



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

“Impacto de la psicología humanista en el desempeño social y escolar de adolescentes mexiquenses”.

T E S I S E M P Í R I C A
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A N
Alan Emilio Ascencio Bautista
Mayra Beatriz Mora Sánchez

Director: Dr. **Angel Corchado Vargas**

Dictaminadores: Mtra. **Gisel López Hernández**

Lic. **José Moctezuma Salinas Torres**



Los Reyes Iztacala, Edo. de México, 2018



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS

A MIS PADRES: Por darme la vida y darme la oportunidad de vivirla de la mejor manera. Por brindarme las herramientas y el soporte necesario para crecer en un ambiente cálido y lleno de oportunidades. Gracias por ser un apoyo en los momentos difíciles y gran compañía en los momentos buenos de la vida. Agradezco todo su cariño incondicional y el tiempo que han dedicado para que yo pueda cumplir mis metas.

A MI HERMANO: Por ser el gran apoyo incondicional que siempre ha sido. Gracias por compartir tus ideas, gustos y conocimiento conmigo, y ayudarme como guía en los momentos complicados. Por ser un gran ejemplo a seguir y demostrar que cualquier meta es alcanzable cuando uno se lo propone. Te agradezco por exigirme para llegar a más de lo que yo mismo podría imaginar.

A MI TÍA ROSITA: Por ser como una segunda madre para mí, darme todo su apoyo y amor incondicional aún ante mis peores actitudes y momentos. Por cuidarme y criarme como hijo propio para llegar a ser la persona que soy el día de hoy, siempre preocupándote porque tenga lo necesario para alcanzar una buena vida.

A MI ABUELA EDITH: Por criarme con tanto cariño, siempre procurando mi bienestar. Por demostrarme que ni las peores aversiones son capaces de doblegar a un espíritu, mostrando siempre una sonrisa hasta en los peores momentos. Gracias por demostrarme que nada puede detenernos cuando amamos la vida.

A MAYRA: Por ser la mejor amiga que cualquiera pudiera querer. Ser el apoyo e impulso necesario para seguir adelante aun cuando las circunstancias estuvieran en mi contra. Agradezco tus consejos y comentarios tan honestos aun cuando estos pudieran doler. Gracias por compartir tanto conmigo, tantas aventuras, trabajos, carcajadas, momentos difíciles y, en especial, un trabajo tan importante como este. Ante todo, gracias por tu confianza y amistad.

A CYNTHIA VILLALOBOS: Por ser una gran maestra, consejera y amiga en momentos difíciles y de confusión. Gracias por creer en mí en todo momento a pesar de toda circunstancia y brindarme el apoyo que has brindado hasta ahora para alcanzar metas como la ahora alcanzada. Agradezco tu cariño hacia mí y hacia toda mi familia. Agradezco que me hayas mostrado las maravillas de la psicología y hayas funcionado como guía.

AL DR. ANGEL CORCHADO VARGAS: Por ser un gran ejemplo de cómo debe ser un profesor, mostrando el amor por la profesión y el gusto por el crecimiento personal y profesional de tus alumnos. Gracias por mostrarte tal y como eres y confiar siempre en nosotros. Sobre todo, gracias por la amistad y el apoyo que nos diste a lo largo de esta experiencia y por los sabios consejos que nos has brindado en aspectos tanto escolares, como profesionales y personales.

Alan Emilio Ascencio Bautista.

AGRADEZCO A

MIS PADRES: Por apoyarme en cada decisión que he tomado a lo largo de mi vida académica y personal, por impulsarme cuando sentía que ya no podía continuar y por escucharme cuando me emocionaba por cada aprendizaje obtenido a lo largo de la carrera, por demostrarme que la constancia y dedicación en algo que amas siempre trae buenos resultados, principalmente agradezco todo su amor, paciencia y comprensión incondicional.

MI ABUELO: Por demostrarme que la experiencia y la escuela de la vida son las mas grandes lecciones que podemos aprender, caminar conmigo, escucharme e impulsarme a mejorar en mi paciencia y tolerancia con los demás.

ALAN: Por ser el mejor amigo y compañero, escucharme y apoyarme en mis momentos más confusos, por aconsejarme y demostrarme tu amistad en cada carcajada, abrazo, debate, critica y en todos los sentidos existentes en los que se puede demostrar tu amistad, por permitirme compartir contigo este “último jalón” de nuestra vida universitaria.

DR. ANGEL CORCHADO VARGAS: Por confiar siempre en mí, permitirme conocerte más allá del ámbito académico, por orientarme y escucharme cuando lo necesité por hacerme saber que puedo contar contigo en cualquier momento de mi vida. Agradezco haberme encontrado con tan precioso ser humano como tú, por contagiarme tú alegría y el amor por tu trabajo, por ser tan paciente para la realización de este proyecto.

Mayra Beatriz Mora Sánchez.

AGRADECEMOS A:

ESCUELA PREPARATORIA OFICIAL 324: Tanto al personal de la escuela como a sus estudiantes por brindarnos la oportunidad y confianza para realizar el presente trabajo dentro de su comunidad. Por acogernos tan cálidamente, brindarnos herramientas y oportunidades al abrirnos sus puertas.

UNAM: Por ser fuente de conocimiento, orgullo nacional y semillero de grandes mentes para la humanidad. Por brindar oportunidades para el crecimiento intelectual, profesional y humano.

ÍNDICE

Resumen	1
Introducción	2
1. La adolescencia	9
1.1. Etapas de la adolescencia	12
1.2. Factores de riesgo en la adolescencia	15
2. Dificultades en la adolescencia en México y Latinoamérica	24
2.1. Dificultades psicológicas	26
2.2. Dificultades sociales	28
2.3. Ejemplos	31
2.3.1. Violencia	31
2.3.2. Problemas familiares	34
2.3.3. Autoestima y habilidades sociales	37
2.3.4. Escolaridad	40
2.3.5. Embarazos tempranos	43
3. La psicología Humanista	45
3.1. Surgimiento	45
3.2. Rogers y la Psicoterapia Centrada en la Persona	47
3.3. Introducción del enfoque centrado en la persona en México	52
4. Intervención Grupal	55
4.1. Talleres y estrategias participativas	59
4.2. Grupos focales y grupos de discusión	60
4.2.1. Definición de grupo focal	61
4.2.2. Características principales de los grupos focales	61
4.2.3. Definición de grupos de discusión	61
4.2.4. Características principales de los grupos de discusión	62
4.2.5. Tipos de análisis en el empleo de grupos	64
5. Importancia de la intervención Humanista en estudiantes adolescentes mexiquenses	65

5.1 Metodología	67
Resultados	72
Discusión	79
Conclusiones	83
Referencias	87
Anexos	93

RESUMEN

El ser humano se encuentra con distintos cambios a nivel físico, social y psicológico conforme atraviesa distintas etapas de vida. La adolescencia resulta una etapa definitoria dentro de la cual se puede topa con muchos cambios y dificultades que debe afrontar. Resulta de suma importancia que dichas situaciones se afronten de la mejor manera posible para dar pauta a un óptimo desarrollo. Es importante que los jóvenes cuenten con personas o instancias a las cuales acudir para dar solución a sus situaciones. Bajo esa necesidad, la psicología humanista aporta una excelente opción al brindar herramientas de comprensión y afrontamiento a través de distintas metodologías. Con el objetivo de evidenciar el impacto de la psicología humanista en el desempeño de los adolescentes de la Preparatoria Oficial 324 se realizó una intervención tanto individual como grupal para brindar a los jóvenes un mayor entendimiento de lo que viven y proporcionar herramientas de afrontamiento. Se emplearon técnicas de acompañamiento individual, talleres y grupos focales generando resultados cualitativamente positivos dando pauta a una futura intervención con mayor amplitud.

Palabras Clave: Adolescencia, Psicología Humanista, Intervención Individual, Intervención Grupal, Grupo Focal.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia ha sido definida como el periodo de transición entre la niñez y la vida adulta, en esta etapa sucede la maduración sexual e inicia la preparación para ingresar al mundo de adultos. Esta misma etapa es base para los hábitos y un estilo de vida saludable. Una tarea importante durante la adolescencia es la formación de una identidad positiva, y la búsqueda de una mayor independencia de los padres, así como un mayor contacto y un sentido de pertenencia y compañía con sus pares (Rice, 1997).

Bloss (1986) establece cinco etapas de la adolescencia, en las cuales se presentarán no sólo cambios físicos sino también existirá una reestructuración social y emocional fundamental para el desarrollo integral de la persona. Dichas etapas las ha clasificado de la siguiente manera:

- **Preadolescencia (9 a 11 años):** En esta etapa existe un incremento en la creación de grupos sociales. Sin embargo, con frecuencia los hombres presentan conductas de hostilidad hacia las mujeres para evitar evidenciar la angustia que les produce estar con ellas antes de construir una relación.
- **Adolescencia temprana (12 a 15 años):** En esta etapa los cambios físicos se presentan de forma brusca. En términos sociales, el adolescente presenta un alejamiento de su grupo primario (familia) y busca integrarse a nuevos grupos sociales, por lo que establecerá nuevas relaciones, en donde la adopción de valores, reglas y leyes toman cierta independencia de la autoridad parental.
- **Adolescencia (16 a 18 años).** Se establece la orientación sexual y se desarrolla la capacidad de establecer una relación de amor maduro, en la que la vida emocional es intensa y profunda. Es aquí en donde tras establecerse una relación de pareja, se presenta la etapa de enamoramiento que brinda la sensación de estar completo con la otra persona. Los procesos cognitivos parten de la realidad por lo que el adolescente se vuelve más objetivo y analítico. Da inicio al descubrimiento y desarrollo de intereses, capacidades, habilidades y talentos individuales que ayudan al mantenimiento de la autoestima, parte crucial para el bienestar individual y social.

- **Adolescencia tardía (19 a 21 años):** Es una fase de consolidación en donde una de las principales metas de individuo es encontrar un sentido del ser. El adolescente tiene mayor interacción social, posee estabilidad emocional y de la autoestima. Se presenta una actitud crítica frente al mundo externo y a los adultos en general, se tiene claridad respecto al deseo de no querer ser como determinados adultos eligiendo un cambio para alcanzar su ideal en donde los adultos presentes en su infancia (padres, maestros, etc.), mismos que servirán de apoyo para alcanzarlo.

- **Posadolescencia (21 a 24 años).** También se les conoce como adultos jóvenes. En este punto, el joven ya tiene metas definidas para la vida, es frecuente que las relaciones que establezcan sean permanentes, así como la selección del medio con el que se quiere interactuar.

Tomando a la adolescencia como una etapa del ciclo vital humano, se puede encontrar que, una forma importante de desarrollo y convivencia para los adolescentes, son las habilidades de comunicación y habilidades relacionales, siendo estas las competencias básicas esenciales que están asociadas con mejores resultados de salud (Meyer, Sellers, Browning, McGuffie, Solomon & Truog, 2009).

Dichas competencias son de suma importancia en el transcurso de la adolescencia, y de manera general, en el desarrollo de los individuos, como parte de la sociedad. Se ha recalcado la importancia del desarrollo de estas habilidades durante la adolescencia debido a que es una etapa en la cual se atraviesa por un gran número de cambios que pueden generar ciertas complicaciones emocionales, sociales, psicológicas, físicas y personales, mismas que van acompañadas de confusión y ansiedad al no saber qué es lo que sucede y cómo solucionarlo.

Dicho de otra manera, la adolescencia es una etapa en la que se presentan muchas complicaciones para quien atraviesa dicha etapa e incluso para sus pares. Estas complicaciones llevan a los jóvenes a la realización de actividades ilícitas o a un desarrollo poco óptimo tanto personal, como interpersonal. En palabras de Cervantes (2017, p. 24) “El grado de anormalidad en las conductas de los adolescentes es una función de los daños que éstas puedan ocasionar tanto a la sociedad como a él/ella mismo (a)”. Dentro de las

descripciones en tanto a las problemáticas y complicaciones por las que atraviesan los adolescentes, Casullo, Fernández, González y Montoya (2001; citado en Parra, 2011), con base en un estudio iberoamericano descriptivo comparativo, afirman que las problemáticas de la juventud hacen referencia a situaciones que vulneran su autoestima o que obstaculizan su satisfacción de normas y expectativas sociales.

De esta forma, Kazdin (2003; citado en Páramo, 2011) plantea que durante la adolescencia hay un incremento en el número de actividades consideradas como comportamientos problemáticos; como por ejemplo el uso ilícito de sustancias, ausentismo escolar, suspensiones, robos, vandalismo y sexo precoz y sin protección.

Erikson (1968; citado en Páramo, 2011), en sus escritos, menciona que los individuos deben enfrentarse en los diversos estadios de su ciclo vital a *crisis psicosociales*, dichas representan oposiciones entre las exigencias de la sociedad y las necesidades biológicas y psicológicas. En la adolescencia, el desafío fundamental implica lograr una identidad coherente, es decir, un conjunto congruente y estable de aspiraciones y percepciones sobre sí mismo.

Este mismo autor hace mención a la posibilidad de que los adolescentes encuentren difíciles estas tareas y por ello no consigan formar un concepto de *sí mismo* que logre adaptarse de modo realista con sus características personales y con el medio en el que viven. En dicho caso, pueden sentir una *crisis de identidad*, misma que puede tener consecuencias negativas en los jóvenes, entre las cuales podemos encontrar el aislamiento, la incapacidad para planificar el futuro, una escasa concentración en el estudio, o incluso la adopción de papeles negativos por simple oposición a la autoridad.

En el trabajo realizado por Páramo (2011) en donde, mediante grupos de discusión, extrajo discursos respecto a diferentes temas relacionados con la adolescencia, en un grupo conformado por adolescentes, mencionaron como dificultades en dicha etapa los cambios emocionales y cognitivos que viven, el conflicto ambivalente entre dependencia e intento de independencia, y problemas relacionados con la personalidad y las actitudes.

Se debe de tomar en cuenta que, como menciona Centeno (2011) el ser humano como ser social, necesita de su entorno social y biológico para relacionarse integralmente, por ello, las relaciones sociales con su familia, amigos, pareja, compañeros de trabajo y demás, son una parte fundamental en la vida cotidiana, ya que estas relaciones hacen que nuestra vida sea más plena, digna y productiva.

Las dificultades que acompañan al desarrollo personal dentro de la adolescencia pueden llevar a que dichas relaciones sociales sean nulas o, en su defecto, sean relaciones negativas que dificultan el desarrollo pleno de los adolescentes. Acompañado de dichas dificultades relacionales, podemos encontrar problemas de violencia, comúnmente entre compañeros o dentro de la familia; al igual que problemas respecto a las habilidades sociales o dificultades basadas en baja autoestima o, en sentido inverso, la dificultad de relacionarse es la que genera los problemas de autoestima, comunes en la etapa de adolescencia.

La UNICEF (2007) menciona que en el hogar pueden existir distintos tipos de violencia, entre los cuales se pueden encontrar:

- **Violencia física:** Se usa usualmente para generar buenos comportamientos
- **Violencia emocional:** como insultar, amenazar o aislar.
- **Abandono:** Las familias no se aseguran que sus hijos tengan todo lo necesario para un desarrollo óptimo.
- **Violencia sexual:** Son forzados a tener relaciones sexuales o acosados.
- **Violencia intrafamiliar:** Violencia dentro de sus hogares, directamente hacia ellos o entre otros miembros de la familia.

Respecto a las habilidades sociales, se plantea una definición tomándolas como conductas que permiten la expresión del individuo en un cierto contexto.

Las habilidades sociales se definen como el conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal, que expresa sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de

ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y generalmente resuelve problemas inmediatos mientras que minimiza la probabilidad de futuros problemas (Hofstad, 2005, p. 5).

El mismo autor menciona que una conducta así es considerada si incrementa: la posibilidad de alcanzar objetivos; aumenta sus habilidades de interacción con otras personas; pueda mantener una autoestima efectiva.

Por otra parte, es interesante remarcar lo que Páramo (2011) publicó en su trabajo, haciendo mención a que “la autoestima baja se encuentra relacionada con un bajo rendimiento tanto en el ámbito académico como laboral, así como, con diversas señales de malestar psicológico, como pueden ser la ansiedad, depresión y otros padecimientos.

Retomando todo lo anteriormente dicho, a consideración de lo planteado por distintos autores, las palabras de Casas y Ceñal (2005) son adecuadas al mencionar los adolescentes no han gozado de muy buena fama ya desde períodos remotos de la sociedad, y posiblemente sea la adaptación a esta sociedad moderna lo que contribuya a esta mala prensa.

Las malas noticias son que el conflicto no va a desaparecer por sí solo, incluso será peor si no hacemos nada; y las buenas, que estamos empezando a comprender las condiciones que hacen posible este conflicto y, por tanto, podremos iniciar acciones para poderlo solucionar (Casas y Ceñal, 2005, p. 2).

Es por ello que el tema de la adolescencia y la manera de buscar su desarrollo óptimo como persona e integrante de la sociedad es de suma importancia. Se ha tomado la decisión de trabajar bajo este mismo debido a la posibilidad de intervención y la amplia oportunidad de generar aportaciones tanto empíricas como teóricas al área. El desarrollo de las personas en su adolescencia es una etapa crucial en su vida, el conseguir que esta etapa se lleve a cabo de la mejor manera genera que las etapas de desarrollo consecuentes puedan llevarse a cabo de la misma manera; por el contrario, al no atender los problemas que

amenazan el desarrollo pleno del adolescente, se genera que estas problemáticas persistan por mayor cantidad de tiempo y exista la posibilidad de generar nuevas problemáticas.

Se ha hecho uso del humanismo, el cual se refiere a la filosofía que pretende explicar la esencia misma del ser humano, siendo el abordaje del Hombre por el Hombre mismo; ya que el hombre al descubrirse o redescubrirse desde este enfoque como protagonista y constructor de la historia, se empeña por estudiar las leyes de su medio ambiente (Corchado, 2012).

Rogers como uno de los pioneros del enfoque humanista, ha desarrollado una teoría de la personalidad centrada en el concepto del sí mismo como núcleo de la personalidad; ya que todos necesitamos encontrar nuestro yo real para llegar a ser *tal persona*, y para aceptarnos y valorarnos por lo que somos; esto a través del autoconocimiento y la autoobservación de nuestras experiencias (Papalia, 2012).

El enfoque humanista tiene distintas áreas de aplicación, algunas son la logoterapia, la programación neurolingüística, psicoterapia centrada en el cliente, psicoterapia Gestalt y desarrollo humano por mencionar algunas; es por ello que bajo la visión humanista, para el desarrollo de las personas es de suma importancia generar posibilidades que ayuden a que los sujetos, en este caso los adolescentes, puedan llegar a ser conscientes de lo que sienten, piensan y de sus emociones; así como, de la manera en que puede esto ayudar o dificultar la creación de lazos relacionales con la gente que les rodea; misma situación que en muchas ocasiones no se presenta. Se ha llegado a pensar que los adolescentes son personas poco productivas y problemáticas para la sociedad, por ende, se les ha apartado y se deja de lado la búsqueda de maneras para apoyar su desarrollo tanto personal como interpersonal.

Por lo tanto la siguiente tesis se encuentra dividida en cinco capítulos, en el primero se aborda el tema de la adolescencia, sus etapas refiriéndose a cambios emocionales como físicos, además abordando los factores de riesgo durante esta etapa de la vida; aunado a lo anterior el segundo capítulo se desarrollan las dificultades en la adolescencia abordando las dificultades psicológicas como sociales abordando ejemplos como violencia en casa o escuela, problemas familiares abordando temas como divorcio, comunicación familiar por mencionar algunos, autoestima y autoconocimiento, escolaridad así como los embarazos

tempranos durante esta etapa. En el tercer capítulo se aborda la psicología humanista la cual resulta importante pues todo el desarrollo de la intervención se realiza desde esta perspectiva con el fin de explicar la esencia del ser humano complementando el capítulo uno de los puntos importantes abordados en la psicología humanista es counselling psicológico desarrollando sus características como algunos ejemplos. Por otro lado, en el cuarto capítulo se abordan las distintas intervenciones grupales resaltando los talleres y estrategias participativas, así como los grupos focales centrándose principalmente en las definiciones, características y en el tipo de análisis de los mismos.

Por último, el quinto capítulo desarrolla la importancia de la intervención humanista en adolescentes estudiantes mexiquenses. En este capítulo se describe el contexto en el que se llevó a cabo la intervención, es decir, en la Escuela Preparatoria Oficial 324, población con la que se realizaron las sesiones de counselling, así como las sesiones de talleres y grupos focales.

Tomando lo anterior en cuenta, la posibilidad de implementar técnicas psicológicas dentro de un colegio a manera de apoyo para los alumnos, permitió crear resultados tangibles que puedan abrir las puertas y posibilitan la creación de programas de acompañamiento psicológico en distintas áreas en las que los adolescentes se desarrollan, a su vez, estos mismos resultados demuestran la efectividad de la intervención psicológica en el desarrollo óptimo de los adolescentes para así poderse desempeñar de la mejor manera en las distintas áreas de su vida.

Lo anteriormente dicho se realizó a través de un método naturalista con la implementación de un programa de intervención individual, acompañado a su vez de talleres vivenciales y un grupo focal para complementar. Todo se llevó a cabo con los alumnos de segundo, cuarto y sexto semestre de la Escuela Preparatoria Oficial 324 dentro de sus mismas instalaciones.

1. LA ADOLESCENCIA

Para dar inicio al presente trabajo se desarrollará un capítulo dedicado al tema de la adolescencia, iniciando con la definición de la misma, desde la perspectiva de diferentes autores, además se abordarán los temas relacionados con el desarrollo biológico mencionando las etapas de la adolescencia, así como el desarrollo psicológico de los adolescentes, y los factores de riesgo que se encuentran en esta etapa, mostrando a su vez la importancia de la familia para los adolescentes.

Los seres humanos se encuentran en continuo cambio en diferentes áreas como lo son la psicológica, la física, la moral y la social. Dichos cambios suceden a través de diferentes etapas marcadas por rasgos y características particulares. Comúnmente las etapas de vida por las que atraviesa el humano son tres: la infancia, la adolescencia y la adultez; con variaciones según el punto de partida desde el que se haga la distinción.

En el transcurso de la vida, se pasa por distintos momentos definitorios de lo que se ha sido, lo que se es y lo que será. En este camino, la adolescencia integra y expresa las crisis de las etapas anteriores. En este sentido, la adolescencia constituye un paso decisivo, una reconstitución vital de nuestro ser que nos lleva a resurgir como individuos nuevos hacia el reto de ser adultos (Erikson, 1992; Díaz, 2006).

Al momento de buscar una definición de la adolescencia, hay variaciones basadas en distintos aspectos influyentes como lo son la cultura dentro de la que se desarrolla la definición, la época, tradiciones literarias o incluso el enfoque bajo el que se realiza dicha definición. Hay distinciones entre definiciones basadas en aspectos fisiológicos, sociales, culturales o incluso cognoscitivos, pero con la coincidencia de ser una descripción de las características que posee el humano al atravesar por dicha etapa de vida, dependiendo, como ya se ha mencionado, de las características particulares de cada individuo y su contexto.

A primera vista, la noción de juventud se presenta como una categoría vinculada con la edad y por tanto remite a la biología, al estado y las capacidades del cuerpo: parecería invocar al reino de la naturaleza. Sin embargo, y por poco que se profundice, la significación de juventud se revela como sumamente compleja, proclive a las ambigüedades y simplificaciones (Margulis, 2001, p. 41).

En la época actual, el significado de *juventud*, que también hace referencia a la época de la adolescencia, no puede ser resumido a una cuestión de edades o a un significado positivista. Debido a la heterogeneidad que se presenta en la *juventud* es necesario tener un marco de referencia económico, social y cultural, entendiendo así que no hay como tal *una juventud*, sino, varias formas de vivir la juventud atravesando por cambios históricos y contextuales (Margulis, 2001).

De esa misma forma se entienden y se toman en cuenta las diferentes características que poseen los jóvenes de preparatoria dependiendo de la localidad y el nivel socio-económico, no solo de los alumnos, sino de la escuela por igual en conjunto.

La adolescencia es definida por Papalia, Olds y Feldman (2009) como un constructo social. Como mencionan dichos autores, en las sociedades preindustriales, los niños entraban al mundo adulto cuando maduraban en sentido físico o cuando iniciaban sus labores como aprendices en una vocación. Recién en el siglo XX, fue que la adolescencia se definió en el mundo occidental como una etapa vital independiente de la adultez y la niñez.

Por otro lado, Rice (1997) define la adolescencia como el periodo de transición entre la niñez y la vida adulta, en esta etapa ocurre la maduración sexual y comienza la preparación para ingresar al mundo de adultos. Esta misma etapa es base para los hábitos y un estilo de vida saludable. Durante la adolescencia resulta de gran importancia la formación de una identidad positiva, y la búsqueda de una mayor independencia de los padres, así como un mayor contacto y un sentido de pertenencia y compañía con sus pares.

En todos los aspectos se opera la estructuración de formaciones cualitativamente nuevas, aparecen elementos del adulto como resultado de la transformación del organismo, de la autoconciencia, del tipo de relaciones con los adultos y los compañeros, de los modos de interacción social con ellos, de los intereses, de la actividad cognoscitiva y de estudio, del contenido de las instancias ético-morales que mediatizan la conducta, la actividad y las relaciones (Petrovski, 1979, p. 120).

Aunado a esto, debe recalcarse el cambio en la personalidad de las personas al atravesar por la adolescencia. Como se ha mencionado, no se puede homogeneizar el cambio ni hacer mención de cambios establecidos para todos y cada uno de los seres humanos; sin embargo, se puede encontrar concordancia en cuanto a las características que se presentan en todos o la gran mayoría de las personas en tanto a su personalidad al atravesar por esta etapa. Una característica en particular es la actividad social intensa, buscan establecer nuevas relaciones basadas en sus gustos e ideas, así como, asimilar los modelos y valores de la sociedad que les rodea. La mejor manera de comprender esto es al ver cómo los estudiantes de la preparatoria eligen las personas con las cuales entablar amistades o incluso la manera de llevarse con los profesores o trabajadores de la escuela de acuerdo a gustos compartidos. Para los adolescentes comienza a ser de gran importancia la creación de lazos relacionales con los adultos, ser tomados en cuenta en las actividades que éstos realizan y que su opinión tenga valor. Por ello mismo, sus intereses comienzan a cambiar, procuran que sus gustos sean más cercanos a los de un adulto, presentando así interés por la literatura, arte o actividades que los adultos realizan cotidianamente. En tanto a la literatura, algunos alumnos de la preparatoria incluso solicitan recomendaciones sobre lecturas que les puedan ayudar a tomar decisiones en cuanto a su carrera profesional o en cuanto a situaciones que se les presentan en el día a día. Dichas recomendaciones eran solicitadas a sus profesores o, en su debido momento, a los terapeutas, buscando así interactuar con gente mayor que ellos y generar lazos que incluso puedan ser útiles en un futuro.

Durante la adolescencia se atraviesa por una etapa de autoconocimiento, dentro de esa personalidad de alta actividad social se encuentra algo de egocentrismo enfocado a conocerse a sí mismo, plantear sus gustos, sus ideales e ir en busca de una personalidad propia que le haga resaltar. Dicha búsqueda tiene gran importancia en la vida de la persona, no solo para su desarrollo al atravesar la adolescencia, sino, para su desarrollo como persona adulta más adelante dentro de la sociedad. El plantear su personalidad con características particulares de él mismo le lleva a tomar decisiones en cuanto a las metas que busca en la vida y la manera en que buscará alcanzarlas, de igual forma estructurará en la persona una serie de actitudes ante ciertas situaciones en particular, mismas que más adelante le servirán para afrontar lo que la vida le depare. Tal como sucede con los alumnos en el último año de la Preparatoria 324, presentaban interés en las distintas áreas de estudio a las que pueden adentrarse para sus estudios posteriores, lo mismo los lleva a prestar atención en sus habilidades y a resaltar sus gustos para poder tomar la mejor decisión.

Para una mayor comprensión de los cambios, la adolescencia es subdividida por etapas, mismas que serán abordadas, junto con sus características, en el siguiente apartado.

1.1 Etapas de la adolescencia

Al hablar de la adolescencia se debe hacer mención a la subdivisión que existe dentro de ella. Con fines de practicidad y comprensión de los cambios por lo que pasan los adolescentes, en la literatura es común encontrar a la adolescencia subdividida en distintas etapas, cada una con características particulares de acuerdo a los cambios y a los diferentes procesos que se viven.

Debemos recordar la gran heterogeneidad presente en la adolescencia, por ello al explorar la literatura se pueden encontrar diferentes definiciones, características y nombres de las etapas. Otra diferencia importante a resaltar entre las categorizaciones que se encuentran es el rango de edad que atribuyen a cada una de las etapas; sin embargo, es importante recalcar lo mencionado un capítulo anterior, la adolescencia es una etapa vivida de diferentes maneras y a diferentes tiempos de acuerdo a cada individuo.

Casas y Ceñal (2005) resaltan lo antes dicho al mencionar que es importante tener en cuenta que ninguna definición es suficientemente buena o precisa como para describir adecuadamente a cada adolescente, esto debido a que no son un grupo homogéneo y presentan variaciones en su maduración. Además, aclaran que los distintos aspectos biológicos, intelectuales, emocionales y/o sociales pueden no llevar el mismo ritmo madurativo y pueden ocurrir retrocesos, sobre todo en momentos de estrés.

Según Aliño, López y Navarro (2006) dentro de la adolescencia se pueden encontrar tres subdivisiones, esto con el fin de comprender sus peculiaridades en cuanto a su desarrollo. Estas subdivisiones o etapas son: temprana (10 - 13 años), media (14 - 16 años) y tardía (17 - 20 años) mencionando las siguientes características:

La adolescencia temprana: Ocurren cambios biológicos, como aquellos que interesan al aparato reproductor, apareciendo los caracteres sexuales secundarios. Es en esta etapa en donde ambos sexos inician la pubarquia, es decir, las primeras apariciones de vello púbico, así como el estirón puberal; además, en esta etapa surge la necesidad de independencia, la impulsividad, labilidad emocional, las alteraciones del ánimo y la búsqueda de solidaridad y comprensión entre los pares, mezclándolo con la necesidad del apoyo de sus padres.

La adolescencia mediana: En esta etapa como en la anterior, puede desarrollarse el estirón puberal. En esta se encuentra, la aparición de la primera menstruación, además, que en los varones es posible que suceda la eyacularquia, así como al cambio de voz. Es aquí cuando los adolescentes muestran mayor importancia en su aspecto físico, esto para resultar más atractivos para el sexo opuesto. Además, suelen presentarse conflictos de interacción con los padres ya que en ocasiones ponen resistencia al identificar que sus hijos adolescentes buscan alcanzar su propia identidad. En cuanto a las relaciones amorosas suelen ser inestables, llevando a los primeros juegos sexuales y relaciones íntimas.

Adolescencia tardía: Es la fase final de la adolescencia, es aquí en donde se alcanzan las características sexuales de la adultez, y termina el crecimiento, hay aproximación a la familia, una mayor independencia, las relaciones de pareja suelen ser

más maduras, los impulsos son más controlados, los cambios emocionales son menos marcados, construyendo un sistema de valores y proyectos de vida.

Presentando otra propuesta respecto a la subdivisión, Casas y Ceñal (2005) hablan acerca de una división de tres etapas: temprana (11-13 años), media (14-17 años) y tardía (17-21 años), durante las cuales el ser humano alcanza la maduración física, el pensamiento abstracto y establece su propia identidad. A continuación, se señalan las características más importantes de cada una de estas etapas según los autores mencionados:

Adolescencia Temprana: Al atravesar por esta etapa el grupo de amigos es usualmente del mismo sexo, las relaciones con el sexo opuesto pueden ser descritas como exploratorias. Al mismo tiempo, inician algunos intentos por modular límites de su independencia e intentar reclamar su propia intimidad, esto sin crear grandes conflictos con los familiares. En tanto a su pensamiento, su capacidad es totalmente concreta, no logran percibir las implicaciones futuras de sus actos y decisiones del presente. Su orientación es existencialista, narcisista y son tremendamente egoístas.

Adolescencia Media: La capacidad cognitiva comienza a ser capaz de utilizar el pensamiento abstracto, aunque este puede llegar a ser completamente concreto durante períodos variables y sobre todo en presencia del estrés. Comienzan a interesarse por temas idealistas y gozan de la discusión de ideas por el mero placer de la discusión. A partir de esta etapa, los adolescentes ya son capaces de percibir las implicaciones futuras de sus actos y decisiones, aunque su aplicación sea variable. Tienen una sensación de invulnerabilidad, creen que a ellos jamás les ocurrirá ningún percance. La lucha por la emancipación y el adquirir el control de su vida está en su plenitud y el grupo adquiere una gran importancia pues sirve para afirmar su autoimagen y definir el código de conducta. Las relaciones con el otro sexo ahora son más plurales, pero fundamentalmente con el fin narcisista de comprobar la propia capacidad de atraer al otro.

Adolescencia Tardía: El pensamiento abstracto está ahora totalmente establecido, aunque no necesariamente todos lo consiguen. Al igual, son ahora capaces de percibir y actuar según las implicaciones futuras de sus actos. Esta etapa tiene gran importancia para su desarrollo a futuro pues los adolescentes empiezan a enfrentarse a las exigencias reales

del mundo adulto. Las relaciones familiares son de adulto a adulto y el grupo pierde importancia para ganarlas relaciones individuales de amistad.

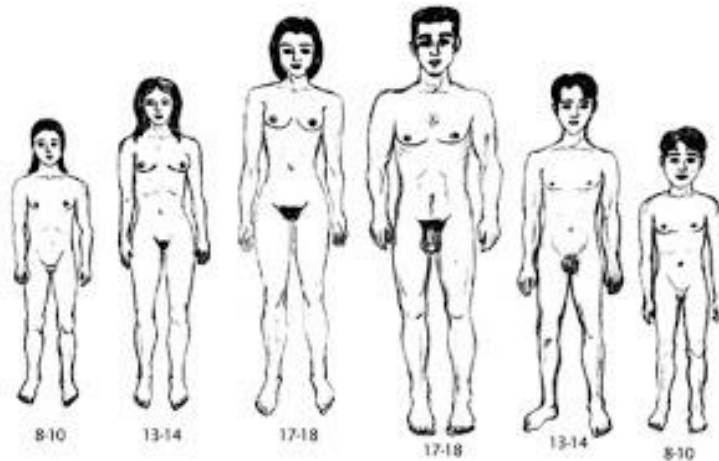


Figura 1. Muestra de cambios fisiológicos a través de las tres etapas de la adolescencia descritas. Recuperado de

<https://psicologiaedumarocio.wordpress.com/desarrollo-y-procesos-educativos-del-adolescente/>. 12 de agosto de 2018.

En el transcurso de la adolescencia y al atravesar por estas diferentes etapas, los jóvenes se pueden afrontar a distintas situaciones que compliquen su óptimo desarrollo, es importante conocer dichas situaciones para así poder ayudar a los jóvenes a afrontarlas. Dicho en una forma sencilla, la adolescencia es una etapa dentro de la cual se presentan y se debe hacer frente a distintos factores de riesgo.

1.2 Factores de riesgo en la adolescencia

Debido a los procesos de cambio presentes en la adolescencia, esta genera en la persona un cierto nivel de vulnerabilidad ante situaciones adversas que se le pueden presentar. Tomando esto en cuenta es importante saber respecto a los factores de riesgo presentes o con posibilidad de presencia durante el transcurso de la adolescencia.

Para el desarrollo teórico respecto a los factores de riesgo, hoy en día se ha hecho uso de estudios basados en la psicopatología evolutiva, misma que, según Cova (2004), se caracteriza por su interés en comprender de una forma dinámica y compleja el efecto que tienen dichos factores de riesgo y los factores de protección, en el desarrollo normal y anormal de las personas.

Con propósito de alcanzar una mayor comprensión del tema, se hace uso de la definición dada por Herrera (1999) de un factor de riesgo. La autora considera factor de riesgo a una característica o cualidad de una persona o comunidad que se sabe va unida a una mayor probabilidad de daño a la salud.

Siguiendo esta misma línea de entendimiento, Cova (2004) recalca que un factor de riesgo no implica causalidad, más bien, se trata de una relación estadística de probabilidad entre dos variables. Dentro de la Preparatoria 324 se encontraron coincidencias en cuanto a situaciones sociales y económicas, lo cual llevaría a los distintos alumnos a enfrentarse a los mismos factores de riesgo; sin embargo, siguiendo lo dicho por Cova (2004), esto no implica que en efecto los alumnos se estén enfrentando a los mismos factores de riesgo, más bien, es una probabilidad presente debido a su situación, pero no algo definitorio pues las problemáticas y los factores de riesgo a los que se enfrenta cada joven son sumamente variantes.



Figura 2. Alumnos de la preparatoria 324. Foto tomada el 4 de abril de 2017 en Escuela Preparatoria 324.

La adolescencia, al ser un período en el cual la persona se ve sometida a constantes cambios en el desarrollo físico, psíquico y social, se considera como un período de riesgo dentro del cual pueden presentarse los sustentos o bases para la aparición de síntomas, trastornos y enfermedades (Herrera, 1999).

Tal como lo menciona el Ministerio de Protección Social (2000; citado en González, 2007) la existencia del ser humano se enfrenta de manera cotidiana a situaciones o comportamientos de riesgo. Al hablar de los comportamientos, la razón está mediada por lo que la persona haga o deje de hacer. Tomando lo dicho en cuenta debemos pensar que la etapa de la vida en donde el ser humano decide menos es en la infancia, ya que los padres deciden por él; sin embargo, es justo la adolescencia el primer momento en donde a través de las decisiones los jóvenes influyen en forma importante sobre la aparición o no de los eventos adversos.

En el mismo período, es decir en la adolescencia, Donas (1999) menciona la importancia de tener en cuenta conceptos como el de a) conductas de riesgo, b) vulnerabilidad, la cual define como la potencialidad de que se produzca un riesgo o daño; c) factor de riesgo o características detectables en un individuo, familia, grupo que señalan una mayor probabilidad de tener o sufrir un daño y d) factores protectores, siendo estos factores características detectables en un individuo, familia o grupo que favorecen el desarrollo humano, el mantener la salud o recuperarla y que pueden contrarrestar los posibles efectos de los factores de riesgo.

Este mismo autor, en cuanto a las conductas de riesgo menciona que existen conductas que pueden conducir a un daño inmediato, mientras que existen otras cuyo daño será reflejado a largo plazo. Al hablar respecto a los factores protectores y los factores de riesgo, menciona que existen por lo menos dos tipos de cada uno de estos grupos. El primero al cual se podría referir como *factores de amplio espectro*, o sea indicativos de probabilidad mayor de varios daños, y el segundo como *factores específicos*, cada uno dividido en cuanto a protectores y de riesgo. A continuación, se enlistan algunos de los ejemplos que el autor da para cada grupo:

Factores protectores de amplio espectro

a) Familia con buena comunicación: como ejemplo, los alumnos de la Preparatoria 324 mencionaban sentirse mejor y tener un mejor afrontamiento ante los problemas cuando podían comunicarlos de manera abierta con algún familiar.

b) Alta autoestima: un factor importante, cuando un alumno se siente bien consigo mismo es más capaz de encontrar solución a problemas de su exterior.

c) Proyecto de vida: en la preparatoria es un factor que ayuda a los alumnos a tomar decisiones. Al tener una meta planteada, entonces saben lo que deben hacer para llegar a ella.

d) Locus de control interno bien establecido: parte del trabajo realizado en la preparatoria 324 implicaba alcanzar la comprensión de este locus de control, mismo que una vez establecido ayudaba a los jóvenes a comprender distintos problemas, la manera en que en ellos estaba el generarlos, empeorarlos y la manera de afrontarlos.

e) Permanece en el sistema educativo formal: en el caso de la Preparatoria 324 los alumnos consideran que tendrán más oportunidades laborales y de una mejor calidad de vida si continúan con sus estudios.

f) Alto nivel de resiliencia: los alumnos buscan nuevas maneras de afrontar las situaciones complicadas y al tener un mayor repertorio es más fácil que puedan hacerlo, siendo ésta la situación que se busca alcanzar dentro de la Preparatoria 324 y en los planteles educativos en general.

Factores de riesgo de amplio espectro

a) Familia con pobres vínculos entre sus miembros: las problemáticas familiares pueden surgir a partir de una mala comunicación, generando así un problema en lo que podría considerarse la base del desarrollo y la fuente de la primera educación de las personas.

b) Violencia intrafamiliar: la violencia, del tipo que sea, es un generador importante de riesgos para los adolescentes, esta problemática es peor cuando la violencia viene del medio en donde el adolescente debería poder sentirse más seguro y con mayor apoyo.

c) Autoestima baja: a raíz de la confusión que puede existir por los distintos cambios que se presentan en la adolescencia, los jóvenes pueden presentar inseguridad respecto a su autoimagen y la manera en que se sienten con ellos mismos, dicha situación puede complicar la manera en que afrontan los distintos problemas pues no se sienten capaces de resolver las situaciones complicadas.

d) Pertenece a un grupo con conductas de riesgo: debido al factor social, para los jóvenes es de suma importancia pertenecer a un grupo en el cual se sienta perteneciente, dicha situación se vuelve contraproducente al adentrarse en grupos que complican su desarrollo añadiendo a este, otros factores de riesgo. En palabras de algunos de los alumnos de la Preparatoria 324, algunas amistades que han llegado a tener han traído consigo complicaciones.

e) Deserción escolar: por cuestiones sociales, económicas o personales, los alumnos llegan a abandonar la escuela, esto los lleva a adentrarse en actividades de riesgo. En la Preparatoria 324 se presentaron algunas deserciones debido a factores económicos o tras no poder acreditar algunas materias.

f) Proyecto de vida débil: la confusión presente en la adolescencia empeora en las situaciones en las que los alumnos no tienen planes para su futuro o no los tienen claros, el problema empeora debido a la presión que comienzan a recibir por parte de sus familiares y su entorno social. Un factor de riesgo más presente en los alumnos de último año de la preparatoria.

g) Locus de control externo: a diferencia del locus interno, el locus externo genera que los jóvenes atribuyan los problemas a factores externos, lo cual imposibilita la presencia de responsabilidad en cuanto a los problemas, generando que esperen que los problemas se resuelvan desde fuera.

h) Bajo nivel de resiliencia: es común que los jóvenes tengan problemas para solucionar sus problemas debido a un bajo repertorio de opciones para ello. Dicha situación debe mejorar con el apoyo de terceras personas que ayuden a brindar una gama de posibilidades de solución.

Factores protectores específicos

a) Uso de cinturón de seguridad: dentro de estos factores se incluye el uso de protección debida al usar motocicletas u otros vehículos motorizados. En el caso de la Preparatoria 324 se presentó el caso de un joven que había caído de una motocicleta y había sido herido por no emplear la protección debida, dicha situación le llevó a ausentarse en algunas de sus clases, mismo que podría evitarse con el uso de los protectores.

b) Uso de condón durante relaciones sexuales: al ser una etapa en la cual se da la activación del sistema sexual, es importante que los jóvenes empleen las medidas necesarias para evitar enfermedades o embarazos no deseados.

c) No Fumar: aquí deben incluirse el consumo de diferentes sustancias dañinas para el organismo, es importante que el adolescente pueda tomar la decisión de evitar o medir el consumo de dichas sustancias.

Factores o conductas de riesgo específicos

a) Portar un arma

b) No usar casco en una motocicleta: situación como la mencionada anteriormente en el uso de cinturón de seguridad como factor protector.

c) Consumo de Alcohol: situación como la antes mencionada en tanto a fumar o no fumar. En esta edad es muy común el consumo de bebidas alcohólicas, algunos de los alumnos de la Preparatoria 324 mencionan incluso haber tenido problemas debido al consumo de alcohol para evadir o reducir malas sensaciones o problemas.

Herrera (1999) realiza otro listado sobre factores de riesgo en la adolescencia. Dicho listado se encuentra dividido en dos grupos: factores psicológicos y factores sociales; a continuación, se presentan los factores que la autora considera:

Factores de riesgo psicológicos:

1. Insatisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Se pueden destacar la necesidad de autoafirmación, de independencia, y la aceptación por parte del grupo.

2. Patrones inadecuados de educación y crianza. Estos pueden ser: a) Sobreprotección, b) Autoritarismo, c) Agresión: Tanto física como verbal, y e) Autoridad dividida.

3. Ambiente frustrante. Cuando el adolescente no encuentra adecuadas manifestaciones de afecto, cuando hay censura frecuente hacia su persona, cuando se reciben constantes amenazas, castigos e intromisiones en su vida privada.

4. Sexualidad mal orientada. Cuando por la presencia de prejuicios en relación con los temas sexuales, la comunicación en esta esfera queda restringida y el adolescente busca por otros medios, no siempre los idóneos, sus propias respuestas e informaciones o mantiene lagunas de desinformación.

Factores de riesgo sociales:

1. Inadecuado ambiente familiar. Cuando la familia es disfuncional, no cumple sus funciones básicas y dificulta el libre y sano desarrollo de la personalidad del adolescente.

2. Pertenencia a grupos antisociales. Este factor tiene como causa fundamental la satisfacción de la necesidad de autoafirmación y se presenta la imitación de patrones sociales inadecuados.

3. La promiscuidad. Propicia una autovaloración y autoestima negativas que puede deformar la personalidad del adolescente.

4. Abandono escolar y laboral. Este hecho provoca que el adolescente se halle desvinculado de la sociedad, y, a su vez, no encuentre la posibilidad de una autoafirmación positiva, al disminuir las posibilidades de comprobar sus destrezas para enfrentar los problemas.

Como se puede observar un factor importante a tomar en cuenta y presente en repetidas ocasiones dentro de la literatura de diferentes autores, al hablar tanto de los factores de riesgo, como los de protección, es la familia. Esto es debido a la gran importancia que tiene dentro del desarrollo del adolescente, dicha posee una gran capacidad de impacto tanto positivo como negativo en este, dependiendo de la manera en que el adolescente se relacione dentro de ella.

La familia es uno de los grupos más importantes para el desarrollo del adolescente, es por ello que a esta se le considera como uno de los tres campos de la educación, ya que la educación que se recibe en la familia es aquella que permanece en el individuo para toda la vida dotándolo de maduración afectiva y estructuras mentales que condicionarán su desarrollo; por lo tanto, el ambiente familiar en el que el adolescente se desarrolla, logra realizar los procesos de constitución personal y de adaptación a una sociedad (Alvarez & Urzúa, 2016).

Lobo y Retana (2016) mencionan que los adolescentes conforman uno de los grupos más vulnerables dentro de la población, se puede destacar a aquellos que son privados del cuidado de su medio familiar, principalmente sus padres, por cualquier razón o circunstancia, algunos se encuentran como residentes en una institución. Estos adolescentes pueden ser producto de la pobreza, el desarraigo, las familias disfuncionales, la orfandad, la carencia de lazos afectivos, el maltrato, por mencionar algunos.

Es de suma importancia el conocer los factores de riesgo que se pueden presentar durante la adolescencia pues el conocimiento de estos puede ayudar a comprender las situaciones y complicaciones que pueden dificultar o empeorar la situación de desarrollo durante esta etapa. A su vez, la comprensión de la situación ayuda a poder generar estrategias que apoyen a los adolescentes a sobrellevar dichos factores de riesgo y, en su

lugar, propiciar la presencia de factores de protección que ayudan a amenizar el desarrollo del adolescente y ayuden a que este mismo se presente de la forma más óptima posible.

“La adolescencia debería de ser el mejor período de nuestra vida. La mayoría de las funciones tanto físicas como psicológicas están en plenitud: fuerza, reflejos, rapidez, memoria, etc.” (Casas y Ceñal, 2005, p. 20).

Una vez mencionados los factores de riesgo que se encuentran en la adolescencia es importante hablar respecto a los problemas y dificultades presentes comúnmente en la misma en países latinoamericanos. Los factores de riesgo y las dificultades pueden llegar a ser confundidos; sin embargo, para el desarrollo del presente trabajo, son términos que deberán ser diferenciados, lo cual se busca en el capítulo siguiente.

2. DIFICULTADES EN LA ADOLESCENCIA EN MÉXICO Y LATINOAMÉRICA

Dentro del presente capítulo se abordarán las principales dificultades por las que los adolescentes atraviesan, particularmente en México y el resto de los países latinoamericanos. Como ya se ha establecido en el capítulo anterior, la adolescencia es una etapa de alta vulnerabilidad, con ello, se comprende que existen diferentes amenazas, tanto externas, como internas, que pueden dificultar el paso por dicha etapa e incluso generar problemas en el desarrollo que perdurarán en edades adultas.

A pesar de la existencia de una relación entre los temas, resulta prudente diferenciar los factores de riesgo, abordados en el capítulo anterior, y las dificultades que serán abordadas en el presente capítulo. Por un lado, como ya ha sido mencionado, los factores de riesgo refieren a un factor estadístico de probabilidad, es decir, no hay una relación causal y la presencia de un factor de riesgo no implica que surja una problemática o un impedimento en el desarrollo adecuado. Por otro lado, al hablar de dificultades presentes en la adolescencia mexicana y latinoamericana, se describen situaciones problemáticas o desfavorecedoras que se encuentran ya presentes en la mayoría de los adolescentes y que imposibilitan o dificultan el desarrollo óptimo de los jóvenes de manera personal y/o dentro de su contexto.

Teniendo esto en mente Casullo (2001; citado en Parra, 2011) afirma que las problemáticas de la juventud hacen referencia a toda situación que vulnera su autoestima o que obstaculiza su satisfacción de normas y expectativas sociales.

Como lo menciona Universia México (2017) en cada una de las épocas, históricamente hablando, se han tenido distintas problemáticas y necesidades a resolver, todas ellas variantes dependiendo de la situación global que se vive y de las características sociales, culturales y económicas del momento. Es por ello que las dificultades y problemáticas que los alumnos de la Preparatoria 324 enuncian no pueden ser tratadas de la misma forma que las dificultades generales que ha tenido la juventud en otras épocas o,

incluso, en la época actual, pero en otras regiones con diferentes valores, culturas y situaciones socio-económicas.

Esta misma fuente comenta que en México y el resto del continente las tres problemáticas principales que se presentan ante los jóvenes son la violencia, el acceso a la educación y la falta de oportunidades laborales, mismas que serán abordados con mayor profundidad más adelante.

La inseguridad y los riesgos del mundo actual marcados por la incertidumbre laboral y la violencia social existente generan además una fuerte falta de motivación, que representa un gran obstáculo a la hora de vencer diferentes retos de la vida cotidiana (Universia México, 2017).

Con ello se puede relacionar la situación externa con los problemas y dificultades internas que puede vivir un adolescente. Las personas al ser biopsicosociales se construyen siempre influidos por lo que sucede a su alrededor y sus experiencias de vida. De esta forma las dificultades personales y psicológicas se ven inevitablemente ligadas a las dificultades sociales que pudieran existir, dicho de una forma más concreta, las dificultades sociales y psicológicas siempre estarán relacionadas, en situaciones de manera causal; el ejemplo más claro se percibe en la manera en que los alumnos de la Preparatoria 324 se relacionan con sus terceros dependiendo de la manera en que se perciben o se sienten y viceversa, se sienten y se perciben según la manera de relacionarse y según lo que exterior pidiese y diga sobre ellos. Dicha relación es de suma importancia, como se ha visto en capítulos anteriores, poseer un locus de control interno bien establecido funciona a manera de factor protector.

Dicho lo anterior, la manera de abordar los siguientes temas será meramente con fines de practicidad, de tal forma que se aclara que las diferentes dificultades a abordar, psicológicas y sociales, se ven estrechamente relacionadas, así como, los ejemplos a los que se hace mención.

2.1 Dificultades psicológicas

La salud de los adolescentes es un elemento clave para el progreso social, económico y político de todos los países; sin embargo, las necesidades y los derechos de los adolescentes no figuran en las políticas públicas. Según datos brindados por la Organización Mundial de la Salud (2017a) la mitad de todos los trastornos de salud mental presentes en edades adultas comienzan a manifestarse a los 14 años, pero no son atendidos. Acompañado de ello, al enfocarnos en México, se resalta el hecho de que en los adolescentes se presentan con mayor frecuencia los síntomas depresivos y las conductas suicidas.

El dato brindado resulta alarmante, la falta de atención a la salud mental de los jóvenes tiene un alto impacto en el desarrollo de los mismos, no sólo por el hecho de que dichos trastornos de salud perduren hasta edades adultas, sino, porque es una etapa de vida en la cual la salud y el bienestar mental es de suma importancia para poder obtener un desarrollo óptimo en las distintas áreas de vida. De igual forma cabe recalcar que la salud mental durante la adolescencia es un factor muy inestable y vulnerable. Como se pudo observar en los alumnos de la Preparatoria 324 su salud mental comienza a ser de gran importancia, comienzan a preocuparse por sus emociones y por su bienestar, de la misma forma, su preocupación por su apariencia y la manera en que los demás los ven comienza a ser un factor que adquiere un alto valor de importancia, lo que puede generar mayor vulnerabilidad en su bienestar mental.

La alta vulnerabilidad que existe en los adolescentes respecto a su salud y bienestar psicológico se debe a la confusión que existe en ellos debido a los cambios que se presentan en su forma de ver el mundo y la manera en que el mundo los ve a ellos. Con esto último pueden ir acompañadas exigencias sociales, mismas que, a su vez, conllevan factores estresantes que el adolescente debe aprender a manejar, de lo contrario pueden dañar su bienestar y salud, tanto física como mental.

[...]el bienestar psicológico y la salud no estarían influidos solamente por la ocurrencia de eventos estresantes, sino que también por características personales que determinan la valoración de tales eventos y por la forma en que los

adolescentes afrontan el estrés experimentado (Barra, E., Cerna, R., Kramm, D. & Véliz, V., 2006, p.56).

Es importante nunca perder de vista que todas las personas son diferentes y basadas en sus capacidades, habilidades e historia de vida, afrontan de manera diferente las dificultades que la vida le plantea. Los factores estresantes y las situaciones complicadas son manejadas de forma única de acuerdo a cada persona. Pueden existir patrones o semejanzas en la forma en que las personas afrontan las situaciones, pero existen factores que algunas personas no pueden manejar o manejan de una manera menos adaptativa que otras.

Fuentes como el Excelsior (2017a) indican que específicamente en la CDMX los principales problemas de salud mental son los trastornos afectivos y emocionales tales como la depresión, la ansiedad y el suicidio.

A la lista de principales problemas se le puede agregar el estrés, una problemática presente no solo en los adolescentes, sino, en la mayor parte de la población mexicana, haciendo del país uno de los que presentan mayores porcentajes, en cuanto a población, con altos niveles de estrés. En el caso de los estudiantes, ellos no son la excepción. por diferentes circunstancias, ya sea sobre carga de labores escolares y extraescolares, o un mal manejo de su tiempo, genera que los alumnos sufran de estrés y con ello de otros padecimientos. Otro factor a tomar en consideración al abordar este tema son las horas de sueño o descanso que emplean los estudiantes. El insomnio o el poco tiempo de descanso es un factor que puede ser considerado como causal de otros padecimientos como estrés y ansiedad, o, en sentido contrario, ser una consecuencia de estos.

Respecto a las horas de sueño, el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (2016) menciona que, debido a cambios hormonales y a la energía empleada en el transcurso del día, los adolescentes requieren un sueño reparador, es decir, descansar lo suficiente para poder funcionar de manera óptima. Para ello, el CONACYT establece entre 8 y 10 horas de descanso como las adecuadas para una persona atravesando por la adolescencia.

Por desgracia estos datos quedan sólo como recomendaciones, la realidad es otra. Los adolescentes suelen dormir entre 3 y 5 horas aproximadamente según información recabada en la Preparatoria 324. Las causas son múltiples, en ocasiones por cuestiones de obligaciones y en otras por decisión propia, pero independientemente de ello, una dificultad importante es la falta de descanso óptimo.

Las personas al atravesar por la adolescencia comienzan a preocuparse en mayor medida por lo que sus terceros piensen de ellos, es en este punto donde la autoestima juega un papel de suma importancia y a su vez está en un proceso de construcción junto con la autoconciencia. Debido a la importancia de la autoestima, esta recibirá un apartado especial más adelante. Ligado a esta construcción de autoestima y autoconciencia, se debe mencionar la presencia de una exigencia y expectativa social.

Con todo lo anteriormente mencionado, algunos autores hacen referencia a una *crisis* que toma lugar en el transcurso de la adolescencia. Dicha crisis está fundamentada bajo las dificultades psicológicas y los cambios drásticos que viven los adolescentes. Al respecto, Petrovski (1979) hace referencia a los estudios realizados por Margaret Mead quien tras estudiar a los adolescentes de Samoa demostró que era inconsistente la idea de la *crisis* y mostró que su condicionamiento es social. El mismo autor comenta que es debido a las normas y expectativas que se tienen de los jóvenes, ya como adultos, que se genera esta llamada *crisis*.

Retomando lo dicho, y haciendo énfasis en algo ya mencionado, debemos ahondar en las dificultades sociales ligadas de manera bidireccional con las dificultades psicológicas, para ello se hará uso del siguiente apartado.

2.2 Dificultades Sociales

Con respecto al apoyo y el desenvolvimiento social, se considera que el sentimiento de ser apreciado por otras personas y de pertenecer a una red social tiene un alto efecto en el bienestar y la salud, ya sea directamente o a través de otros procesos psicológicos. El apoyo social y la existencia de buenas relaciones puede ser especialmente importante en momentos de estrés, influyendo de modo benéfico tanto en la valoración como en el

afrontamiento de las situaciones estresantes (Barra, 2004; citado en Barra, Cerna, Kramm, & Véliz, 2006).

Debido a los cambios que vive el adolescente y a las características particulares que ha adquirido y que busca en sus iguales, se puede tornar complicado el establecer relaciones o amistades con terceras personas. En palabras de González (2007), debido a las características tan definidas en la persona, puede resultar difícil *mezclarse* socialmente. Dicha situación se torna aún más complicada cuando se habla de establecer relaciones o redes de apoyo con los adultos.

Mirar a los adolescentes y jóvenes desde el mundo adulto, implica correr el riesgo de equivocarse o malinterpretar signos y símbolos cuyos significados cambian (y han cambiado), por los acontecimientos históricos y sociales que llenan las distancias entre “nuestra juventud” y la época actual (Donas, 2001, p. 23).

La situación de cómo los adultos ven a los jóvenes llega a ser una problemática tanto para los jóvenes como para los mismos adultos. Debido a las expectativas que tiene cada uno con respecto del otro se generan relaciones pobres y con tensiones constantes. Dentro de la Preparatoria 324, la relación de los adolescentes con los adultos es un factor productor de problemáticas para los adultos que trabajan ahí y para los alumnos. Los alumnos se sienten con el compromiso de cumplir con las expectativas planteadas por sus padres o tutores y por los mismos profesores de la escuela. Los alumnos comentan que ello es un problema constante para ellos pues las exigencias aumentan, pero ellos consideran que la manera en que son vistos no mejora en ningún momento; en otras palabras, consideran que no existe un balance entre las exigencias y los privilegios que se les brindan, lo que genera conflictos tanto internos como relacionales.

En palabras de Petrovski (1979) la manera de relacionarse con los adultos es un factor importante en el desarrollo del adolescente y su desenvolvimiento social. El autor menciona que Kurt Lewin en sus estudios hace énfasis en el hecho que el adolescente tiene

la tendencia de pasar al grupo de los adultos y de gozar de algunos de sus privilegios que no poseen los niños; sin embargo, los adultos aún no lo aceptan y por eso queda en una posición intermedia entre los grupos. Dicho de otra forma, los adolescentes sienten cierta desadaptación pues ya no pertenecen al grupo de los niños, pero no son del todo considerados como adultos por no cumplir aún con algunas exigencias de tal mundo adulto. Otro factor importante es el *poder* que tienen los adultos sobre los niños, mismo que comienza a verse reducido, o, más bien, retado, conforme los niños entran a la etapa de la adolescencia y comienzan a exigir mayor independencia. “El adulto está acostumbrado a dirigir y controlar al niño, costumbre difícil de romper” (Petrovski, 1979, p. 133).

De igual forma, los jóvenes latinoamericanos tienen grandes desafíos en diferentes áreas como son políticas y de ciudadanía, de la exclusión, de la inclusión, de los valores y de la desesperanza en el futuro; además se deben de tomar en cuenta que algunos de los problemas sociales en la adolescencia provienen del ámbito familiar, es por ello que anteriormente se mencionó la importancia para el desarrollo del adolescente (Aliño, López & Navarro, 2006).

De manera general, lo dicho puede encuadrar en lo mencionado por Fromm (1964) al hablar sobre el amor a la vida. El autor menciona que dicho amor se desarrollará más en una sociedad en que haya: seguridad en sentido que no existan amenazas ante las condiciones materiales básicas; justicia en cuanto a que nadie debe ser un fin para propósitos de otra persona; y libertad en tanto que toda persona debe tener la posibilidad de ser un miembro activo y responsable de la sociedad.

Como se mencionó anteriormente, la autoestima, junto con la violencia, los problemas familiares, embarazos tempranos y situaciones escolares, son temas que representan dificultades tanto en el desarrollo, como en la convivencia para los adolescentes. Esto se pudo observar con los alumnos de la Preparatoria 324 ya que los temas previamente dichos fueron de gran interés para ellos ya que querían conocerlos y realizar actividades para comprenderlos mejor.

2.3 Ejemplos

La situación que viven los adolescentes, así como las personas en otras etapas de la vida, se ha visto rodeada de dificultades de distintos tipos, como ya se mencionó en el capítulo previo. Debido a que ninguna situación de vida, por más que lo pueda parecer, es igual, el abarcar temas de dicho ámbito requeriría un trabajo mucho más amplio y exhaustivo, resulta prudente contextualizar o enfocarse en algunos, mismos que predominan en el sector adolescencia estudiado en el presente trabajo. Partiendo de dicha idea, las dificultades predominantes que se abordan son la violencia, problemas familiares, dificultades relacionadas con la autoestima y la escolaridad, y los embarazos a temprana edad. Mismas dificultades que a su vez se dividen en diferentes tipos y varían según la persona y su situación de vida

2.3.1 Violencia

De inicio es importante tener una definición clara de lo que se considera como violencia. La OMS (2017b) la define como el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o incluso muerte.

Álvarez y Urzúa (2017) mencionan que la violencia infantil atenta contra los derechos más básicos de niños, niñas y adolescentes, es un problema que afecta a la sociedad perjudicando el contexto familiar, escolar y comunitario, violentando los derechos de quienes son víctimas, dejando consecuencias que dañan la salud física y psicológica, así como su desarrollo emocional y social.

Tonon (2001; citado en Álvarez & Urzúa, 2017) menciona distintos tipos de violencia intrafamiliar en los niños y en los adolescentes:

Maltrato físico: Son los actos cometidos por los padres o los tutores que generan lesiones físicas temporales o permanentes, se incluyen también los niños que sean testigos de violencia intrafamiliar.

Abuso sexual: Implica cualquier tipo de placer sexual con un menor por parte de un adulto, pueden ser desde la exhibición sexual del adulto, tocamiento, hasta la violación, siendo el infante el objeto de excitación sexual.

Maltrato psicológico: Es ocasionado cuando los padres o tutores no brindan la atención necesaria para los niños o adolescentes, incluyendo actos como la denigración, la ridiculización, las amenazas, la intimidación, la discriminación, el rechazo, entre otras formas de trato hostil.

Abandono físico: Es aquella omisión cuando los padres no cubren las necesidades básicas fisiológicas y de seguridad del niño.

Entre los factores de violencia como una dificultad para los adolescentes no se debe tomar en consideración sólo los actos violentos directos en contra de ellos. La violencia presente dentro de la sociedad genera un desequilibrio emocional en las personas inmersas en esta, y, con ello, en los adolescentes.

Esta juventud vive atemorizada, porque la época que nos toca vivir es de mucha violencia, donde hoy un estudiante universitario, por el solo hecho de ser estudiante, es considerado en muchos casos como un guerrillero y es obligado a soportar toda clase de privaciones. Por otra parte, digo que está atemorizado, porque no sabe si cada día que le toca vivir va a regresar a su casa, debido al elemento subversivo al que se enfrenta nuestro país (Anónimo, 1973; citado en Ciprian, Musteikis, Varillas & Vargas, 2014, p. 21).

Lo dicho por un alumno argentino en una encuesta respecto a la violencia nos da una idea de la manera en que los jóvenes perciben la situación en sus contextos. A pesar de ser un escrito de años anteriores y de una región latinoamericana que no es México, parece ser que la situación y las ideologías se repiten hoy en día en el contexto mexicano. Los

alumnos viven con un constante miedo por la situación del país, en donde la violencia, el maltrato, las muertes, se han vuelto algo común y hasta cierto punto *normal*.

A pesar de parecer un tema desligado con el desarrollo de los adolescentes, debe considerarse como un factor de deterioro emocional y un factor de influencia en los comportamientos de los jóvenes, generando en ellos conductas violentas. De la mano con dicha situación, resultados obtenidos por Ruiz, Ramos, Martínez y Musitu (2010) indican que los adolescentes más agresivos en sus diferentes manifestaciones, tienen un peor ajuste psicosocial, una actitud más negativa hacia la autoridad institucional y una actitud más positiva hacia la transgresión de las normas.

Retomando lo dicho, se debe considerar la delincuencia como uno de los problemas de la violencia juvenil en América Latina representada como una forma de inadaptación social y al producirse esa anomalía se da un desafío a la misma sociedad y a su normativa de convivencia. Uno de los factores con los que se vincula esta problemática es la falta de vida hogareña, esto en función de la relación familiar, dejando ver su desestructuración (Salazar, Torres, Reynaldos, Figueroa & Araiza, 2010).



Figura 3. Alumnos de la Escuela Preparatoria 324. Foto tomada el 30 de marzo de 2017

2.3.2 Problemas familiares

Como se ha mencionado a lo largo del escrito, la familia es uno de los grupos esenciales para el desarrollo adecuado de los niños y los adolescentes. Dentro de la Preparatoria 324 es uno de los temas con más demanda por parte de los alumnos, ya que consideran requiere de atención personalizada. Se identificaron problemas de comunicación y esto afecta a los alumnos en cuanto a nivel académico, así como, emocional. Es de igual importancia recalcar el factor que se encuentra presente en gran medida en las sociedades actuales, éste es el de la presencia de familias monoparentales. No debemos considerarlo como un problema o dificultad, sino como un factor de riesgo.

Gómez, (2008) menciona que la familia como grupo primario es aquella en donde se adquieren las normas, valores, derechos, obligaciones y roles que serán los que definirán el papel que se desempeñará en un futuro. Es por ello que la calidad de las relaciones que el niño genere con su familia serán las que modifican sus modelos cognitivos.

Bajo esta misma idea, González (2007) señala que la tolerancia, la capacidad para enfrentar situaciones y la capacidad de comunicarse son, entre otras, las habilidades que el niño desarrolla en contacto con su familia y que tendrán una importante expresión en la adolescencia, ya que los jóvenes por vez primera, y buscando su autonomía, expresarán hacia el mundo como han sido sus relaciones familiares.

La expresión de sus relaciones familiares no debe entenderse como algo literal, no conlleva, aunque sucede, el que el joven exprese abiertamente a los demás cómo son las relaciones que se integran en su hogar; mejor dicho, lo que debe tomarse en consideración es la manera en que los adolescentes se relacionan con terceras personas y cómo afrontan las situaciones complicadas que se les presentan. La manera en que los adolescentes actúan en sus distintos contextos suele ser un reflejo de lo que les es inculcado en el hogar.

El ciclo vital de la familia debe ser visto como un proceso dinámico, es decir, dentro del cual pueden, o deberían existir cambios constantes. Dentro del mismo, Pineda (2002) menciona están presentes las crisis transitorias o evolutivas, que conllevan cambios en los

roles y en la dinámica familiar, son ejemplos: el nacimiento de los hijos, la muerte de uno de sus miembros, el matrimonio y la separación de los hijos.

A estos ejemplos, es prudente agregar el paso de los hijos por la adolescencia, debido a que, por igual, es una situación que exige modificaciones en la dinámica familiar, llevando a que dichas modificaciones pueden llegar a ser conflictivas, o, por otro lado, el no existir tales modificaciones es lo que genera los conflictos.

Con lo descrito, y entendiendo que el paso por la adolescencia es un proceso de entre varios que la familia debe atravesar, se puede hacer mención a las palabras de Pineda (2002), las cuales resultan acertadas al hablar de la adolescencia como una etapa catalizadora de dificultades debido a las modificaciones que conlleva dentro de la dinámica familiar y que en ocasiones se presentan de manera conflictiva.

La adolescencia debe entonces dejar de ser satanizada dentro del proceso de la familia, no puede ser vista como una etapa problemática y con ello catalogar a los adolescentes como causantes de desestructuraciones familiares o problemas de la misma índole. Incluso, las problemáticas que llegan a presentarse en las familias no deben ser abordadas como problemas de alto impacto cada que se presentan, de hecho, como menciona Oliva (2006), las problemáticas en el hogar, al ser bien abordadas y resueltas de una manera democrática, ayudan a que los jóvenes adquieran habilidades en la solución de problemas.

Dentro de la familia, al atravesar por la adolescencia, es importante que los padres tengan ciertas habilidades para el manejo de las situaciones que se pueden presentar con sus hijos adolescentes. Las problemáticas, como se ha dicho, no se pueden atribuir solamente a los adolescentes como los causantes; por el contrario, un pobre desempeño por parte de los padres puede llevar a situaciones complicadas dentro de la familia. Cervantes (2017) habla al respecto al decir que la pobre habilidad de los padres para apoyar a sus hijos lleva a conflictos en cuanto a la comunicación, los hijos evitan relacionarse con los padres y eso lleva a los padres a frustrarse más, haciendo así que el problema empeore.

Parte de las dificultades que se presentan en la relación entre padres e hijos se encuentran estructuradas por la búsqueda de autonomía de los adolescentes, un tema que ya ha sido abordado. Los adolescentes buscan una mayor aceptación e implicación en los asuntos familiares y buscan una mayor independencia; sin embargo, en muchas ocasiones los padres no consideran que sus hijos estén listos, por lo que los retienen y ante ello los jóvenes se llegan a sentir sofocados e invadidos en tanto a su espacio personal.

Las reacciones negativas de los padres ante el proceso de autonomía del hijo adolescente tienen diversas explicaciones: los padres todavía se sienten útiles para su hijo y el deseo de autonomía de éste les desilusiona; creen conocerle bien, y temen dejarle indefenso para afrontar la vida; los años de convivencia durante la niñez les impide darse cuenta de que su hijo ha cambiado y que hay que tratarlo de otro modo, abandonando los estilos autoritarios en favor de otros más democráticos. (Lutte, 1991; citado en Montañés, Bartolomé, Montañés y Parra, 2008, p. 394).

Una situación como la antes expresada, en la que los padres tienen dificultades en permitir a los hijos adolescentes buscar su autonomía, lleva a problemas relacionales y barreras de comunicación. Un ejemplo claro de ello se percibe en el último año de prepa en donde algunos alumnos se encuentran indecisos respecto a los estudios o actividades que realizarán tras terminar el bachillerato. Tal confusión se presenta en la Preparatoria 324 debido a que los alumnos se encuentran en una difícil decisión entre elegir lo que ellos quieren para su futuro o lo que sus padres esperan de ellos. Las barreras de comunicación son muy comunes debido a dicha situación, a su vez, estas barreras y complicaciones intrafamiliares son de suma importancia para atender debido a que generan que los adultos pierdan su posibilidad de influir en el adolescente en una etapa que es trascendental y que requiere de mucho apoyo, en especial de la familia.

Al hablar de las relaciones padres-hijo, Estévez, Musitu y Herrero (2005) mencionan que derivado de una mala relación entre los padres y sus hijos puede generarse

en el adolescente un esquema de víctima, al ver a los padres como figuras amenazantes, entonces el adolescente se ve a sí mismo como alguien débil, siendo este sentimiento algo que lleva a otras áreas de vida.

Como se puede ver, la mayoría de las dificultades se encuentran entrelazadas. A partir del último párrafo se puede percibir una relación entre las relaciones presentes en la familia y la estructuración de la autoestima del adolescente, lo que nos lleva a hablar de otro tema clave, la autoestima y autovaloración durante la adolescencia.

2.3.3 Autoestima y habilidades sociales

La autoestima es una actitud hacia uno mismo, busca desarrollar una actitud positiva, además de incluir las actitudes a sí mismo, las expectativas que tiene una persona de ser capaz de ser exitosa en lo que tiene que hacer.

Basados en un enfoque humanista, la autoestima se convierte en el punto de partida en pro del desarrollo humano. Esta puede ser definida como la valoración de sí mismo y el amarse aceptando las fortalezas y limitaciones que se poseen, a fin de que las personas reconozcan que la responsabilidad de tomar control sobre sus vidas es meramente personal y que asuman las consecuencias de las decisiones que toman, así como a que trabajen en pro de un mejoramiento personal que encamine hacia la autorrealización (Rivera & Garza, 2016).

Rogers (1992, citado en Salazar & Uriegas, 2006) menciona que el ser humano vive en el constante proceso de convertirse en persona, así como en la búsqueda de desarrollarse a sí mismo, de ser cada vez más libre, auténtico y congruente, para así convertirse en el ser que es. Es por ello que surgen distintas interrogantes que se relacionan con la identidad de cada persona ¿Quién soy? ¿Cómo puedo llegar a ser? por mencionar algunas. En la autoestima existen distintos componentes para llegar a ella, uno de ellos es la escalera de la autoestima de Rodríguez (1988), misma presentada en la Figura 4, se enfoca en la conclusión de cada uno de los peldaños para poder llegar a la satisfacción total del ser.



Figura 4. Escalera de la autoestima recuperada de

https://senaintro.blackboard.com/bbcswebdav/institution/semillas/DOLCA_PRESENCIAL/Escala%20del%20Autoestima.pdf

La autoestima resulta de suma importancia en el desarrollo integral de las personas, desde la infancia, la estructuración de una autoestima óptima ayuda a generar mejores habilidades de socialización y solución de problemas, de igual forma, una buena autoestima ayuda a prevenir enfermedades psicosomáticas y malestares emocionales, los cuales, a su vez, llevan a un desequilibrio en el bienestar físico, emocional y social. La baja autoestima también se ha visto relacionada con problemas relacionales, tanto como una consecuencia, así como, un causante de estos. La familia es un apoyo importante para la creación de una alta autoestima pues es la primera referencia social que las personas obtienen sobre ellos mismos, así, al ser vistos como parte importante del grupo, los niños y jóvenes comienzan a adjudicarse una imagen positiva sobre sí mismos.

Mientras que las personas con alta autoestima, como ya se ha mencionado, son capaces de resolver situaciones complicadas, entablar buenos lazos afectivos y relacionarse de una manera óptima; por otro lado, las personas con baja autoestima, su lenguaje corporal refleja tristeza, se sienten indignas de ser amadas y respetadas, son débiles de carácter, no toman decisiones por sí mismas, son indecisas, pesimistas, se aíslan, no confían en sus fortalezas y sí enfatizan sus debilidades, son hipersensibles a la crítica de los demás, entre otras características que complican su desarrollo personal basado en las relaciones que tienen. Las personas al ser naturalmente sociales pueden llegar a sufrir complicaciones

cuando dichas relaciones no son manejadas de buena manera o, en otras palabras, no son fructíferas para su desarrollo personal. Dicha situación es la presente en personas con baja autoestima, siendo por ello, un problema importante a tratar.

La autoconciencia y la autovaloración de los niños menores de edad reproduce la valoración recibida por los padres u otros adultos, sin embargo, cuanto mayor se hace el niño, en mayor medida su conducta se reorienta de la valoración dada por terceros, a la autovaloración (Petrovski, 1979).

Dicha autovaloración comienza a verse en los adolescentes en el transcurso de formación de una personalidad propia y la búsqueda de relaciones que le asignen valor y prestigio. En la Preparatoria 324 y en general en el resto de las preparatorias esto se puede reflejar en la forma en que los alumnos buscan sobresalir en distintas actividades como los deportes, la música o incluso sólo de manera social al sentirse *populares*.

El adolescente recurre al análisis de su personalidad como a un medio necesario para organizar las interrelaciones y la actividad, de igual forma para lograr objetivos significativos tanto para su presente como para su futuro. Los adolescentes comienzan a prestar mayor atención en cualidades que los definen y distinguen de entre los demás, con ello también se presenta una atención aumentada hacia sus defectos, sintiendo la necesidad de eliminarlos.

Ya que la autoestima depende de muchos factores, entre los cuales se encuentra el factor social, Petrovski (1979) menciona que a los adolescentes les resultan especialmente importantes las cualidades de las que dependen el prestigio y la popularidad entre sus pares.

El mismo autor comenta que existen dos modos de autovaloración. Uno consiste en comparar el nivel de sus pretensiones con el resultado obtenido y el segundo camino es la comparación social, es decir la confrontación de las opiniones que sobre él tienen los terceros. Dicha autovaloración se encuentra acompañada por la autorreflexión juvenil, la cual se constituye por dos partes, una la conciencia del propio *yo* y otra la conciencia de su posición en el mundo.

Tal como lo menciona Petrovski (1979) la autoestima es una generalización de la autovaloración acompañada de la autorreflexión. Ya que han sido explicados ambos términos se puede hacer una símil con los comportamientos presentes en los alumnos de la Preparatoria 324 en donde el interés por su estatus social es un factor clave relacionado con su desempeño como persona integral. Los esfuerzos de los adolescentes por conseguir un papel dentro de su círculo social, en ocasiones se ven frustrados, lo que los lleva a sentir malestares emocionales y ciertas inseguridades consigo mismos. Dichas dificultades conllevan a problemas relacionados con el ámbito estudiantil, los jóvenes comienzan a dudar de sus capacidades y se presenta otra dificultad en la adolescencia, la escolaridad.

2.3.4 Escolaridad

Una vez dentro de la adolescencia los jóvenes comienzan a tomar conciencia y a dar mayor peso e importancia a los aspectos educativos y a las actividades relacionadas con los estudios en sus diferentes ramas. La escuela, desde pequeños, es una fuente de conocimiento y de aprendizaje en general en donde las personas se desarrollan, siendo esta un pilar que acompaña a la familia en el desarrollo de las personas en las distintas áreas y etapas de su vida.

La escuela no sólo aporta una amplia gama de oportunidades para el aprendizaje, de igual forma es una oportunidad para incrementar la red social de las personas, conocer y entablar nuevas amistades y aprender de las distintas formas de pensar de la gente inmersa en este círculo.

En palabras de Petrovski (1979) para los adolescentes la educación no se reduce a las lecciones de 45 minutos o más, sino también involucra una situación de comunicación con sus condiscípulos y el o los maestros, acompañada de una multitud de actos significativos, valoraciones y vivencias. Con respecto a ello, una de las problemáticas esenciales que se presentan en la educación al referirse a la adolescencia es el cambio en el tipo de profesores y la cantidad de los mismos. Los alumnos usualmente se acostumbran a tratar con uno o dos profesores, lo que les facilita la comprensión de las clases e incluso la formación de lazos relacionales que optimizan la misma; sin embargo, al momento de enfrentarse a una mayor cantidad de profesores comienzan a generarse dificultades para

adaptarse a las distintas actitudes y aptitudes de los profesores e incluso para comprender los materiales debido a un disgusto personal hacia el profesor, de igual forma resulta complejo el acomodo y uso de tiempos en el transcurso del día pues las tareas son ahora más elaboradas y aumentan en cuanto a cantidad se refiere, eso sin dejar de lado que es usual que los adolescentes realicen actividades extracurriculares.

Dentro de la Preparatoria 324 se presentan casos como el antes mencionado, en donde los alumnos tienen complicaciones para acomodar sus tiempos de tal manera que puedan acudir a sus actividades extracurriculares, acudir a sus clases, realizar las tareas de las clases y aun tener tiempo para su desenvolvimiento social y personal. A su vez, al hablar con los alumnos, ya que cada uno es diferente y con ideas y gustos diferentes, sucede que tengan preferencia hacia algunos maestros debido a lo que les enseña o debido a que comparten ideas, de la misma forma en ocasiones mencionan no sentirse del todo cómodos o sienten no aprender del todo con algunos maestros.

Aunado a lo anterior, se puede comprender que el rol del educador es de suma importancia, se encuentra en manos de ellos que los alumnos se mantengan interesados en la clase y que desarrollen sus habilidades de manera óptima. Ya que la adolescencia es una etapa en la que los jóvenes comienzan a estructurar su personalidad y comienzan a adquirir nuevas ideas y gustos, los profesores deben aceptar las opiniones de los jóvenes y dejar que ellos se expresen sin sentirse juzgados, esto sin dejar que las cosas se salgan de sus manos pues los adolescentes pueden llegar a ser problemáticos si se le da la oportunidad. El educador no solo funge como alguien que transfiere conocimiento, en esta etapa de la vida, para los adolescentes el profesor puede llegar a convertirse en una guía emocional, una persona de confianza e incluso en un ejemplo a seguir, de la misma forma, ayudan a que los jóvenes exploten su potencial y sus gustos y mejoren en lo que más se les complica.

Es importante que dentro de la educación de los jóvenes no se busque encasillarlos dejando de lado sus gustos o cualidades para hacerlos encajar en un sistema educativo predeterminado. Todas las personas, jóvenes y adultos, poseen cualidades y gustos diferentes que pueden ser usados en diferentes aspectos de la vida aun cuando estas cualidades no encajen dentro del sistema escolar o no les haga sobresalir en el mismo.

[...] en un curso hay por lo general un grupo de adolescentes capaces, pero que trabajan mal en clase y cuya inclinación a la actividad intelectual, seriedad, capacidad de comprensión, aptitud para trabajar prolongada y concentradamente, pasión por la actividad cognoscitiva provechos no se manifiestan en la asimilación de los temas de estudio (Petrovski, 1979, p. 164).

Las habilidades de los jóvenes pueden verse reflejadas en otras áreas de la vida en donde también se pueden encontrar otra clase de educadores. Tal situación es comúnmente presenciada con los alumnos que practican algún deporte, tocan algún instrumento o se desempeñan en algún tipo de actividad artística. A pesar de permitir y ayudar a que los jóvenes se desempeñen en sus áreas de interés, aun así, se les debe apoyar y guiar para esforzarse en los programas de estudio planteados. Muchos de los problemas relacionados con la escolaridad se presentan debido a la falta de interés por parte de los jóvenes, generando así que no se presenten a sus clases, que no hagan la tarea o incluso que abandonen la escuela.

Un dato brindado por United Nations International Children's Emergency Fund (2016; citado en El Financiero, 2016) en México, 4.1 millones de niños y adolescentes no van a la escuela, adicionalmente, más de 600 mil están en riesgo de abandonar las aulas. Las razones para que esto suceda son múltiples, dentro de ellas se encuentran situaciones económicamente desfavorecedoras, problemas en casa, problemas relacionales o desinterés por los estudios.

Al considerar los factores que llevan a los jóvenes a abandonar los estudios o a tener dificultades con ello, se encuentra otro tema importante a tratar entre las dificultades que se presentan en la juventud actual, los embarazos a temprana edad.

2.3.5 Embarazos tempranos

La educación sexual, es una responsabilidad en conjunto con la sociedad, ya que los adolescentes se encuentran en un punto de vulnerabilidad que está en función de su historia, incluyendo si poseen conocimientos sobre salud sexual y reproductiva. Es por ello que la poca información en los jóvenes y adolescentes sobre salud sexual y reproductiva, conlleva a que se presenten los embarazos no deseados, cambios frecuentes de parejas, así como las infecciones de transmisión sexual.

Rodriguez, Sanabria, Contreras y Perdomo (2013) mencionan que la transición de la juventud a la edad adulta en Cuba se vio altamente acelerada, afectando la autosuficiencia económica de la sociedad, en particular con la formación de los adolescentes, modificando sus acciones para su realización personal y profesional.

Existe una constante en los embarazos adolescentes que involucra el nivel socioeconómico, según el estudio de Stern (2004), donde el autor menciona que las adolescentes de una clase social baja son más propensas a tener un embarazo antes de los 15 años de edad, así como a abandonar los estudios básicos, mientras que una adolescente de clase media logra concluir sus estudios básicos sin aspirar a una educación superior, pensando únicamente en tener una familia y casarse; por otro lado, mencionan que las adolescentes de clase alta son más “conscientes” acerca de su educación sexual, así como de su situación académica.

Como datos brutos, el titular de la Secretaría de Salud, José Narro Robles (2017; citado en Excelsior, 2017b), comentó que a pesar de que la cifra de nacimientos en adolescentes se redujo de 11 mil a 9 mil 500 casos en los últimos dos años, el tema se mantiene como una tarea pendiente. Dicha situación ha sido abordada por las distintas autoridades y organizaciones mexicanas, pero no ha sido suficiente debido a que existe la falta de acceso a anticonceptivos en distintas zonas rurales del país, a su vez, en algunas situaciones, a pesar de existir el acceso a métodos anticonceptivos, la educación en el uso de ellos es nula o mínima, por lo que los embarazos a temprana edad siguen sucediendo.

En nuestro país, según datos brindados por el Excelsior (2017b), el 23 por ciento de las y los adolescentes inician su vida sexual entre los 12 y 19 años. Dicha situación se vuelve alarmante al considerar que, de estos, 15 por ciento de los hombres y 33 por ciento de las mujeres no utilizaron ningún método anticonceptivo en su primera relación sexual, lo que se puede relacionar con falta de información y educación sexual, sin caer en generalizaciones pues en ocasiones la información la conocen, pero hacen caso omiso de la misma. Esta situación ha llevado a México a ser el primer lugar en casos de embarazos en la adolescencia. Debe tomarse en consideración que los datos estadísticos en cuanto a embarazos en la adolescencia y nacimientos en la adolescencia no son iguales, lo que lleva a tomar en consideración la existencia de abortos o incluso de situaciones de complicaciones durante el parto, tanto para el neonato como para la madre.

A pesar de la existencia de datos brindados como los anteriores se debe tener en mente lo mencionado en el transcurso del presente trabajo, todas las personas son diferentes. Los datos sirven como un panorama bajo el que se pueden observar a las personas, pero no son algo definitivo ni determinante. La situación varía entre cada persona basándose en diferentes características y singularidades. En el caso de la Preparatoria 324 se encontraron situaciones de adolescentes que están por ser madres o el caso de adolescentes que ya lo son, una situación que les es necesario hablar y buscar un apoyo para ello pues ha dificultado su andar por la adolescencia en cuestiones académicas o incluso sociales y familiares.

3. LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

Por psicología humanista se entiende la tradición de la disciplina psicológica que se fundamenta y estructura en ideas y principios existenciales. Dicha definición resulta altamente insuficiente, es por ello que para comprender la psicología humanista debemos partir de principios básicos. Como punto de partida se puede tomar lo dicho por Corchado (2016) al mencionar que el humanismo puede ser entendido como toda filosofía que busque explicar la esencia misma del ser humano. Algo bastante amplio para abordar, por lo cual se requiere contextualizar el punto de partida de dicha tradición, es decir, el surgimiento de la psicología humanista.

3.1 Surgimiento

Para obtener una mayor comprensión de las razones del surgimiento de la Psicología Humanista se debe contextualizar, históricamente hablando, la situación que se vivía. Dicho lo anterior, la Psicología Humanista surge como una revolución cultural en una época de post-guerra. Partiendo de hechos violentos, en particular el bombardeo a Hiroshima, la humanidad queda con un miedo a la muerte y una guerra nuclear inminente, lo que genera complicaciones dentro del desarrollo social de las personas y modificaciones en la manera de pensar y ver al mundo. El paradigma en proceso de surgimiento parte de una idea de integrar dentro de la ciencia psicológica un enfoque un tanto más filosófico centrado en el humano como *ser libre*. Al hablar de la Psicología Humanista sustentada en la filosofía es necesario esclarecer que no radica en cualquier filosofía sino en la filosofía existencialista y en ideas de autores como lo fue Jean Paul Sartre. Una característica importante de dicha escuela filosófica es la propuesta de considerar a la patología mental como una consecuencia social.

De manera más concreta, en palabras de Riveros (2014), la Psicología Humanista nace oficialmente en U.S.A. en 1962, cuando un grupo de psicólogos y pensadores progresistas de la época declaran su voluntad por desarrollar un enfoque nuevo que fuera más allá de los determinismos y la fragmentación de los modelos vigentes, es decir, el Psicoanálisis y el Conductismo; se buscaba entonces desarrollar una nueva psicología que se

ocupara de la subjetividad y la experiencia interna, de la persona como un todo, sin fragmentaciones como la conducta o el inconsciente.

Particularmente al distinguir a la Psicología Humanista del Psicoanálisis, Corchado (2016) recalca algunas diferencias particulares, mismas que a su vez son características importantes de la Psicología Humanista, entre las cuales se encuentran las siguientes:

1. Tomar al hombre como más que una simple suma de sus partes. Con ello se entiende que el hombre no puede ser reducido a una simple suma o cúmulo de funciones, por el contrario, debe ser tomado como algo que va más allá de ello.

2. El hombre se desempeña y desarrolla dentro de un contexto humano. El humano es un ser biopsicosocial, siendo así que no puede excluirse de la relación con el exterior y, por ende, con otras personas. Por ello, a pesar de ser un sí mismo, forma parte de una relación continua.

3. El hombre es consciente, es decir, la conciencia forma parte del humano como ser y a su vez es consciente de lo que le rodea y la interacción que con ello conlleva.

4. El hombre tiene capacidad de elección, lo que lo hace partícipe activo de sus experiencias, no es tan solo un espectador de los sucesos que acontecen en su vida.

5. El hombre es intencional, sobre lo cual edifica su identidad. Punto relacionado con su estado consciente. Las acciones del hombre llevan una intención o dirección debido a la misma consciencia de dichos actos.

Retomando lo mencionado, se debe resaltar que la Psicología Humanista nace como una nueva opción en cuanto a la psicoterapia, dando la oportunidad de no quedar encuadrada entre el psicoanálisis y el Conductismo. Por ello mismo es que la Psicología Humanista recibe también el nombre de Tercer Fuerza. Esta tercera opción, por así decirlo, no implica la negación de las otras dos, la Psicología Humanista no busca desprestigiar a ninguno de los otros dos paradigmas, simplemente busca una visión más amplia en la manera de abordar al ser humano como persona libre.

Es en el año 1962, como menciona Corchado (2016), que la Psicología Humanista alcanza mayor madurez al fundarse la AAHP, es decir la Asociación Americana de Psicología Humanística, por sus siglas en inglés. Partiendo de ahí, dicha corriente psicológica se ha desarrollado en diferentes ámbitos, pero bajo las mismas características.

Bajo el panorama presentado anteriormente, distintos autores han abordado dicha rama de la psicología dándole aplicación en diferentes ámbitos sociales. En cuanto a la terapia y tratamiento en diferentes situaciones, se debe dar el enfoque principal a lo brindado por Carl Rogers al otorgar como herramienta el uso del Enfoque Centrado en la Persona.

3.2 Rogers y la Psicoterapia Centrada en la Persona

Carl Rogers debe recibir mérito por sus múltiples aportaciones a la Psicología Humanista, siendo incluso el pionero, o uno de los pioneros, en la implementación terapéutica de dicha rama. En palabras de Duque (2001) entre 1950 y 1952 Rogers utiliza la denominación Terapia Persona a Persona, y es en este momento en el cual empieza a implementar la filosofía existencial en su abordaje terapéutico, y señala la importancia del carácter personal y místico de la relación terapéutica, y la concepción de ésta como una relación profunda entre dos personas.

Como parte de dicho proceso terapéutico, Rogers resalta en múltiples ocasiones la importancia de una relación más humana entre el terapeuta y el cliente. Aunado a esto, debe tenerse en mente que dicho proceso busca no ser directivo, a diferencia de otras terapias en las cuales el terapeuta toma las riendas del proceso y busca avanzar en una dirección establecida previamente. La no directividad de la terapia centrada en la persona ayuda a que el cliente pueda encontrar el camino mediante sus propias herramientas para solucionar el problema, o en su defecto, entenderlo de una mejor manera poniendo a la luz los sentimientos y emociones que dicho conlleva.

En este sentido, Merry (1999; citado en Gillon, 2007a) menciona que un *counsellor*, o terapeuta, nunca intenta tomar control sobre las experiencias del cliente mediante el diagnóstico de desórdenes psicológicos o introduciendo en el cliente ideas de cómo debe

lidiar con los problemas que se le presentan. Siempre se debe ver al cliente como el experto de su propia vida y respetar su autonomía en cuanto a la toma de decisiones. Llevar a cabo el proceso de dicha forma ayuda a que las personas no se sientan bajo presión o juzgadas de alguna forma, generando así un ambiente de confianza entre el terapeuta y el cliente. Dicha situación se podía ver presente en el proceso llevado a cabo en la Preparatoria 324, los jóvenes comentan sentirse libres de expresar lo que pensaban o sentían sin temor a ser juzgados, lo que a su vez los llevaba a reflexionar de dichas situaciones sin sentir que hablaban con alguna autoridad que les pudiera anteponer sus propias ideas y/o pensamientos.

Lograr lo antes mencionado, es decir, que las personas logren encontrar un camino bajo sus propias herramientas e ideas teniendo conocimiento de sus emociones y de sí mismas como personas, resulta de suma importancia para su desarrollo. Más concretamente dicho, Rogers (1997; citado en Corchado, 2016) menciona que para que una persona viva en un proceso de desarrollo, búsqueda de sí misma y bienestar personal, resulta crucial que sea consciente de sus emociones, sentimientos y valores.

Para que un cliente logre el cambio, Rogers (1957; citado en Gillon, 2007a) menciona que existen seis condiciones que considera necesarias y suficientes, mismas que se enlistan a continuación:

1. Dos personas se encuentran en contacto psicológico.
2. La primera persona, a quien se le llama cliente, se encuentra en un estado de incongruencia, siendo así vulnerable.
3. La segunda persona, a quien se le llama terapeuta, es congruente.
4. El terapeuta experimenta aprecio positivo incondicional hacia el cliente.
5. El terapeuta presenta comprensión empática por el marco referencial interno del cliente y busca expresar la misma.

6. La comunicación por parte del terapeuta con respecto a la empatía y el aprecio positivo incondicional se debe alcanzar de una manera mínima, evitando sobrepasar un cierto límite.

Dentro de las seis condiciones necesarias se hallan tres cualidades a las que se denominará como claves y que deben ser desarrollados uno a uno. Dichos puntos son en realidad tres actitudes básicas que Rogers plantea para promover la convivencia, los valores y el desarrollo, mismas que a su vez son los pilares para llevar a cabo de manera óptima la terapia centrada en la persona.

La primera actitud es el **aprecio positivo incondicional**. Corchado (2016) menciona que un aprecio positivo incondicional no juzga ni sanciona las actitudes y creencias de otro, en su lugar, trata de entender su estilo de vida aun cuando difiera de él personalmente. Dicho aprecio sirve para no juzgar a la persona, sino los actos de la persona y sólo en el caso que la misma autorice a que estos sean juzgados. Al trabajar con los adolescentes dicha actitud es de suma importancia; los jóvenes en ocasiones requieren de un cierto apoyo para reconocer lo que han hecho bien y los cambios que les gustaría realizar en su vida. De igual forma esta actitud evita que los jóvenes se sientan juzgados o sientan que lo que hacen está mal, lo que los lleva a no querer hablar respecto de lo que viven y/o piensan.

La segunda actitud es la **congruencia o autenticidad**. El mismo autor, menciona que esta refiere a actuar y ser tal como realmente es y actúa. Esto conlleva el no usar máscaras, no tratar de ser alguien que no se es y con ello jamás negarse sentir o pensar cosas que vayan aunados a su persona. Dicha congruencia es la que en las seis condiciones necesarias menciona le falta al cliente y misma que el terapeuta debe tener presente. En este caso, al hablar de lo realizado en la Preparatoria 324, la congruencia tenía un papel para la aceptación del cliente y el terapeuta o counsellor, es decir una especie de consejero. Los jóvenes aprecian que quien trata con ellos sea lo más honesto y real posible, es decir, congruente y no solo buscar agradarles. De la misma forma les gusta conocer nuevos puntos de vista y pensamientos que quizás ellos no habían considerado nunca. En ocasiones incluso se sienten entendidos y sienten que no son los únicos que pueden llegar a tener un problema, es decir, que tratan con otro humano como lo son ellos.

La tercera actitud es la **empatía**. Suele referirse a la empatía como el ponerse en los zapatos del otro para tratar de comprender lo que este vive. Como parte de ello resulta de suma importancia mencionar que requiere tener presente que en realidad no se es el otro, no se deben mezclar las emociones del otro con las propias y no se debe absorber la problemática como si fuera propia. Es crucial que el terapeuta siempre se presente empático ante lo hablado, expresado y/o vivido por el cliente. Al hablar con los jóvenes la empatía no solo tiene un papel a manera de tratar que los jóvenes se sientan comprendidos, el uso y la expresión empática también funciona para que los mismos jóvenes se percaten que con quien hablan en realidad les está poniendo atención. En cuanto un joven se siente comprendido y a su vez atendido, le es más fácil poder expresar lo que piensa o siente y tiene la seguridad de que está siendo escuchado. De igual forma ayuda a que la conexión formada entre terapeuta y cliente se desarrolle de la forma más óptima posible.

Empleando dichas actitudes, la psicoterapia centrada en la persona busca establecer relaciones que puedan ser usadas como herramientas para su desarrollo personal. El proceso resulta ser dinámico, el cambio no resulta de un día para el otro, más bien es un proceso constante de cambios que ayudan al cliente a llegar al autoconocimiento, siendo así un cambio de lo que podríamos llamar un estado fijo, con ideas fijas e inamovibles, por lo menos en apariencia, a un estado de conciencia y cambio, buscando entonces hacer de la terapia humanista un estilo de vida más que una simple terapia.

Para tener una mejor comprensión de dicho proceso de cambio, Rogers (1961; citado en Gillon, 2007b) enlista siete etapas por las que el cliente pasa:

Etapa 1: El cliente ve las cosas en términos de todo o nada, suele culpar a las demás personas por las dificultades que se le presentan y tiene puntos de vista e ideas muy rígidas. Resulta extraño que un cliente en esta etapa acuda a terapia de forma voluntaria.

Etapa 2: El cliente comienza a reconocer algunos sentimientos negativos, pero son vistos de manera fija con poca capacidad de reflexión o de tomar responsabilidad. Algunas contradicciones son expresadas, pero sin darse cuenta de su naturaleza contradictoria.

Etapa 3: Comienza a aparecer un poco de reflexión sobre su persona, principalmente en tiempo pasado. La visión en el presente aun es tan sólo tentativa y suele ser expresada en términos de lo que terceras personas dicen. Puede ocurrir que comience a reconocer los sentimientos y pensamientos contradictorios.

Etapa 4: Comienza a ser más capaz de ver las cosas en el aquí y el ahora y puede reconocer los sentimientos incómodos. Ahora es más capaz de cuestionarse sobre sí mismo.

Etapa 5: Aumenta la capacidad de adueñarse de sus experiencias y ahora tiene la capacidad de tomar responsabilidad de la mayor parte de estas.

Etapa 6: El cliente ahora es capaz de reflexionar cada momento de su vida, a su vez puede identificar y expresar cómo se siente de una manera no defensiva. Lo que antes era incongruente se vuelve congruente y una nueva autoimagen comienza a surgir.

Etapa 7: Se alcanza la responsabilidad total de sus experiencias, sean buenas o malas y ahora los cambios son normales en su vida.

El proceso como ha sido descrito por Rogers se refleja de diferentes formas en los adolescentes. A pesar de ser una secuencia real, el grado de los factores que caracterizan cada una de las etapas puede llegar a variar de acuerdo a la persona. Por ello siempre se debe recalcar que la terapia es diferente de acuerdo a la personalidad y los pensamientos de cada cliente. En el caso de algunos estudiantes de la Preparatoria 324 incluso se podría hablar sobre saltar algunas de estas etapas o de diferentes características en cada una de las etapas, tomando como mejor ejemplo el hecho de que varios de los estudiantes a pesar de presentar características que se ubican en la primera etapa, asistían voluntariamente e incluso tienen algunas otras características de otras etapas. Cabe mencionar que dentro de lo consultado sobre las etapas de Rogers no se esclarece que dichas sean en un proceso lineal, dando cabida a la característica de ser un proceso dinámico. Se adquieren nuevas habilidades o formas de ver las cosas, pero ello no quiere decir que se encuentre en un avance progresivo, siendo así que pueden existir casos en los que se podría incluso regresar en etapas por algunas cuestiones que el cliente encuentre complicadas.

La forma de llevar a cabo dicho estilo de terapia ha sido descalificada en algunos lugares y por algunos psicólogos por diferentes razones, entre las cuales se puede resaltar la no directividad de la misma e incluso la forma en que el terapeuta se desempeña como persona al igual que el cliente sin generar roles de autoridad. Dicho se ha modificado tanto entre culturas y a través del tiempo. Un ejemplo de ello son los inicios de dicha forma de trabajar bajo estos lineamientos aquí en México y cómo fue que se llegó a ello.

3.3 Introducción del enfoque centrado en la persona a México

Así como sucedió en Europa y en U.S.A el enfoque centrado en la persona llegó a un México dominado por la psicología conductista y el psicoanálisis. De igual forma, las labores docentes en el área de psicología estaban usualmente en manos de psiquiatras o neurólogos, no de psicólogos expertos en el área. Bajo lo narrado por Lafarga (1989) en cuanto a su experiencia, menciona que tras residir y estudiar un tiempo en Estados Unidos regresó en 1966 a encontrar un México en donde el enfoque centrado en la persona no era algo totalmente desconocido. El autor menciona como parte de la llegada de dicha corriente a México las labores de Rogelio Díaz Guerrero al introducir la obra de Rogers en el Colegio de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México en los años cincuenta; y, a su vez, Ernesto Meneses había ya presentado las bases de dicho enfoque en la Universidad Iberoamericana, en donde Lafarga trabajaría posteriormente.

Al encontrarse trabajando en la Universidad Iberoamericana, Lafarga propone a las autoridades del departamento de Psicología iniciar con un programa de entrenamiento en psicoterapia centrada en la persona a nivel de posgrado para psicólogos y, como parte de la propuesta, integrarlo al plan de estudios para obtener el título de maestro en psicología clínica. Lafarga, inspirado por lo que había vivido en Chicago con Charly Curran, buscaba ampliar las opciones que existían como medidas para entender al hombre, así como la implementación de técnicas diferentes a las establecidas por el psicoanálisis y el conductismo aplicadas en la época.

Tal como continúa sucediendo en algunas escuelas y dentro de algunos círculos psicológicos en México y en el mundo, en aquel entonces Lafarga buscaba cambiar el encuadre reduccionista dentro del que se encontraba encerrada la psicología. Un paso

importante para modificar no solo la forma en que se da terapia, sino, para modificar la manera en que se ve a la persona, algo que incluso se ha perdido con el tiempo.

[...] yo sentía que los estudiantes, al igual que los usuarios de la psicología en México, estaban asfixiados por la rigidez y el reduccionismo de sistemas psicológicos que en el fondo privan al hombre de la capacidad de optar por sí mismo, de influir en su propio crecimiento y de responsabilizarse de su existencia y destino (Lafarga, 1989, p. 60).

La situación que Lafarga enuncia en su escrito puede asemejarse a la que se vive hoy en día en la sociedad, así como en los estudios psicológicos y en la práctica de los mismos. Los psicólogos buscan por cuestiones de practicidad una corriente dentro de la cual las técnicas aplicadas den resultados concretos o incluso numéricos; a su vez, las personas que acuden a terapia buscan que una tercera persona les dé una fórmula, parecido a una receta de cocina, con la cual solucionar sus problemas sin en realidad adentrarse y comprenderlos. El uso de la psicología humanista brinda una oportunidad para modificar tal situación. Siguiendo las características ya mencionadas, se busca que el cliente tenga un conocimiento real y reflexivo sobre la situación que vive y cómo es que es responsable de que el cambio ocurra. Para ello la psicoterapia centrada en la persona o el counselling son de gran utilidad.

De la mano de la búsqueda de un nuevo programa de psicología, Lafarga comenzó con la formación de un programa independiente en el Centro de Orientación de la misma universidad. Como parte del proceso se impartió un primer seminario con el nombre de *Curso Introductorio de Counselling*. Lafarga expresa que el uso del término en inglés se basa en la ambigüedad de la palabra, ésta reducía la tensión con el Departamento de Psicología pues para ellos, counselling significaba orientación o consejo psicológico, mientras que para Lafarga y sus seguidores significaba psicoterapia centrada en la persona (Lafarga, 1989).

Tal como Lafarga menciona, respecto al uso de la palabra *counselling*, hoy en día sigue siendo de gran importancia esclarecer bajo qué condiciones se aplica este tipo de acompañamiento o psicoterapia.

Bajo los mismos lineamientos de comprensión, Martí, Marcos, Barreda y Barreira (2013) mencionan que a pesar de que la traducción de la palabra *counselling* al idioma español sea reducida en ocasiones a *consejo asistido*, el concepto de *counselling* abarca un significado mucho más amplio al ser en realidad todo un proceso interactivo basado en la comunicación mediante el cual se pretende que un profesional sanitario entre en una relación de ayuda logrando que el paciente reflexione sobre su condición de vida y tome decisiones basadas en sus creencias y valores.

Partiendo de ello, el humanismo se ha encargado de encontrar diferentes situaciones en las cuales ayudar a las personas, como ejemplo ya mencionado, la psicoterapia centrada en la persona, a lo que se agrega su presencia y aplicación en diferentes ámbitos como lo es el ámbito organizacional y la psicología social, tomando en cuenta que su aplicación no se limita a la relación individual entre terapeuta y cliente, sino va más allá siendo incluso aplicable en grupos.

4. INTERVENCIÓN GRUPAL

Con propósito de un abordaje concreto al tema, resulta de suma importancia esclarecer lo que se considera un grupo, para con ello poder proceder a su importancia y el empleo que se le da dentro de la psicología humanista.

“La sociedad es en realidad la totalidad que ejercita su poder independiente sobre los individuos; no es un fantasma inidentificable, tiene su centro empírico en el sistema de instituciones que son las relaciones establecidas y cristalizadas entre los hombres” (Marcuse, 1993; citado en Andrade, 2011 p. 195)

Tomando lo dicho a consideración, la intervención grupal en las prácticas de formación, acción comunitaria, diagnóstico, tratamiento, prevención psicosocial y para la investigación son con el fin de identificar la heterogeneidad del discurso y así conocer la subjetividad del mismo (Baz, 2007).

El mismo autor menciona que la intervención grupal radica desde “lo grupal” encontrando cuatro significaciones importantes que son:

1. Lo grupal como ámbito de la experiencia humana, esto entendido como una dimensión empírica que es constitutiva de la formación de la subjetividad.
2. Como campo del saber
3. Como nivel de análisis en la práctica científica, es decir, limitar a un nivel metodológico para observar, comprender y actuar sobre algunos procesos de la realidad psicosocial.
4. Como dispositivo de investigación e intervención, como herramienta que puede aportar conocimiento y diagnóstico respecto a las situaciones en las que se presenten.

Por otro lado, en Andrade (2011) se menciona que un grupo representa dos facetas importantes, la primera en la que se encuentran las condiciones materiales, imaginarias y

sociales en las que se produce el grupo, y la segunda se incluye un plano conceptual que se encuentra en función de las prácticas sociales; es por ello que el grupo para poder ser en lo social debe de ser nombrado, reconocido y experimentado en la relación intragrupal como intergrupala.

Mientras que Pichón (1975) menciona que un grupo es un conjunto restringido de personas que están ligadas por constantes de tiempo y espacio articuladas por su representación interna, además de tener una meta en común ya sea explícita o implícita que constituye su finalidad.

Retomando las definiciones y explicaciones dadas por los autores, se puede resaltar un común denominador; el hecho de que un grupo se encuentra conformado por más de una persona. Dicho común denominador ayuda a comprender la razón del empleo de los grupos dentro de diferentes tipos de investigación y práctica, esto debido a que, como se sabe, el humano es un ser biopsicosocial, de donde se resaltarla importancia en este caso al tercer término que constituye tal palabra, es decir, lo social.

Una vez que se tiene en mente el uso de dicho concepto dentro de la psicología y otras áreas de estudio, resulta de interés que las técnicas grupales y el empleo de dicho concepto no sea algo que haya sido presentado como tendencia desde sus inicios. En palabras de González y Márquez (S/F) el empleo de las técnicas grupales dentro de la psicología humanista tuvo su auge en el año dos mil como una manera de recuperar el interés por dicha rama de la psicología. Partiendo de ahí su implementación ha ido en aumento en diferentes ramas de estudio y con diferentes propósitos. Lo antes expresado se puede observar en la Figura 5.

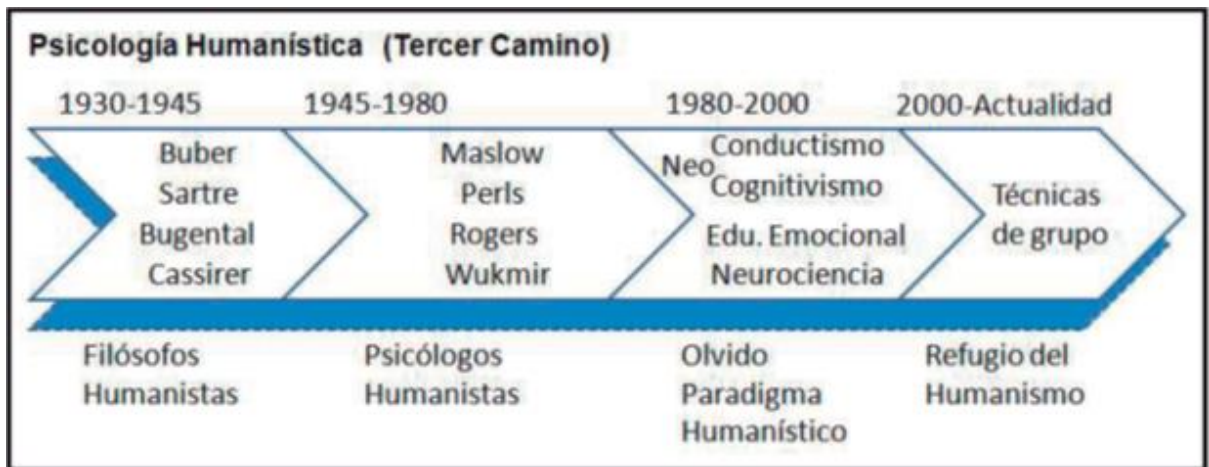


Figura 5. Diagrama de explicación de los cambios respecto a la presencia del humanismo y sus autores y el inicio del empleo de las técnicas de grupo. Diagrama obtenido de “Técnicas grupales en relación con la psicología humanista” rescatado de: <http://septg.es/boletinseptg/docs/32B.pdf>

Bajo la misma perspectiva, las mismas autoras comentan que los humanistas, a partir de la persona y la búsqueda de la optimización de la misma, se dan cuenta de la faceta social de la misma en sus relaciones interpersonales. Partiendo de ello, la psicología humanista busca estudiar a la persona dentro de esta faceta y, a su vez, hacer posibles cambios en el desarrollo humano más eficientes y eficaces. Los mismos autores, es decir, los humanistas, también se percatan mediante sus estudios que se pueden producir cambios a nivel interpersonal a través de la comunicación intergrupala.

Partiendo de lo mencionado en el presente capítulo, en la Escuela Preparatoria Oficial 324 se llevaron a cabo distintas actividades basadas en las técnicas grupales y con el propósito de generar cambios de una manera diferente. Como se ha mencionado, la comunicación intergrupala resulta de gran ayuda para generar cambios a nivel personal e interpersonal, es por ello que en algunas actividades el objetivo radica en que los alumnos hablaran entre sí de diferentes temas. De igual forma, un punto a recalcar es el hecho que, tanto en el caso de este trabajo, como en otros, las actividades se realizan con el fin de alcanzar a más personas en una menor cantidad de tiempo y de una forma distinta a la habitual, lograr, como lo mencionan autores, un desarrollo más eficaz y eficiente.

En las actividades llevadas a cabo se pudo observar la cohesión que existe entre los integrantes del equipo para llegar a una meta propuesta; además de compartir el contexto y/o situación específica, ya que estos grupos se seleccionaron en función de intereses en común. En el caso de la imagen (Fig. 6) que se presenta a continuación los alumnos de la EPO 324 la situación o contexto común es la temática de trabajo, hábitos de estudio.



Figura 6. Alumnos Escuela Preparatoria Oficial 324. Foto tomada 04 - abril - 2017.

Los grupos son una parte fundamental para la investigación, ya que nos muestran una forma de análisis en cuanto a sus experiencias y vivencias, dando una identidad propia y otra forma de llevar a cabo actividades. Cabe recalcar que existen diferentes formas de intervención grupal, entre las cuales se encuentran: los grupos focales, los grupos de discusión, grupos de autoayuda, talleres, por mencionar algunos.

4.1. Talleres y Estrategias Participativas

Existen distintas técnicas psicopedagógicas grupales, éstas tienen el fin de desarrollar las estrategias de aprendizaje, fortalecer competencias e incrementar los procesos motivacionales. Por ello la psicopedagogía se orienta a el desarrollo de autoesquemas, educación compensatoria, prevención de conductas disruptivas y habilidades para la vida, por mencionar algunas (Solé, 2002 citado en Henao, Ramirez & Ramirez, 2006).

La labor profesional de la psicopedagogía no solo se desarrolla en el contexto educativo, incluye también el ámbito familiar, empresarial, centros de educación para adultos, centros de capacitación, así como a asociaciones laborales y comunitarias. Por lo tanto, una de las funciones principales de esta disciplina es la orientación, es decir, se encamina a la acción en la cual se desarrollan modelos y estrategias que apoyen el proceso de interpretación acorde a la realidad cambiante dentro del ciclo vital y así propiciar la evolución social en la que están inmersos (Henao, Ramirez & Ramirez, 2006).

Por otro lado, el mismo autor menciona que la intervención psicopedagógica es un proceso integrador e integral, en el cual se identifican las acciones según los objetivos y contextos a los cuales se dirigen, desarrollando los siguientes principios de acción psicopedagógica:

1. Principio de prevención: El proceso de intervención busca anticiparse a situaciones que pueden entorpecer el desarrollo integral de las personas, con la prevención se busca impedir que un problema se presente o bien prepararse para contrarrestar los efectos de este.
2. Principio de desarrollo: Busca incrementar y activar el potencial de la persona mediante acciones que contribuyan a la estructuración de su personalidad, acrecentar capacidades, habilidades y motivaciones.
3. Principio de acción social: Reconocimiento de las variables contextuales y hacer uso de las competencias adquiridas en la intervención.

De acuerdo a lo anterior, la intervención que se llevó a cabo con los alumnos de la EPO 324, coincide con los principios de la acción psicopedagógica ya que las situaciones contextuales que se encontraban permitieron realizar actividades de manera grupal que

fortalecieron sus habilidades y les permitió desarrollar otras nuevas que apoyaban a la realización de las metas individuales como familiares.

Los modelos de intervención psicopedagógica pueden variar conforme al contexto y los objetivos que los profesionales de esta actividad decidan, algunos de los modelos que se pueden desarrollar son los siguientes:

1. Modelo de counseling o modelo clínico
2. Modelo de consulta
3. Modelo de programas
4. Modelos mixtos o de intervención

Como ya se ha mencionado, existen, así como los talleres, otro tipo de métodos para la intervención grupal. De gran utilidad y con un alto índice de uso se pueden encontrar los trabajos con grupos focales o grupos de discusión.

4.2 Grupos Focales y Grupos de Discusión

El grupo focal y el grupo de discusión son ambas técnicas de investigación social, a simple vista son aparentemente muy similares; sin embargo, persiguen objetivos distintos y, en consecuencia, establecen dinámicas grupales muy diferentes. En concreto, en palabras de Ruíz (2012) el focus group, o grupo focal, persigue captar las opiniones (individuales) de cada uno de los participantes que conforman el mismo grupo, expresadas en un contexto de influencia recíproca; por el contrario, el grupo de discusión pretende la producción de un discurso colectivo o compartido, esto es, de un discurso grupal, mediante la conversación en una situación de grupo. Mientras uno responde a una dinámica conversacional entre los participantes, el otro responde a una dinámica de entrevista grupal.

A pesar de las diferencias marcadas anteriormente, el mismo autor hace mención del reciente uso de focus group que conceden una mayor importancia y relevancia a las interacciones entre los participantes. Estas variantes de grupos focales propician en mayor medida la conversación y limitan las dinámicas individualizantes, se trata, en este sentido, de formas de focus group que se acercan a las dinámicas características del grupo de discusión.

Debido a la discrepancia que puede existir entre autores, resulta prudente y necesario el describir a fondo cada una de las técnicas de investigación cualitativa mencionadas. El referirse a las diferentes definiciones de grupo focal y grupo de discusión como discrepancias no debe tomarse en ningún momento como la validación o negación de alguna de dichas definiciones o descripciones, simplemente debe tomarse en cuenta la aportación dada por autores diferentes para contextualizar de manera concreta.

4.2.1. Definición de Grupo Focal

Los grupos focales son una técnica de recolección de datos mediante una entrevista semi estructurada con una temática elegida por los investigadores para llegar a un objetivo en común. La finalidad de un grupo focal es hacer que surjan actitudes, sentimientos, creencias y reacciones en los participantes haciendo notar procesos emocionales dentro del contexto del grupo; la importancia de un grupo focal es que busca centrarse en la interacción dentro del grupo, obteniendo la información basada en la interacción del mismo (Escobar & Bonilla, 2009).

4.2.2. Características principales de los Grupos Focales

Para la realización de los grupos focales según Onwuegbuzie, Dickinson, Leech y Zoran (2011) menciona que deben tener sesiones de una hasta dos horas, además de estar conformados de 6 - 12 personas, esto con el fin de generar un ambiente de confianza y comodidad entre los participantes para compartir sus pensamientos, opiniones, creencias y experiencias. Las sesiones de los grupos focales pueden variar de una sesión a otra dependiendo de la información que se obtenga y cuando, al analizarla, el investigador identifique que se ha saturado, es decir cuando toda la recopilación de datos se repite a tal grado de no permitir un valor interpretativo adicional.

4.2.3. Definición de Grupo de Discusión

Al igual que sucede con los Grupos Focales, o incluso con otro método de investigación, cada autor presenta diferentes, aunque en ocasiones similares, definiciones de lo que es un Grupo de Discusión, sus características y su función.

Los grupos de discusión suelen ser comparados con los debates de grupo. De una manera burda, ello podría reducirse a un intercambio de ideas entre diferentes personas sobre un tema en particular, y dicha descripción podría ser adecuada para un Grupo de Discusión, pero no suficiente para describir su función y características.

Kitzinger y Barbour (1999; citados en Barbour, 2013) presentan los Grupos de Discusión definidos como cualquier debate de grupo en el cual el investigador estimule activamente la interacción del grupo y se encuentre constantemente atento a ella.

Por otro lado, Peinado, Martín, Corredera, Moñino y Prieto (2010) definen los Grupos de Discusión como una técnica cualitativa que recurre a la entrevista realizada a un grupo de personas con el fin de obtener información sobre una problemática a investigar.

En ambas situaciones se pueden percibir puntos en común, entre los que se ubican la grupalidad y el diálogo entre los diferentes participantes. Respecto al tema en común se suele buscar a personas que compartan situaciones de vida similares, no a personas que compartan la misma idea respecto a algo ya que se debe permitir el flujo de ideas diferentes, siempre y cuando sea dentro de un espacio de respeto y que dicha información procure la continuidad del diálogo de los participantes.

Debido a que las definiciones pueden resultar semejantes, es conveniente el escribir algunas de las características principales de los Grupos de Discusión.

4.2.4. Características principales de los Grupos de Discusión

Entre las características principales de los Grupos de Discusión se debe tomar a consideración el objetivo de los mismos. En ellos lo que se busca es que los componentes del grupo a estudiar, intercambien opiniones con el fin de conocer su punto de vista sobre un tema concreto para posteriormente sacar las conclusiones de la investigación. En el caso particular de situaciones como las educativas, dicho tema concreto puede variar desde estilos de vida, alguna materia en particular o lo que los alumnos opinan sobre temas que han traído dificultades en su día a día.

Barbour (2013) menciona que es importante asegurarse de que los participantes del grupo tengan lo bastante en común entre sí para hacer que el debate parezca apropiado y con disposición, no obstante, posean experiencias suficientemente variadas para permitir diferencias de opiniones.

Al hacer uso de los Grupos de Discusión, Peinado, Martín, Corredera, Moñino y Prieto (2010) recomiendan que los grupos con los que se trabajará estén conformados por entre 5 y 10 integrantes, sin incluir al investigador o investigadores. De igual forma hacen mención de la importancia que tiene el tener objetivos previamente planteados y una planificación central para evitar que el tema se desvíe. Dicha planificación no debe ser estricta al grado de impedir que los asistentes expresen algo que vaya un poco fuera de tema pues otra característica importante es la espontaneidad dentro del grupo, así como tomar en cuenta la importancia de la información recopilada, es decir, todo lo que se dice o no se dice respecto al tema, incluso, en ocasiones es importante tomar a consideración lenguaje corporal de los participantes.

Los días de sesiones, al igual que con los Grupos Focales, pueden variar según la cantidad y calidad de información que se recabe en cada una de las sesiones, así como en el cumplimiento de un objetivo o por cuestiones de tiempo particulares de la investigación.

Otra característica importante es la no directividad, pues se debe permitir un flujo lo más natural posible entre las interacciones entre investigadores y participantes. Al permitir dicho flujo, Barbour (2013) menciona que se genera un ambiente de confianza, mismo que ayuda en el abordaje de temas sensibles e incluso propicia la participación de personas que en casos de intervención individual se sentirían intimidados, pues llega a presentarse la idea de la seguridad a través de la cantidad e incluso del apoyo entre participantes.

Ya que, en ambos casos, tanto en los Grupos Focales, como en los Grupos de Discusión, o en el caso de que lleguen a ser considerados lo mismo, lo importante recae en lo planteado, dicho y no dicho por los participantes, el modo de analizar la información recabada suele ser la misma o muy semejante, dependiendo de igual forma del objetivo de la investigación y/o intervención.

4.2.5. Tipos de análisis en el empleo de Grupos

Los autores Onwuegbuzie, Dickinson, Leech y Zoran (2011) menciona las diferentes formas de analizar la información recabada dentro los grupos focales, mismas formas que a su vez resulta aplicable para los grupos de discusión y otras metodologías cualitativas, esto con la información que se ha obtenido a través del discurso de cada participante. Las técnicas para realizar el análisis son las siguientes:

1. Análisis basado en la transcripción: Es uno de los análisis más rigurosos y que llevan más tiempo, ya que se requiere de transcribir las cintas de video y/o grabaciones, complementándose con las notas de campo.

2. Análisis basado en la memoria: Implica que los investigadores recuerden lo acontecido durante las sesiones del grupo focal y lo presente a los interesados.

3. Análisis de comparación: Este tipo de análisis se caracteriza por tener tres grandes etapas que son: codificación abierta, esta se encarga principalmente de fragmentar los datos en unidades pequeñas a las cuales el investigador les asigna un descriptor o código; la segunda se refiere a la codificación axial, en esta los códigos son agrupados en categorías y por último la codificación selectiva es cuando el investigador desarrolla una o más temáticas/categorías que expresan el contenidos de los grupos.

4. Análisis de palabras clave de contexto: Refiere a establecer cómo las palabras son utilizadas en contexto con otras, representando un análisis cultural.

Análisis del discurso: Se utiliza para comprender la cognición social y la interacción, implica seleccionar segmentos representativos y posteriormente analizarlos a detalle para estudiar elementos tales como comunidad, sociedad, instituciones, experiencias y eventos que surgen en el discurso.

5. IMPORTANCIA DE LA INTERVENCIÓN HUMANISTA EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES MEXIQUENSES

La adolescencia, como etapa esencial en el desarrollo de las personas, recibe una gran carga de importancia. Debido al impacto, tanto positivo como negativo que ésta puede tener en las personas, según la manera en que esta se viva, resulta imperativo procurar que dicho paso por las diferentes etapas de la adolescencia se dé de la mejor manera posible.

Como humanos inmersos en una sociedad como lo es la actual, es decir, en una sociedad moralmente desgastada y en la cual los valores han ido en descenso, la adolescencia se encuentra en constante amenaza por los distintos cambios y factores que le rodean. La amenaza proviene de diferentes áreas de la vida que rodean a los adolescentes, por mencionar algunas se pueden resaltar los aspectos sociales y económicos de una sociedad como lo es la mexiquense en donde los adolescentes tienen tan pocas oportunidades de desempeñarse de manera efectiva en la vida laboral y en donde, por otro lado, los adultos los consideran una constante amenaza o incluso una carga. De igual forma se resaltan aspectos amenazantes dentro del área académica, la educación en ocasiones llega a pasar a segundo plano y es por ello que llegan a no brindarse las oportunidades y herramientas óptimas para una educación competente.

Al ser una etapa de alta socialización y modificaciones en los pensamientos, la exteriorización de los mismos de una manera asertiva y con ello el establecimiento de buenos canales de comunicación con las personas que les rodean, en especial con sus familiares, es algo crucial para alcanzar un óptimo desarrollo, lamentablemente en repetidas ocasiones sucede todo lo contrario, haciendo de los agentes familiares y socializantes una amenaza más que un soporte. Dicha situación resulta de las más alarmante pues las dificultades en esa área suelen trasladarse hacia otras áreas, complicando así múltiples actividades de los adolescentes.

Al comprender la importancia que tiene el transcurso por la adolescencia, y observar que, como ya se ha mencionado, es una etapa rodeada de muchas amenazas, se deben buscar alternativas para generar un ambiente apto para el desempeño y desarrollo de los adolescentes. Un ambiente en el cual puedan desempeñarse como humanos capaces y libres. Se comprende que los factores amenazantes y las situaciones poco convenientes generan dificultades en los adolescentes y con ello un transcurso poco ameno por la adolescencia acompañado de dificultades a posteriori. Pero, por otro lado, la implementación de planes de intervención psicológica y social que apoyen a los jóvenes en el paso de la adolescencia y en la solución de dificultades presentes constantemente a lo largo de las diferentes etapas de vida generan actitudes más positivas hacia la adolescencia y un paso por la misma que sea más ameno y fructífero.

Con lo antes mencionado se da pauta a comprender la importancia y el alto valor que tiene la implementación de programas de intervención psicológica, como el llevado a cabo en la Preparatoria Oficial 324, en el favorecimiento del desarrollo óptimo de los jóvenes. Dichos programas fungen no sólo como una solución a problemas ya presentes, sino como un método de protección, es decir para brindar herramientas que puedan prevenir que sucesos dificultosos se presenten más adelante, o en su defecto, de presentarse saber cómo afrontarlos.

Tomando a consideración los factores que aquejan o amenazan a la adolescencia mexiquenses, en particular las situaciones presentes en los estudiantes de la Preparatoria Oficial 324, se estructuraron distintas formas de intervención tanto grupales como individuales. En el caso de las intervenciones individuales, llevando a cabo sesiones de acompañamiento psicológico humanista y en el caso de los grupales brindando sesiones de grupos focales y de talleres. En ambos casos buscando brindar a los jóvenes un espacio en donde pudieran expresar y hablar sobre los temas y situaciones que les generaban dificultades en su día a día y con ello lograr que comprendieran mejor la situación que viven y a su vez encontrar diferentes formas de afrontar dichas situaciones de la mejor manera posible.

5.1 Metodología

Silva y Rodríguez (2001) mencionan que el método naturalista se afianza en gran medida en la etnografía, la cual estudia de forma descriptiva las culturas, teniendo como principal característica encaminarse a la comprensión de los fenómenos. Entre las características más sobresalientes se pueden mencionar las siguientes:

1. Abordar los fenómenos dejando de lado las categorías teóricas, para permitir que las interpretaciones del mismo se desprendan de manera natural.
2. Observa a los sujetos o los eventos que se desarrollan en un cierto contexto, saliendo así la teoría a partir de los datos empíricos.
3. El investigador se centra en la descripción y la comprensión, dejando abierta la posibilidad de que surjan las relaciones y las impresiones de las mismas.
4. Este enfoque abre la oportunidad de comprender realidades como totalidades complejas.
5. Este modelo parte de la idea que no existe una única realidad.
6. Este enfoque otorga gran importancia al contexto en el que se realiza el trabajo.

Basados en la información anterior, se tomó la decisión de estructurar el presente trabajo bajo un método naturalista, ya que nos ofrece la oportunidad de comprender de una manera efectiva las situaciones y contextos dentro de una institución académica formando parte de la misma como observadores participantes.

Participantes

Alumnos de segundo, cuarto y sexto semestre, aproximadamente de dos a cuatro alumnos por grupo, estudiantes de la Preparatoria Oficial 324.

Escenario

En las instalaciones de la Escuela Preparatoria Oficial 324 ubicada en Del Pedregal, Lomas de Cantera, 53470 Naucalpan de Juárez, Méx, nos proporcionaron horarios para utilizar el patio de la escuela, las aulas y la terraza de la misma.

Patio central: Con medidas de 400 mts² aproximadamente, en él se realizaron las actividades de grupos focales.

Terraza/área común: Medidas aproximadas de 50 mts², contaba con tres sillones y seis mesas, este espacio se dividía en tres secciones pues ahí se realizaron las sesiones de counselling (acompañamientos individuales) así como los talleres y los grupos focales.

Salón de clases: Medidas aproximadas de 80 mts², aquí se realizó el taller de autoestima a todo un grupo de sexto semestre.

Instrumentos:

La realización de este trabajo se realizó desde una perspectiva cualitativa con el fin de identificar las diferentes experiencias que aquejan en los adolescentes mexiquenses; para lograr esto se realizaron distintos métodos de estudio que fueron counselling, grupos focales y talleres. Además, se realizó un instrumento de medición (cuestionario) para la selección de temas que se abordaron en los diferentes talleres (Anexo 1).

También se hizo uso de hoja de registro y seguimiento para trabajar con cada uno de los alumnos que acudieron al acompañamiento individual (Anexo 2).

Procedimiento:

Para llevar a cabo este trabajo se realizaron seis fases que serán descritas a continuación.

Fase 1

Al dialogar con los directivos de la institución se decidió que los alumnos que serían acreedores al acompañamiento psicológico serían aquellos que tuvieran un bajo rendimiento académico, es decir, más de dos materias reprobadas. Estos chicos fueron asignados aleatoriamente a los psicólogos.

Fase 2

Al tener a los usuarios asignados, se realizaron las sesiones de acompañamiento individual una vez por semana a cada usuario durante un mes, según la necesidad de cada alumno; al mismo tiempo se habló con los directivos de la institución sobre la posibilidad de realizar talleres, esto con el fin de que se hiciera partícipes a un mayor número de alumnos de la EPO 324 y para brindar una alternativa de trabajo un tanto más dinámica.

Fase 3

Se realizó un cuestionario que tenía como finalidad conocer los temas de interés para los adolescentes, así como la manera en la que serían abordados. Se pidió apoyo de los orientadores de la EPO 324 para que diez alumnos de cada grupo y grado contestaran el cuestionario. Al hacer el conteo de los resultados las temáticas con más aparición fueron: autoestima, problemas familiares, violencia, sexualidad y hábitos de estudio; de igual

manera se encontró una preferencia por las sesiones grupales (talleres, grupos focales) como forma de abordar los temas elegidos por los alumnos. Posteriormente se realizó una convocatoria en la cual se invitaba a los alumnos a participar en el taller con la temática que fuera de su mayor interés. Cabe mencionar que continuaron activas las sesiones de counselling individual para los alumnos que se habían asignado al inicio de la práctica.

Fase 4:

Al finalizar las inscripciones para los talleres se realizó un calendario en el cual se especificaron las fechas en las que se llevaría a cabo cada uno, se realizaron dos talleres a la semana para poder continuar con las sesiones de counselling. Se inició con el taller de autoestima, mismo que se realizó a todo en grupo de último año de la preparatoria 324 (anexo 3), posteriormente el de violencia (anexo 4), hábitos de estudio (anexo 5) y sexualidad (anexo 6). En cada sesión de talleres se identificaron alumnos que, con base en sus participaciones y actitudes respecto al tema, eran incluidos al grupo focal con el que se trabajaría más adelante. De la misma manera se seleccionaron algunos alumnos para acudir a counselling individual de acuerdo al mismo criterio por el que eran tomados en cuenta para el grupo focal; igualmente, se dio la oportunidad a los estudiantes de solicitar de manera voluntaria la atención individual.

Fase 5:

Al terminar con los talleres, se proporcionó a los directivos y orientadores una lista con los alumnos que habían acudido a cada uno de los talleres. Posteriormente se llevó a cabo el grupo focal con duración de dos sesiones y abordando la temática de autoestima, esto con el fin de que los alumnos se escucharan entre sí. Dentro del grupo focal se realizaron actividades de integración antes de iniciar la escucha. Durante la realización del grupo focal se interrumpieron las sesiones de counselling.

Fase 6:

Al finalizar las sesiones del grupo focal, se retomaron los acompañamientos de manera individual esto con el fin de “dar altas” debido a que el tiempo de estancia en la preparatoria estaba por terminar.

Fase 7:

Con el apoyo de la FES Iztacala, se proporcionaron diplomas con valor curricular para los jóvenes que habían participado en los talleres vivenciales impartidos. Se acudió a la entrega de diplomas y calificaciones de la EPO 324 bajo la invitación de los directivos de la escuela.

RESULTADOS

Haciendo uso de los informes mensuales de seguimiento en las actividades realizadas en la Escuela Preparatoria Oficial 324, entregados al Dr. Angel Corchado Vargas, se obtuvieron distintos resultados conforme fueron avanzando las fases de la práctica realizada en la Escuela Preparatoria Oficial 324. Estos resultados son presentados según las fases del procedimiento: acompañamiento individual, talleres vivenciales, grupo focal y terminando con acompañamiento/counselling para dar cierre a las sesiones.

Para llevar registro de las sesiones y poder justificar las salidas de los alumnos se tomaban notas generales, al final de las sesiones, sobre el nombre del alumno, edad, grupo, fecha, instrumentalización, retroalimentación y estatus. Por cuestiones de practicidad el cuadro presentado como resultados se resume a la información se consideró pertinente para respetar y mantener el anonimato y recabar la información necesaria.

Tabla 1. Situaciones Atendidas.

Alumno	Grado	Situación Atendida
A	1o	Tiene poca comunicación con sus padres, ya que no sabe cómo expresarles que tiene una preferencia sexual distinta, considera que su familia es tradicional, esto le ha ocasionado conflictos en cuanto a la forma de actuar frente a sus padres, pues no sabe cómo reaccionarían ante esta situación.
B	3º	La relación con su madre es buena, sin embargo, menciona que no tenía espacio para ella misma pues se sentía

		sobreprotegida por su madre y no sabía cómo mencionarle su sentir, ya que mencionaba que por su “enfermedad” su mamá cambio su forma de actuar con ella.
C	1o	Menciona que la separación de sus padres le afectó, pues a raíz de eso se siente decaída y decepcionada por su padre ya que siente que él las abandonó.
D	1o	Se hace cargo del negocio familiar, eso provoca que falte a la escuela pues su padre padece de alcoholismo, además menciona que quiere tratar sus adicciones pues consumía inhalantes y cigarros.
E	1o	La poca comunicación con su padre le ha generado problemas en cuanto a sus habilidades sociales y problemas de noviazgo, al grado de llegar a tener pensamientos suicidas
F	1º	Considera tener muy poca comunicación con su familia, lo que genera que se sienta con baja autoestima ya que no siente que su familia crea en ella. Dicha situación le ha llevado a no concentrarse en la escuela. Al igual debe atender a su madre que se encuentra en quimioterapias

F	3°	Comenta que le cuesta acatar normas. Tiene muy poca comunicación con sus padres y considera ellos esperan mucho de él, lo que le lleva a no tener una buena relación con ellos. La ruptura con su ex pareja lo mantiene con ánimo bajo. Mantiene bajas calificaciones y alto número de ausencias.
G	3°	Mala relación con sus papás. Considera estar en duelo por la muerte de su ex pareja.
H	3°	Menciona no tener buenos hábitos de estudio y pasa mucho tiempo pensando cosas que considera no tienen sentido.
I	3°	Duelo por la muerte de su prima. Comenta estar preocupado pues no tiene un plan de vida y los exámenes para la universidad lo tienen muy nervioso.
J	2°	No se siente cómodo con la relación con su hermano pues su hermano quiere ser autoritario tanto en casa como en el trabajo. Le incomoda que su cuñada intente darle órdenes. No tiene una buena relación con su padre

		y aún resiente la pérdida de su abuelo. No sabe a qué dedicar más tiempo si al trabajo o a la escuela.
K	1°	Salió de su casa pues tiene mala relación con la pareja de su mamá. Se preocupa por su hermano. Ella vive con la abuela de su novio y por ello se siente responsable de las cosas de su novio. Le gustaría recuperar la relación con su mamá.

Se muestra cada una de las problemáticas que presentaban los alumnos de la preparatoria, determinadas en los acompañamientos individuales

Dentro de las sesiones se hizo uso de las diferentes instrumentalizaciones empleadas en el humanismo. Es decir, resonancia, reflejo verbal, reflejo no verbal, conexión de islas y uso de silencios.

Respecto a los talleres, al revisar las “calificaciones” de los cuestionarios nos percatamos que los alumnos participaron de una forma honesta y abierta a la realización de las actividades que se proponían en el mismo, por ello se obtuvieron los siguientes resultados:

1. Los temas de mayor incidencia en los alumnos de la preparatoria 324 son autoestima, relaciones familiares, hábitos de estudio, habilidades sociales y sexualidad, en este mismo orden.

2. Las actividades de interés para los alumnos son talleres, grupos para hablar (focales) y atención individual; sin embargo, las actividades se realizarán en forma de filtro, los filtros son los siguientes:

a. Se realizarán talleres para los alumnos que estén interesados en conocer más del tema.

b. Los alumnos interesados en hablar de la problemática se encontrarán en un grupo con personas que compartan la misma situación o una semejante.

c. Atención individual, esta se llevará a cabo durante todas las actividades, siempre y cuando los alumnos estén interesados en la misma.

Los resultados de los talleres se presentan acorde a un análisis general. Al respecto se pudo observar que los talleres funcionaron para alcanzar la reflexión respecto a los temas en la mayoría de los alumnos. Su participación fue abierta y se logró que comprendieran cómo es que estos temas se ven inmersos en las interacciones sociales de su vida cotidiana y cómo es que estos mismos pueden ayudar o perjudicar su manera de relacionarse con las personas que les rodean. A su vez los datos obtenidos durante la observación, debido a los comentarios y las actitudes de los alumnos, resultaron de utilidad para plantear la creación de grupos focales que ayudaron a tratar situaciones más delicadas con personas que han vivido situaciones semejantes.

Los alumnos que en los talleres se percibieron con una problemática en específico o que, en su defecto, se acercaban a nosotros para abordar el tema a profundidad, se canalizaron a grupo focal o continuar o iniciar sesiones de counselling, dependiendo la “gravedad” del asunto abordado.

Hubo un impacto positivo que tuvo la realización del grupo focal. De inicio fue complicado que los jóvenes hablaran abiertamente sobre las situaciones que viven o que en algún momento de su vida han vivido con respecto al autoestima. Con el tiempo los jóvenes comenzaron a hablar sobre algunos pensamientos y algunas anécdotas relacionadas con la autoestima y lo que esta conlleva en el desarrollo de las personas en el ámbito individual y su desempeño en el ámbito social.

No fue sino hasta la segunda sesión del grupo focal que se logró un acercamiento completo hacia los chicos con respecto a situaciones difíciles que ellos viven, hasta entonces ellos hablaron abiertamente frente a los demás chicos mostrando un sentimiento de seguridad y confianza. Ante esto los demás jóvenes respondieron de una manera positiva, aconsejaban a su compañero(a) con respecto a la situación que vivía, le daban palabras de aliento o incluso comentaban compartir una situación semejante y tener una idea de cómo se sentían. Las acciones no se quedaron ahí, incluso llegó a haber alumnos que por iniciativa propia ofrecían abrazos de consuelo a sus compañeros y ofrecían su ayuda en lo que les fuera posible.

Al final de la actividad se pudo notar un gran cambio en la perspectiva de los alumnos en cuanto al autoestima en general y en cuanto a la imagen que tienen de sus compañeros reflexionando que las personas pueden estar pasando por situaciones sumamente complicadas a pesar de que uno no se percate y que en ocasiones la gente requiere del apoyo de las personas aun siendo, como lo fue en este caso, de un desconocido o alguien con quien no se ha tenido una convivencia cercana.

En resumen, se puede decir que:

1. En la segunda sesión del grupo focal se pudo observar que cada uno de los participantes tuvo un gran desenvolvimiento en poder platicar situaciones o acontecimientos importantes de sus vidas además de ser muy personales. También hubo una gran apertura de opiniones y retroalimentaciones para cada uno de los participantes, además se logró presenciar una gran empatía y una escucha activa, ya que al escuchar cada situación de sus compañeros se notó un gran apoyo entre ellos.

2. Igualmente se puede decir que, a pesar que en un principio hubo una barrera al no querer expresar sus sentimientos y emociones que sentían en ese momento, se logró ver que conforme iba pasando la sesión se dio una gran apertura a todo tipo de temas ya fueran externos a ellos hasta personales.

3. También se pudo observar que cada uno de los participantes coincidieron con algún problema en común, estos fueron los problemas familiares y problemas económicos, a pesar de todo, cada uno de ellos podía entender la situación que pasaba el otro, dando pauta a la empatía y el apoyo incondicional brindado a cada uno de los participantes.

Por otro lado, respecto a las sesiones individuales se continuaron con los chicos que aún tenían situaciones que atender, dentro de estas sesiones se logró alcanzar a dar de alta a la gran mayoría de los alumnos que solicitaron y/o se remitieron al servicio, esto se obtuvo tras haber hablado con cada uno de ellos en su última sesión, para así hacer notar la mejoría que presentaban, haciendo hincapié en que las problemáticas podrían seguirse presentando pero ahora contaban con nuevas visiones y/o herramientas para poder solucionar las mismas. Las excepciones de las altas se debieron a situaciones extraordinarias como suspensiones o falta de tiempo.

DISCUSIÓN

Mediante el trabajo de observación e intervención realizado en la Escuela Preparatoria Oficial 324, se pudo llevar a cabo un programa para la atención de adolescentes que presentaban unas problemáticas en cuanto al rendimiento académico. La intervención psicosocial como menciona Blanco y Rodríguez (2007) tiene como finalidad innovar eficazmente un contexto específico manteniendo sus principios adaptándose al mismo sin que esto repercuta en la eficacia del programa.

En la Escuela Preparatoria Oficial 324 se pudieron detectar situaciones de interés en los estudiantes como fueron la convivencia familiar, bullying escolar, autoestima, sexualidad y hábitos de estudios, por tal motivo se desarrolló una intervención psicosocial abordada desde distintas técnicas psicopedagógicas como talleres, grupos focales y sesiones de counselling.

Según lo planteado por Bloss (1986) en una de las etapas de la adolescencia, de 12 a 15 años de edad, el adolescente comienza a alejarse del grupo primario, es decir la familia, y comienza la búsqueda de nuevas relaciones con sus iguales. Con respecto a esto, los resultados de esta práctica obligan a tomar en cuenta la idea de heterogeneidad de los adolescentes. En ocasiones ellos no buscan el alejarse de la familia pues en realidad no se ha logrado generar tal cercanía, situación que los lleva a buscar no nuevas relaciones, sino relaciones que puedan brindar el apoyo no encontrado en el grupo primario. Inclusive se puede hablar de lo contrario, de los adolescentes buscando acercarse aún más a sus familiares en lugar de alejarse como lo plantea el autor.

Algunos autores como Erikson (1968; citado en Páramo, 2011) hacen mención de una crisis psicosocial que puede llegar a ocurrir al atravesar por la adolescencia. Dicha crisis generada por oposiciones entre las exigencias que la sociedad plantea sobre el adolescente y lo que el adolescente realmente desea o requiere. Resulta interesante preguntarse ¿cómo hacer que ambas cosas concuerden? Tras analizar dicha interrogante y compararla con lo observado a lo largo de la práctica se podría responder con el primer paso para llegar a tal concordancia, el cual sería conocer lo que el adolescente espera o

quiere de sí mismo y de su alrededor. Para ello, la comunicación con los adolescentes debe ser el pilar relacional y de soporte para así conocer al adolescente y poder evitar, en la medida posible, la presencia de dichas crisis.

Siguiendo la misma línea de pensamiento, los resultados, al mostrar lo producido por las exigencias de quienes rodean a los adolescentes, respaldan la idea planteada en los estudios de Margaret Mead inscritos en lo mencionado por Petrovski (1979) al demostrar que la idea de la crisis resultaba inconsistente y su condicionamiento es meramente social.

En toda ocasión que se hable de una problemática social se debe atender necesariamente el contexto bajo el cual se desarrolla la problemática. En el caso de la sociedad joven, por así llamarla, es necesario contextualizarla dentro de la cultura, época y país dentro del cual se desempeñan. Al hablar de la sociedad mexicana, los estudiantes deben lidiar con una inseguridad constante. Tal como lo menciona Anónimo (1973; citado en Ciprian, Musteikis, Varillas y Vargas, 2014) la juventud vive con miedo debido a la violencia que les rodea, el simple hecho de ser estudiantes llega a generar que sean considerados guerrilleros. A pesar de ser el caso mencionado por un estudiante argentino, en México la situación no es la excepción, dicha inseguridad y miedo genera una preocupación en los adolescentes que, a simple vista, pudiera parecer algo irrelevante; sin embargo, la constante preocupación por temas como la seguridad genera que los alumnos se vean limitados en distintas áreas de su vida y no logren desarrollarse de la mejor manera posible. Un claro ejemplo de ello es la preocupación de varios alumnos al transportarse a su colegio, no sólo en el caso de la EPO 324, sino de algunos de los estudiantes hermanos de los alumnos y que acuden a otras escuelas.

Siguiendo las palabras de Casas y Ceñal (2005) el conflicto o los conflictos no desaparecerán por sí solos. Esto es refiriéndonos a los diferentes conflictos que se han mencionado pueden presentarse al atravesar por la adolescencia, pero concretamente hablando, un conflicto de interés por querer apoyar a dicha esfera social. Los mismos autores comentan que al concientizarse de la existencia de dichos problemas o problema en particular, entonces se puede comenzar a dar solución.

Retomando dichas palabras ya descritas en el desarrollo del trabajo, debemos aportar comentarios apegados a la realidad vivida en la actualidad en el país, o por lo menos lo vivido y presenciado en el área de inmersión del presente trabajo. A pesar de que el conocimiento y la comprensión del problema nos lleve a generar acciones que puedan confrontar la problemática, no basta con ello. Pon encima de conocer el problema, se requieren recursos y la disposición de organizaciones o el mismo gobierno para brindar las herramientas y el personal para atender las situaciones. Por fortuna, en el caso de la EPO 324 existió tal disposición y apertura para trabajar en dicha área, sin embargo, no es una situación general pues no es en todas las escuelas en donde se cuenta con áreas de apoyo psicológico o con los recursos necesarios para atender las necesidades psicológicas y sociales de los jóvenes, un área que debe considerarse esencial según los resultados presentados.

Por lo tanto, la importancia de la psicología social dentro de esta práctica es un aspecto a resaltar ya que la especialización de la misma en las tramas vinculares humanas da cuenta de aquello que acontece en la interacción o en las prácticas cotidianas, logrando así crear la posibilidad de un cambio social basado en la intervención en grupos, organizaciones y comunidades, como lo es el caso de los estudiantes de la institución y las relaciones formadas dentro de la misma.

Como menciona Solé (2002; citado en Henao, Ramírez & Ramírez 2007) las técnicas psicopedagógicas tienen como fin desarrollar estrategias para el aprendizaje, fortalecer competencias y a su vez incrementar procesos motivacionales. En comparación con las intervenciones psicosociales las cuales refieren a una actividad presidida a una solución de un problema práctico (Blanco & Rodríguez, 2007). Para la situación vivida en la EPO 324, el uso de una aplicación integral de técnicas tanto psicopedagógicas, como de intervención psicosocial apoyo para la generación de resultados aún más visibles y positivos.

Al hablar de técnicas psicopedagógicas podemos encontrar a los grupos focales. Escobar y Bonilla (2005) mencionan que los grupos focales buscan que los participantes expresen sus sentimientos, creencias, experiencias, así como actitudes para identificar la interacción de los mismos centrada en un tema específico. Al desarrollar esta técnica en la

EPO 324 nos facilitó la atención e intervención con los estudiantes que compartían una misma situación, fortaleciendo los canales de comunicación entre los integrantes, el intercambio de opiniones y la generación de confianza y empatía entre los mismos.

La preferencia de los estudiantes durante el desarrollo de las sesiones individuales, en los grupos focales y en los talleres fue en aumento con el paso del tiempo en la EPO 324, podríamos mencionar que una limitante para dar una mayor atención a los chicos de la EPO 324 fue la poca estadía en la institución, asimismo la población era muy amplia para la cantidad de psicólogos que se encontraban en la misma.

Es importante mencionar que a pesar de que los alumnos se mostraban interesados en participar en las actividades se limitaban a hacerlo pues la confidencialidad se veía mermada, pues los lugares para realizar las mismas eran en el patio escolar o en la cafetería, situaciones que pueden ser atendidas para otras prácticas. Resaltando así lo mencionado anteriormente, la importancia de la presencia de recursos necesarios en las instituciones tanto privadas como públicas para el apoyo a los jóvenes.

CONCLUSIONES

El humano al conformarse por diferentes esferas, la social, la biológica y la psicológica, se encuentra en un proceso de constante cambio, tanto para bien como para mal. Inevitablemente se ve modificado e influenciado por lo que sucede a su alrededor, pues son factores con los que éste convive y bajo los cuales se desempeña y desarrolla. En otras palabras, se puede decir que el humano al no poder vivir de sí y para sí como ser independiente de la realidad que le rodea es entonces vulnerable ante los factores externos a él.

Con el tiempo y las experiencias las personas adquieren herramientas que les ayudan a desarrollarse y poder afrontar con éxito los obstáculos que pueden llegar a amenazar tal vulnerabilidad. Para llegar a ello, un adulto, tuvo que haber pasado por etapas de aprendizaje y experiencia previas, dicho, a través de sus etapas de vida previas. Al encontrarse en dichas etapas la vulnerabilidad de las personas es variante debido a la heterogeneidad, pero innegablemente mayor que la de un adulto.

La etapa con mayor grado de vulnerabilidad es la adolescencia debido a los cambios biológicos, psicológicos y sociales que confunden a la persona. Los adolescentes se enfrentan a diferentes problemáticas, acompañadas de exigencias de su ambiente a la espera de un comportamiento y desempeño como lo sería el de un adulto. El apoyo a los adolescentes en dicha etapa resulta de gran ayuda para facilitar su paso por una etapa complicada y dentro de la cual están en constante búsqueda de aceptación a ellos mismo y por parte de sus iguales y las personas que les rodean.

La labor psicológica dentro de una de las áreas de vida de mayor impacto en los adolescentes, es decir la escuela, es un componente que reduce la vulnerabilidad y la confusión que ellos sienten. El acompañamiento psicológico individual demostró ser una gran oportunidad para que los jóvenes exteriorizaran las problemáticas que ellos consideraban alteraban y vulneraban su desempeño dentro de la sociedad, no sólo en la escuela. De no recibirse un apoyo, los jóvenes comienzan a presentar dificultades para desenvolverse dentro de una sociedad que ellos consideran sumamente juiciosa en cuanto a

sus acciones; es muy fácil que un adolescente comience a tener dificultades a partir de un problema que se presenta en casa o con las personas cercanas a ellos.

Al poder hablar sobre sus problemáticas con alguien con quien no se sienten juzgados, a los adolescentes les es más fácil adquirir mayor comprensión de la problemática y poder ver la misma desde un punto de vista más amplio para poder encontrar diferentes vías de acción para afrontar las situaciones de su día a día. De igual forma al convivir habiendo confianza de por medio se presenta la oportunidad de conocer el punto de vista que ellos tienen de las situaciones y personas que les rodean, factor importante pues permite estructurar nuevas maneras de abordar los temas tratados y permite conocer lo que los adolescentes en realidad buscan o lo que en verdad adolecen, por así decirlo. Las situaciones varían de acuerdo a la persona y su experiencia de vida; sin embargo, en ocasiones los adolescentes simplemente buscan expresarse, buscan un espacio en donde ser escuchados sin sentir un compromiso o un temor.

El desempeño académico, ámbito por el cual usualmente son canalizados a una atención psicológica, suele verse ligado a otras situaciones que acontecen en la vida de los adolescentes, pero no comunican. La falta de comunicación puede resultar por la falta de canales de comunicación o espacios donde poder hablar las cosas. El hecho de que los alumnos tengan dentro de su institución un lugar y personas con quienes hablar sobre temas delicados apoya en gran medida a que su desempeño académico mejore, habiendo dado soluciones a los problemas que se presentan en sus otros ámbitos de vida, haciendo que, a su vez, un buen desempeño académico les ayude a poder llevar un desarrollo más ameno.

Sabemos que no todos los alumnos son iguales, por ello no se puede esperar que bajo el mismo trato respondan de la misma forma. Es por ello que resultó de suma importancia la implementación de diferentes métodos con los cuales abordar las situaciones que los jóvenes expresaban. Existen algunas situaciones más delicadas que otras; sin embargo, la personalidad de los alumnos varía en gran medida, lo que los lleva a responder de maneras diferentes o a buscar tratos diferentes independientemente de la gravedad de su problemática. Esto se veía reflejado en el hecho de la incomodidad que algunos alumnos presentaban al hablar ya fuera con un counsellor de género masculino o femenino. De igual

manera la respuesta en ocasiones podía resultar menos cooperativa en sesiones individuales que en sesiones grupales.

La aceptación por parte de sus iguales es de gran importancia para los adolescentes, sin saberlo o ignorando el hecho, muchos de sus compañeros atraviesan por problemáticas similares, pero no se hablan. El implementar talleres resultó de ayuda para que los jóvenes comprendieran las distintas situaciones que acontecen en la adolescencia y la importancia que éstas tienen. También, ayudó para identificar que otras personas compartían sus ideas y su manera de ver las cosas.

Relacionado a la aceptación, a pesar de que el apoyo por parte de los counsellors es de gran ayuda para los adolescentes, saber que cuentan con el apoyo y aceptación de sus iguales puede ser aún de mayor ayuda. Con la implementación de grupos focales los alumnos vieron que a pesar de las diferencias que pueden tener, también tienen semejanzas con sus compañeros, todos atraviesan por una etapa con complicaciones similares y entre ellos pueden llegar a encontrar apoyo. El hecho de que los adolescentes sientan aceptación y sepan que, por así decirlo, no están solos, les ayuda a poder afrontar situaciones estresantes en su vida.

Es inevitable que las personas atraviesen por situaciones difíciles, algunas que incluso quedan fuera del alcance de ellos mismos o las personas que les rodean. La personalidad de una persona en ocasiones es invariable por lo que algunos de los alumnos no pudieron continuar o decidieron no continuar con los acompañamientos. El alcance de los acompañamientos, los talleres y los grupos focales es limitado, en ocasiones no se puede lograr que los alumnos cambien su parecer y mucho menos se puede forzar a que ello suceda. Nuestra labor no debe irrumpir en las labores académicas, por ello en ocasiones el tiempo podía llegar a ser insuficiente para apoyar a los alumnos, pero se encuentra entre los factores sobre los cuales no se tiene control o el control es mínimo pues se deben respetar las normas de la institución.

Aunado a lo antes mencionado, hay algunas cuestiones que podrían mejorar para prácticas futuras de esta índole. El espacio llegó a ser una limitante, la falta de instalaciones para un área específica complica la práctica, siendo que las mismas instalaciones no eran de

la escuela sino eran prestadas, las autoridades de la escuela nos proporcionaban el espacio con el que se contara en el momento. Por otro lado, también sería prudente contar con más tiempo, en cuanto a número de sesiones, para poder trabajar con los jóvenes.

De manera general se debe resaltar el gran apoyo brindado por las autoridades y personal de la institución educativa. Su disposición y ánimo por ayudar a sus estudiantes facilitó en gran medida que la estancia en la escuela fuera tan fructífera. El trabajo en conjunto con los maestros y administrativos nos generó la oportunidad de trabajar de diferentes maneras con los estudiantes. Es muy importante que las instancias educativas tengan interés por mejorar el desempeño social, personal y académico de sus alumnos y es algo que la Escuela Preparatoria Oficial 324 tiene muy presente, incluso al ofrecernos la oportunidad de continuar con una labor más estructurada y profunda en la misma institución, pero en sus nuevas instalaciones. Con ello también se resalta el agradecimiento y aprecio que tiene el personal de la escuela al tener a alguien apoyando con una labor como la que nosotros realizamos.

La práctica realizada y sus resultados deben dar un aporte a la psicología en cuestiones de importancia. Más allá de dar validez a los métodos empleados o incluso de innovar en una metodología con la cual obtener resultados convincentes, la práctica demuestra la importancia que tiene una intervención de esta índole en el desempeño de los adolescentes. De igual forma debe apoyar a la psicología para generar la posibilidad de instancias del área dentro de las escuelas. Abrir los ojos a las necesidades reales de los adolescentes y apoyar la idea de la presencia de programas de salud integral dentro de las instituciones educativas. En ocasiones dentro de la misma psicología existen conflictos en cuanto a metodologías o corrientes aplicables, con lo visto en la práctica se debe entender que en ocasiones es lo que menos afecta o menos debería recibir importancia. Dejar en ocasiones de lado los dogmas y atender a las personas como tales, eso constituye la base de un apoyo fructífero.

REFERENCIAS

- Aliño, M., López, J., y Navarro, R. (2006) Adolescencia. Aspectos generales y atención a la salud. *Revista Cubana de Medicina General e Integral*. 22 (1).
- Álvarez, J. y Urzúa, A. (2016). La violencia infantil dentro del seno familiar y su impacto en el desarrollo escolar del niño. *Políticas sociales sectoriales*. 3 (3) 14 – 31.
- Andrade, J. (2011). La intervención grupal: una lectura de los conceptos de Enrique Pichón Riviera: Artículo de reflexión investigativa. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 14 (3) 194 - 226.
- Atienza, E. Campero, L. Lozada, A. y Herrera, C. (2014) Aspiraciones educativas y familiares como condicionantes en la prevención de embarazos tempranos en México. *Salud Pública de México*. 56 (3) 286 - 294.
- Barbour, R. (2013) *Los grupos de discusión en investigación cualitativa*. Ediciones Morata: Madrid.
- Barra, E., Cerna, R., Kramm, D. y Véliz, V. (2006) Problemas de salud, estrés, afrontamiento, depresión y apoyo social en adolescentes. *Terapia Psicológica* 24 (1), 55-61.
- Baz, M. (2007) La intervención grupal: Finalidades y perspectivas para la investigación. *Asociación para el estudio de temas grupales psicosociales e institucionales*. 11.
- Blanco, A. Rodríguez, J. (2007) Intervención psicosocial. *Pearson*: Madrid. pp. 209 - 251
- Casas, J. y Ceñal, M. (2005) Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral* 9 (1), 20-24.
- Centeno, S. C. (2011). Las habilidades sociales: elemento clave en nuestras relaciones con el mundo. México: Formación Alcalá. Pp. 17-20, 145.

Cervantes, Jovana (2017) *Los conflictos de la identidad en la adolescencia*. Tesis de licenciatura, Pedagogía. Centro Universitario de Iguala, Facultad de Filosofía y Letras. Guerrero, México.

Cervantes, J. (2017) *Los conflictos de la identidad en la adolescencia*. Centro Universitario de Iguala.

Chávez, A. (S/F) *El Paradigma Humanista en la Psicología Educativa*. Universidad de Colima. Obtenido en: <https://comenio.files.wordpress.com/2007/08/humanismo.pdf>

Ciprian, L., Musteikis, A., Barilla, M., y Vargas, J. (2014) *Los problemas de la juventud. Definiciones sociales sobre los jóvenes. Córdoba. 1973-1994-2014*. Córdoba: Perspectivas Sociales - IFG- UCC.

Corchado, A. (2016). *La psicología humanista: Una aproximación teórica y experiencial*. México.

Cova, F. (2004) La Psicopatología Evolutiva y los Factores de Riesgo y Protección: el Desarrollo de una Mirada Procesual. *Revista de Psicología*, 13 (1), 92-101.

Díaz, J. (2006) Identidad, adolescencia y cultura. Jóvenes secundarios en un contexto regional. *Revista Mexicana de Investigación Educativa* 11 (29), 431-457.

Donas, S. (1999) Protección, riesgo y vulnerabilidad. *Adolescencia Latinoamericana* 1 (4), 1-11.

Donas, S. (2001) Adolescencia y juventud. Viejos y nuevos desafíos en los albores del nuevo milenio. En: S. Donas (Comp). *Adolescencia y juventud en América Latina* (23-40). Cartago Libro Universitario Regional.

Duque, J. (2001) Carl Rogers: Reflexiones Teórico-Prácticas. *Psicología desde el Caribe*. (7), 118-129.

El Financiero (21 de septiembre de 2016) *En México, 4.1 millones de niños no asisten a la escuela: Unicef*. Recuperado de: <http://www.elfinanciero.com.mx/nacional/en-mexico-millones-de-ninos-no-asisten-a-la-escuela-unicef.html>

Escobar, J. Bonilla, F. (2009) Grupos focales: Una guía conceptual y metodológica. *Cuadernos hispanoamericanos de psicología*. 9 (1), 51 - 67.

Estévez, E., Musitu, G. y Herrero, J. (2005) El rol de la comunicación familiar y del ajuste escolar en la salud mental del adolescente. *Salud Mental* 28 (4), 81-89.

Excelsior (22 de agosto de 2017a) *Depresión y ansiedad, mayores problemas de salud mental: Sedesa*. Recuperado de: <http://www.excelsior.com.mx/comunidad/2017/08/22/1183326>

Excelsior (21 de noviembre de 2017b) *Pese a la reducción de embarazos adolescentes. México ocupa el primer lugar en OCDE*. Recuperado de: <http://www.excelsior.com.mx/nacional/2017/11/21/1202660>

Fandiño, Y. (2011) Los jóvenes hoy: enfoques, problemáticas y retos. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*. II (4), 150 - 163.

Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2007) *Nuestro derecho a ser protegidos de la violencia*. Editado por *Social Advocacy and Virtual Education Marketing*: Perú.

Fromm, E. (1964) *El corazón del hombre*. México: fondo de Cultura Económica.

Gillon, E. (2007) A person-centred theory of psychological therapy. En: E, Gillon (comp). *Person-centred counselling psychology. An introduction* 43-66. Great Britain: SAGE Publications.

Gillon, E. (2007) Facilitating a process of change: person-centred counselling psychology in action. En: E, Gillon (comp). *Person-centred counselling psychology. An introduction* 43-66. Great Britain: SAGE Publications.

Gómez, E. (2008) Adolescencia y familia: revisión de la relación y la comunicación como factores de riesgo o protección. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. 10 (2), 105 - 122.

González, J. (2007) *Riesgos y familia en la adolescencia. Un estudio acerca de los comportamientos de riesgos y la familia, de los adolescentes de los colegios públicos*. Bogotá: Fundación de la Investigación.

González, M. y Márquez, D. (S/F) *Técnicas Grupales en relación con la psicología humanista*. Disponible en: <http://septg.es/boletinseptg/docs/32B.pdf>

Hamui, A. Varela, M. (2013). La técnica de grupos focales. UNAM: México. Investigación en Educación Médica, vol. 2, núm. 5. Pp. 55 – 60.

Henaó, G, Ramirez, C & Ramirez, L. (2007). Las prácticas educativas familiares como facilitadoras del proceso de desarrollo en el niño y la niña. *El Ágora*, 7 (2), 233 – 240.

Herrera, P. (1999) Principales factores de riesgo psicológicos y sociales en el adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*, 71 (1), 39-42.

Hofstadt, R. C. J. (2005). El libro de las habilidades de comunicación: cómo mejorar la comunicación personal. España: Díaz de Santos. Pp. 3-9.

Lafarga, J. (1989) Antecedentes del enfoque centrado en la persona en México. En: J. Lafarga y J. Gómez (comp) *Desarrollo del potencial humano*. 57-69. México D.F.: Editorial Trillas.

Lobo, Ma. E., y Retana, I. (2016) Adolescentes institucionalizados: Un grupo vulnerable con problemas en su desarrollo humano – social. *Políticas sociales sectoriales*. 3 (3) 187 – 2015.

Martí, C., Barrera, D., Marcos, G. y Barreria, D. (2013) Counselling: una herramienta para la mejora de la comunicación con el paciente. *Farmacia Hospitalaria* 37 (3) 236-239.

Meyer, E. Sellers, E. Browning, M. McGuffie, K. Solomon, Z. Truog, D. (2009). Difficult conversations: Improving communication skills and relations o abilities in health care. *Society of critical care medicine and world federation of pediatric intensive and critical care societies*. 10 (3), 352-359.

Montañés, M., Bartolomé, R., Montañés, J. y Parra, M. (2008) Influencia del contexto familiar en las conductas adolescentes. *Ensayos* 17 (1), 391-407.

Oliva, A. (2006) Relaciones familiares y desarrollo adolescente. *Anuario de psicología* 37 (3), 209-223.

Organización Mundial de la Salud (2017a) *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Recuperado de: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/es/>

Organización Mundial de la Salud (2017b) *Temas de salud: Violencia*. Recuperado de: <http://www.who.int/topics/violence/es/>

Onwuegbuzie, A. Dickinson, W. Leech, N. y Zoran, A. (2011) Un marco cualitativo para la recolección y análisis de datos en la investigación basada en grupos focales. *Paradigmas*. 3 (1), 127 - 157.

Papalia, D. (2012). *Psicología*. Mc Graw Hill: México. Pp. 352 – 354.

Papalia, D., Olds, S. y Feldman, R. (2009) Desarrollo físico y salud en la adolescencia. En: D. Papalia (Comp.). *Psicología del desarrollo: De la infancia a la adolescencia* (458-512). México: McGraw-Hill.

Páramo, A. (2011) Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión. *Terapia Psicológica*, 29 (1), 85-95.

Parra, F. (2011) Los jóvenes hoy: enfoques, problemáticas y retos. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 2 (4), 150-163.

Petrovski, A. (1979) *Psicología evolutiva y pedagógica*. Moscú, URSS: Editorial Progreso.

Pineda, S. y Aliño, M. (2002) El concepto de la adolescencia. Manual de prácticas clínicas para la atención integral de la adolescencia.

Rice, P. (1997) Desarrollo humano: estudio del ciclo vital. Pearson: México. Recuperado de:

<https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=ZnHbCKUCtSUC&oi=fnd&pg=PA1&dq=desarrollo+humano+adolescentes&ots=yzSv98E05Q&sig=0gHxbbeg5YTEAL3mbaf9NH0VI64#v=onepage&q=desarrollo%20humano%20adolescentes&f=false>

Rivera, M. y Garza, A. (2016) La baja autoestima y su relación con el estrés y enfermedades psicosomáticas. En: J, Martínez (Comp) *Problemas actuales de nuestra sociedad y posibles soluciones* (259-262) México: Universidad Autónoma de Coahuila.

Riveros, E. (2014) La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Ajayu* 12 (2), 135-186.

Ruiz, J. (2012) Focus group y grupo de discusión: similitudes y diferencias. Disponible en: <http://fes-sociologia.com/files/congress/12/papers/3036.pdf>

Ruiz, D., Ramos, M., Martínez, B. y Musitu, G. (2010) Agresión manifiesta y ajuste psicosocial en la adolescencia. *SUMMA Psicología UST* 7 (2), 45-54.

Salazar D. Uriegas, M. (2006) Autoestima desde un enfoque humanista: Diseño y aplicación de un programa de intervención. México: *Universidad Pedagógica Nacional*. 26 - 48.

Silva, A., Rodríguez, N. (2001). Manual de titulación carrera de psicología. UNAM: FESI. pp. 39 - 41.

Stern, C. (2004) Vulnerabilidad social y embarazo adolescente en México. *Papeles de población*, 10 (39), 129 - 158.

Universia México (3 de octubre de 2017) *Los principales problemas de los jóvenes de hoy en día*. Recuperado de: <http://noticias.universia.net.mx/en-portada/noticia/2012/12/04/986494/principales-problemas-jovenes-hoy-dia.html>

ANEXOS

Anexo 1

Cuestionario para identificar las preferencias temáticas de los talleres



Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Escuela Preparatoria Oficial No. 324.



Contesta las siguientes preguntas:

Género: F / M

Grado:

1. De la siguiente lista de temáticas, enumera del 1 al 5 (siendo 1 el tema de menor relevancia y 5 el de mayor relevancia) los temas según consideres representen una dificultad en tu vida.
 - Violencia
 - Relaciones familiares
 - Bullying
 - Autoestima
 - Hábitos de estudio
 - Sexualidad
 - Adicciones
 - Habilidades sociales
 - Otro (escribe el/los tema (s)):
2. ¿Considerarías que te gustaría hablar respecto a estos temas con alguien?
3. ¿Te sentirías cómodo (a) compartiéndolo con más personas en una situación similar dentro de un espacio donde se promueva la confianza y el respeto?
4. ¿Cómo te gustaría que se trabajaran/hablaran estos temas?
Propuesta:

Anexo 2

Formato de registro para las sesiones individuales



Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Trabajo Comunitario en la Escuela Preparatoria Oficial 324



Nombre del alumno:

Fecha de Sesión	Edad	Grupo	Problemática reportada	Actividades	Psicólogo

Anexo 3

Cartas descriptivas de los talleres.

Martes 28 de marzo de 2017.

Tema: Violencia y Problemas Familiares

Objetivo: Los participantes reflexionarán acerca de los problemas familiares y su relación con la violencia a través de actividades que permitan un mejor conocimiento del tema.

Actividad	Descripción	Objetivo	Materiales	Duración
Casa – Niño – Calle.	Se pedirá que los participantes formen triadas, al mismo tiempo se mencionará que dos integrantes se tomen de las manos mirándose los unos los otros formando una casa, indicando que la tercera persona (NIÑO) se coloque dentro de esta casa. Cuando se grite ¡NIÑO! / ¡CASA! Se cambiarán las personas correspondientes a este papel. Cuando se grite ¡CALLE! Todos cambiarán de equipo.	Los participantes conocerán el nombre del resto de sus compañeros, además de fomentar la integración del grupo.	Ninguno	5 minutos
Nuevos finales	Se formarán equipos y se les pedirá que realicen una tira cómica con una escena sobre problemas familiares o violencia en el hogar; se intercambiarán las tiras cómicas para que el otro equipo termine. Al finalizar pasarán todos a presentar las tiras cómicas explicando porque eligieron esa situación.	Los participantes identificarán la violencia/problemas familiares que viven en su vida diaria a través de la representación en una tira cómica.	Hojas blancas. Colores, plumas, lápices y plumones. Cinta adhesiva.	30 minutos

Anexo 4

Jueves 30 de marzo de 2017.

Tema: Autoestima

Objetivo: Los participantes identificarán su autoestima, a través de actividades que permitan la reflexión para un mejor conocimiento de la misma.

Actividad	Descripción	Objetivo	Materiales	Duración
Te presento a...	Se formarán parejas e iniciarán a platicar sobre sus gustos, habilidades, fortalezas, etc., al finalizar cada pareja se presentará delante de todo el grupo.	Los participantes conocerán el nombre del resto de sus compañeros, además de fomentar la integración del grupo.	Ninguno	10 minutos
Cambiando fallas y limitaciones	Los participantes escribirán de manera anónima tres de sus debilidades. Al finalizar se les pedirá que coloquen ese escrito en una bolsa; se repartirán e interpretarán esa debilidad mientras el resto del grupo tratará de deducirla, al finalizar se dará una retroalimentación grupal buscando una solución para mejorar esa debilidad.	Promover la autoaceptación reconociendo que todos tenemos fallas y limitaciones. Promover la iniciativa para trabajar con sus debilidades.	Hojas blancas Lápiz/pluma Bolsa	10 minutos
Dar vuelta a	Se presentarán a los	Los participantes	Papel	30 minutos

la tortilla	participantes distintas frases identificando cuáles de estas les afectan más a ellos mismos.	identificarán pensamientos negativos que bloqueen su desarrollo personal y profesional. Transformar esos juicios negativos en frases más reales y amables con ellos mismos.	rotafolio Hojas blancas Pluma/lápiz	
-------------	--	---	---	--

Frases:

Nunca podré _____.

El resto de las personas piensan que yo _____.

Mi problema es qué _____.

Sí yo hago _____ las personas perderán su respeto por mí.

No puedo trabajar de _____ porque _____.

La "Juani" es mejor que yo porque _____.

No voy a llegar a _____.

Sé que me van a decir que no en _____.

_____ no es para mí porque _____.

Anexo 5

Martes 04 de abril de 2017.

Tema: Hábitos de estudio

Objetivo: Los alumnos identificarán las actividades que realizan para mejorar su rendimiento académico, a través de técnicas que permitan la reflexión sobre cómo están utilizando su tiempo.

Actividad	Descripción	Objetivo	Materiales	Duración
Me pica aquí.	Los participantes formarán un círculo, cada uno se presentará de uno en uno mencionando su nombre y una parte del cuerpo que les pique. El participante siguiente antes de presentarse repetirá los datos del compañero anterior y rascando la parte del cuerpo que este había mencionado.	Los participantes conocerán el nombre del resto de sus compañeros. Se busca el contacto físico entre compañeros.	Ninguno	10 minutos
¿Cómo distribuyo mi tiempo?	Los participantes mencionarán sus actividades diarias y cuánto tiempo utilizan para realizarlas. Posteriormente se les pedirá que elijan/identifiquen una meta que no han podido realizar por falta de tiempo, aclarando que deben de ajustar sus horarios para poder realizarla.	Los participantes identificarán como organizan su día para realizar actividades que ellos consideran importantes en su vida diaria.	Hojas blancas Plumas, colores, plumones	40 minutos

Anexo 6

Martes 06 de abril de 2017.

Tema: Sexualidad

Objetivo: Los participantes reflexionarán acerca de la diversidad sexual y preferencias sexuales, a través de actividades que fomenten la participación y reconocimiento de este tema en la sociedad.

Actividad	Descripción	Objetivo	Materiales	Duración
Me pica aquí.	Los participantes formarán un círculo, cada uno se presentará de uno en uno mencionando su nombre y una parte del cuerpo que les pique. El participante siguiente antes de presentarse repetirá los datos del compañero anterior y rascando la parte del cuerpo que este había mencionado.	Los participantes conocerán el nombre del resto de sus compañeros. Se busca el contacto físico entre compañeros.	Ninguno	10 minutos
Las paletas	Se le repartirá una paleta a cada uno de los participantes, se les pedirá que la abran y comiencen a comérsela, posteriormente se pedirá que la intercambien con su compañero de la derecha, después se les dará la instrucción que se coman la paleta que intercambiaron.	Los participantes reflexionarán sobre sus prácticas sexuales, las infecciones de transmisión sexual y los métodos anticonceptivos de barrera.	Paletas	20 minutos
¿Por qué crees eso?	Se dividirán en cuatro equipos (familia, escuela, medios de comunicación y amigos) posteriormente se les leerá un cuento y se les pedirá que realicen una reflexión (escrita, dibujo, poema, etc.) desde la	Los participantes reflexionaran acerca de las normas heteronormativas.	Hojas blancas Colores, plumones, plumas. Cuento.	30 minutos

	perspectiva correspondiente a su equipo. Al finalizar se explicará a sus compañeros por qué se abordó de esa manera.			
--	---	--	--	--

Cuento:

Ella lo conoció en el gimnasio. Al principio, lo miraba de reojo cuando lo tenía cerca, hacía ejercicios frente a él para admirarlo. Además, a ella le gustaba mucho su voz de “macho” y su aroma de hombre fino. Un día ella no quiso contener más sus deseos y con un pretexto cualquiera empezó a hablar con él, una conversación que los llevo rápidamente a la primera cita. Para ese encuentro, ella se arregló como una princesa, se puso su mejor vestido, y se soltó su melena. Él todo un caballero, estuvo justo a la hora y en el lugar señalado. Por el camino, él le dijo, por ser la primera vez, en la discoteca se encontrarían con un amigo. Ella que era una mujer sin prejuicios, disfrutó de la música, sentada en la barra, mientras los dos hombres bailaban juntos el primer bolero de la noche.

Anexo 7

Taller de Autoestima



Anexo 8

Taller de Hábitos de estudio



Anexo 9

Taller de Sexualidad

