002). *Tu hijo tu espejo. Un libro para padres valientes*. Grijalbo: México
- Chóliz, M. (2005): *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. [Versión electrónica], Dpto. de Psicología Básica Universidad de Valencia. Recuperado de www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf
- Codina A. (07-09-2009). *Habilidades Gerenciales: El optimismo puede aprenderse*. Gerencia y negocios en Hispanoamérica. Publicado Recuperado de <http://www.degerencia.com/articulo/el/optimismo-puede-aprenderse>
- Coleman, J. (1985). *Psicología de la adolescencia*. Morata: Madrid.
- Contreras, F. & Esguerra, G. (2006). *Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología*. [Resumen]. Universidad Santo Tomás, Vol. 2, No. 2, pp. 311 – 319. Resumen recuperado de la base de datos Diversitas.

- Corbera, I. (s/f). *La disciplina positiva: Como educar a los hijos, gestionar rabietas, desobediencia y evitar grandes conflictos. ¿Qué es disciplina positiva?* Recuperado de <http://disciplinaenpositivo.com/que-es-disciplina-positiva/> revisado el 2 de julio 2015.
- Craig, G. (2001). *Desarrollo Psicológico*. [Versión electrónica], Octava edición pp. 383-385 recuerdo de <https://www.google.com.mx/search?tbm=bks&q=asertividad&oq=aser#tbm=bks&q=calidez+y+estructura+en+la+disciplina+de+los+adolescentes+>
- Crispo R. y Guelar, D. (2005). *La adolescencia Manual de supervivencia. Guía para padres e hijos*. Gedisa: España.
- Csikzentmihályi, M. (1996). *Creativity: Flow and the psychology of dicoverly and invention*. New York. Harper Perinnial.
- Dainton B. (2010). *Stanford Encyclopedia of Philosophy*. by the Publisher The Metaphysics Research Lab Center for the Study of Language and Information Stanford University, Stanford, CA 94305. Recuperado de Copyright policy:<https://leibniz.stanford.edu/friends/info/copyright/>
- Darling, N. & Steinberg, L. (1993). *Parenting Style as Context: An Integrative Model*. Psychological Bulletin, 113 (3), 487-496.
- Díaz-Guerrero, R. (1994). *Psicología del mexicano*. ed. Trillas, 6ª ed. p. 415
- Diez, E. (2005) *Autoridad sin castigo: guía para padres y educadores*. Trillas: México p. 108.
- Duarte, D. (1989). *Salud y familia*. Recuperado de http://scholar.google.com.mx/scholar?start=10&q=familia+psicosom%C3%A1tica+minuchin&hl=es&as_sdt=0,5&as_vis=1
- Durrant, J. (2008). *Manual Sobre Disciplina Positiva*. [Versión electrónica] Psicología Positiva, 5-84. Recuperado de <https://www.google.com.mx/#q=MANUAL+SOBRE+DISCIPLINA+POSITIVA>
- Engels, F. (2011) *El origen de la Familia, la Propiedad Privada y el Estado*. Editorial Colofón S.A. de C.V. México D.F. Reimpresión. p. 9.
- Faraone, S. Biederman, J. Jetton, J. G. y Tsuang, M. (1997). *Attention déficit disorder and conduct disorder: Longitudinal evidence for a familial subtype*. *Psychological Medicine*. 27, pp. 291-300.
- Feldman, R. (2007). *Desarrollo Psicológico*. (4ª Ed.) México Pearson Educación.
- Fenwick W. & Hill, J. (1995). *Calidad total en la educación*. Ed. Edomex: México, p. 158

- Fernández, P. & Extremera N. (2005). *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. Recuperado de sitio web de la Facultad de Psicología, Departamento de Psicología Básica Universidad de Málaga: <https://www.google.com.mx/#q=Laboratorio+de+Peter+Salovey+y+John+Mayer>
- Fernández-Abascal, E. (2008). *Las emociones positivas*. Madrid: Pirámide.
- Fernández, R. (2008). Una revisión crítica de la psicología positiva: historia y concepto. Universidad de Santiago de Compostela. Coruña, España
- Fierro, A. (2009). *La filosofía del buen vivir*. En C. Vázquez y G. Hervás (Eds.) *La ciencia del bienestar. Fundamentos de una psicología positiva*. Madrid. pp. 255-277.
- Frankl, V. (20 de Febrero 2011). *Conceptos de Logoterapia extraídos de "El Hombre en busca de Sentido"*. Recuperado de <http://logoforo.com/conceptos-de-logoterapia-extraidos-de-el-hombre-en-busca-de-sentido-de-viktor-frankl/>
- Fredrickson, B. (2001). *El papel de las emociones positivas en la Psicología Positiva. La Teoría Ampliar-and-Build de Emociones Positivas*. [Versión electrónica], *American Psychologist*, 56, pp. 218-226. Recuperado de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3122271/>
- Gable, S. L. & Haidt, J. (2005). Copyright DOI: 10.1037/1089-2680.9.2.103. *What (and why) is positive psychology? Reviw of General by the Educational Publishing Foundation*. Vol. 9, No. 2, pp. 102-110
- Gáfaró, A. López, M. (2014). *Un adolescente en casa. Conózcalo, compéndalo y contribuya una buena relación*. Panamericana Editorial: Colombia
- Gancedo, M. (2008). *Psicología Positiva: Posible futuro y derivaciones clínicas*. *Psicodebate*. Psicología, Cultura y Sociedad, Vol.9, pp. 15-26. Buenos Aires: Universidad de Palermo.
- García-Alandete, J. (2014). *En-claves del Pensamiento: Psicología positiva, bienestar y calidad de vida*. Vol. VIII, núm. 16, julio-diciembre, 2014, pp. 13-29. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey Campus Ciudad de México Distrito Federal: México.
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples*. Barcelona: Editorial Paidós.
- Garza, J. & Patiño S. (2000). *Educación en valores*. Ed Trillas: México. pp. 11-50.
- Gillham, J. E., & Seligman, M. E. P. (1999). *Footstepson the road to positive psychology*. *Behaviour Research and Therapy*, 37, S163–S173.
- Gladwell, M. (2005). *Inteligencia intuitiva*. Madrid: Santillana.

- Goleman, D. (2014). *La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el coeficiente intelectual*. Ediciones B México.
- González, E, Gutiérrez, C. Stevens, G. Barraza, M, Porras, R. Carvalho, N. (2007) Definición de prioridades para las intervenciones de salud en el Sistema de Protección Social en Salud de México. *Salud Pública Mex* 2007; 49 (Supl 1):S37-S52.
- Hare, B. (2003). *Sea asertivo. La habilidad directiva clave para comunicar eficazmente*. [Versión electrónica]. Gestión 2000.com, pp. 13-19, recuperado de <https://www.google.com.mx/search?tbm=bks&q=asertividad&oq=aser>
- Herbert, (1993). *Trastornos de conducta en la infancia y adolescencia*. Paidós: Barcelona.
- Hernández, R. (2013). Metodología de investigación cuantitativa. Departamento de ciencias de la educación, UPNFM. México, p. 32.
- Hersh, R, Paolitto D. & Reimer J. (1997), “Kohlberg: el desarrollo del juicio moral”, en *el crecimiento moral*. De Piaget a Kohlberg, Madrid, Narcea, pp. 44-70.
- Hirsch, A. & Yurén, T. (2012). Educación y valores. Formación del campo de investigación, avances y perspectivas. *La investigación en México en el campo Educación y Valores*. México, p.p. 38-55
- Hohmann, M. & Weikart, D. (2005). *La educación en los niños pequeños en acción*. Manual para los profesionales de la educación infantil. Trillas: México.
- Iriarte, C., Alonso, N. y Sobrino, A. (2006). *Relaciones entre desarrollo emocional y moral a tener en cuenta en el ámbito educativo: propuesta de un programa de intervención*. [Versión electrónica] *Revista de investigación Psicoeducativa*, 4 (1), pp.43-64. Recuperado de <http://www.investigacionpsicopedagogica.org/revista/new/ContadorArticulo.php?100>
- Izquierdo, C. (2003). *El mundo de los adolescentes*. Trillas: México
- Krauze, E. (2008). *El laberinto de la soledad*, Recuperado de <https://www.google.com.mx/#q=octavio+paz+el+laberinto+de+la+soledad>
- Lampropoulos, G. K. (2001). Integrating Psychopathology, Positive Psychology, and Psychotherapy. *American Psychologist*, 56(1), pp. 87-88.
- LeDoux, J.E. (1996). *El cerebro emocional*. Barcelona: Ariel
- LeDoux, J.E. (2000). *Emotions circuits in the brain*. *Annual Review Neuroscience*.
- Lewis, O. (2004). *Antropología de la pobreza*. Trad. Emma Sánchez Ramírez, Ed. Fondo de Cultura Económica: México

- Linley, A.; Joseph, S.; Harrington, S. & Wood, A. M. (2006). *Positive psychology: Past, present, and (possible) future*. *The Journal of Positive Psychology*, 1 (1), pp. 3-16.
- Longs, R. (2015). Psicología del adolescente. *Revista Psicología UNAM*. Mexico.
- Lyubomirshy, S. (2001). *Why are some people happier than other?* [Versión electrónica], *American Psychologist*, vol.56 pp. 239-249. Recuperado de <http://mina.education.ucsb.edu/janeconoley/ed197/documents/Lyubomirskywhyare-somehappier.pdf>
- Lyubomirsky, S., King, L.A. y Diener, E. (2005). *The benefits of frequent positive affect. Does happiness lead to success?* *Psychological Bulletin*, 131, pp. 803-855.
- Maccoby, E. & Martin, J. (1983). *Socialization in the context of the family: Parent-child interaction*. [Versión electrónica] En P. H. Mussen y E. M. Hetherington (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality and social development* (4ª ed., pp. 1-101). New York: Wiley. Recuperado de [https://www.google.com.mx/#q=Maccoby%2C+E.+E.+y+Martin%2C+J.+A.+\(1983\).+Socialization+in+the+context+of+the+family](https://www.google.com.mx/#q=Maccoby%2C+E.+E.+y+Martin%2C+J.+A.+(1983).+Socialization+in+the+context+of+the+family):
- Marco de acción para la educación en valores en la primera infancia*. (2000). Desarrollado en el Taller Internacional Integración de valores en los programas y servicios de la primera infancia, organizado conjuntamente por la UNESCO y Living Values: an Educational. Recuperado de <https://www.google.com.mx/#q=marco+de+acci%C3%B3n+para+la+educaci%C3%B3n+en+valores+en+la+primera+infancia>
- Melillo, A. Suarez E. (2001). *Resiliencia. Descubrimiento de las propias fortalezas*. Editorial Paidós: Buenos Aires.
- Méndez, S. (2002). *Valores y Patrimonio edificado y Ciberespacio*. Museo Internacional Vol. LIV, núm.3. Recuperado de [https://www.google.com.mx/#q=M%C3%A9ndez%2C+S.+\(2002\).+Valores+y+Patrimonio+edificado+y+Ciberespacio](https://www.google.com.mx/#q=M%C3%A9ndez%2C+S.+(2002).+Valores+y+Patrimonio+edificado+y+Ciberespacio)
- Mendoza, F. (2008). *Valores de las comunidades educativas de las escuelas de educación básica y media del Distrito Federal*. Recuperado de http://www.ifie.edu.mx/valores_de_las_comunidades_educa.htm,
- Miranda, A. Presentación, M. & Roselló, B. (2005). *Trastornos hiperactivos*. En R. González Barrón (Coord.), *Psicopatología del niño y del adolescente*. Madrid: Pirámide.
- Montes, R. (1998). *Comportamiento y motivación del trabajador mexicano*. *Revista Administrate*. Año IV, No. 48, ed. SICCO: México, p.128

- Moreno, B. y Gálvez, M. (2010). *La Psicología Positiva va a la Escuela*. Boletín Electrónico de Salud Escolar, 6 (1), pp.210-220. Recuperado de www.tipica.org/media/system/articulos/vol6N1/vol6N1_Moreno_psicologiapositiva.
- Nelsen, J. & Lott, L. (2003). *Disciplina positiva para adolescentes*. Reforzando la educación de su adolescentes y a usted mismo a través de una paternidad amable y firme. [Versión electrónica]. Ediciones Ruiz pp. 226-410 recuperado de <https://www.google.com.mx/search?tbm=bks&q=solucion+de+problemas+en+la+disciplina+de+los+adolescentes&=>
- Oliva, A. (2006). Anuario de Psicología. *Relaciones familiares y desarrollo adolescente*. Facultat de Psicologia Universitat de Barcelona, vol. 37, nº 3, pp. 209-223. Recuperado de <https://www.google.com.mx/#q=Olivia+2006+adolescencia+>
- Oliva, E. & Villa, V. (2014). *Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización*. Justicia Juris. Vol. 10. Nº 1. Recuperado de <http://ojs.uac.edu.co/index.php/justicia-juris/article/view/295/276>
- Oria Razo, V. (2003). *Calidad en los servicios educativos*. Ed. SEP, México, p. 419
- Ortega, R. (2010). *Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar*. Madrid: Alianza. Recuperado de <https://www.google.com.mx/#q=Ortega+R.+2010%2C+Agresividad+injustificada%2C+bullying+y+violencia+escolar>.
- Palacios, D. J. (2005). *Estilos parentales y conductas de riesgo en adolescentes*. Tesis de licenciatura en Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México: México.
- Palacios, J. (1999). *La familia y su papel en el desarrollo afectivo y social*. En I. Extebarría, M. J. Fuentes, F. López y M. J. Ortiz (Coords.), *Desarrollo afectivo y social*, pp.267-284. Madrid: Pirámide.
- Papalia, D. (2009). *Psicología del desarrollo*. (11ª Ed.), Mcgraw-Hill / Interamericana de México.
- Peterson, C. y Seligman, E. P. (2004). *Character strengths and virtues: a handbook and classification*. [Versión electrónica] Oxford: Oxford University Press y American Psychological Association. Recuperado de http://scholar.google.com.mx/scholar_url?url=http://mason.gmu.edu/~tkashdan/publications/curiosity_VIA_chapter.pdf&hl=es&sa=X&scisig=AAGBfm1UDeApeSnLwmj6_xjbEPQqRf_VJA&nossl=1&oi=scholarrr&ved=0CBoQgAMoADAAahUKEwjS0p6R7qzHAhVIqR4KHRv6BnM
- Plomin, R. (1994). La genética y la experiencia: *La interacción entre naturaleza y educación*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, p. 189
- Portillo, C. (2005). *La Teoría de Jean Piaget*. Recuperado de http://ficus.pntic.mec.es/~cprf0002/nos_hace/desarrol2.html

- Portillo, C. (2005). *La Teoría de Lawrence Kohlberg*. Recuperado de http://ficus.pntic.mec.es/~cprf0002/nos_hace/desarrol3.html
- Prado, E. & Amaya J. (2005). *Padres duros para tiempos duros*. Hijos exitosos educados con carencias, disciplina y fracasos. Trillas: México
- Rice, P. (1997). *Teorías del desarrollo*. En desarrollo humano. Estudio del ciclo vital (2 ed.). Prentice Hall: México
- Riding, A. (2001). *Vecinos distantes, un retrato de los mexicanos*. Trad. José E. Pacheco, 2ª ed., Ed. Planeta: México.
- Risco, A. (2009). *Sentido de la vida: evolución e implicaciones para la educación superior*. Tesis de doctorado. Universidad Pontificia de Salamanca. Salamanca.
- Rivera, Ramos, Moreno & Hernán, (2011). *Revista Española de Salud Pública: Análisis del modelo salutogénico en España: aplicación en salud pública e implicaciones para el modelo de activos en salud*, Vol.85 no.2 Madrid. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1135-57272011000200002&script=sci_arttext
- Salvino, E. (2009). *Evidencias teóricas y empíricas entre la psicología positiva de Seligman y la psicología humanista-existencial de Frankl*. Tesis Doctoral no publicada, Universidad Pontificia de Salamanca.
- Sánchez, C. (s/f). *VALORES.... Cuando la educación del siglo XXI persigue como fin el desarrollo integral del alumno*. Recuperado de <https://www.google.com.mx/#q=VALORES%E2%80%A6+Cuando+la+educaci%C3%B3n+del+siglo+XXI+persigue+como+fin+el+desarrollo+integral+del+alumno>.
- Sandoval M. (2007). *Sociología de los valores y juventud. Valores Sociales Y Estéticas Juveniles*. Sielo, V.15 Num.27. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-22362007000200006>
- Santoyo, C. (1998). *Educación en valores*. [Versión electrónica]. Educación Nueva Época. Núm. 4. Recuperado de <https://www.google.com.mx/search?tbm=bks&q=la+educacion+en+valores+santoyo+1998&=#tbm=bks&q=revista+nueva+epoca+numero+4+++valores+>
- Santrock, J. (2006). *Psicología Del Desarrollo: El Ciclo Vital* (10ª Ed.) S.A. Mcgraw-Hill / Interamericana De España.
- Schaffler, F. (1999) *Valores e Identidad cultural*. Ed ITCA. pp. 13-45.
- Scheler, M. (6 de marzo de 2011). *Axiología de los valores, según Max Scheler*. [Versión electrónica] El filósofo sin filosofía. Recuperado de <http://elfilosofosinfilosofia.blogspot.mx/2011/03/axiologia-de-los-valores-segun-max.html>.

- Schmelkes, S. (2004). *La formación de valores en la educación básica*. Biblioteca para la actualización del maestro: México. p. 157.
- Schmill, V. (2003). *Disciplina inteligente. Manual de estrategias actuales para una educación en el hogar basada en valores*. PEA: México
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive Psychology: An Introduction. American Psychologist*. 55 (1), pp. 5-14.
- Seligman, M.; Steen, T.; Park, N. & Peterson, C. (2005). *Positive Psychology progress: Empírica validation of interventions*. *American Psychologist*, 60 (5), pp. 410-421.
- Seligman, M. & Christopher, P. (2000). *Positive Clinical Psychology*. Recuperado el 12 de junio de 2006 del sitio Web del Positive Psychology Center: <http://www.ppc.sas.upenn.edu/posclinpsychchap.htm>
- Seligman, M. (2003). *La auténtica felicidad*. Editorial Vergara.
- Seligman, M. (2005). *La auténtica felicidad* (M. Diago & A. Debrito, Trad.). Colombia: Impre libros, S.A. Ediciones B.
- Seligman, M. (2011a). *La vida que florece*. Barcelona: Ediciones B.
- Seligman, M. (2011b). *La Auténtica Felicidad*. Zeta Bolsillo.
- Sheldon, K. & King, L. (2001). *Why positive psychology is necessary*. *American Psychologist* 56, pp. 216-217.
- Tomas, U. (2010) *Los 25 Tipos de Familia y sus Características*. El Psicoasesor. Recuperado de <http://elpsicoasesor.com/los-25-tipos-de-familia-y-sus-caracteristicas/>
- Torio, S. Peña, J. & Rodríguez, M. (2008). *Estilos educativos parentales*. Revisión bibliográfica y reformulación teórica. *Teoría de la educación*, Nº 20, pp. 151-178. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2718367>
- Touriñán, J. (2005). *Conocer, Estimar, Enseñar, Elegir y realizar valores: Retos epistemológicos de la investigación pedagógica*. Pp. 192-193. Recuperado de [https://www.google.com.mx/#q=Fronzizi%2C+\(1972%2C+p.194%2C+citado+en+Touri%C3%B1%C3%A1n%2C](https://www.google.com.mx/#q=Fronzizi%2C+(1972%2C+p.194%2C+citado+en+Touri%C3%B1%C3%A1n%2C)
- Urra, J. (2006). *El pequeño dictador. Cuando los padres son las víctimas*. Madrid: La esfera de los libros.
- Vázquez, C. (2009). *La ciencia del bienestar psicológico*. En C. Vázquez y G. Hervás (Eds.), *La ciencia del bienestar. Fundamentos de una psicología positiva* pp.13-46 Madrid: Alianza.

ANEXOS

El taller está dirigido a padres de familia en conjunto con sus hijos en la etapa de la adolescencia.

El objetivo primordial es fomentar un ambiente de bienestar familiar entre padres e hijos, con el propósito de que aprendan a conocerse y respetarse, creando una relación positiva en base a valores y reglas que en conjunto se llevaran a cabo.



Esta necesidad de reconocerse, surge a raíz del creciente conflicto que existe entre padres e hijos y las consecuencias que emerge de ello.

Las consecuencias que se pueden prevenir son los factores de riesgo que en la actualidad están inmersos nuestros jóvenes como: las drogas, enfermedades venéreas, embarazos a

edad temprana, las redes sociales etc. Y ¿cómo lo lograremos?, parecería una utopía el tan solo pensarlo, pero si hay alternativa.



Sabemos lo complicado que resulta tratar de corregir o modificar el comportamiento de un adolescente (una vez que esta etapa ha llegado), no es una cuestión imposible, pero si se requiere de interés y estar dispuestos al cambio.

La disciplina positiva nos proporciona modelos apropiados con el fin de adquirir estrategias de convivencia sana, proporcionando las bases para sustentar su educación en adelante, así como también que aumente la probabilidad de que en un futuro sus hijos

también apliquen las destrezas positivas que adquirieron en el taller, para su vida diaria o incluso con sus hijos.

Recordemos una cita que dice: “Educa al niño y no tendrás que castigar a hombre” (Pitágoras).



La disciplina positiva conlleva, esfuerzo, comprensión, paciencia, entendimiento y cooperación personal, la experiencia nos ha enseñado que cambiar de estrategia y probar nuevos caminos funciona, se requiere de cierto valor por parte de los padres para admitir que algunas de las acciones que reflejan hacia sus hijos les conducen a más conflictos que soluciones.

1ER ENCUENTRO ENTRE PADRES E HIJOS

Objetivos:

- ✓ Enseñar a padres e hijos a practicar la disciplina positiva mediante técnicas, para favorecer la convivencia y bienestar de la familia.
- ✓ Proporcionar una disciplina en base a valores.



- ✓ Disminuir factores de riesgo en hijos.

ESCUELA SECUNDARIA
"COLEGIO PORVENIR"

HACE LA ATENTA
INVITACIÓN AL

TALLER DE DISCIPLINA POSITIVA ENTRE PADRES E HIJOS



Gratis

Se llevará a cabo en el mes de enero y contará con 4 sesiones de 2:30 horas por día, en el aula "Josefa Ortiz de Domínguez"

Favor de pasar a la dirección de servicios escolares para inscripción (Se proporcionará hoja de asistencia para los padres que laboran).

El taller es de tipo obligatorio.

INSTRUCTORA:

PSIC. VERÓNICA
ORTEGA

No falten

Anexo 2. Cartel de invitación

ESCUELA SECUNDARIA "COLEGIO PORVENIR"

HACE LA ATENTA INVITACIÓN AL



TALLER DE DISCIPLINA POSITIVA ENTRE PADRES E HIJOS

Gratis

Objetivos:

- ✓ Enseñar a padres e hijos a practicar la disciplina positiva mediante técnicas, para favorecer la convivencia y bienestar de la familia.
- ✓ Proporcionar una disciplina en base a valores.
- ✓ Disminuir factores de riesgo en hijos.

Se llevará a cabo en el mes de enero y contará con 4 sesiones de 2 horas por día, en el aula "Josefa Ortiz de Domínguez"

Favor de pasar a la dirección de servicios escolares para inscripción (Se dará solicitud de asistencia para los padres que laboran).

INSTRUCTORA: PSIC. VERÓNICA ORTEGA

No falten

Anexo 3. Inscripción

Formato de Registro.

Fecha _____

DATOS GENERALES

Nombre del alumno: _____

Grupo: _____

¿Ha recibido atención psicológica? SI _____ NO _____

Nombre del padre: _____

Ocupación: _____

Escolaridad: _____

Nombre de la madre: _____

Ocupación: _____

Escolaridad: _____

Anexo 4. Sesión 1 y Sesión 4

¿Qué es disciplina familiar?

Contesta las siguientes aseveraciones colocando una F cuando es falsa y una C cuando sea cierta.

- ____ 1. Humillar a los niños hace que éstos se desarrollen más responsables.
- ____ 2. Por disciplina positiva entendemos que los padres tienen que ser más permisivos en la conducta de sus hijos y preocuparse por las destrezas de la vida.
- ____ 3. El propósito a largo alcance de los padres es ayudar a sus niños en el desarrollo de su autoestima y las destrezas de la vida que ellos necesitan para que sean seres humanos efectivos y felices y puedan contribuir al bienestar de su familia y la sociedad.
- ____ 4. Los psicólogos recomiendan que los padres no necesitan ser adiestrados en cómo ser buenos padres, sino usar su sentido común.
- ____ 5. Para educar bien a los niños hay que castigarlos y tener control de éstos para que entiendan que quien tiene el poder es el padre.
- ____ 6. Los niños deben aprender que cometer errores es algo que no está correcto.
- ____ 7. Si quieres entender a la gente, pon atención a lo que hace y no a lo que dice.
- ____ 8. Prometer algo a un niño y luego olvidarse es una forma de desanimarlo.
- ____ 9. Hay cuatro metas erróneas que llevan a conductas negativas. Estas son: llamar la atención, el poder, la venganza y la conducta de incapacidad.
- ____ 10. Evité las rutinas, ya que hacen que tanto el niño como el adulto se cansen.
- ____ 11. La alabanza y la premiación enseñan a los niños a depender de ser juzgados por otros, en vez de confiar en su sabiduría y evaluación propia.

¡Gracias!

Anexo 5. Sesión 1

“Mis características”

Contesta las siguientes premisas y pon una “X” el tipo de temperamento con el que te identifiques.

Nombre: _____

Me considero físicamente agradable: Si _____ NO _____

Mi auto estima es: Alta _____ Baja _____

Mis pensamientos por lo general son: Positivos _____ Negativos _____

Me deprimó SI _____ NO _____ A veces _____

Tengo Miedos: SI _____ NO _____ ¿A qué? _____

Tengo metas corto plazo: SI _____ NO _____

¿Cuáles son? _____

Mi temperamento es: (tacha el temperamento con el que más te identifiques de acuerdo a tus emociones:

Temperamento
sanguíneo o linfático

- Extrovertido, alegre, ligero, inquieto, simpático, impetuoso, espontáneo, curioso, optimista, adaptable, juvenil, distraído, inconstante, vanidoso, irreflexivo, superficial, oportunista, imprudente, quiere caer bien y le importa el ¿qué dirán?
- Es tipo sangre ligera.

Temperamento colérico

- Extrovertido, enfocado, decidido, valiente, fuerte, claro, directo, perseverante, comprometido, eficiente, visionario, líder, brusco, insensible, enojón, impositivo, dominante, controlador, intolerante, arrogante.
- Cree tener siempre la razón

Temperamento
melancólico

- Introverso, reflexivo, profundo, sensible, delicado, tímido, detallista, romántico, soñador, servicial, se ofende con facilidad, quejumbroso, se victimiza, exagera las cosas, pesimista, negativo, rencoroso, preocupón y dependiente.

Temperamento Flemático

- Introverso, tranquilo, sedentario, rutinario, lento, observador, meticuloso, ordenado, leal, veraz, objetivo, paciente, previsor, precavido, ahorrador, comelón, dormilón, inseguro, pasivo, sin iniciativa, callado, fachoso flojo y apático.

Anexo 6. Sesión 1(a) y sesión 2 (b)

“Tipo de familia y estilo parental”

Escribe en la línea en blanco el tipo de familia a la cual perteneces y señala con una “X” el estilo parental con el que te identifiques.

Mi tipo (s) de familia es:

El estilo parental que más se aplica en mi familia es:

Autoritativo o Clima autoritario estable o democrático	
Autoritario o autoritario inestable	
Permisivo o Clima de hiperprotección	
Estilo Negligente o indiferente	

¡Gracias!

Anexo 7. Sesión 2.

“Reconociendo a mi hijo”

Llena las líneas en blanco, con la información que se pide.

El carácter o temperamento de mi hijo es:

Sus Fortalezas son:

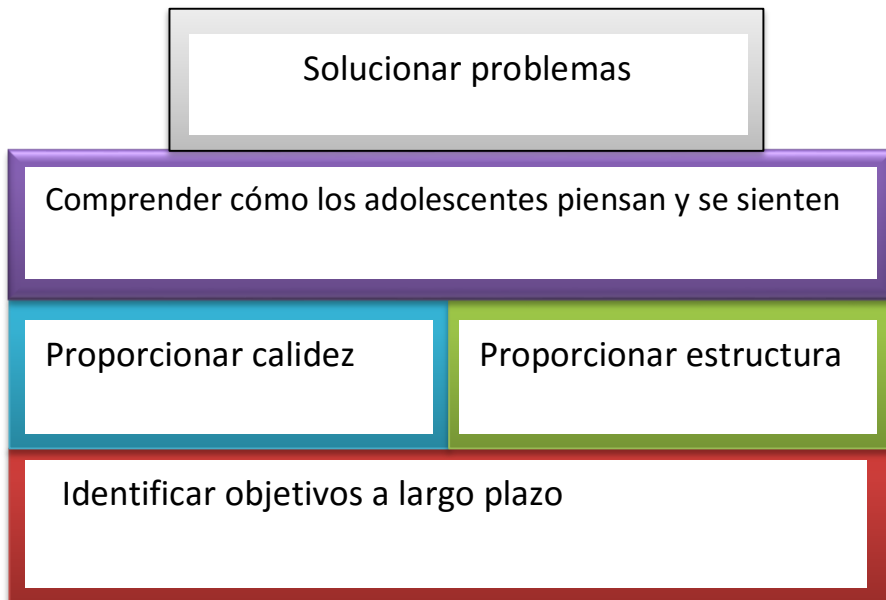
Sus capacidades y habilidades en general son:

¡Gracias!

Anexo 8. Sesión 4

“Manejo de la disciplina positiva”

Llena en acuerdo familiar el siguiente cuadro que se presenta en la parte posterior con la información que se te pide.



Pilares de la disciplina positiva según Durant, (2008)



¡Gracias!

Anexo 9. Sesión 4

En familia, acuerden los principales valores que se manejarán y respetarán a partir de hoy.

LOS 5 VALORES DE MI FAMILIA SON:

1.-

2.-

3.-

4.-

5.-

¡Gracias!

Anexo 10. Sesión 4

“Reglas y consecuencias”

En familia, acuerden las reglas que se manejarán a partir de hoy, y las consecuencias de no cumplirlas.

Las 5 reglas mas importes en nuestra familia son:

1.-

2.-

3.-

4.-

5.-

Consecuencias de no cumplirlas:

1.-

2.-

3.-

4.-

5.-

¡Gracias!

Anexo 11. Sesión 4

Formato de cuestionario de evaluación del instructor

Es importante para nosotros contar con su opinión, por favor marque cuidadosamente con una "X" la opción que crea conveniente:

EL INSTRUCTOR	SI	NO	NO SÉ
Se respetaron los acuerdos y reglas establecidos por el grupo.			
Fue adecuado el volumen de la voz			
Las instrucciones fueron claras			
Verificó que el grupo entendiera cada uno de los temas			
Fomentó la participación del grupo			
Despertó mi entusiasmo y mi deseo de aprender			
Reforzó los puntos más importantes, vistos durante el curso			
Dominó los temas del taller			

EL TALLER

Por favor responda con sus propias palabras.

¿El taller me pareció? _____

Lo que menos me gusto del taller fue: _____

Lo que más me gusto del taller fue: _____

Lo que cambiaría del taller sería: _____

Comentarios y sugerencias: _____

¡Gracias por participar!

GLOSARIO

Adaptación: según Piaget, el desarrollo de capacidades mentales conforme los organismos interactúan y aprenden a enfrentarse con su medio. Está compuesto por la asimilación y la acomodación o ajuste.

Adicciones: La adicción es una enfermedad primaria, crónica con factores genéticos, psicosociales y ambientales que influyen su desarrollo y manifestaciones. Está caracterizada por episodios continuos o periódicos de: descontrol sobre el uso, uso a pesar de consecuencias adversas, y distorsiones del pensamiento, siendo la más frecuente la negación.

Adquisición: en el aprendizaje observacional corresponde a la primera etapa, durante la cual el que aprende mira un modelo y reconoce las características distintivas de su conducta.

Agresividad: Se presenta generalmente en forma directa ya sea en forma de acto violento físico (patadas, empujones,...) como verbal (insultos, palabrotas,...); pero también podemos encontrar agresividad indirecta o desplazada, según la cual el niño arremete contra los objetos de la persona que ha sido el origen del conflicto, o agresividad contenida según la cual el niño gesticula, grita o produce expresiones faciales de frustración.

Aprendizaje: para Hilgard es el proceso en virtud del cual se origina o se cambia la actividad de reacción ante una situación dada. Según Guthrie es responder de un modo diferente a una situación como consecuencia de una precedente respuesta a la situación.

Cognición: es el proceso de conocer empleado por los psicólogos para designar cualquier actividad mental, abarca el uso del lenguaje, el pensamiento, el razonamiento, la solución de problemas, la conceptualización, el recuerdo y la imaginación.

Comunicación: Transmisión de la información de un punto a otro, es decir de una fuente a un destinatario. La comunicación es tanto verbal (las palabras que uno expresa) como no verbal (mirada, gestos, postura...).

Estrés: Cualquier exigencia que produzca un estado de tensión en el individuo y que pida un cambio o adaptación por parte del mismo.

Familia: Agrupación social que se basa en lazos de parentesco. Además, es el lugar donde las personas aprenden a cuidar y a ser cuidadas, a confiar y a que se confíe en ellas, a nutrir a otras personas y a nutrirse de ellas.

Hábito: Forma de hacer las cosas que se adquiere por aprendizaje y repetición.

Inteligencia: capacidad para la actividad mental que no puede medirse de modo directo.

Introspección: es el proceso de mirar al interior de uno mismo y analizar las experiencias personales.

Negativo: un término de condicionamiento operante que se aplica al refuerzo o castigo queriendo decir que la consecuencia se retiró después de la operante.

Percepción: proceso de organización e interpretación de datos sensoriales que entran para desarrollar una conciencia del yo y del entorno; incluye sistemas visual, auditivo, somatosensorial, químico y propioceptivo.

Personalidad: identidad distintiva formada por patrones de relación y consistencia y durabilidad de percepción, pensamiento, sentimiento y comportamiento.

Positivo: característico de un reforzador o estímulo punitivo, significando que se presenta después de que ocurre la conducta que se condicionará.

Prevención: Conjunto de medidas tomadas en una sociedad para luchar contra la aparición y el desarrollo de las enfermedades mentales.

Socialización: proceso de orientación de los niños hacia el comportamiento, valores, metas y motivos considerados apropiados por una cultura.