

01921
90



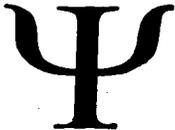
**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MEXICO**

FACULTAD DE PSICOLOGIA

**ORIENTACION PSICOEDUCATIVA PARA
PREADOLESCENTES Y ADOLESCENTES:
UNA ESTRATEGIA DE PREVENCION**

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGIA
P R E S E N T A N :
ARGELIA GONZALEZ PINEDA
MARIA ALEJANDRA GRANADOS MAYEN

DIRECTORA: LIC. PATRICIA G. MORENO WONCHEE
INSTRUCTORA DE PRACTICAS INTEGRALES:
LIC. GABRIELA LUGO GARCIA



MEXICO, D. F.

2003



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.

**TESIS CON
FALLA DE
ORIGEN**

PAGINACIÓN DISCONTINUA

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mis padres,

A mis hermanas (o),

***A mis hijos que siempre me apoyaron y me
Comprendieron Aldo David y Oscar ,***

A mí pareja que me brindo su amor y cariño,

***A todos los profesores (as) queme ayudaron
en mi formación como psicóloga***

Y sobretodo a Dios que siempre a sido bueno y generoso .

ARGELIA GONZÁLEZ PINEDA

AGRADECIMIENTOS

A Dios

A mis padres

A mis hermanos

A todos mis profesores y profesoras

A la Lic. Patricia G. Moreno Wonchee y a todas las mujeres que conforman el jurado y enriquecieron este trabajo: Lic. Piedad Aladro Lubel, Dra. Rosa Elena Nieves Rodríguez, Lic. Martha Romay Morales, y Lic. Ma. Hortensia García Vigil

A la Lic. Gabriela Lugo García

A mis amigos y amigas

A todas las personas que de alguna manera colaboran en mi formación profesional y humana

A cada uno de ellos por su amor, apoyo, comprensión, ejemplo y sabiduría.

MARÍA ALEJANDRA

INDICE

Resumen.....	1
Introducción.....	2
Capítulo I Orientación Escolar	
I.1 Definición	6
I.2 Antecedentes.....	7
I.2.1 Teoría del desarrollo psicosocial	7
I.2.2 Psicología Humanista	8
I.2.3 Terapia Gestalt	11
I.2.4 Enfoque Sistémico	12
Capítulo II La Adolescencia	
II.1 Definición	17
II.2 Aspectos biológicos	17
II.3 Aspectos cognoscitivos	19
II.4 Aspectos sociales	20
II.5 Aspectos emocionales	22
Capítulo III Toma de decisiones como producto del manejo de información	
III.1 La orientación como prevención	25
III.2 Programas de Orientación Educativa	27

Capítulo IV El proceso enseñanza-aprendizaje y la elaboración de textos educativos

IV.1 Definiciones.....	35
IV.1.1 Definición de enseñanza	
IV.1.2 Definición de aprendizaje	
IV.2 Teorías del aprendizaje	
IV.2.1 Conductismo.....	37
IV.2.2 T. de la Gestalt.....	37
IV.2.3 T. Del Aprendizaje social y Psicología de la educación.....	37
IV.2.4 T. Cognoscitivistas.....	38
IV.2.5 T. Del Desarrollo de la persona.....	39
IV.2.6 T. Centrada en el alumno.....	40
IV.2.7 Pedagogía Abierta.....	41
IV.2.8 Constructivismo.....	42
IV.3 El proceso de enseñanza-aprendizaje desde la perspectiva constructivista.....	43
IV.3.1 Aprendizaje significativo.....	44
IV.3.2 Principios de instrucción.....	45
IV.3.3 Aprendizaje de diversos contenidos.....	46
IV.3.4 Métodos de enseñanza para un aprendizaje significativo.....	48
IV.3.5 Evaluación del proceso enseñanza-aprendizaje.....	51
IV.3.6 Estrategias Instruccionales.....	55
IV.4 Elaboración de textos educativos.....	57

Capítulo V Metodología

V.1 Objetivos.....	66
V.1.1 Objetivos Generales	
V.1.2 Objetivos Específicos	
V.2 Escenario	67
V.3 Población	67

V.4	Materiales e instrumentos	67
V.5	Diseño	68
V.6	Procedimiento	68
Capítulo VI	Resultados	
VI.1	Análisis de datos	72
VI.2	Propuesta de la Crestomatía para el Instructor y el Cuaderno de Actividades para el Participante: “Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes: una estrategia de prevención”....	76
Capítulo VII	Conclusiones	80
Capítulo VIII	Sugerencias y limitaciones	84
Bibliografía	87
Anexos		
Anexo I	Cuestionario de Orientación Psicoeducativa en el ámbito escolar para alumnos de 6° grado de educación básica.	
Anexo II	Cartas descriptivas del Programa de Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes.	
Anexo III	Cuaderno de Actividades para el Participante: “Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes: una estrategia de prevención”.	
Anexo IV	Crestomatía para el Instructor: “Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes: una estrategia de prevención”.	

RESUMEN

La elaboración de la propuesta del “Cuaderno de Actividades para el Participante” y la “Crestomatía para el Instructor” titulados “Orientación Psicoeducativa para Preadolescentes y Adolescentes, una estrategia de prevención”, surgió a partir de la aplicación del programa “Orientación Psicoeducativa para alumnos de 6° grado”, que forma parte de las prácticas integrales del Área Educativa de la Facultad de Psicología de la UNAM. Dicha aplicación se llevó a cabo con 18 hombres y 17 mujeres de entre 11 y 14 años de edad, estudiantes de 6° grado de educación básica en el turno vespertino de una escuela pública de la Cd. De México. El principal objetivo fue brindar información y promover la reflexión acerca del Conocimiento de sí mismo, la Responsabilidad ante la sexualidad, la Prevención de la farmacodependencia y la Influencia de los Medios Masivos de Comunicación; con la finalidad de prevenir conductas que pueden representar un riesgo para la salud física y emocional de los participantes.

Se trabajó con un diseño cuasiexperimental pretest-postest con un solo grupo. Se compararon los resultados obtenidos en la aplicación del “Cuestionario del Programa de Orientación Psicoeducativa” antes y después de la aplicación del programa; encontrándose un incremento significativo en el número de aciertos obtenidos en la evaluación final con relación a la inicial en los dos grupos con los cuales se trabajó. Se comparó el porcentaje de aciertos obtenidos en cada una de las áreas que evalúa el instrumento: Familia, Sexualidad, Farmacodependencia y Medios Masivos de Comunicación, siendo el área de Familia la que registró un mayor incremento en el nivel de información mostrado por los participantes.

De acuerdo a los resultados cuantitativos y cualitativos de la aplicación del mencionado programa, se planteó la necesidad de contar con un material impreso que permitiera tanto al instructor, como a los participantes, organizar de mejor manera la información y las dinámicas y actividades necesarias para comprenderla adecuadamente. De este modo, surge la propuesta del Cuaderno de Actividades y la Crestomatía, los cuales fueron elaborados a través de una cuidadosa recopilación y selección de reconocidos textos, de los cuales fueron tomados tanto del contenido teórico, como las actividades planteadas a lo largo del programa. Es por ello que dichos materiales representan un ahorro en recursos materiales y económicos, así como la simplificación de la labor del instructor y la estructuración de las actividades de los participantes.

Se sugiere la aplicación de ambas propuestas con el fin de validarlas y contar con un material serio y confiable que apoye el mencionado programa.

INTRODUCCION

El presente trabajo se deriva del Programa de Prácticas Integrales del Area de Psicología Educativa denominado “Orientación Psicoeducativa para alumnos de 6o. Grado de primaria”, el cual se llevó a cabo en la Escuela Primaria “Ejército Nacional” C.C.T. 09DPR1976B/C.C.T. 09DPR1973E, ubicada en Copilco El Alto, Coyoacán en México, D.F. Dicho programa tuvo como principal propósito brindar información a los alumnos en las áreas de: Autoconocimiento, Relaciones Familiares, Sexualidad, Farmacodependencia y Medios de Comunicación Masiva, con lo cual se pretendía que los participantes adquirieran habilidades para reflexionar sobre estos temas y así tomar decisiones que les ayudaran a aceptar y vivir de manera más natural los cambios físicos, psicológicos y sociales que se experimentan a lo largo de la etapa del desarrollo llamada adolescencia y buscar mayores niveles de adaptación y ajuste del futuro adulto.

A partir de las experiencias obtenidas a lo largo de la aplicación del programa durante el año escolar 97-98, se observó la necesidad de contar con un material que apoyara y facilitara el proceso de enseñanza - aprendizaje, a través del cual los participantes* interactuaran más directamente con el contenido del programa y que, por otro lado, representara para el instructor una herramienta complementaria en la aplicación del mismo.

El material propuesto como apoyo al programa es un Cuaderno de Actividades para el Participante y una Crestomatia para el instructor (profesor de grupo u otro profesional de la educación); ambos textos contienen información acerca de los temas mencionados anteriormente así como una serie de ejercicios para reafirmar los conceptos teóricos.

El enfoque teórico-metodológico que sustenta el trabajo se deriva del manejo de técnicas cognitivo-conductuales, de comunicación asertiva y estrategias instruccionales, todo esto bajo un marco sistémico humanista del cual se utilizarán técnicas de sensibilización vivencial y algunos elementos de diagnóstico como son: comunicación en la familia, ciclo vital, limites, jerarquias, etc. (Moreno,P. & Lugo,G. 1996).

* cada vez que se hable de los “participantes” se hará referencia a los y las preadolescentes y a los y las adolescentes.

La prevención ha sido siempre importante, pero en épocas como la actual se acentúa su importancia ya que vivimos en un periodo de grandes problemas que repercuten tanto de manera individual como colectiva. Es además un campo en el que la Psicología como disciplina que integra la triada bio-psico-social, tiene mucho que ofrecer, no solamente por su capacidad para estudiar un problema que ocurre en las fronteras de estas tres dimensiones, sino porque cuenta, además, con herramientas que le permiten intervenir para modificarlo (Costa, M. & López, E., 1996), o evitarlo.

Al examinar el desarrollo del ser humano se pueden considerar una serie de etapas en las cuales se observan características y problemas que las hacen diferentes y, de alguna manera, identificables. La adolescencia es la etapa de la vida que se caracteriza por ser un periodo complejo en el que el individuo se hace cada vez más consciente de sí mismo y en la cual se suscitan una serie de cambios físicos, psicológicos, cognoscitivos, emocionales y sociales, que hacen más evidente la transición de la infancia a la adultez. Esta transición requiere por lo general de una orientación específica hacia ciertos aspectos ya que existen diversos factores como son: la disminución en la edad de la madurez sexual, el alargamiento de los años de estudio, la postergación del matrimonio, el cambio de valores consecuencia de la urbanización, el enfrentamiento con otras culturas y costumbres debido a la migración y la influencia de los medios de comunicación masivos, así como la transformación de la estructura familiar, que hoy en día hacen que en los adolescentes se incrementen las oportunidades de desajustes que favorezcan conductas de riesgo que pueden llevar al adolescente a graves situaciones como accidentes, suicidios, farmacodependencia, alcoholismo, enfermedades de transmisión sexual, abortos, embarazos e hijos no deseados o conflictos familiares, entre otros, los cuales traen consigo efectos adversos en su salud tanto física como emocional, acarreándole problemas de tipo académico, económico, familiar y social (Pick, S. & col. 1996)

De este modo, es muy importante la puesta en marcha de programas educativos que traten de forma integral todos aquellos aspectos biopsicosociales del adolescente, que le permitan identificar, prevenir, disminuir o evitar conductas riesgosas que pongan en peligro su óptimo desarrollo y maduración y que le lleven a una adecuada integración a la sociedad.

El poner al alcance de la comunidad dichos programas resultaría sumamente costoso tanto en recursos materiales como humanos, si esto se hiciera de forma individual, además de que la población a la que llegaría sería muy reducida y, por ende, el impacto sería mínimo. Por tal motivo, es en el ámbito escolar donde este tipo de programas preventivos adquieren un mayor impulso, ya que se incrementa la población a la que se dirigen y los medios para llevarlos a cabo, así como su credibilidad e impacto hacia la comunidad, puesto que es en la escuela donde se adquiere la mayor parte de los conocimientos y habilidades de una manera sistematizada y coherente. Es por ello que los programas que pretenden dar orientación tienen su mayor desempeño dentro de la escuela, convirtiéndose así la orientación en una parte fundamental del proceso educativo, principalmente cuando se tiene

una visión amplia e integral de este concepto, incluyendo no sólo en él el aspecto cognoscitivo de los alumnos sino, además, y de forma relevante, las actitudes, los intereses, los valores y las emociones de éstos.

Así mismo, los últimos años de la primaria y los años de secundaria adquieren una especial relevancia para el individuo, ya que en una gran proporción representan los últimos años de su educación formal y los conocimientos adquiridos durante éstos suelen ser los únicos que le ayuden a enfrentar los desafíos que le presente la vida y las decisiones que ante éstos deberá tomar.

Existe un buen número de manuales, guías y libros de texto que tratan varios de los temas contemplados por el programa, por lo que tanto la información teórica como las actividades propuestas son básicamente una recopilación basada en dichos materiales, lo cual representa una ventaja de orden práctico e, incluso, económico, tanto para los educadores como para los participantes.

Pero, principalmente, el Cuaderno de Trabajo de Orientación Psicoeducativa busca ser un apoyo en la educación para el desarrollo integral de cada uno de los y las participantes, contribuyendo a su formación en aspectos tan amplios como complicados de su persona como son su autoestima, la toma de decisiones, la jerarquización de sus valores, su relación familiar, la responsabilidad ante su sexualidad y el riesgo de usar y abusar de drogas; todo esto con una visión realista que considera al participante como parte de un grupo, de una familia y de una sociedad.

CAPITULO I

ORIENTACION
ESCOLAR

1.1 Definición

El término “Orientación Educativa” fue usado por primera vez por T.L. Kelley en 1914 para describir la ayuda dada a los estudiantes sobre elección de estudios y adaptación escolar.

En la actualidad, la orientación tiene una doble vertiente: pedagógica y psicológica. La primera centrada en aspectos escolares, didácticos, profesionales y de metodología correctora de aprendizajes deficitarios; la segunda, en una línea más psicométrica, centrada en las capacidades y aptitudes, diagnóstico y aspectos personales. Ambas líneas son complementarias (García, J., Cantón, I. & García, M., 1990).

Una orientación efectiva se preocupa principalmente de las necesidades y diferencias de los niños y niñas en su crecimiento. Un programa efectivo de orientación contribuye a la inserción en nuestra compleja sociedad de individuos equilibrados, completos y activos. La orientación es un proceso cualitativo, dinámico y preocupado por el desarrollo de los individuos para que sean capaces de resolver problemas por sí mismos y en grupo (Knapp, R., 1986). Dicho proceso ha sido definido a través de los años por diversos autores de la siguiente manera:

Traxler (1957 en Knapp, R. 1986) define la orientación como el proceso que capacita a cada individuo para comprender sus aptitudes, intereses y rasgos personales a desarrollarlos lo mejor posible, a relacionarlos con metas vitales y finalmente, a alcanzar un estado de completa y madura auto-orientación.

Kelly (1972) define la orientación como “la fase del proceso educativo que consiste en el cálculo de las capacidades, intereses y necesidades del individuo para aconsejarte acerca de sus problemas, asistirle en la formulación de planes para aprovechar al máximo sus facultades y ayudarle a tomar decisiones y a realizar las adaptaciones que sirvan para promover su bienestar en la escuela y en la sociedad (en Knapp, R., 1986).

Partiendo de la base de que las experiencias escolares deberían ser trasladadas a las vitales, Ruth Strang (1971) propone como núcleo de la labor orientadora conocer al individuo y sus oportunidades educativas y ayudarle a realizar elecciones acertadas tanto a través del consejo como de la orientación grupal (en Rodríguez, M. 1991).

Enmarcado en el contexto escolar se tienen distintas versiones de la orientación, entre ellas están: la orientación como educación, la orientación como guía de elección profesional, la orientación adaptativa o centrada en el problema, la orientación como consejo u orientación personalizada, la orientación como sistema o conjunto de servicios, la orientación como educación psicológica y, por último la orientación para el desarrollo la cual es de tipo preventivo y evolutivo que enfatiza la planificación educativa para el

aprendizaje. Pero además se preocupa de que el sujeto orientado consiga la madurez y la aceptación de su propia identidad (García et al., 1990).

La mayor parte de la literatura se refiere a la orientación como un proceso o como una actividad que tiene por objeto mejorar la adaptación del alumno. Parece preferible considerar el programa de orientación como un programa de servicios, los cuales pueden ser reconocidos, definidos, administrados y evaluados. El programa de orientación se define como un programa de servicios específicamente trazados para mejorar la adaptación de los alumnos individuales para los cuales se han organizado esos servicios (Hatch, R. & Costar, J., 1985).

1.2 Antecedentes

La orientación es una ciencia joven la cual se separa de las ciencias a principios del siglo pasado. Es Parsons, en sus obras "Eligiendo una vocación" y "La mente que se encontró a si misma" de 1908 y 1909, respectivamente, el iniciador científico de la nueva disciplina. Gordillo (1988) y otros muchos autores citan la orientación profesional como pionera en el campo específico orientador. Este tipo de orientación va dando paso a una información profesional, realizada a través del currículum ordinario, postura que en nuestro país postula Rodríguez Moreno desde 1982 (en Rodríguez, M., 1991).

De 1920 a 1940 el fuerte influjo de Dewey hace que los orientadores pretendan un cambio social a través de la actividad docente. Desde 1940 el impacto de la psicología alemana frente a la tradicional experimental americana, hace nacer la psicología centrada en el cliente de Rogers.

A mediados del siglo XX se daba mayor énfasis a lo pragmático y a lo técnico que a la teoría de la orientación. Los profesionales recogían variadas informaciones sobre los modos de implementar la orientación y las escogían de entre multiformes enfoques. Todo ello se combinaba con un proceso irreversible que llevaba el interés por la orientación vocacional al campo educativo y puramente personal. Ruth Strang (1971) defiende una filosofía funcional de la orientación y dice: "el proceso de orientación abarca todas las técnicas psicológicas: observación, test, entrevistas, registro acumulativo, estudio de casos y profundización del autoconocimiento". De tal modo que la orientación echó mano tanto de la sociología y la psicología como de las teorías de la personalidad (en Rodríguez, op cit), entre las que destacan el psicoanálisis, el existencialismo y el humanismo.

1.2.1 Teoría del desarrollo psicosocial

La teoría del desarrollo de la personalidad, propuesta por Erik Erikson en 1963 con su obra *Childhood and Society*, tiene muchos aspectos comunes con la de Freud; pero también

se advierten en ella notables diferencias. Según Erikson, el desarrollo del individuo se realiza a través de varias etapas, pero su modelo es psicosocial.

Las etapas propuestas por él amplían los impulsos que ocurren en la persona y la forma en que estas fuerzas son tratadas por los padres. Además Erikson las concibe como periodos de la vida durante los cuales las capacidades de la persona para tener experiencias determinan que deba hacer ajustes importantes al ambiente social y a sí mismo. Por otro lado, el modelo de desarrollo propuesto por él abarca todas las edades de la vida humana.

Para Erikson la formación de la personalidad es un proceso continuo que abarca la niñez, la adolescencia y la edad adulta. Desde su punto de vista, todo individuo atraviesa ocho crisis o conflictos en el desarrollo, los ajustes que haga en cada etapa pueden alterarse o invertirse, la manera en que se ajusta cada etapa afecta la forma en que se afronta el siguiente conflicto. Los conflictos específicos del desarrollo se tornan decisivos en ciertos momentos del ciclo de vida. Las etapas propuestas por Erikson son: confianza frente a desconfianza, autonomía frente a vergüenza y duda, iniciativa frente a sentimientos de culpabilidad, industriosidad frente a inferioridad, identidad frente a difusión del ego, intimidad frente a aislamiento, creatividad frente a ensimismamiento e integridad frente a desesperación (Craig, op cit).

El pasar de una etapa a otra representa una crisis para el individuo, dicha crisis suele ir acompañada de depresión y ansiedad, ya que es dejar algo seguro, conocido, por algo incierto y desconocido. Sin embargo, la etapa que corresponde a la adolescencia (identidad frente a confusión de roles) es significativamente crítica, ya que es la crisis donde las etapas anteriores se cuestionan y el individuo debe encaminarse hacia el logro de su identidad, por lo que tiende a ser egoísta, solitario, de carácter cambiante y a sentirse realmente confundido. En esta etapa puede recuperar, aclarar y fortalecer su autoestima, por lo que es necesario brindarle confianza, comprensión, respeto y libertad (Rodríguez, M., Pellicer, G. & Domínguez, M., 1988)

1.2.2 Psicología Humanista

La teoría de la psicología humanista fue desarrollada en la mitad del siglo XX como una tercera fuerza más optimista en el estudio de la personalidad. Es una reacción contra el determinismo ambiental de la teoría del aprendizaje y el determinismo freudiano de los instintos. La psicología humanística, lo mismo que las teorías afines del yo, las cuales se centran en el autoconcepto del individuo, o sea en la percepción de la identidad personal, ponen en tela de juicio la teoría determinista del aprendizaje y el psicoanálisis. (Craig, op cit)

La psicología humanista ofrece una teoría holística de la personalidad y tiene muchos nexos con la filosofía existencialista. El existencialismo es la rama de la filosofía contemporánea que se enfoca en una lucha personal por encontrarle el significado a su existencia y por ejercer la libertad y la responsabilidad en búsqueda de una existencia apegada a la ética.

Los humanistas rechazan el determinismo de los impulsos, instintos, o programaciones del medio ambiente. Sostienen que la gente puede tomar decisiones con relación a su vida (Craig, op cit). El hombre no es la prenda del medio ni la creatura de los instintos, necesidades e impulsos. Por el contrario, tiene libertad para elegir y es el único responsable de su existencia. Todo lo que haga es producto de su elección. El hombre mismo es quien determina qué será y qué hará. Pero la libertad para elegir no asegura que las elecciones sean sabias. El hombre puede advertir o ignorar sus potencialidades. No puede ser lo que desea porque siempre habrá de contar con la base de la existencia, la cual establece límites precisos al devenir de una persona. Además, existe la influencia tanto de un medio parental como de los posteriores, que reducen o expanden la realización de las potencialidades innatas del ser (Hall, C. & Lindzey, G., 1970).

Los psicólogos humanistas ponen de relieve la conciencia y también el inconsciente, como un proceso humano fundamental. Rechazan la división tajante entre sujeto y objeto en psicología (Craig, op cit).

El existencialismo surge como una filosofía que pretende conocer a la persona que existe, poniendo énfasis en el ser humano que “emerge o está siendo” (Freidberg, A., 1982)

Los psicólogos existenciales proponen que la total existencia del hombre es un hecho histórico. Esta historia no consiste en etapas sino en modos diferentes de existencia. El concepto de desarrollo existencial más importante es el de llegar a ser. La existencia nunca es estática; siempre está en proceso de llegar a ser algo nuevo, de trascenderse (Hall, C. & Lindzey, G., 1970). El ser humano posee la capacidad de desarrollarse y realizar su potencial como parte de un proceso vital, en el cual le es posible decidir cómo hacerlo, lo cual le confiere la responsabilidad y conciencia sobre su propia actuación. De este modo el “Ser” se refiere al potencial inherente a cada ser humano de convertirse en lo que puede y quiere ser. Al respecto Sartre (1975) proponía: “El hombre no es más que lo que hace de sí mismo. Es un proyecto que se impulsa hacia el futuro y lo hace en forma conciente, logrando la existencia cuando es lo que se propone” (en Freidberg, op cit).

Las personas se perciben a sí mismas, lo mismo que a los demás, como seres que se determinan espontáneamente y que en forma creativa procuran alcanzar metas. Abraham Maslow, psicólogo humanista, en 1954 propuso su teoría del yo, la cual subraya la necesidad innata de autorrealización (en Craig, op cit). Maslow llamó a este nuevo enfoque “psicología del ser” y propuso un enfoque holístico, funcional y dinámico, el cual se ocupara no sólo de las conductas o de la enfermedad manifestada por los individuos, sino del aspecto positivo o sano de éstos. Encontró que la gente autorrealizada estaba motivada por los “valores del ser”. Estos son valores que se desarrollan de forma natural por los seres humanos sanos y no se imponen por la religión o por la cultura. Maslow sostenía que “hemos llegado al punto de la historia biológica donde ya somos responsables de nuestra propia evolución. Nos hemos convertido en autoevolucionadores. La evolución significa seleccionar y, por tanto, escoger y decidir, y eso significa valorar”. Los valores que los autorrealizados aprecian incluyen la verdad, la creatividad, la belleza, la bondad, la plenitud, la viveza, la singularidad, la justicia, la naturalidad y la autosuficiencia.

Según Maslow los seres humanos tienen una tendencia innata a moverse hacia los niveles superiores de salud, creatividad y autosatisfacción. La eficacia del trabajo y el crecimiento personal no son incompatibles. En realidad, el proceso de autorrealización conduce a cada individuo a los niveles más altos de eficiencia (Maslow, A., 1991).

Maslow dispuso las necesidades humanas en una pirámide. En la parte inferior se encuentran las necesidades fisiológicas de supervivencia; los seres humanos, lo mismo que otros animales deben tener alimento, calor y reposo para poder sobrevivir. Enseguida se encuentran las necesidades de seguridad; la gente necesita evitar el peligro y sentirse segura en su vida cotidiana. Le es imposible alcanzar niveles superiores si vive en un miedo y angustia constantes. Cuando se garantizan en forma razonable las necesidades de seguridad y supervivencia, la siguiente necesidad más urgente es la de pertenencia (afiliación). El hombre necesita amar y sentirse amado, estar en contacto físico con otros, asociarse con los demás y participar en grupos u organizaciones. Necesita sentir la autoestima y requiere de respuestas positivas de otros, lo cual le procura la sensación de bienestar y autosatisfacción.

Una vez que el individuo ha cubierto las necesidades anteriores está listo para intentar el pleno desarrollo de su potencial, o sea de la autorrealización. "El hombre debe llegar a ser lo que puede ser". En cierto modo, esa necesidad nunca queda por entero satisfecha, incluye una búsqueda de la verdad y del conocimiento (Craig, op cit). El proceso de desarrollo sano es visto por Maslow "como una serie interminable de opciones vitales y libres que confrontan al individuo en cada momento en el curso de su vida, en las cuales tiene que optar entre los atractivos de la seguridad o del desarrollo, entre la dependencia y la independencia, entre regresión y progresión, entre inmadurez y madurez" (Maslow, 1966 citado en Freidberg, op. cit).

Carl Rogers, psicólogo humanista, es identificado con el método psicoterapéutico que creó y desarrolló denominado no directivo o centrado en el cliente. Esta teoría es de carácter básicamente fenomenológico y se basa ampliamente en el concepto del sí mismo como construcción explicativa.

Rogers a diferencia de otros teóricos como Freud o Erikson, no proporciona un cuadro programado de los diferentes estadios más importantes por los que una persona atraviesa a lo largo de su vida. En vez de ello centra su atención sobre los modos en los que las evaluaciones de una persona realizadas por otros, en especial durante la niñez, tienden a separar las experiencias del organismo de las del sí mismo. El niño trata de ser aquello que los demás quieren que sea, en lugar de tratar de ser lo que realmente él es. Poco a poco y a lo largo de toda la niñez, el autoconcepto se deforma cada vez más debido a las evaluaciones de los demás (Hall, 1975).

Según Rogers, el niño posee los siguientes atributos: percibe su experiencia como realidad y por lo tanto tiene mayor potencial de conciencia, interactúa con su realidad con base en su tendencia actualizante y dicha interacción involucra un proceso de evaluación. De este modo, el niño tiene un mecanismo motivacional inherente y un sistema regulatorio de valoración y retroalimentación que mantiene al organismo en el camino correcto para satisfacer sus necesidades (Freidberg, op. cit.)

Rogers rechaza el atomismo y la segmentación a favor de la teoría **gestáltica**, para él el organismo es en todo momento un sistema organizado total: "la modificación de cualquier parte puede producir cambios en cualquier otra" (Hall, op cit). En esta conceptualización la interrelación de la teoría de personalidad de la **gestalt** con la de Rogers es evidente, ya que ambas provienen del pensamiento de K. Goldstein (Freidberg, op cit).

1.2.3 Terapia Gestalt

La terapia **gestáltica** es una de las fuerzas rebeldes, humanistas y existenciales de la psicología que buscan detener la avalancha de fuerzas autoderrotantes y autodestructivas.

Es "existencial" porque es completamente ontológica en el sentido que reconoce tanto la actividad conceptual como la formación biológica de la Gestalten.

Muchas de las necesidades del individuo se contraponen con las de la sociedad. La competitividad, la necesidad de control, la exigencia de perfección y la inmadurez, son características de la cultura actual. Paradójicamente, mientras más le exige la sociedad al individuo que viva de acuerdo a sus conceptos e ideas, menos eficiente puede funcionar el individuo (Perls en Stevens, 1990).

La terapia **gestalt** consiste en atender a otro ser humano en tal forma que se le permita ser lo que realmente es.

Es una terapia existencialista, que se ocupa de los problemas provocados por nuestra aversión a aceptar nuestra responsabilidad de lo que somos y de lo que hacemos.

Fritz Perls, ha creado un proceso terapéutico que en su forma ideal evita conceptos. Esta terapia primero diferencia y a continuación se ocupa de lo que experimentamos, más bien que de lo que pensamos. Se debe suministrar una situación especial y facilitar la percepción del paciente de lo que existe en el momento, y que frustra los diversos intentos de evasión del mismo.

Perls introduce como la base de sus propias teorías la idea de "gestalt", que sugiere dos cosas específicas: completo o íntegro, y formación. Se refiere a **gestalt** como: "la unidad definitiva de experiencias" (Baumgardiner, P. 1978).

De acuerdo con el enfoque humanista la adolescencia es la etapa en la cual el individuo se encamina hacia la autoresponsabilidad, preocupándose cada vez más de la satisfacción de sus propias necesidades, en aspectos tanto físicos como psicológicos y sociales; lo cual lo lleva a la autorrealización, a descubrir lo que realmente es y sobre todo lo que puede y quiere ser, lo cual si bien no es totalmente logrado durante la adolescencia, si representa un momento trascendente en el cual cada persona deberá tomar importantes decisiones en relación a su autonomía e independencia que le permita desarrollarse adecuadamente.

1.2.4 Enfoque Sistémico

El enfoque sistémico el cual toma sus principios de la filosofía y psicología humanista, así como de la Teoría General de los Sistemas (TGS) misma que surgió a partir de los trabajos de Ludwing von Bertalanffy en 1945. Esta teoría propone que los organismos, los fenómenos y los procesos deben estudiarse como una totalidad integrada por partes interconectadas (Bertalanffy,L., 1976).

El concepto de sistema interaccional desarrollado por Watzlawick, Beavin y Jackson (1967), es fundamental, ya que los sistemas no pueden ser descritos separando cada uno de sus elementos, sino que deben estudiarse globalmente e involucrar todas las interdependencias de sus subsistemas (Bertalanffy, op cit).

“Un sistema es un conjunto de elementos con propiedades diferentes que se relacionan entre sí”. Cada una de las partes que encierra un sistema puede ser considerado como un subsistema, es decir, un conjunto de partes e interrelaciones que se encuentran estructural y funcionalmente dentro de un sistema mayor y que posee sus propias características (Johansen,1967/1982), por lo que las interacciones entre los subsistemas mantienen unido al sistema como un todo, siendo su principal elemento la dinámica de estas relaciones.

Los sistemas pueden ser cerrados o abiertos. En los primeros no hay intercambio con el medio, mientras que un sistema abierto se caracteriza por la interacción infinita que mantiene con su entorno, es decir descarga y recibe energía de otros sistemas, cuando este intercambio cesa, el sistema se desintegra (Berrien, 1972). Las características de los límites son muy importantes por el efecto que tienen en el desarrollo de sus miembros, ya que una falta de ellos significaría una pérdida de identidad como sistema, mientras que límites excesivos o rígidos resultaría en muerte física o psicológica por falta de nutrientes ambientales (Freidberg, op cit). El ser humano, la familia, la sociedad, el estado, la escuela y la empresa son ejemplos de sistemas abiertos (Johansen, op cit), los cuales poseen cuatro propiedades generales que les permiten mantener su estabilidad dentro de límites definidos: dichas propiedades son:

- a) Totalidad. El sistema no es sólo la suma de sus elementos.
- b) Homeostasis. El sistema estará en equilibrio si cada parte se encuentra en equilibrio, además, los mecanismos internos mantienen unidad en el sistema a pesar de las presiones tanto del interior como del exterior.
- c) Equifinalidad. El estado del sistema se encuentra determinado por la naturaleza de las relaciones y la manera en que éstas se desarrollan a través del tiempo.
- d) Calibración. Bateson introdujo este concepto en 1961 para referirse a las reglas que gobiernan la estabilidad del sistema, mismas que intervienen cuando el sistema cambia de un estado a otro brindándole estabilidad. (Revista Médica IMSS, 1991)

El modelo de terapia sistémico retoma lo anterior y considera al individuo como un sistema inmerso en varios sistemas que interactúan y se influyen mutuamente. El principal sistema que considera este modelo es la familia, ya que en ella se encuentran las personas más importantes para el individuo. Cada persona pertenece a la vez a diferentes sistemas dentro y fuera de la familia, en los cuales posee distintos niveles de poder, desempeña y aprende diversos papeles y habilidades, lo cual le brinda relaciones

complementarias. Las características del funcionamiento del sistema familiar determinan en gran medida el modo de ser de cada miembro y la forma que se relaciona tanto al interior como al exterior de éste (ib id).

Las escuelas de terapia sistémica son variadas, para fines de este trabajo se retomaron únicamente algunas aportaciones de la terapia estructural y el enfoque interaccional.

Salvador Minuchin es el creador y principal exponente de la terapia estructural. Él parte de la hipótesis de que una familia bien organizada funcionará adecuadamente y sus miembros estarán libres de síntomas; para que esto suceda, la familia deberá tener claramente definidos sus límites, tanto en la individualidad de cada uno de sus miembros, como en la totalidad del sistema familiar. De acuerdo a este enfoque el individuo opera dentro de un contexto social y éste es el que define las limitaciones de su conducta. La vida psíquica no es totalmente interna, hay una continua interacción entre el individuo y el contexto social, por lo que mutuamente se influyen y afectan.

La estructura de la familia es definida como una serie de demandas invisibles que organizan la forma de interactuar de sus miembros. Una familia es un sistema que opera a través de patrones transaccionales. Para Minuchin, dichas transacciones incluyen las interrelaciones entre los contextos ambientales y la conducta individual (Friedberg, op cit).

Por su parte el enfoque interaccional, basado en los trabajos de Watzlawick, Weakland y Fisch (1974) y Watzlawick, Beavin y Jackson (1967) parte de lo concreto y específico a través de diversos cuestionamientos con el fin de asociar las interacciones entre los miembros de la familia y las soluciones que han intentado para resolver el problema que refieren. A pesar de que en el análisis de la interacción el individuo es considerado como un sistema por sí mismo, para estos autores lo más valioso es la información y la manera en que ésta se transmite a través de la comunicación de los miembros del sistema familiar (en Freidberg, op cit).

El ser humano tiene la necesidad de comunicarse, ya que el intercambio de información no solo le permite relacionarse con los demás, sino que es una forma de experimentarse a sí mismo a través del encuentro con el otro, lo cual influye en la aceptación o no de sí mismo y de los demás.

Lo expuesto por ambos enfoques es particularmente significativo cuando en la familia se vive la llegada a la etapa de la adolescencia, ya que ésta brinda una oportunidad de enriquecimiento de experiencias y cuando hay un grado satisfactorio de comunicación en la familia, ésta puede ser un gran apoyo para el proceso de cambio en el joven; mientras que en los casos de estructuras rígidas esta etapa de transición puede hacer aparecer una sintomatología que antes no era evidente. Esta etapa implica un alejamiento emocional entre los hijos adolescentes y sus padres, que los lleva a establecer una identidad individual, asimilando algunos de los valores aprendidos de éstos y rechazando otros, lo cual les prepara para su futura vida independiente (Freidberg, A., op cit).

El programa de Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes se desarrolló bajo un enfoque ecléctico, ya que recibe influencias de los diversos enfoques teóricos arriba mencionados, los cuales plantean postulados diferentes pero que a su vez convergen en una visión integral del individuo como un ente biopsicosocial, en el cual tienen igual importancia los aspectos físicos, psicológicos y sociales, respecto a los cuales es susceptible de ser orientado a lo largo de su desarrollo.

Se considera al desarrollo como una serie de etapas a través de cuya vivencia se consolida la personalidad del individuo, dentro de las cuales, la que corresponde a la adolescencia juega un papel importante. Lo anterior se toma de la teoría del desarrollo psicosocial propuesta por E. Erikson.

El enfoque humanista, dentro del que destacan Maslow y Rogers, y la teoría de la Gestalt propuesta por Perls, sustentan la importancia que tiene para el individuo conocerse a sí mismo y desarrollar una visión positiva de su propio ser. A través de esto cada persona toma decisiones que le permiten no sólo interactuar con su entorno sino además influir sobre él para transformarlo, con lo cual él también adquiere nuevas experiencias, ya que el ser humano no se rige únicamente por sus instintos, sino que le es posible elegir y así trascender, tal como lo postula la psicología existencialista. De estos mismos enfoques se retoma la importancia de centrar al adolescente en los datos del aquí y el ahora que le permitan adquirir una mayor conciencia de sí mismo a través de su propia experiencia inmediata, teniendo como objetivo central el desarrollo de patrones más satisfactorios de interacción y comunicación que más tarde le permitan tomar sus propias decisiones con responsabilidad (Johnson, J.H., Rasbury, W.C., Siegel, L.J., 1992).

De este modo, varias de las actividades están encaminadas al autoconocimiento y a la calidad de las relaciones interpersonales que mantiene cada participante en los diferentes ámbitos en los que se desarrolla.

El enfoque sistémico resalta la existencia de una interrelación entre todos los ambientes (sistemas) dentro de los que se desarrolla el individuo, siendo en el caso de los adolescentes, la familia, la escuela y el grupo de pares los principales sistemas; la interrelación entre ellos y lo que cada quién aprende de ésta, determina la forma en que la persona se relaciona con otros individuos tanto al interior, como al exterior de dichos sistemas. La perspectiva estructural del modelo de terapia sistémica plantea la importancia de primero actuar y luego reflexionar para comprender lo actuado; dicha premisa fundamenta la necesidad de llevar al adolescente a realizar actividades vivenciales, a partir de las cuales logre comprender su propia actuación (en la vida cotidiana o representando algún rol específico) e identificar los hábitos que a través de ésta ha aprendido. Dicha reflexión tiene como objetivo llevarlo a integrar y generar nuevas conductas, tal como lo plantea la perspectiva comunicativa de este mismo modelo, misma que se encuentra orientada a la acción que surge de la búsqueda de equilibrio a través de la aceptación o no de las reglas establecidas al interior de un sistema, ubicándose primordialmente en el sistema familiar (Johnson, J.H. et al., 1992).

De este modo, se considera a los y las adolescentes y preadolescentes como individuos integrales y a su vez como parte activa de varios sistemas en los cuales, como todo ser humano, son tendientes a cambiar y mejorar su situación tanto actual como futura, debido a

ello se plantea la importancia de abordar el tema de la orientación psicológica y educativa, la cual representa una alternativa para brindar al individuo una forma de evaluarse a si mismo y a su entorno, encontrando de esta manera las herramientas que le permitan crecer y desarrollarse adecuadamente.

CAPITULO II

LA

ADOLESCENCIA

II.1 Definición

La palabra adolescencia se deriva del griego “*adolescere*” que significa “crecer”.

La adolescencia puede definirse en forma simple como el periodo o etapa del desarrollo que separa la infancia de la edad adulta (Watson, R., & Lindgren, H., 1991).

En general se piensa que la adolescencia es una fase de transición en la cual se pasa de la irresponsabilidad que los niños disfrutaban a la responsabilidad que se requiere en la adultez. Los niños son totalmente dependientes en cuanto a amor, alimentación y guía. Al ser adultos, la sociedad les exige que sean capaces de cuidarse a sí mismos (Moraleda, 1995).

II.2 Aspectos biológicos

El inicio de la adolescencia se da entre los 10 y los 12 años de edad con una serie de cambios físicos y conductuales llamados preadolescencia (Watson, R. & Lindgren, H., op. cit.). Una de las características más importantes de la preadolescencia son, sin duda las profundas transformaciones fisiológicas que afectan al sujeto en su configuración corporal y en el proceso de su maduración sexual. Las transformaciones psíquicas, el cambio de actitud del sujeto ante su cuerpo y la transformación de las actitudes del ambiente hacia el individuo, afectan la percepción que tiene de sí mismo en forma más marcada que en etapas anteriores.

En la evolución normal de estos cambios fisiológicos suelen distinguirse tres periodos: 1o. Prepuberiano, actividad de crecimiento, actividad de algunos caracteres sexuales secundarios; 2o. Puberiano, desarrollo de los caracteres sexuales primarios, época de la menarquia y la primera eyaculación; 3o. Pospuberiano, las glándulas sexuales y los órganos genitales adquieren su desarrollo y funcionamiento completo, extendiéndose más en la adolescencia. También se caracteriza por otros tipos de cambios de naturaleza cognitiva (el paso progresivo del pensamiento concreto al formal, social, descubrimiento y exaltación de sí y afán de independencia), así como la aparición de nuevos valores e intereses (Moraleda, op. cit.).

La crisis de la preadolescencia se inicia en la sociedad que no sabe aceptar la inestabilidad del ser que empieza a afianzarse hacia una vida nueva. la adolescencia es un fenómeno cultural que se agudiza, porque el que hasta ese momento fue niño tiene que vivir individualmente la experiencia de la personalidad naciente (Fierro, A., 1993)

El tema central de la adolescencia, es el hallazgo de sí mismo. El adolescente debe aprender a conocer un cuerpo totalmente nuevo y sus potencialidades para los sentimientos y la conducta, y ajustarlo dentro de su propia imagen. Debe aceptar las condiciones de la nueva constelación de significados presentados por el medio. Debe definir el lugar que ocupa en la sociedad adulta. Esto significa un autoreconocimiento, mayormente manifestado como una autoconciencia y un nuevo impetu de independencia (Stone, J. & Church, J., 1959).

La pubertad es uno de los acontecimientos más dramáticos del desarrollo. Es una metamorfosis que transforma el cuerpo de la niña en un cuerpo de mujer y el cuerpo del niño en un cuerpo de hombre lo cual conduce a la posibilidad de la reproducción (Lutte, G., 1991). Los cambios son más rápidos y más pronunciados durante la primera parte de la pubertad, en la última parte se reduce la velocidad y se contemplan los cambios iniciados anteriormente. Simultáneamente y con velocidad paralela a los cambios físicos hay cambios en las actitudes y en la conducta.

Dichos cambios se deben a un aumento de la actividad de dos glándulas del sistema endócrino: la hipófisis y las gónadas. La hipófisis, situada en la base del cerebro, produce dos hormonas intimamente asociadas con las modificaciones; las hormonas del crecimiento, responsables del aumento del tamaño corporal, y la hormona gonadotrópica o estimulante de las gónadas. Poco después de comenzar la pubertad hay un aumento gradual en la producción de estas dos hormonas, el aumento se hace cada vez mayor conforme progresa la pubertad (Hurlock, E. 1987).

Hurlock, E. (1987) agrupa en cuatro categorías los cambios físicos que se producen durante la pubertad:

1. Cambios del tamaño corporal. Después del crecimiento lento y uniforme durante la mayor parte de la niñez hay un súbito aumento en el tiempo de crecimiento durante los dos años que preceden a la madurez sexual, al cual se le conoce como el estirón puberal. Una vez alcanzada la madurez sexual, el estirón de crecimiento empieza a frenarse.

2. Cambios de la proporción corporal. Las desproporciones características del cuerpo del niño aumentan en ciertas áreas y disminuyen en otras conforme las distintas partes del cuerpo alcanzan gradualmente su tamaño y su forma. Mientras no se hayan completado los cambios de la pubertad, las diferentes partes del cuerpo no habrán alcanzado su nivel maduro y por tanto, sus proporciones correctas. Las modificaciones de las proporciones ocurren en el interior del cuerpo lo mismo que en la superficie.

3. Cambios de las características sexuales primarias. Los testículos o glándulas sexuales masculinas aumentan de tamaño rápidamente al comienzo de la pubertad y están preparados para funcionar en uno o dos años después, en promedio a los 14 años de edad. Al principio de la pubertad las glándulas sexuales femeninas (los ovarios), empiezan a crecer bruscamente. Prueba de su madurez funcional es la menarquia que aparece en una edad promedio de 13 años. Así mismo se da un crecimiento rápido del útero, aunque aún no está preparado para el embarazo.

4. Cambios en las características sexuales secundarias. Se llaman secundarios porque a diferencia de los órganos sexuales, no tienen relación directa con la reproducción. Al principio de la pubertad, cuando las características sexuales primarias comienzan su rápido crecimiento, las características sexuales secundarias también comienzan su desarrollo, completándose durante los dos o tres primeros años de la adolescencia. De los muchos caracteres secundarios que se desarrollan en la pubertad los más importantes son el crecimiento del vello en el cuerpo y la cara; el desarrollo de los senos y las caderas en las mujeres, el cambio de voz desde el tono agudo del niño al tono bajo del adulto, el desarrollo

de los músculos principalmente de los hombros, brazos y piernas, y el cambio de la piel fina y transparente del niño a la piel más gruesa del adulto.

II.3 Aspectos Cognoscitivos

Durante la adolescencia también se suscitan cambios de índole cognoscitivo. La cognición es un proceso por el que un organismo adquiere conciencia u obtiene conocimientos acerca de un objeto. El desarrollo cognoscitivo del individuo es una secuencia ascendente de etapas identificables, cada una de las cuales es más compleja que la precedente. Por tanto, a medida que el individuo crece, pasa por varias etapas cognoscitivas mientras avanza hacia un pensamiento cada vez más abstracto.

El crecimiento y el desarrollo mental son importantes en el estudio de la adolescencia no sólo como fenómenos del desarrollo, sino porque el estatus intelectual es un factor que limita la evaluación de la capacidad de un individuo (Horrocks, J., 1986).

En la adolescencia, concretamente durante la pubertad, se inicia un aumento en la capacidad y estilo del pensamiento que enriquece la conciencia del adolescente, su imaginación, su juicio y que produce en él una rápida acumulación de conocimientos.

Según Piaget (1960) el cambio cognoscitivo del adolescente es la aparición del pensamiento de las operaciones formales. Este procesamiento intelectual es abstracto, especulativo y libre de circunstancias y del ambiente inmediato. Incluye pensar en las posibilidades, comparar la realidad con aquello que puede ocurrir o con lo que nunca podrá suceder. Así mismo, se desarrolla la capacidad de formular, probar y evaluar hipótesis, además de la planeación y previsión de los hechos. Otra capacidad cognoscitiva adquirida en la adolescencia es la de reflexionar sobre el propio pensamiento, aprendiendo a examinarlo y modificarlo de manera intencional. Un tipo peculiar de egocentrismo es producido por la interacción entre la capacidad de tener en cuenta los propios pensamientos y la preocupación por la metamorfosis que está operándose (en Craig, G., op. cit.).

Gallagher (1973) describe tres características del pensamiento adolescente: la capacidad de combinar todas las variables y encontrar una solución al problema; la capacidad de hacer conjeturas sobre el efecto que una variable tiene en otra; y, la facilidad de combinar y distinguir las variables de modo hipotético-deductivo (ibid).

Vigotsky (1934) identificó tres etapas en el desarrollo cognoscitivo, la última de las cuales (formación de conceptos) surge durante la adolescencia, aunque aparecen formas preliminares de ella en etapas anteriores. Este autor escribió “Un concepto sólo surge cuando los rasgos abstraídos se sintetizan nuevamente, y la síntesis abstracta resultante se convierte en el principal instrumento de la mente” (en Horrocks, J., op. cit.).

Elkind (1966) señala que diversos aspectos de la conducta adolescente pueden deberse a la aparición de nuevas capacidades cognoscitivas. Entre éstas se encuentran la tendencia

del adolescente a la introspección, al idealismo, a evaluarse desde la perspectiva de otros, a considerar posibilidades alternativas, y a manejar situaciones multifacéticas (ibid).

Según Stenberg (1988) el desarrollo cognoscitivo en la adolescencia incluye:

1. El uso más eficiente de la memoria y los componentes de transferencia para el procesamiento de la información.
2. El desarrollo de estrategias de memoria más complejas para diferentes tipos de resolución de problemas.
3. Maneras más efectivas de adquirir información y almacenarla simbólicamente.
4. El desarrollo de funciones ejecutivas de un orden más alto (meta) incluyendo la planificación, toma de decisiones y flexibilidad en la elección de estrategias para una base más amplia de guiones (en Craig, op cit).

II.4 Aspectos Sociales

Los adolescentes se encuentran con dos grandes fuentes de influencia social en su desarrollo: la familia (especialmente los padres) y los amigos y compañeros que adquieren un papel fundamental en este periodo. De acuerdo con las recientes investigaciones el hecho de que el adolescente mantenga estrechas relaciones positivas tanto con su familia como con sus iguales, contribuye a su adaptación social actual y futura.

Durante la adolescencia se produce un mayor acercamiento hacia los compañeros y amigos que van a compartir, entre otras cosas, el mismo periodo de cambios y actitudes. Sin embargo, en el adolescente persiste la necesidad de afecto, cariño y apoyo por parte de sus progenitores, al igual que ocurría durante la infancia. Incluso ahora, precisa una mayor comprensión y paciencia por parte de sus padres, ya que está presentando una serie de cambios en su forma de pensar y en su aspecto corporal, que necesitan ayuda del adulto (González, A., Fuentes, M., De la Morena, M. & Barajas, C., 1995).

La adolescencia es una época donde el ajuste personal, presente y futuro, se relaciona estrechamente con el éxito social y con la habilidad para desempeñar el papel social que el individuo desea. Sin embargo, su inexperiencia y su información básica limitada le crean complicaciones mientras intenta diseñar y adoptar un papel social (Horrocks, op cit).

La familia es la principal influencia socializadora sobre el adolescente. Lo cual significa que es el transmisor fundamental de los conocimientos, valores, actitudes, roles y hábitos que una generación pasa a la siguiente (Rice, F., 1997). Los padres ejercen una influencia notable, incluso decisiva en las opciones importantes y en los valores que adoptan sus hijos; además, los adolescentes buscan más el consejo de sus padres en temas como: elecciones vocacionales, posibles trabajos, cursos a seguir, cuestiones económicas y problemas escolares.

Sin embargo, a partir de la pubertad empiezan a sentir nuevas necesidades y desean realizar actividades fuera de la familia sin el continuo control paterno, la mayoría de los adolescentes presiona fuertemente para obtener los privilegios y la libertad de que disfrutaban los adultos. Desean sentir que pueden tomar sus propias decisiones y vivir sus propias vidas sin que sus padres les digan siempre lo que deben de hacer. Necesitan que sus padres les

concedan autonomía de manera gradual según vayan aprendiendo a usarla de forma responsable. Una de las formas más importantes en que los padres pueden ayudar a los adolescentes a tener una transición exitosa a la vida adulta consiste en mantener el equilibrio entre la necesidad que el adolescente tiene de individualidad y su necesidad de mantener sus vínculos emocionales con su familia.

Muchos de los problemas entre los adolescentes y sus padres pueden resolverse si ambas partes son capaces de comunicarse. Cuando los padres muestran respeto por las opiniones de los adolescentes, el conflicto disminuye y la atmósfera familiar mejora (Rice, op cit). Se ha demostrado que un comportamiento parental de orientación igualitaria, democrata y liberal, favorece que no aparezcan conflictos graves, contribuyendo al diálogo y a la comunicación familiar, y pacificando las relaciones con los hijos (González, et al. 1995).

Durante esta etapa por lo general surge algún desacuerdo entre padres e hijos en una o más de las siguientes áreas: conducta ética y moral, relaciones con los miembros de la familia, situación escolar, actividades sociales y trabajos fuera de casa.

Las relaciones entre hermanos y hermanas tiene una influencia considerable en el desarrollo social del adolescente. Los hermanos a menudo proporcionan amistad y compañía y satisfacen mutuamente su necesidad de contar con relaciones significativas y afecto; no obstante, al inicio de la adolescencia la rivalidad entre hermanos es mayor, a medida que los adolescentes van madurando tiende a disminuir el conflicto.

Durante la adolescencia la amistad tiene una función estratégica, es un factor relevante para la socialización. Puede ser un medio para aprender habilidades sociales y juega un papel central en la búsqueda que el joven tiene del conocimiento y la definición de sí mismo. Es importante para lograr la emancipación de los padres, el establecimiento de relaciones heterosexuales y la afirmación de la identidad.

La mayoría de los adolescentes forman grupos, los cuales se convierten en una poderosa motivación en la vida. Su meta principal es la aceptación por los miembros del grupo. En esta etapa el individuo es sensible a las críticas o a la reacción negativa de los demás, le preocupa lo que las personas piensen porque desean ser aceptados y admirados por ellas; además, el valor que se atribuye es en parte un reflejo de la opinión de los demás (Rice, op cit).

Además de los beneficios y seguridad que ofrece, el grupo de amigos puede tener malos efectos ya que posee la influencia suficiente para formar actitudes y hábitos negativos. El rechazo en el grupo de amigos puede dar lugar a efectos emocionales extremadamente negativos, que se convierten en graves problemas (Horrocks, op cit).

Otro factor de socialización para el adolescente son los medios de comunicación masivos, dado que en las últimas décadas éstos se han convertido en una de las instancias más importantes que participan en dicho proceso, tanto por su amplio espectro y cobertura aún en los lugares más apartados (sobre todo la radio y la televisión), como su consumo e impacto desde los primeros años de vida de las personas.

Hoy en día como consecuencia de la gran influencia que han adquirido los medios de comunicación masivos, los ídolos son los motivos más comunes de adoración por parte de

los adolescentes, éstos al divulgar la vida íntima de los ídolos contribuyen a que los jóvenes los admiren como personajes reales.

Entre los factores ambientales que influyen en el medio es preciso prestar atención a la disponibilidad o acceso a los fármacos y la existencia de “agentes inductores” (grupo de compañeros, vendedores de publicidad, etc.). La publicidad trata de persuadir al adolescente a consumir inculcando la idea de que el éxito, la belleza, la virilidad, la femineidad, el sexo, la intimidad y la comodidad pueden lograrse por medio de diferentes productos cuyo uso no parece presentar peligro alguno. La publicidad presenta el uso de drogas legales como una decisión inteligente del hombre moderno para vivir mejor. Jamás dejaría ver, por ejemplo, que aún cuando el alcohol y las pastillas proporcionan instantáneamente el resultado deseado, éste siempre es artificial y nunca duradero (Macía, A. 1995).

II.5 Aspectos emocionales

El crecimiento y desarrollo emocional es otro aspecto importante de la adolescencia. Este se refiere al desarrollo de sentimientos subjetivos y al condicionamiento de las respuestas fisiológicas y los cambios conductuales a esos sentimientos.

Las emociones pueden clasificarse en tres categorías:

- a) Estados de júbilo. Cuando los niños llegan a la adolescencia ya exhiben patrones bien desarrollados de respuestas emocionales a los acontecimientos y a la gente, lo que hace posible describirlos como individuos cálidos, afectuosos y amistosos o como personas frías, poco dispuestas a responder y distantes. El patrón de respuestas emocionales que se muestra durante la adolescencia es sólo una continuación del que ha ido apareciendo durante la niñez.
- b) Estados inhibitorios: Dentro de éstos el temor se puede dividir en cuatro categorías: a las cosas materiales y fenómenos naturales, los relacionados con la propia persona, los vinculados con las relaciones sociales y el temor a lo desconocido. Con respecto a la preocupación y a la ansiedad, los adolescentes tienden a centrar éstas en aspectos escolares y con las relaciones familiares y sociales, en un corto plazo, y con la elección vocacional, el empleo y el matrimonio, en el largo plazo.
- c) Estados hostiles: los adolescentes pueden tratar de expresar su hostilidad en actividades físicas como el trabajo o los deportes; otras veces refrenan sus sentimientos, convirtiéndose en personas resentidas, retraídas o malhumoradas.

Dentro del desarrollo emocional del adolescente dos aspectos de gran importancia son el autoconcepto y la autoestima. El autoconcepto es la opinión o impresión que la gente tiene de sí misma, es su “identidad autohipotetizada”, la cual se desarrolla a lo largo de muchos años. Durante la adolescencia media los jóvenes desarrollan la capacidad de comparar, pero no de resolver, atributos contradictorios del yo. Al final de la adolescencia aparece la capacidad para coordinar, resolver y normalizar los atributos contradictorios, y se reduce la experiencia de conflicto sobre el tipo de gente que la persona realmente quiere ser.

Ruth Strang (1957) identificó cuatro dimensiones básicas del yo. Primero, un autoccepto general que consiste en la percepción global que el adolescente tiene “de sus capacidades y su estatus y de los roles del mundo externo”. Segundo, autoconceptos cambiantes temporales, influidos por las experiencias actuales. Tercero, los adolescentes tienen un yo social, su yo en las relaciones con los demás y el yo al que los otros reaccionan. Algunos adolescentes piensan en sí mismos sólo de manera negativa porque creen que no agradan a los demás. Cuarto, a los adolescentes les gustaría ser el yo ideal que han conceptualizado. Esas imágenes proyectadas pueden ser realistas o no (en Rice, op cit).

La autoestima es una necesidad humana que interviene en la calidad de vida del ser humano, es el valor que los individuos ponen en el yo que perciben. Si la evaluación que hacen de sí mismos los lleva a aceptarse y a aprobarse y a un sentimiento de valor propio, tienen una autoestima positiva; si se ven de manera negativa, su autoestima es baja. En diversos momentos los adolescentes hacen una evaluación cuidadosa de ellos mismos, comparando no sólo las partes de su cuerpo, sino también sus habilidades motoras, sus capacidades intelectuales, talentos y habilidades sociales con las de sus compañeros y sus ideales o héroes. Si la evaluación es negativa, puede dar por resultado una conducta confusa y autoconsciente.

Los adolescentes con baja autoestima son vulnerables a la crítica, el rechazo o a cualquier hecho de la vida diaria que haga evidente su inadecuación, incompetencia o minusvalía.

A veces las emociones negativas producen problemas conductuales como: el abuso de drogas, la delincuencia y las fugas.

Los jóvenes se inician en el consumo de drogas a edad cada vez más temprana y el número de adolescentes consumidores o que al menos las han probado ocasionalmente, se ha incrementado considerablemente. El consumo de drogas puede dividirse en cinco patrones: consumo recreativo-social, consumo experimental, consumo situacional-circunstancial, consumo intensificado y consumo compulsivo. El consumo a sustancias adictivas está relacionado con las relaciones familiares perturbadas, la aprobación de esta conducta por el grupo de pares, la relación con pares desviados, la depresión y angustia, la falta de confianza en sí mismo, relaciones perturbadas con los demás, rebelión contra las sanciones sociales, ausentismo escolar y el sexo frecuentemente, permisivo y no protegido.

CAPITULO III

TOMA DE DECISIONES COMO PRODUCTO DEL MANEJO DE INFORMACION

III.1 La orientación como prevención

La historia de la prevención siempre ha sido y continuará siendo la historia de la lucha contra la enfermedad y cualquier clase de sufrimiento. Cada vez que el ser humano ha sido consciente de una enfermedad o se ha angustiado por el dolor físico o psíquico, siempre ha tratado de buscar mecanismos para reducir la probabilidad de aparición de una determinada patología o proceso doloroso.

Según Lofquist (1983) la prevención es un proceso activo y asertivo de crear condiciones y atributos personales que promueven el bienestar de la gente (en Fernández - Ríos, L., 1994).

La prevención también se puede definir como la intervención destinada a evitar que suceda algo negativo en la vida de una población determinada (García, J. et al. 1990).

Las acciones de prevención consisten fundamentalmente en las posibilidades de identificación de riesgos, predicción de sucesos indeseables y la manipulación de factores que eviten, pospongan o aminoren los efectos de dichos factores (Galván, M., 1993).

A partir del trabajo de Caplan (1980, 1989) se distinguen tres tipos de prevención: primaria, secundaria y terciaria.

Para Goldston (1977) la prevención primaria constituye un conjunto de actividades dirigidas específicamente para identificar los grupos vulnerables de alto riesgo que no han sido etiquetados como enfermos psiquiátricos para los que pueden emprenderse medidas con el objetivo de evitar el comienzo de un trastorno emocional y/o realzar su nivel de salud mental positiva.

Catalano y Dooley (1982) distinguen, dentro de la prevención primaria, dos tipos: la proactiva y la reactiva. La primera, se dirige a estrategias de acción que intentan prevenir la ocurrencia de factores de riesgo. Hace referencia a demandas de adaptación a estresores que pueden venir de un continuo que va del microsistema al macrosistema. Respecto a la prevención reactiva, su objetivo es preparar al sujeto de forma efectiva ante una situación estresante.

La intervención preventiva consiste en una acción intencionada y planificada, llevada a cabo generalmente a través de algún tipo de intervención interpersonal, que tiene como objetivo la reducción de la incidencia de una determinada patología en una población concreta en un tiempo delimitado.

El campo de la intervención es complejo, y entre otros aspectos se suelen tener en cuenta: el cuándo, cómo, dónde y para qué de una adecuada estrategia de acción e intervención planificada; las suposiciones de la misma, el estilo de presentación del programa; el nivel de actuación elegido (individual, pequeño grupo, organización, comunidad, etc.), y focalizarse en el contexto o en la persona (en Fernández - Ríos, op cit).

Bond y Wagner (1988) indican una serie de características que presentan los programas de prevención primaria exitosos, las cuales son:

a) Características generales de los programas efectivos de promoción y prevención:

- Una perspectiva multinivel, multisistémica.
- Hacer énfasis en la promoción de la competencia.

- Capacitación de individuos y grupos
- Ser sensibles a los procesos de desarrollo y el nivel del sistema en que es aplicado el programa
- b) **Desarrollo y refinamiento de los programas**
 - **Fundamentación de una teoría científica**
 - **Asegurar la replicabilidad del programa**
 - **Que los investigadores y los diseñadores de los programas tengan experiencia**
 - **Llevar a cabo un rastreo longitudinal de las operaciones y la efectividad del programa**
- c) **Recursos del programa:**
 - **Identificación de recursos**
 - **Asegurar los recursos**
 - **Establecer fuentes alternativas de recursos**
- d) **Presentación de los programas:**
 - **Evaluar las necesidades no sólo de los que aplican el programa, sino también de los receptores del mismo**
 - **Crear programas adaptables a diversos contextos**
 - **Fomentar un sentido de propiedad del programa entre los que lo aplican y los que lo reciben**
 - **Hacer que el programa se encuadre e inserte dentro de las estructuras e instituciones existentes**
 - **Diseñar un programa atractivo para los participantes en él**
- e) **Reforzamiento y sostenimiento de los esfuerzos de prevención y promoción de la salud**
 - **Establecer vínculos dentro de las estructuras de poder existente**
 - **Educar a los políticos y al público**
 - **Entrenar a los técnicos en prevención (en Fernández - Ríos, L., op cit pp. 252-253).**

La orientación como prevención, desde los años 60's intenta determinar qué puede ser lo negativo y cuál el momento de evitarlo cuando ello exige intervenir en grandes grupos que aún no han experimentado desajuste. Se apoya en sólidos conocimientos de higiene mental y en una prevención de inadaptación que en la escuela puede manifestarse con los problemas de aprendizaje. Existe polémica sobre si la prevención debería ser un servicio directo o indirecto. En el primer caso, interviniendo sobre el grupo (alumnos); los segundos sobre el medio que les influye (padres, maestros). La superación sería una estrategia comprensiva de intervención diseñada para la población escolar en su totalidad. Aunque el orientador preventivo se centra, en principio en el alumno, progresivamente irá trabajando con los adultos, asesorándoles sobre la conducta a seguir con los alumnos problemáticos. Según el modelo de Brown y Mc Cubbin en 1983, la labor del orientador preventivo abarca objetivos y servicios en el programa dirigidos a alumnos, a profesores, a padres y a la comunidad (García, et al. 1990)

III.2 *Programas de Orientación Educativa*

El Programa de Orientación Psicoeducativa para adolescentes y preadolescentes se consideró como un conjunto de servicios encaminado a brindar educación en el aspecto psicológico a los participantes, con el fin de ayudarles a descubrir y aceptar su propia identidad y con ello integrarse a la sociedad de una forma mucho más madura y consciente. Dichos servicios estuvieron basados en los principales fundamentos de la orientación e involucrando hasta donde fue posible, la participación de la comunidad escolar y sobre todo adaptando el programa a las necesidades y demandas específicas del ambiente cotidiano de los participantes.

III.2.1 *Fundamentos de los programas de Orientación Educativa*

En 1960, Chris D. Kehas denunciaba que hasta entonces la escuela sólo se preocupaba de los logros intelectuales y que los componentes afectivos, personales y emotivos sólo recibían atención cuando interferían con los procesos cognitivos.

A partir de entonces se busca el desarrollo integral de los alumnos, para lo cual la orientación debe tener en cuenta los siguientes objetivos:

- Desarrollar la comprensión del propio yo
- Desarrollar el conocimiento de uno mismo mediante un examen individual, íntimo y personal
- Considerar metódica y ordenadamente los sistemas personales con significación
- Considerar la propia idiosincrasia
- Considerar los sistemas del concepto de sí mismo
- Profundizar el sistema de los constructos personales
- Autoevaluarse
- Identificar el propio yo
- Reflexionar y criticar las actitudes hacia uno mismo (en Rodríguez, op cit).

Además de dichos objetivos existen algunos postulados básicos del proceso de la orientación, los cuales son:

- * Un programa de servicios de orientación está proyectado para todos y cada uno de los alumnos de la escuela.
- * La orientación es un proceso continuo, por lo que debería comenzar cuando el niño entra a la escuela o, de ser posible, desde antes, a través de los padres; y acompañar al niño en su desarrollo.
- * La orientación debe extenderse a todas las necesidades del niño. Se deberá ver al niño como un individuo integral.

- * Debe contribuir a una mayor eficacia de las funciones didácticas y administrativas a través de un conjunto de servicios de facilitación.
- * La orientación debe estar basada sobre las diferencias individuales. Cada niño es único respecto a su patrón de necesidades, intereses y capacidades, aunque su edad cronológica sea igual, el desarrollo y la madurez tienen un ritmo diferente en cada niño.
- * La orientación debe ser una tarea de cooperación llevada a cabo por todos los miembros de la escuela.
- * La orientación debe utilizar los recursos de la comunidad y coordinarlos con la labor de la escuela y del hogar (Hatch, R. & Costar, J., 1985; Knapp, R., 1986).

III.2.2 *Importancia de los programas de Orientación Educativa en la educación básica*

La teoría y la práctica de la orientación debe llegar a ser una parte integrante del proceso educativo desde el momento en que la escuela influye en la vida del niño. El uso de principios y prácticas de orientación en la primaria evitaría que muchos problemas aparecieran en la adolescencia. El niño de escuela elemental, a causa de su edad, es más impresionable, responde a la orientación mucho más prontamente que el adolescente.

Dondequiera que formación y desarrollo tienen lugar, es necesaria la orientación; que trata principalmente de dirigir el proceso formativo de tal modo que el niño sea equilibrado, trabaje hacia metas definidas, resuelva toda clase de problemas inteligentemente, se comprenda a sí mismo, respete a los demás, coopere con ellos y, finalmente, resulte un miembro de la sociedad que se baste a sí mismo y comparta las obligaciones con los demás.

De este modo, la orientación dada en la escuela elemental puede muy bien servir de raíz principal para programas que se organizan en las escuelas secundarias en los niveles de jóvenes y mayores.

Las prácticas y métodos de orientación no sólo proporcionan continuidad en el proceso de la orientación, sino que el individuo llevará con él muchos de los valores que le han llegado a través de la orientación primaria, los cuales repercutirán positivamente en la calidad de su rendimiento en el nivel superior de enseñanza (Knapp, op. cit.).

A medida que el niño se aproxima al final del periodo de la escuela elemental se acelera su desarrollo físico y al mismo tiempo, disminuye su coordinación y la seguridad en sí mismo. Esta etapa se denomina generalmente época de la adolescencia o de la pre-adolescencia.

El cuadro de las diferencias que presentan los individuos respecto al patrón general de desarrollo en esta época del ciclo de la adolescencia viene a complicarse aún más con las diferencias que se observan entre niños y niñas. Para planear un programa de servicios que contribuya eficazmente a la adaptación de éstos niños es fundamental la comprensión y apreciación de los factores físicos y emocionales comunes a todos ellos durante las diversas etapas de su desarrollo. El desarrollo social del niño de escuela elemental es más bien uniforme y bien definido. En los últimos años de la primaria, con el advenimiento de la adolescencia, se inician relaciones con compañeros del sexo opuesto. Durante este periodo

los adultos parecen tener la mínima influencia sobre las actividades del muchacho, debido, por lo menos en parte a los vínculos sociales más fuertes que él establece entonces con su grupo de compañeros (Hatch, R. & Costar, J., op cit).

Con base en lo anterior se consideró importante aplicar el Programa de Orientación Psicoeducativa durante el último año de educación básica, ya que es el momento en el que en la mayoría de los individuos se inician los cambios físicos característicos de la pubertad, mismos que a su vez los confunden y los hacen verse y sentirse diferentes. Sin embargo, el contenido del programa puede ser adaptado para alumnos que cursen desde 5° grado de primaria hasta 3° de secundaria, ya que, como se mencionó arriba, durante la preadolescencia y la adolescencia el ser humano necesita de manera particular ser orientado y acompañado en los cambios que dichas etapas involucran.

III.2.3 Desarrollo de programas de Orientación Educativa como medidas de prevención

A la fecha se han desarrollado varios programas similares al Programa de Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes, tomando también como fundamento los postulados antes mencionados y, sobre todo, sustentándose en una visión integral del ser humano, es decir, considerando los aspectos físicos, psicológicos y sociales de los adolescentes

En 1984 Carol Morgan dirigió un programa en el Salem School District de Oregon, el cual se puso en marcha en coordinación con el Marion County Community Mental Health Program. Dicho programa parte de las siguientes premisas: a) La orientación ha de ser un proceso secuencial integrado en el curriculum, b) con metas, objetivos, metodología y recursos específicos; c) y dirigido a la orientación afectiva del conjunto del alumnado para que éstos sean capaces de conocerse a sí mismos, sus relaciones con los demás, adquirir habilidades para tomar decisiones y poder vivir una vida productiva y enriquecedora.

El equipo de Morgan creó objetivos progresivos en unidades que cubren tópicos como: 1) ser consciente de los propios sentimientos; 2) analizar los propios valores; 3) saber tomar decisiones; 4) analizar la conducta; 5) saber escuchar ; 6) cooperar con otros y resolver conflictos, entre otros.

Cada unidad se diseñó con título, métodos didácticos sugeridos; procedimientos para la evaluación, materiales escritos, bibliografía aconsejada al orientador y créditos de datos sobre los profesionales que la crearon.

Otro modelo es el del West Virginia Department of Education (Wilson, 1984), el cual proporciona a los maestros fichas didácticas que cubren cuatro grandes objetivos dirigidos a los alumnos, padres, profesores y comunidad: 1) desarrollar con los alumnos de primaria su propio conocimiento y un autoconcepto positivo; 2) desarrollar relaciones interpersonales eficaces; 3) adquirir la conciencia del propio medio en cuanto relacionado con el desarrollo

personal-social, vocacional y académico; y 4) desarrollar las habilidades necesarias para la toma de decisiones (en Rodríguez, op cit).

Dentro de los programas de orientación para adolescentes más recientes se encuentra el programa diseñado por Susan Pick & col. (1996) , llamado “Planeando tu vida” el cual es el resultado de un proceso de investigación psicosocial realizada en México acerca de la vida sexual de los adolescentes, la incidencia de embarazos adolescentes, el consumo de fármacos, toma de decisiones y autoestima, principalmente.

Las características más importantes de este programa son:

- * La inclusión de conceptos y/o aspectos asociados con el desarrollo sexual de la adolescencia.
- * La revisión de aspectos psicológicos con el propósito de lograr cambios conductuales en el adolescente. Investigaciones hechas en México y otros países concuerdan en que las variables que se relacionan con una serie de conductas como el abuso de sustancias tóxicas y el embarazo no deseado son semejantes. Por lo tanto, al incluir aspectos tales como toma de decisiones, asertividad, comunicación y control del medio ambiente, se trasciende el nivel puramente informativo a otro más práctico y orientado a la acción, no sólo en el área de la sexualidad, sino de planeación de la vida en forma más general.
- * La inclusión de una sección titulada “¿Es verdad qué?” en casi todas las sesiones, la cual está orientada a aclarar mitos y prejuicios asociados al desarrollo sexual y a la planeación de la vida.
- * Presentación de ejercicios opcionales para aplicarlos en sesiones extras.
- * Al término de cada sesión se ofrecen ejercicios para hacer en casa, actividades sencillas que permiten al joven practicar los conocimientos adquiridos durante el curso.

Para evaluar el programa se compararon adolescentes de dos diferentes grupos: los que participaron en cursos de “Planeando tu vida” con otros pertenecientes al grupo control que no lo cursaron , y se observó que:

- 1) El nivel de conocimientos sobre embarazo, sexualidad y anticoncepción era superior en el primer grupo.
- 2) Los adolescentes que tomaron el curso antes de empezar a tener relaciones sexuales, cuando comenzaron a tener una vida sexualmente activa hicieron uso de anticonceptivos con mayor frecuencia que los que no tomaron el curso.
- 3) No se registró una mayor frecuencia de relaciones sexuales entre los adolescentes que habían cursado, que entre los que no habían tomado el curso.
- 4) La evaluación mostró también una decidida aceptación del curso por parte de los adolescentes, maestros, padres de familia y autoridades.

Collins. N. & Knowles. A. (1995) investigaron las actitudes de 303 adolescentes hombres y 254 mujeres de entre 13 y 18 años. estudiantes de escuelas privadas de Australia hacia la confidencialidad en situaciones que se dan en el consejo escolar. Al brindarles

información acerca de sexualidad, embarazo, abuso sexual y psicológico, abuso de sustancias, propensión hacia el crimen y daños a si mismo o a otros, las actitudes de los estudiantes respecto a la solicitud de información en estos temas se incrementaron notablemente.

Patton, D., Kolasa, K., West, S. & Irons, T. (1995) investigaron algunas conductas sexuales adolescentes como son abstinencia sexual y anticoncepción, así como sus opiniones acerca del papel de los consejeros acerca de la sexualidad del adolescente y la necesidad de un buen entrenamiento en esta área. Más del 60% de los estudiantes reportaron contar con información acerca de SIDA, enfermedades sexualmente transmisibles, prevención del embarazo y conductas sexuales responsables. sin embargo indicaron que dicha información no es muy efectiva, sugiriendo la necesidad de un entrenamiento adicional.

En 1990 Todres, R. Realizó un estudio para comparar los efectos que tenía la transmisión de conocimientos acerca de anatomía, fisiología, métodos de control de la natalidad y enfermedades de transmisión sexual en mujeres adolescentes y en adultas jóvenes. Se construyó un cuestionario para evaluar los conocimientos de ambos grupos. Enseguida se realizó una intervención de consejo referente a estos temas. Los resultados obtenidos muestran un incremento significativo en el conocimiento del control natal y la sexualidad humana en ambos grupos de mujeres.

Moyses, S. (1990) presenta un modelo para la prevención del embarazo adolescente a través del uso de pequeños grupos basado en los valores y principios del trabajo social. Estos grupos socio - educativos brindan un ambiente satisfactorio para los adolescentes de ambos sexos para hablar, pensar y aprender acerca del principal tabú en las áreas de sexo y sexualidad.

El programa está enfocado a los problemas que tienen los padres adolescentes, la mejor autodeterminación y control natal y la postergación de las relaciones sexuales después de la preparatoria o el matrimonio. El trabajo principal en las áreas de educación incluye la clarificación de valores y la práctica de habilidades para la toma de decisiones. Los resultados obtenidos durante tres años de su aplicación indican que la participación en cada grupo tuvo un impacto significativo sobre la responsabilidad de la conducta sexual de los adolescentes.

Por su parte, Jaccard, J. et al (1996) investigaron el efecto de los conocimientos, las actitudes y las conductas en el uso de métodos para el control de la natalidad en 111 mujeres estadounidenses. El análisis indica que el nivel de conocimientos que aproximadamente una mujer debe tener para usar el diafragma correctamente fue alto.

En un suplemento especial publicado en 1991 el Brown University Child & Adolescent Behavior Letter se describen los proyectos de varios programas de prevención del abuso de drogas desarrollados en los Estados Unidos de América, entre los cuales destacan los siguientes:

Proyecto STAR. Este es un programa universal de prevención del abuso de drogas que pretende llegar a toda la comunidad a través de los programas escolares, la mayoría de los

medios publicitarios, un programa dirigido a los padres de familia y el sistema de salud. Las investigaciones de este proyecto han demostrado efectos positivos a largo plazo, además los porcentajes del consumo de drogas disminuyeron más en aquellos estudiantes que iniciaron el programa en los primeros años de la escuela que en aquellos que comenzaron tiempo después (Pentz, M., 1997).

Programa de Enseñanza de Habilidades de Vida. Está diseñado para la enseñanza personal y social de habilidades para la resistencia del abuso de drogas. El programa consta de tres años de enseñanza para estudiantes de edad media; está dividido en sesiones durante los tres años, las cuales contienen información general acerca de las drogas, así como del manejo de habilidades que ayuden al estudiante a incrementar su independencia y control personal a través de la adquisición de habilidades para pensar críticamente, para resolver problemas y para tomar decisiones; además, dentro de las habilidades sociales se incluye el entrenamiento para comunicarse efectivamente.

Este programa se llevó a cabo con estudiantes mayores de 16 años y a su término se encontró que existía un decremento del 59 al 75% en los niveles del consumo de alcohol, tabaco y marihuana, en los jóvenes participantes con relación al grupo control. Así mismo llegaron a la conclusión de que sesiones posteriores pueden ayudar a mantener los efectos del programa durante más tiempo (Botuin, G., 1997).

Liddle Howard, A. (1999), en su artículo llamado "Teoría del desarrollo" evalúa los tratamientos basados en la familia para adolescentes adictos a drogas. Se lleva a cabo la comparación entre modelos de familias contemporáneas, además de relatar problemas de conducta y su tratamiento; así como los mecanismos por los cuales son más efectivos dichos tratamientos. Resalta la importancia que tiene el grupo familiar en el desarrollo de cada persona, mostrando que las relaciones existentes al interior del núcleo familiar determina en mucho el comportamiento de cada individuo, por lo que señala que una relación positiva entre los miembros de una familia, puede disminuir o detener la progresión de problemas conductuales y emocionales de cada uno de ellos.

Una vez revisados los anteriores programas, así como algunos otros textos dirigidos a los preadolescentes y adolescentes, incluyendo los del programa oficial de la Secretaría de Educación Pública, se planteó la posibilidad de recopilar la información teórica y algunas de las dinámicas que se proponen, para que los participantes en el Programa de Orientación Psicoeducativa para Preadolescentes y Adolescentes adquieran y comprendan de la mejor manera posible dicha información.

Así mismo, se planteó la necesidad de un material didáctico que sirviera como guía y apoyo para el instructor que aplica el programa, el cual le brindara la información teórica básica acerca de cada uno de los temas del programa, pero teniendo siempre presente la posibilidad de remitirse a las fuentes originales para ampliar o clarificar dicha información, si fuera necesario. Además, en el material dirigido al instructor del programa se incluiría una recopilación de las dinámicas que se trabajaron con los participantes, mismas que fueron tomadas de varios manuales y textos; brindando una explicación de cómo realizarlas con el grupo y lo que se pide a cada participante que realice de manera individual en su cuaderno

de trabajo, el cual es también una recopilación de varios textos tanto en el aspecto teórico como en el práctico, a fin de reducir costos y, sobre todo, poner al instructor y a los participantes en mayor interacción con el contenido del programa.

CAPITULO IV

EL PROCESO DE ENSEÑANZA- APRENDIZAJE Y LA ELABORACIÓN DE TEXTOS EDUCATIVOS

Debido a que el programa de Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes, al igual que la gran mayoría de los programas de orientación son parte de la educación y, por ende del proceso enseñanza-aprendizaje, es de suma importancia hacer referencia a dicho proceso, revisando los conceptos principales, los fundamentos teóricos en los que están basados, así como los aspectos prácticos para la aplicación de estrategias instruccionales y la elaboración e implementación de materiales didácticos escritos, cuya función es reforzar y apoyar el proceso mencionado.

IV. 1 Definiciones

IV. 1.1 Definición de enseñanza

Es un proceso de ayuda que se va ajustando en función de cómo ocurre el progreso de la actividad constructiva de los alumnos. Es decir, la enseñanza es un proceso que pretende apoyar, o si se prefiere el término “andamiar” el logro de aprendizajes significativos.

La enseñanza corre a cargo del enseñante como su originador, pero es una construcción conjunta como producto de los continuos y complejos intercambios con los alumnos y el contexto instruccional (institucional, cultural, etc.). En cada aula donde se desarrolla el proceso enseñanza - aprendizaje se realiza una construcción conjunta entre enseñante y aprendices que es única e irrepetible.

La enseñanza es en gran medida una auténtica creación, y la tarea del docente es saber interpretarla y tomarla como objeto de reflexión para buscar mejoras sustanciales en el proceso completo de enseñanza- aprendizaje. Para realizar una interpretación y lectura de dicho proceso, es necesario que quien esté a cargo de la enseñanza cuente con un marco de reflexión, así como con todos los recursos que apoyen sus decisiones y su quehacer pedagógico (Díaz- Barriga, F. & Hernández, G., 1998).

IV.1.2 Definición de aprendizaje

El aprendizaje se ha definido de múltiples maneras: como reorganización del campo cognoscitivo; como cambio en la conducta debido a la práctica, como cambio en la probabilidad de una respuesta, etc. (Chance, P., 1984)

Existen muchas perspectivas diferentes para definir el aprendizaje, las cuales enfatizan cada una de las facetas de este complejo proceso: como conducta adquirida y como conocimiento; retomando ambos aspectos, el aprendizaje puede definirse como “un cambio inferido en el estado mental de un organismo, el cual es una consecuencia de la experiencia e

influye de forma relativamente permanente en el potencial del organismo para la conducta adaptativa posterior” (Tarpay, R., 1999).

Como la anterior, la mayoría de las definiciones incluyen tres conceptos fundamentales: cambio, conducta y experiencia.

El aprendizaje produce un cambio un tanto estable en el interior del organismo, dicho cambio puede abarcar los aspectos físico, fisiológico y psicológico del individuo de manera aislada o en su conjunto.

El aprendizaje tiene una profunda influencia sobre la conducta del ser humano; los individuos modifican las conductas antiguas y adquieren nuevas por medio del aprendizaje. Sin embargo, al aprender no necesariamente cambia la conducta de manera inmediata ya que existe diferencia entre aprendizaje y ejecución. Gregory Kimble (1961) argumentó que aprender significa adquirir el potencial de la ejecución, y que ejecución significa actuar efectivamente con base en ese potencial.

La experiencia es un factor fundamental para el aprendizaje, más no el único, ya que ciertas experiencias tienen efectos que no pueden considerarse como aprendizaje, tal es el caso de la fatiga, las lesiones, las enfermedades o el consumo de drogas (Chance, op cit).

Según Tolman (1956) “únicamente hay aprendizaje cuando el individuo percibe el significado o los rasgos de la situación estimulante ante la que se encuentra y, por consecuencia, cuando las acciones son intencionales” (en St-Yves, A., 1988).

Retomando los conceptos anteriores es posible definir el proceso enseñanza - aprendizaje como: “Un proceso que, producto del acompañamiento o la experiencia guiada, infiere y tiende a producir cambios a corto o largo plazo en los aspectos cognoscitivo, afectivo y conductual del individuo”.

Las anteriores definiciones han surgido y a la vez han llevado a estudiar el proceso del aprendizaje desde diversas perspectivas, todas ellas diferentes aunque con ciertas coincidencias. Dichas perspectivas se agrupan en varios enfoques teóricos, mismos que se revisan enseguida.

IV.2 Teorías del aprendizaje

En un principio la psicología se centró en la importancia de los instintos en la actividad humana.

Algunos psicólogos que se oponían a una concepción mentalista del instinto, creían que la conducta de todas las especies animales estaba motivada por fuerzas bioquímicas internas (St-Yves, op cit).

Una teoría del aprendizaje es el conjunto de razonamientos que, de manera coherente y unitaria, explican los problemas relacionados con el aprendizaje (Heredia, B., 1990).

A continuación se exponen brevemente los postulados de las principales teorías del aprendizaje.

IV.2.1 Conductismo

Hacia 1920 la psicología americana se alejó de la explicación instintiva sobre la conducta humana y comenzó a hacer hincapié en el proceso de aprendizaje. Los psicólogos que consideraban la experiencia como el principal determinante del comportamiento se denominaron conductistas. El conductismo es una escuela de pensamiento que enfatiza el papel de la experiencia en el control de la conducta. Para los conductistas los procesos más importantes que gobiernan la conducta son aprendidos (Klein, S., 1994). Los teóricos de la conducta establecen que cada persona es formada y moldeada por el proceso de asociación de estímulos y sus respuestas, o por la asociación de comportamientos y consecuencias; tales son los postulados básicos del condicionamiento clásico y operante, cuyos principales representantes son J.B. Watson e I. Pavlov (1920/1928), y E. Thorndike (1911) y B.F. Skinner (1938), respectivamente. (Craig, G. 1992).

Tolman (1932) sin apartarse de los principios fundamentales del conductismo, propone que únicamente hay aprendizaje cuando el individuo percibe el significado o los rasgos de la situación estimulante ante la que se encuentra y, por consecuencia, cuando las acciones son intencionales. Esta teoría del aprendizaje intencional se presenta como un nexo entre el conductismo y la teoría de la gestalt (en St-Yves, op cit)

IV.2.2 Teoría de la Gestalt

Los gestaltistas afirman que las percepciones inmediatas absorben la disposición total de los estímulos en una forma integrada o "gestalt". De este modo, se oponen a la reducción del fenómeno del aprendizaje a simples combinaciones entre reacciones y estímulos específicos. En cambio, estudian los conjuntos de configuraciones significantes en relación con las cuales los individuos se sitúan y actúan.

Kohler (1964), uno de los principales representantes de esta teoría, probó que el pasado ejerce una influencia en la percepción y en la solución de un problema; además para él el aprendizaje se realiza por "insight", es decir, que la nueva manera de reaccionar se adquiere gracias a una actividad de comprensión, de aprehensión cognoscitiva súbita de las relaciones de pertenencia entre elementos o eventos hasta entonces separados (ib id).

IV.2.3 Teoría del Aprendizaje social y Psicología de la educación

Por su parte, los teóricos del aprendizaje social han tratado de ampliar el alcance de la teoría del aprendizaje para explicar los patrones sociales muy complejos. A. Bandura (1977) es uno de los más importantes partidarios de esta tendencia, y señala que en la vida diaria los individuos advierten las consecuencias de sus propios actos (es decir, se percata de cuáles tienen éxito y de cuáles no producen el resultado deseado) y a partir de ellas ajustan su

conducta. Por medio de tales consecuencias de respuesta obtienen información e incentivos y pueden hacer conjeturas sobre lo que es correcto en determinadas circunstancias y prevén lo que sucederá al ejecutar ciertas acciones, conceden al pensamiento consciente una función más importante en la dirección de la conducta (Craig, op cit).

Estas teorías intentan aplicar al mundo escolar los conceptos de actitud , disonancia cognoscitiva y aprendizaje por imitación.

Los defensores de esta teoría han definido la actitud como una disposición interna, construida gracias a la experiencia que ejerce una influencia directora en el comportamiento del individuo con respecto a un objeto. La actitud es relativamente estable y duradera.

Durante la enseñanza-aprendizaje, la actitud del maestro provoca una actitud en el alumno y viceversa, y la relación pedagógica es el resultado de ambas.

Apoyándose en la concepción de Festinger (1957), los seguidores de la psicología social encuentran una disonancia cognoscitiva, sobre todo en las situaciones escolares que implican decisiones. La disonancia cognoscitiva es una consecuencia inevitable de la toma de decisiones: en el momento de una decisión una persona se da cuenta de que dos elementos cognoscitivos resultan incompatibles entre sí y que, por lo tanto, uno implica la negación del otro (en St-Yves, op cit).

En cuanto a la imitación, se inspiran en las investigaciones de Miller y Dollard (1941), así como en las de Bandura y Walters (1963), para atribuirle un papel importante en la explicación del aprendizaje inicia de todo comportamiento.

Rotter y Kendler (1954/62) amplían la concepción del aprendizaje social destacando que la interacción del alumno con su medio ambiente y su personalidad, se definen en un continuo de aprendizaje (en St-Yves, op cit).

El objetivo de un enfoque sociocultural derivado de las ideas de Vigotsky es explicar cómo se ubica la acción humana en ámbitos culturales, históricos e institucionales. La unidad de análisis de esta teoría es la acción humana mediada por el herramientas como el lenguaje, centrándose en el análisis del discurso. Pone énfasis en la función mediadora del maestro, el trabajo cooperativo y la enseñanza recíproca entre pares (Díaz-Barrigaa, F. & Hernández, G., 2002).

IV. 2.4 Teorías Cognoscitivas

Los teóricos cognoscitivos proponen que el hombre es racional, activo, alerta y competente. Para ellos, el hombre no se limita recibir información sino que además la procesa. Así pues, toda persona es un pensador y creador de su realidad. No sólo responde ante los estímulos; también les confiere estructura y significado (Craig, op cit).

Estas teorías destacan la importancia del desarrollo así como la importancia del aprendizaje. Las teorías centradas en el desarrollo fueron propuestas por Piaget. Bruner y Kohlberg. Piaget (1964) propone cuatro grandes periodos de desarrollo que se fundamentan en la existencia de una interacción continua entre el niño y su medio ambiente, haciendo énfasis en la organización de los conocimientos. Bruner (1966) reconoce que hay que ayudar al alumno a descubrir por sí mismo las verdades que debe conocer, o a resolver problemas mediante su creatividad natural, con un mínimo de conocimientos almacenados. Por su parte

Kohlberg (1963/1973) aplicó los principios propuestos por Piaget a la maduración moral, como resultado del análisis del proceso de maduración intelectual.

Ausubel (1968) se centra en la importancia del aprendizaje y afirma que las dos variables fundamentales del proceso enseñanza-aprendizaje son los conocimientos previamente adquiridos y su estructuración. En el mismo sentido presupone que los conocimientos del individuo están organizados jerárquicamente. Una de las formas de aprendizaje que postula esta teoría es el aprendizaje por descubrimiento, que permite al alumno descubrir por sí mismo, con o sin guía, todo el objeto del aprendizaje antes de integrarlo a su estructura cognoscitiva (St-Yves, op cit).

Para Ausubel aprender es sinónimo de comprender. Por ello lo que se comprenda será lo que se aprenderá y recordará mejor porque quedará integrado en la estructura de conocimientos (Carretero, M., 1993).

Para las teorías cognoscitivas el hombre de cualquier edad es una persona integrada, capaz de planear y hallar la solución de un problema. Además explican el papel que el conocimiento, las creencias, actitudes y valores parecen desempeñar en una parte considerable del comportamiento (Craig, op cit).

IV.2.5 Teorías del desarrollo de la persona

Estas teorías se basan en el principio de la fuerza de crecimiento interno propuesto por las corrientes existencialista y humanista.

El principio mencionado considera al comportamiento dentro de una perspectiva más global y estudia la existencia del individuo en sus realidades fundamentales, sus valores humanos y el reflejo de éstos, es decir, sus elecciones. Este enfoque se ocupa de la relación del individuo en desarrollo con las personas que lo rodean, y el significado que le atribuye dicha relación.

Sus principales representantes son Rogers y Berne. Rogers (1967) aplicó sus principios de la Psicología clínica a la enseñanza-aprendizaje, él estipula que el desarrollo del hombre se efectúa mediante la experiencia adecuadamente simbolizada en el nivel de conciencia.

El pensamiento de Rogers se centró en el alumno, así como en el aprendizaje significativo o experiencial, respetuoso de la iniciativa y de las necesidades reales del alumno.

La visión existencial rogeriana dio lugar al enfoque humanístico de la psicología y la educación. Esta orientación mostró interés por asuntos como la confianza, la creatividad, la libertad, la responsabilidad, las aspiraciones, los valores superiores en la vida, etc., considerando a la persona como un ser libre, responsable, dotado de iniciativa y capaz de desarrollar su personalidad.

Berne (1977), por su parte, deseaba invitar a la persona a ejercer la libertad de elección, de decisión y de "redecisión", es decir, a ser autónoma; consideró que la autonomía requiere conscientización, espontaneidad e intimidad. Sólo después de haber tomado conciencia de sus propias posibilidades de crecimiento, de lo que sucede en cada una de las partes integrantes de la personalidad, sólo después de aceptar libremente la responsabilidad de sus

decisiones, considerando las posibilidades de elección que le brinda a cambiante realidad, es cuando el individuo alcanza una sana autonomía (St-Yves, op cit)

IV. 2.6 Teoría centrada en el alumno

Gagné (1976) basa su teoría en los anteriores enfoques teóricos, para él el aprendizaje es comparable a otros procesos humanos y lo define como proceso, resultado de la interacción del organismo con su medio ambiente, que le permite modificar su comportamiento de manera bastante rápida y más o menos permanente. Según él puede reconocerse si se ha efectuado un aprendizaje cuando se observa un cambio de comportamiento y la persistencia de dicho cambio.

Brien (1981) , basado en la teoría de Gagné reconoce tres fases en el proceso de aprendizaje: motivación, adquisición y desempeño. La primera se refiere a los procesos de formación de expectativas, atención y percepción selectiva. Permite al alumno fijarse una meta y obtener una recompensa, la cual puede ser interna o social. La segunda fase implica un cambio en el estado interno del alumno caracterizado por la codificación y el almacenamiento en la memoria. Finalmente, la fase de desempeño se refiere a la producción de una respuesta, la cual permite verificar la existencia de un aprendizaje y la modificación de un comportamiento (en St-Yves, op cit).

Según Gagné, el aprendizaje fija en el alumno estados persistentes a los cuales llamo capacidades y las definió como categorías que trascienden diversos sectores del conocimiento y son:

- Información verbal: representar y comunicar la realidad.
- Habilidades intelectuales: Realización de ciertas operaciones mediante representaciones simbólicas de su medio ambiente.
- Estrategias cognitivas: capacidades para adquirir y administrar otras capacidades.
- Habilidades motrices
- Actitudes: Manifiestan estados internos aprendidos que afectan la elección de una acción personal con respecto a determinadas categorías de objetos, personas o sucesos. Son capacidades que determinan el comportamiento del individuo en el terreno moral y social, que se adquieren por medio de experiencias personales y relacionales, por lo cual están cargadas de afectividad.

El alumno acumula habilidades que se presentan como elementos previos a la adquisición de otras habilidades que se encuentran en un nivel superior, resultando así su carácter jerárquico. De esta manera, todo nuevo aprendizaje se apoya en capacidades anteriores.

De este modo, Gagné opina que el éxito de un aprendizaje depende de adquisiciones, es decir, de la posesión de datos previos. Para él, el desarrollo intelectual depende de lo que el alumno ya conoce y de la manera en la que ha realizado aprendizajes anteriores con el fin de alcanzar una meta determinada. Considera dos aspectos en el estudio de las diferencias individuales: el repertorio de capacidades previas (prerrequisitos) y la cantidad de ayuda que

un sujeto requiere para aprender eficazmente; declara que en el aprendizaje se producen eventos tanto internos como externos, siendo relevantes dentro de los primeros la atención, la motivación y la preparación de desarrollo.

Finalmente, la teoría **gagneana** se preocupa por llevar a cabo un análisis de tarea y luego formular los objetivos, mismos que resultan de gran utilidad para precisar las condiciones de aprendizaje más adecuadas para generar el comportamiento deseado (St-Yves, op cit).

IV. 2.7 Pedagogía Abierta

Aparece como una continuidad de la corriente centrada en el niño. Es propuesta por Paquette (1976/1979), y plantea una interacción del alumno con su medio ambiente, además de una interacción recíproca entre los aprendizajes del estudiante y las intervenciones del maestro, las cuales contribuyen a estructurar el entorno educativo.

Se enfoca en la microsociedad que constituye el grupo-clase, donde el profesor es un conductor-participante que ayuda al grupo a dilucidar los fenómenos afectivos que influyen, o incluso estorban o retrasan sus aprendizajes. El maestro es quien permite que el grupo-clase asuma su propio comportamiento.

Esta pedagogía se basa en tres principios :

- El aprendizaje surge del dinamismo interno del alumno.
- El maestro debe actuar de manera indirecta.
- Cada alumno es diferente a los demás.

El maestro actúa indirectamente, puesto que le confiere al alumno la responsabilidad de aprender a aprender, sin que aquél deje de asumir su propio papel como agente de interacción.

Los elementos que forman parte de las preocupaciones de la pedagogía abierta son mantener despierto el potencial creativo del alumno y del maestro y hacer de éstos un sistema vivo verdaderamente vinculado con su entorno: en pocas palabras, la apertura ante todos los dinamismos capaces de favorecer un aprendizaje significativo

Esta corriente ve como un elemento fundamental las actitudes, a las cuales considera resultado del aprendizaje tanto en el maestro como en el alumno y, como tal, tienen un carácter relativamente duradero en el sentido de que nuevas experiencias y situaciones, probablemente lo harán cambiar, aunque en general tienden a mantenerse constantes.

Además, se las considera reguladoras del comportamiento humano y por lo tanto, conductoras de éste y orientadoras en las diversas situaciones que vive cada individuo.

Así mismo, se encuentran en relación con la motivación intrínseca. De ahí la importancia que tiene detectar las motivaciones profundas y reales que determinan la elección de una actitud, que, a su vez, orienta la elección de un comportamiento satisfactorio o no.

Dado que la actitud del maestro induce una actitud en el alumno y viceversa, el resultado de estas dos actitudes constituye la relación pedagógica (St-Yves, op cit).

IV. 2.8 Constructivismo

La postura constructivista se basa en las aportaciones de diversas corrientes psicológicas relativas al aprendizaje que ya han sido revisadas: el enfoque psicogenético piagetiano, la teoría de los esquemas cognitivos, la teoría ausubeliana la asimiliación y el aprendizaje significativo, la psicología sociocultural vigotskiana, así como algunas teorías instruccionales, entre otras (Díaz -Barriga, op cit).

El constructivismo es la idea que mantiene que el individuo tanto en los aspectos cognitivos y sociales del comportamiento como los afectivos, es una construcción propia que se va produciendo día a día, como resultado de la interacción entre esos dos factores; de tal forma, el conocimiento es una construcción del ser humano basada en los esquemas que construye en su relación con el medio que le rodea., a través del cual el individuo representa situación concreta que más tarde le permite enfrentarse a situaciones semejantes en la realidad (Carretero, M., 1993).

Esta corriente trata de conjuntar el cómo y el qué de la enseñanza. Se organiza en torno a tres ideas fundamentales: el alumno es el responsable último de su propio proceso de aprendizaje, la actividad mental constructiva del alumno se aplica a contenidos que poseen ya un grado considerable de elaboración y la función del docente es engarzar los procesos de construcción del alumno con el saber colectivo culturalmente organizado (Díaz-Barriga, op cit).

El pensamiento constructivista ve al alumno como constructor o productor activo de conocimiento y ubica la solución de problemas contextualizada en el centro de todo aprendizaje. Representa una ruptura significativa con los medios conductistas de la enseñanza-aprendizaje.

Además, señala nueve conceptos básicos, considerando que el aprendizaje:

- Es un proceso activo de elaboración de significados, es la habilidad de utilizar y aplicar conocimientos para resolver problemas.
- Es mejor cuando implica cambio conceptuales, modificando la previa concepción de conceptos, haciéndolos más complicados y válidos.
- Es siempre subjetivo y personal.
- Se sitúa o contextualiza y ello facilita la solución de problemas.
- Es social; se desarrolla en la interacción de otras personas al compartir percepciones, intercambiar información y solucionar problemas de manera colectiva.
- Es afectivo, ya que en él influyen el autoconocimiento y la opinión de uno mismo sobre las habilidades propias, la claridad y solidez de las metas del aprendizaje, las expectativas personales, la disposición mental en general y la motivación para aprender.

- Se mejora por: dificultades para optimizar el desarrollo del alumno; relevancia de sus necesidades, autenticidad con respecto al mundo real y el reto, así como la novedad que perciba.
- Se ve influenciado por el desarrollo psíquico, intelectual, emocional y social del alumno.
- Es mucho mejor cuando comprende conocimientos transformados que se reflejan durante todo el proceso de aprendizaje del alumno.

De acuerdo al Constructivismo, para todo trabajo de aprendizaje, el estudiante trae consigo conocimientos previos, los cuales por lo general son sencillos, simples y erróneos. Al aprender, el alumno aplica ese conocimiento previo, lo trae a su mente, lo prueba contra el conocimiento nuevo que está adquiriendo e integra un conocimiento nuevo del ya existente, haciendo la base de ésta más compleja.

La mejor construcción de conocimiento se da cuando al alumno se le enfrenta a problemas significativos que debe resolver, para lo cual es conveniente estructurar debates, realizar preguntas experimentales que promuevan la investigación, la solución de problemas concretos y la invención.

De este modo, un plan de estudios constructivista hace hincapié tanto en el contenido, como en el proceso del conocimiento declarativo y el de procedimiento; considerando la etapa de desarrollo que viven los alumnos (Glatthorn, A., 1997).

Una vez revisadas varios enfoques teóricos relativos al aprendizaje, se ahondará en el enfoque constructivista, el cual sirve como principal sustento teórico para la ejecución del programa de “Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes”, así como para la elaboración del material escrito que se deriva del mismo.

IV.3 El proceso de enseñanza – aprendizaje desde la perspectiva Constructivista

Casi todos los sistemas educativos inspirados en el modelo occidental logran despertar el interés de los alumnos en los primeros años de educación, mediante la presentación de actividades que resultan motivadoras y que parecen cumplir una función importante en su desarrollo psicológico general. Sin embargo, esta situación suele cambiar cuando comienza el periodo escolar que corresponde aproximadamente a la edad de diez años, a partir del cual los contenidos se van haciendo cada vez más académicos y formalistas, tendencia que se ve mayormente acentuada con la entrada a la adolescencia, produciéndose una ruptura entre los intereses habituales del alumno, los contenidos y las actividades que le ofrece el sistema educativo (Carretero, op cit).

Según César Coll (1988), la concepción constructivista del aprendizaje escolar sostiene que la finalidad de la educación impartida en las instituciones educativas, es promover los procesos de crecimiento personal del alumno en el marco de la cultura del grupo al que pertenece. Para que esto ocurra de manera satisfactoria, es necesario brindar una ayuda específica a través de la participación del alumno en actividades

intencionales, planificadas y sistemáticas, que logren propiciar en él una actividad mental constructivista (en Díaz-Barriga, op cit).

La construcción del aprendizaje escolar puede analizarse con base en los procesos psicológicos implicados, los mecanismos de influencia educativa susceptibles de promover, guiar y orientar dicho aprendizaje.

A través de la realización de aprendizajes significativos el alumno construye significados que enriquecen su conocimiento del mundo físico y social, lo cual promueve su crecimiento personal. De este modo, los tres aspectos que deben favorecer el proceso instruccional serán el logro de aprendizaje significativo, la memorización comprensiva de los contenidos escolares y la funcionalidad de lo aprendido.

Dicho proceso debe partir del nivel del desarrollo del alumno, asegurar la construcción de aprendizajes significativos, principalmente de manera autónoma; procurar que los alumnos modifiquen sus esquemas de conocimiento y; establecer relaciones ricas entre el nuevo conocimiento y los esquemas ya existentes (Carretero, op cit).

IV. 3.1 Aprendizaje significativo

El aprendizaje significativo crea esquemas de conocimiento a través de la relación que se da entre la información novedosa de los contenidos curriculares y los conocimientos previos de los alumnos. Requiere de condiciones favorables, principalmente disposición y actitudes positivas del alumno, que promuevan su participación activa para que construya y comprenda por sí mismo el conocimiento.

IV. 3.1.1 Fases del aprendizaje significativo

Esta forma de aprender comprende tres fases: inicial, intermedia y terminal.

Durante la fase inicial el alumno percibe la información como constituida por piezas o partes aisladas sin conexión conceptual. La información aprendida es concreta y vinculada al contexto específico. Gradualmente se va construyendo un panorama global del material por aprender, para lo cual usa su conocimiento esquemático, estableciendo analogías con sus experiencias previas.

La fase intermedia encuentra relaciones y similitudes entre las partes aisladas y llega a configurar esquemas y mapas cognitivos acerca del material y el dominio de aprendizaje en forma progresiva. El conocimiento es más abstracto, es decir, menos dependiente del contexto. Es posible emplear estrategias elaborativas u organizativas como mapas conceptuales y redes semánticas, así como usar la información en tareas-problema.

En la fase terminal los conocimientos llegan a estar más integrados y a funcionar con mayor autonomía, por lo que las ejecuciones son más automáticas y se da una aparición progresiva de interrelaciones de alto nivel en los esquemas.

IV.3.2 Principios de Instrucción

Dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje interactúan gran cantidad de variables, las cuales son factores cuya importancia es fundamental para el diseño, ejecución y evaluación de programas educativos. Dichos factores están relacionados principalmente con el alumno, el profesor y los contenidos instruccionales

Respecto al alumno es importante considerar: sus estilos cognitivos, es decir, las distintas formas que tiene cada uno de percibir, recordar y pensar; también es importante considerar sus diferencias en cuanto a sexo, edad y estatus social (Gennovard, C. & Gotzens, C., 1990).

Con relación a los contenidos instruccionales es fundamental precisar ciertos principios que promueven un aprendizaje significativo dichos principios enuncian lo siguiente:

- El aprendizaje se facilita cuando los contenidos se presentan organizados, siguiendo una secuencia lógica y psicológica apropiada.
- Es conveniente delimitar intencionalidades y contenidos de aprendizaje en una progresión que respete niveles de inclusividad, abstracción y generalidad.
- Los contenidos escolares deben presentarse en forma de sistemas conceptuales organizados, interrelacionados y jerarquizados, y no como datos aislados y sin orden.
- La activación de los conocimientos y experiencias previos que posee el alumno en su estructura cognitiva, facilitará los procesos de aprendizaje significativo de nuevos materiales.
- El establecimiento de “puentes cognitivos” pueden orientar al alumno a detectar las ideas fundamentales, a organizarlas e integrarlas significativamente.
- Los contenidos aprendidos significativamente serán más estables, menos vulnerables al olvido y permitirán la transferencia de lo aprendido.
- Puesto que el alumno en su proceso de aprendizaje y mediante ciertos mecanismos autorregulatorios, puede llegar a controlar eficazmente el ritmo, secuencia y profundidad de sus conductas y procesos de estudio, una de las tareas principales del docente es estimular la motivación y participación del sujeto y aumentar la significatividad potencial de los materiales académicos (Díaz-Barriga, op cit)

Además, Collins, Brown y Newman consideran que el maestro desempeña 6 funciones esenciales en el proceso enseñanza-aprendizaje dentro del contexto constructivista:

Modelo: realiza el trabajo para que los alumnos observen y construyan el modelo conceptual de los procesos.

Guiar: observa mientras realizan el trabajo, les ofrece retroalimentación, sugerencias y modelos.

Apuntalamiento y derrumbe: en la fase inicial el alumno requiere indicaciones, explicaciones y estrategias organizadas; a medida que progresa necesita menos andamios hasta convertirse en su propio regulador.

Articulación: ayuda al alumno a considerar sus procesos y a compararlos con los del experto u otro estudiante.

Exploración: presiona al alumno para elaborar soluciones a los problemas por ellos mismos, formular preguntas y encontrar respuestas (Glatthorn, op cit)

IV. 3.3 Aprendizaje de diversos contenidos

En la acción de aprender, el alumno extrae muchos tipos de conocimiento, entre ellos el declarativo, el de procedimiento, el contextual y el estratégico. En el proceso de organizar y utilizar estos cuatro tipos de conocimiento, el estudiante hace el conocimiento generativo; un conocimiento activo cuya función es la resolución de problemas, no sólo guardar en la memoria información (Glatthorn, op cit).

De acuerdo con Coll, Pozo, Sarabia y Valls (1992), los contenidos que se enseñan en todos los niveles educativos pueden agruparse en tres áreas básicas: conocimiento declarativo, procedimental y actitudinal.

IV.3.3.1 Contenidos declarativos

Promueven la competencia referida al conocimiento de datos, hecho, conceptos y principios. Se refiere al *saber qué*; es un saber que se dice, se declara y se conforma por medio del lenguaje.

Dentro de éste se distinguen el conocimiento factual y el conocimiento conceptual. El primero se refiere a datos y hechos que proporcionan información verbal que los alumnos deben aprender literalmente. Por su parte, el conocimiento conceptual se construye a partir del aprendizaje de conceptos, principios y explicaciones, los cuales no tienen que ser aprendidos de forma literal, sino abstrayendo su significado esencial o identificando las características definitorias y las reglas que los componen.

De esta manera, las actividades de instrucción que el maestro debe realizar tienen que ser también diferenciadas. Para promover el aprendizaje conceptual es necesario que los materiales de aprendizaje se organicen y estructuren correctamente, lo cual les provee de una riqueza conceptual que pueda ser explotada por los alumnos. También es necesario usar los conocimientos previos de los alumnos y hacer que éstos se impliquen cognitivamente, motivacional y efectivamente en el aprendizaje. El profesor debe planear actividades que permitan a los alumnos explorar, comprender y analizar los conceptos de forma significativa, ya sea mediante una estrategia expositiva o por descubrimiento (Díaz-Barriga, op cit).

IV.3.3.2 Contenidos Procedimentales

Es aquel conocimiento que se refiere a la ejecución de procedimientos, estrategias, técnicas, habilidades, destrezas, métodos, etc. Es de tipo práctico porque está basado en la realización de varias acciones u operaciones, por lo cual se le conoce como el *saber hacer*.

Los procedimientos pueden ser definidos como un conjunto de acciones ordenadas y dirigidas hacia la consecución de una meta determinada.

Según Valls (1993) es importante clarificarle al aprendiz la meta a lograr, la secuencia de acciones a realizar y la evolución temporal de las mismas.

Un aprendizaje de este tipo ocurre en etapas, las cuales comprenden:

1. La apropiación de datos relevantes respecto a la tarea y sus condiciones, misma que corresponde a un conocimiento declarativo factual.
2. La actuación o ejecución del procedimiento hasta llegar a fijar el procedimiento.
3. La automatización del procedimiento, como resultado de su ejecución continua en situaciones pertinentes.
4. El perfeccionamiento indefinido del procedimiento.

Es importante además, confrontar al alumno con los errores prototipo, las rutas erróneas y las alternativas u opciones de aplicación y solución de problemas cuando éstos se presenten. Así mismo es fundamental inducir una reflexión y un análisis continuo sobre las actuaciones del aprendiz.

La idea central es que el alumno aprenda un procedimiento de la manera más significativa posible. Para tal efecto, el profesor deberá promover intencionalmente que la adquisición de los procedimientos sea en forma comprensiva, pensante, funcional y generalizable a otros contextos.

Los principales recursos instruccionales empleados en un proceso de enseñanza-aprendizaje de tipo procedimental deben incluir: repetición y ejercitación reflexiva, observación crítica, imitación de modelos apropiados, retroalimentación oportuna, establecimiento del sentido de las tareas y del proceso en su conjunto, verbalización mientras se aprende, actividad intensa del alumno y fomento de la metacognición (ib id).

IV.3.3.3 Contenidos Actitudinal-Valorales

Hasta hace poco el *saber ser* estaba notablemente descuidado. Sin embargo, a partir de la década pasada se han incrementado los esfuerzos por incorporar tales saberes de manera explícita en el currículo escolar en todos los niveles educativos; incluyéndolos de muy diversas maneras -tanto en proyectos curriculares como metacurriculares- bajo los rubros de educación moral o ética, enseñanza de valores o actitudes, desarrollo humano, educación para los derechos humanos y la democracia, y educación cívica, entre otros.

En términos generales, la mayor parte de los proyectos educativos interesados en enseñar valores en la escuela toman postura a favor de aquellos que se orientan al bien común, al desarrollo armónico y pleno de la persona, y a la convivencia solidaria en sociedad. La base de los programas educativos se sustenta en la promoción de los derechos humanos universales, así como en la erradicación de los llamados antivalores.

El aprendizaje de las actitudes es un proceso lento y gradual, donde influyen distintos factores como las experiencias personales previas, las actitudes de otras personas significativas, la información y experiencias novedosas, y el contexto sociocultural. Se ha demostrado que muchas actitudes se gestan y desarrollan en el seno escolar, por lo cual el profesor es un agente significativo que ejerce su influencia y poder legitimados institucionalmente, para promover actitudes positivas en sus alumnos (Díaz-Barriga, op cit).

De acuerdo con Bednar y Levie (1993), existen tres aproximaciones eficaces para lograr el cambio actitudinal, las cuales son: proporcionar un mensaje persuasivo, modelar la actitud e inducir la disonancia o conflicto entre los componentes cognitivo, afectivo y conductual.

Algunas metodologías y técnicas didácticas que se ha demostrado son eficaces para trabajar directamente los procesos actitudinales son, por ejemplo, las técnicas participativas, como el juego de roles y el sociodrama, las discusiones y técnicas de estudio activo, las exposiciones y explicaciones de carácter persuasivo e involucrar a los alumnos en la toma de decisiones.

Por su parte, la enseñanza de valores se basa en diversas metodologías didácticas, las cuales pretenden: clarificar los valores personales y desarrollar el juicio crítico, discutir y analizar casos y conflictos sociales, comprender y escribir textos de manera crítica, promover el aprendizaje cooperativo y "situado", orientado a la comunidad, y desarrollar habilidades sociales, afectivas y de autorregulación (en ib id).

Los temas abordados a lo largo del Programa de Orientación Psicoeducativa para Preadolescentes y Adolescentes involucran contenidos de los tres tipos revisados anteriormente, mismos que se diferencian no sólo por los objetivos que persiguen en los participantes, sino por los diversos métodos que durante cada una de las sesiones se emplean para conseguirlos. De este modo, se considera importante revisar, de manera particular, cada uno de los métodos que el instructor puede emplear con el fin de mejorar la enseñanza y así alcanzar los objetivos que se proponen.

IV. 3.4. Métodos de enseñanza para un aprendizaje significativo

Si la instrucción desea alcanzar una máxima eficiencia, las experiencias de aprendizaje deben ser tan directas como sea posible. Esto es, los estudiantes deben estar involucrados en construir su aprendizaje, haciendo uso de la mayoría de sus sentidos (Moore, K., 1994), a través de diversos métodos o técnicas.

Estas fuentes de conocimiento -o métodos- proporcionan la materia prima para la solución de problemas; enmarcan el conocimiento generativo y con ello facilitan los cambios conceptuales (Glatthorn, op cit).

A continuación se describen algunos de los métodos de enseñanza que promueven el involucramiento de los alumnos en la situación de aprendizaje, y que en la actualidad son empleados en las aulas de los niveles básico y medio; y que fueron retomados para llevar a cabo el Programa de Orientación Psicoeducativa para Preadolescentes y Adolescentes, encontrándose aplicados en las actividades que comprenden dicho programa y que están citadas tanto en el Cuaderno de Trabajo del Participante, como en la Crestomatia para el instructor.

- **Simulaciones y juegos.** Son abstracciones o simplificaciones de la vida real, involucran objetos, procesos o situaciones reales sin los costos y/o riesgos asociados.

- **Juegos educativos.** Son actividades con reglas y recompensas prescritas. No sólo sirven para entretener a los estudiantes, sino que deben realizar contribuciones cognitivas y sociales para el aprendizaje (Moore, op cit).
- **Tecnología.** La utilización de videos, internet, computadoras, televisores, etc., es cada vez más frecuente en la educación (Moore, op cit). Si bien éstos no son métodos de enseñanza en sentido estricto, sí son un medio para proporcionar al estudiante una visión clara de la situación educativa (Mc Keachie, 1970). Las nuevas formas de tecnología permiten a los maestros ampliar y enriquecer las experiencias de aprendizaje dentro del salón de clases, ya que brinda la oportunidad de conocer más del mundo exterior y analizar lo que acontece en él.

El video combina color, movimiento y sonido de tal forma que es posible dramatizar ideas y brindar a los estudiantes experiencias reales del pasado, el presente o el futuro. El uso de la televisión y los videos dan al profesor la oportunidad de presentar, describir y clarificar información, ideas y conceptos; que permitan enseñar habilidades y afectar las actitudes.

Así mismo, la T.V. y los videos permiten la captura, repetición y manipulación de información, promueven la construcción de una base común para la experiencia y la comprensión del mundo en general, además de impactar las emociones de un modo particular (Moore, op cit).

Sin embargo, la eficacia de las ayudas visuales depende en gran parte de la manera en que se usen, por lo cual es necesario que el instructor conozca bien el material y planee la manera de analizarlo antes de presentarlo al grupo, considerando los objetivos del tema que apoya y de la actividad en sí misma (Mc Keachie, op cit).

- **Materiales impresos.** El uso de libros, artículos de revistas, folletos y otros materiales es también un método de enseñanza frecuente; además, algunas investigaciones han demostrado su eficacia respecto a otras técnicas de enseñanza, ya que permiten al alumno estar en contacto directo con la información y volver a ella cuantas veces lo requiera (ib id).
- **Exposición.** Es considerada la mejor forma de comunicar grandes cantidades de información en un periodo corto de tiempo. Las diversas técnicas expositivas comprenden los métodos en los cuales una autoridad –maestro, libro de texto, película o computadora- presenta información sin ninguna interacción con los estudiantes.
- **Lectura.** Probablemente es el método de exposición más usado. Es una excelente manera de presentar la información para introducir a los estudiantes a una nueva unidad, situándolos en el contenido para luego realizar actividades. Dicha lectura deberá ser breve y con sentido, de lo contrario, resultará contraproducente para los estudiantes si la encuentran como aburrida o poco motivante.
- **Exposición con interacción.** Es un método de enseñanza en el cual el docente presenta información y enseguida introduce preguntas que le permiten determinar el nivel de

comprensión de los contenidos explicados. Este método consta principalmente de dos fases: primero, la información es diseminada por el maestro o bien por algún estudiante que prepara el material. Luego, el maestro comprueba la comprensión a través de las respuestas que los estudiantes dan a las preguntas realizadas.

- **Discusión grupal.** Es un método importante, pero usado con poca frecuencia. La mayoría de las veces se confunde con un círculo de preguntas y respuestas basadas en alguna lectura y dirigido por el profesor; mientras que en una verdadera discusión, los estudiantes deben ser quienes guíen el diálogo, teniendo un objetivo claramente definido hacia el cual se encaminen las ideas. La discusión de temas controvertidos incrementa el conocimiento y la comprensión de los mismos, además de ser el método más efectivo para cambiar actitudes, valores y conductas. (Moore, op cit)

Este método ayuda a los estudiantes a aprender a pensar en el tema, y no sólo a recibir información como un sujeto pasivo, aumentando así su interés por los conocimientos y teorías que transformen sus antiguas creencias al respecto.

Existen varias formas de discusión; algunas abarcan principalmente la solución de problemas por el grupo; otras son de cohesión, otras pueden ser reuniones para animar a los alumnos menos aventajados; otras pueden dar oportunidad de practicar en la integración y en la aplicación de los conocimientos adquiridos en los libros de texto o en las conferencias. El papel del educador variará de acuerdo con los objetivos que tiene la discusión, la dirección parcial de éste puede ser de utilidad, si los objetivos son los de aprender relaciones humanas y adquirir habilidad para aplicar esos conocimientos (Mc Keachie, op cit).

- **Pequeños grupos de discusión.** Es recomendable que este método se utilice después de la exposición o la lectura de algún texto. Es necesario dejar claro a cada grupo el procedimiento a seguir y las responsabilidades de cada miembro del grupo, el líder deberá centrar al grupo en la tarea y hacer que todos los miembros participen. Uno de ellos deberá escribir las ideas o conclusiones principales a las que el grupo llegue. Es recomendable formar grupos de entre 5 y 7 estudiantes, ya que un grupo demasiado numeroso algunos estudiantes no participan, mientras que en uno demasiado pequeño existe poca posibilidad de que la discusión se enriquezca (Moore, op cit).
- **Lluvia de ideas.** Es una actividad diseñada para generar ideas. introducir un concepto o un problema. Su principal objetivo es que los alumnos expresen lo que piensan y/o sienten acerca de algún tema específico, o bien, propongan posibles soluciones a algún problema que se les plantea. Es un método excelente para iniciar otra actividad, como puede ser una discusión, una investigación, la solución de problemas o actividades en grupos pequeños.
- **Panel.** Un grupo de estudiantes, por lo general entre 5 y 8, prepara y realiza una discusión informal frente al resto de los estudiantes, acerca de un tema asignado previamente. Un estudiante dirige la discusión y cada miembro del panel expresa sus

conocimientos de manera informal al resto del grupo, generándose así una discusión.. Una variante de este método es formar el panel con especialistas en el tema en lugar de los estudiantes, y que éstos interactúen con ellos presentando sus dudas e inquietudes.

- **Debate.** Es una discusión competitiva que tiene lugar entre dos equipos de dos o tres personas, los cuales presentan argumentos opuestos en relación a una misma cuestión y son dirigidos por un moderador, que puede ser el profesor o algún estudiante.
- **Juego de roles.** Es la actuación de papeles recreando eventos históricos, futuros, cotidianos o bien imaginarios. Permite a los estudiantes comprender mejor a la persona que representan, analizando las acciones y motivaciones que desencadenan determinadas conductas. Es un método que por lo general consta de tres componentes: la situación, el juego de roles y la discusión que se deriva de éste, en la cual es recomendable analizar los valores, las conductas y las consecuencias de las acciones de cada personaje (ib id).

Tras la aplicación de estos métodos que persiguen el aprendizaje significativo de conceptos y procedimientos, así como promover la reflexión acerca de sí mismo, es fundamental contar con las herramientas que permitan determinar si dichos objetivos se han cumplido o no, buscando los factores concernientes tanto al alumno como al docente que favorezcan un mejor aprendizaje y, por tanto, mejores resultados en la aplicación del Programa de Orientación Psicoeducativa.

IV.3.5 Evaluación del proceso enseñanza-aprendizaje

Desde el punto de vista constructivista la evaluación es una actividad que debe realizarse no sólo en relación al aprendizaje de los alumnos, sino también las actividades de enseñanza que realiza el docente y su relación con dichos aprendizajes.

La evaluación involucra actividades con una estimación tanto cualitativa como cuantitativa, las cuales se consideran imprescindibles, pero también involucra otros factores que van más allá y que en cierto modo la definen. Por lo tanto, evaluar implica: delimitar el objeto, situación o nivel de referencia que se pretende evaluar, usar determinados criterios para realizar la evaluación, implementar una sistematización mínima necesaria para obtener la información, a partir de la cual sea posible construir una representación más confiable del objeto de evaluación, que a su vez permita emitir un juicio de naturaleza cualitativa para finalmente, tomar decisiones tanto de carácter pedagógico como social.

La función pedagógica de la evaluación tiene que ver directamente con la comprensión, regulación y mejora de la situación de enseñanza y aprendizaje; con el fin de realizar las mejoras y ajustes necesarios. Su principal función es valorar si la actividad

educativa ocurrió tal y como intencionalmente fue pensada y si se alcanzaron o no las metas o intenciones para las que fue diseñada.

Por su parte, la función social hace referencia a los usos que se dan a ésta más allá de la situación de enseñanza y aprendizaje, y que tienen que ver con cuestiones tales como la selección, la promoción, la acreditación, la certificación y la información a otros.

La evaluación del aprendizaje dentro del sistema educativo ha puesto énfasis en los productos observables del aprendizaje, promoviendo por lo general el aprendizaje memorístico, sin dar oportunidad a los alumnos de desarrollar habilidades de composición escrita, pensamiento creativo, argumentativo y crítico; descuidando además el aspecto afectivo de los alumnos y los procesos de elaboración o construcción del aprendizaje. De esta forma, es necesario reconocer en qué medida los productos observables pueden aportar información sobre el proceso de construcción que está detrás de ellos, y sobre la naturaleza de la organización y estructuración de las construcciones elaboradas. Existen dos cuestiones que se deben tener presentes para evaluar el proceso de construcción: 1) Tratar de valorar todo el proceso en su dinamismo, a lo largo de sus distintas fases, contando con una descripción más objetiva y apropiada que una simple valoración aislada y; 2) Considerar la importancia de todas las acciones docentes y de los factores contextuales del aula.

Valorar el grado de significatividad de un aprendizaje no es una tarea simple; aprender significativamente es una actividad progresiva que sólo puede valorarse cualitativamente, por lo tanto, es necesario plantear y seleccionar de forma estratégica las tareas o instrumentos de evaluación pertinentes que permitan hacer emerger los indicadores que proporcionen información valiosa sobre la significatividad de lo aprendido. El grado de amplitud y complejidad, así como la potencialidad de lo aprendido, se relacionan directamente con el nivel de comprensión metacognitiva alcanzado. De este modo, es deseable que el aprendiz logre, junto con ciertos aprendizajes significativos, un conocimiento condicional que le permita saber qué sabe, y en qué y para qué contextos le puede resultar útil lo que sabe.

De este modo, no existen instrumentos que por sí mismos resulten suficientes para facilitar esta tarea al docente, por ello, el profesor muchas veces podrá obtener información valiosa a partir de ciertos instrumentos o situaciones que por sí mismos la provean escasamente, o bien que en otras ocasiones él mismo podrá plantear o desarrollar formas creativas de utilizar distintos procedimientos, instrumentos o situaciones de evaluación (o la combinación de ellos) que le proporcionen datos relevantes sobre los procesos de construcción que realizan sus alumnos. Así, se reconoce que uno de los indicadores más potentes para la significatividad sería el uso funcional que los alumnos hacen de lo aprendido, ya sea para construir nuevos aprendizajes o para explorar, descubrir y solucionar problemas derivando de ellos nuevas formas de profundizar su aprendizaje. Según Perkins (1999), para apreciar la comprensión de una persona en un momento determinado, es necesario que realice algo que ponga dicha comprensión en juego, explicándom resolviendo un problema, construyendo un argumento o elaborando un producto (en ib id).

De lo anterior se deriva la existencia de varias técnicas que permiten al docente evaluar los aprendizajes de sus alumnos y, en ocasiones, evaluar algunos aspectos de su propio desempeño en la enseñanza.

Las técnicas de evaluación se agrupan de acuerdo a la formalidad en que son aplicadas, o bien de acuerdo al momento del proceso enseñanza-aprendizaje en que son aplicadas.

Dentro del primer rubro se encuentran las técnicas de evaluación informal, las cuales se distinguen porque no son presentadas por el profesor como actos evaluativos, por lo que los alumnos no perciben que están siendo evaluados.

Se pueden identificar dos tipos de técnicas informales: la observación de las actividades realizadas por los alumnos y la exploración por medio de preguntas formuladas por el profesor durante la clase. Ambas técnicas son recursos de sumo valor que ofrecen resultados adecuados para realizar la evaluación formativa

Las técnicas semiformales requieren mayor tiempo para su preparación y su valoración, además exigen a los alumnos respuestas más duraderas, por lo general se les asignan calificaciones y, por ende, son percibidas como actividades de evaluación por los alumnos.

Algunas variantes de esta forma de evaluación son: los trabajos y ejercicios que los alumnos realizan en clase, las tareas y los trabajos que los profesores encomiendan para ser realizados fuera de clase y, la evaluación de portafolios.

Los ejercicios y trabajos realizados por los alumnos de manera individual o en situaciones de aprendizaje cooperativo se deben planear de modo que den oportunidad a los alumnos para que reflexionen, profundicen y practiquen sobre determinados conceptos o procedimientos que se estén enseñando y/o aprendiendo y no para que realicen una práctica ciega y estereotipada de los saberes aprendidos.

Finalmente, dentro de los instrumentos de evaluación formal se encuentran las pruebas de lápiz y papel, dentro de las cuales se encuentran los tradicionales cuestionarios, las preguntas de opción múltiple, las de cierto o falso, las de completar, las de relacionar columnas, la realización de mapas conceptuales y las pruebas de desempeño o de ejecución, entre otros (Díaz-Barriga, op cit).

El proceso de enseñanza-aprendizaje introduce el proceso evaluativo en distintos momentos o fases, distinguiéndose así tres clases de evaluación: diagnóstica, formativa y sumativa. Las tres se consideran necesarias y complementarias para una valoración global y objetiva de lo que está ocurriendo en la situación de enseñanza y aprendizaje.

La evaluación diagnóstica es aquella que se realiza previamente al desarrollo de un proceso educativo.

La evaluación formativa es aquella que se realiza al mismo tiempo que el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo cual debe considerarse como una parte reguladora de dicho proceso. Su finalidad es estrictamente pedagógica, ya que regula el proceso para

adaptar o ajustar las condiciones pedagógicas para mejorar el aprendizaje de los alumnos. Por lo tanto, es importante comprender el proceso, supervisarlo e identificar los posibles obstáculos o fallas que pudiera haber en el mismo, y en qué medida es posible remediarlos con nuevas adaptaciones didácticas. Esta evaluación se centra en conocer la riqueza cualitativa de las relaciones logradas entre la información nueva a aprender y los conocimientos previos (ib id).

Por su parte, la evaluación sumativa se realiza al final del proceso de enseñanza-aprendizaje y tiene como finalidad valorar los resultados de dicho proceso tanto en relación a lo aprendido por los alumnos, como a los aciertos y limitaciones en la enseñanza del docente.

Finalmente, se hace una breve reseña de la forma de evaluar el aprendizaje de los diferentes tipos de contenidos:

El aprendizaje de contenidos declarativos o aprendizaje factual se caracteriza por atender a la simple reproducción de la información, bajo un criterio de “todo o nada” que facilita la cuantificación de respuestas correctas. Sin embargo, la evaluación de conceptos exige el uso de estrategias e instrumentos más complejos como pueden ser: solicitar la definición intensiva de un concepto o principio, reconocer el significado de un concepto entre varios posibles, trabajar con ejemplos, relacionar los conceptos con otros de mayor o menor complejidad por medio de recursos gráficos, emplear la exposición temática y, aplicar los conceptos a tareas de solución de problemas.

En relación a la evaluación de contenidos procedimentales es necesario considerar, según Valls (1998): la adquisición de la información sobre el procedimiento, el uso o conocimiento y el grado de comprensión de los pasos involucrados en el procedimiento y, el sentido otorgado al procedimiento. Para ello pueden ser utilizadas las siguientes estrategias: 1) Evaluación indirecta por observación, 2) Solicitar a los alumnos directamente que nombren los pasos del procedimiento, 3) Solicitar a los alumnos que se refieran a las reglas que rigen el procedimiento o a las condiciones principales que hay que atender para su ejecución y 4) Solicitar a los alumnos que expliquen a otros el procedimiento (en ib id).

La evaluación del aprendizaje de actitudes y valores es mucho menos común y, por lo tanto, mucho más compleja que las dos anteriores.

Un aspecto relevante a considerar en este tipo de evaluación, es no quedarse en una valoración a nivel declarativo, a nivel del discurso; en su lugar hay que tratar de orientar la evaluación de modo tal que permita valorar la coherencia entre el discurso y la acción. es decir, la coherencia entre lo que los alumnos dicen en relación con ciertas actitudes o valores y lo que realmente hacen respecto de las mismas.

Algunas técnicas e instrumentos para la evaluación de este tipo de contenidos son: los registros anecdóticos, los diarios de clase, la triangulación, las escalas de actitudes y valores, las entrevistas, los intercambios orales incidentales, los debates en clase, el cineforum, las redacciones sobre temas definidos, el juego de roles, las tareas de clarificación de valores, la sociometría y contar historias vividas, entre otras (Díaz-Barriga, op cit).

Una vez que se han revisado las principales formas de evaluación de los aprendizajes significativos, se considera relevante plantear los aspectos que guardan mayor relación con la enseñanza propiamente dicha, es decir, con lo que el profesor o instructor tiene como principal tarea y responsabilidad realizar y vigilar dentro del proceso enseñanza-aprendizaje, con el fin de mejorar su propia labor pero también conseguir el objetivo principal de cualquier programa educativo: que los alumnos participantes aprendan, y en este caso, aprendan significativamente.

IV. 3.6 Estrategias Instruccionales

IV.3.6.1 Definición

Las estrategias instruccionales son aquellos procedimientos que el agente de enseñanza utiliza en forma reflexiva y flexible para promover el logro de aprendizajes significativos en los alumnos, es decir, son medios o recursos para prestar la ayuda pedagógica (Díaz-Barriga, F. & Hernández, G., 2002).

Dichas estrategias de enseñanza se complementan con las estrategias o principios motivacionales y de trabajo cooperativo que enriquecen el proceso de enseñanza – aprendizaje.

Para definir el tipo de estrategias a utilizar en cada uno de los diferentes momentos del proceso enseñanza – aprendizaje, es necesario considerar los siguientes aspectos:

1. Las características generales de los aprendices (nivel de desarrollo cognitivo, conocimientos previos, factores motivacionales, etc.)
2. Tipo de dominio del conocimiento en general y del contenido curricular en particular, que se abordará.
3. La meta que se desea alcanzar y las actividades cognitivas y pedagógicas que debe realizar el alumno para conseguirla.
4. Vigilar constantemente los avances en el proceso de enseñanza, así como el aprendizaje de los alumnos.
5. Determinar el conocimiento logrado con los alumnos hasta ese momento(ib id)

IV. 3.6.2 Clasificación y funciones

Las estrategias de enseñanza tienen la intención de facilitar el aprendizaje significativo de los alumnos . Dichas estrategias han demostrado en diversas investigaciones una alta efectividad, al ser introducidas como apoyos ya sea en textos académicos o en la dinámica del proceso de enseñanza-aprendizaje escolar.

Las estrategias instruccionales pueden clasificarse de acuerdo al momento en que son utilizadas dentro del proceso de enseñanza y; en función de los procesos cognitivos que activan en el alumno.

De acuerdo al momento en que se utilizan, las estrategias se clasifican en:

- **Preinstruccionales:** preparan y alertan al estudiante en relación con qué y cómo va a aprender; esencialmente tratan de incidir en la generación o activación de conocimientos y experiencias previas. Ubican al aprendiz en el contexto conceptual apropiado y genera en él expectativas adecuadas. Un ejemplo de éstas son: los objetivos y los organizadores previos.
- **Coinstruccionales:** apoyan los contenidos curriculares durante el proceso de enseñanza – aprendizaje. Su función es que el alumno mejore la atención y detecte la información principal, logrando así una mejor codificación y conceptualización de los contenidos de aprendizaje, y organice, estructure e interrelacione las ideas importantes, logrando así la comprensión del contenido. Ejemplos de éstas son: las ilustraciones, las redes y los mapas conceptuales, las analogías y cuadros C-Q-A.
- **Postinstruccionales:** se presentan al término del episodio de enseñanza y permiten al alumno formarse una visión sintética, integradora e incluso crítica del material; permitiéndole incluso valorar su propio aprendizaje. Los ejemplos de éstas son los resúmenes finales, organizadores gráficos (cuadros sinópticos simples y de doble columna, redes y mapas conceptuales)

La otra clasificación de las estrategias instruccionales, corresponde a los procesos cognitivos que pretenden activar en el alumno, y dentro de éstas se encuentran las que:

- **Activan o generan conocimientos previos.** Estas permiten conocer lo que saben los alumnos y utilizar tal conocimiento como base para promover nuevos aprendizajes. Ejemplos de ellas son las preinterrogantes, la actividad generadora de información previa (discusión guiada), la enunciación de objetivos, etc.
- **Orientan y guían a los aprendices sobre aspectos relevantes de los contenidos de aprendizaje.** Son aquellos recursos que el profesor o el diseñador utilizan para guiar, orientar y ayudar a mantener la atención de los aprendices durante una sesión, discurso o texto. Las estrategias que se incluyen en este rubro son: las señalizaciones internas y externas al discurso escrito y las señalizaciones y estrategias discursivas orales.
- **Mejoran la codificación de la información.** Proporcionan al aprendiz la oportunidad para realizar una codificación ulterior, complementaria o alternativa a la expuesta por el enseñante o por el texto. Su intención es enriquecer la calidad de la información por aprender, dándole mayor contextualización para lograr así una mejor asimilación por parte de los alumnos. Los ejemplos más representativos son toda la gama de información gráfica (ilustraciones, gráficas, etc.).
- **Organizan la información nueva por aprender.** Brindan una mejor organización global de las ideas contenidas en la información nueva haciendo más probable el aprendizaje significativo por parte de los alumnos. Pueden incluirse en ellas a las de representación visoespacial, como mapas y redes conceptuales, a las de representación

lingüística, como los resúmenes, y a los distintos tipos de organizadores gráficos, como los cuadros sinópticos simples, de doble columna, cuadros C-Q-A y organizadores textuales.

- **Promueven el enlace entre los conocimientos previos y la nueva información.** Aseguran una mayor significatividad del aprendizaje, entre ellas se encuentran los organizadores previos y las analogías.

Las estrategias y métodos instruccionales revisados fueron una importante herramienta durante la aplicación del Programa de Orientación Psicoeducativa, por lo tanto se buscó retomar su función dentro del diseño y la elaboración de los textos que de dicha aplicación se derivan; tomando en consideración no sólo los contenidos a exponer, sino la manera en que tanto los jóvenes participante, como los educadores, logren comprender, analizar y transmitir la información que en ellos se reúne.

IV. Elaboración de textos educativos

La presentación didáctica del contenido de una disciplina deberá basarse en los principios de las teorías del aprendizaje, las cuales influyen en forma importante en la elaboración de los libros de texto y extienden su influencia a otros medios que se utilizan actualmente en la enseñanza.

La elaboración de materiales didácticos impresos, específicamente de textos educativos, toma en consideración todos los factores que contribuyen a que ocurra el aprendizaje, y en los que se apoya la acción educativa, los cuales se conocen como principios de aprendizaje y se derivan de las teorías del aprendizaje (Heredia, op cit).

A medida que se ha ido avanzando en la investigación de los principios de aprendizaje, se han desarrollado técnicas y procedimientos didácticos que hacen más eficaz la enseñanza. Su aplicación en la elaboración de materiales permiten reducir considerablemente el margen de tanteo y error que se presenta a partir de meras conjeturas y suposiciones sobre lo que es el aprendizaje.

Si los textos son elaborados a partir de un modelo que aprovecha los principios y las técnicas derivadas de las principales corrientes teóricas, con objeto de crear las condiciones óptimas para aprender, se podrán obtener mejores resultados.

Para aprovechar los principios de aprendizaje y plasmarlos en el texto es necesario contar con un plan de acción que organice y oriente el proceso de elaboración del mismo. Una estrategia práctica de llevar a cabo lo anterior es el modelo didáctico, el cual implica los principios derivados del enfoque de las teorías cognoscitivas, así como de los principios asociacionistas. Dicho modelo, propuesto por Heredia, B. (1990) comprende las siguientes etapas para la elaboración de textos:

- Plan del texto
- Inventario del contenido
- Articulación y estructuración del contenido
- Exposición clara y detallada de los objetivos
- Análisis del contenido por enseñar
- Elaboración de los instrumentos de evaluación
- Conversión del contenido formal en contenido didáctico
- Corrección de estilo
- Revisión técnica
- Producción
- Validación del material

El plan de texto implica una descripción de las características de la población a que se dirige el libro; indicar cuáles son los conocimientos previos que deben tenerse para aprovechar mejor su lectura, así como las características de la información que se presenta y los propósitos que se planea alcanzar.

El inventario del contenido se refiere a la descripción sucinta de los temas que se van a desarrollar.

La estructuración del contenido se relaciona con la organización del contenido en estructuras significativas que faciliten el aprendizaje y la transferencia de lo aprendido.

La determinación de objetivos implica que después de realizar el inventario sobre la información que se desea tratar y de establecer a través de la técnica de la articulación y estructuración el orden en que ésta va a presentarse, deberán especificarse los objetivos que logrará el estudiante al estar en contacto con el texto. Para ello, se deberá describir de qué será capaz el lector luego de haber estudiado el libro; esto es, deberán enunciarse los objetivos de aprendizaje y no los de enseñanza, es decir, los motivos o propósitos de quien prepara el material.

El análisis del contenido se refiere a la identificación de los conceptos y procedimientos que implica el contenido a enseñar, así como la determinación de los componentes de dichos elementos.

La elaboración de los instrumentos de evaluación permite preparar los medios por los cuales se evaluará el aprovechamiento de los estudiantes; tales instrumentos deberán basarse en los objetivos descritos, de tal forma que la evaluación consista en comparar el rendimiento del estudiante con el nivel de dominio o ejecución establecido en el objetivo.

La conversión del contenido formal en contenido didáctico hace referencia a la determinación de secuencias didácticas, de manera que se demande continuamente la participación activa del estudiante.

La corrección de estilo, la revisión técnica y la producción son tareas que por lo general llevan a cabo otros especialistas una vez que el texto se ha terminado.

La validación del material implica un trabajo de investigación que determine la eficiencia y eficacia del texto, esto es, la organización de los recursos didácticos en el material y el grado de satisfacción de los objetivos propuestos, respectivamente.

La validación externa se lleva a cabo utilizando el libro en la población a la que se dirige, con el fin de determinar si realmente enseña lo que pretende. El desempeño de los estudiantes con respecto a los objetivos planteados, revela los errores y deficiencias que aún subyacen en el texto, dando la pauta para proceder a una revisión satisfactoria (Heredia, op cit).

Tomando en cuenta lo anterior y teniendo como principal objetivo los cambios conceptuales y la resolución de problemas, es posible el desarrollo de unidades de enseñanza-aprendizaje desde el enfoque constructivista. Dichas unidades están formadas por un conjunto de experiencias y actividades significativas que se realizan en un tiempo establecido de antemano y cuya finalidad es alcanzar el logro de los objetivos didácticos propuestos, de tal manera que permita al alumno avanzar hacia nuevos conocimientos, sintiendo que todo lo que experimenta, investiga y aprende le sirve para algo en la vida, dentro y fuera de la escuela (García, F., 1998).

Dichas unidades se desarrollan considerando los siguientes parámetros:

- **Título:** debe dejar claro el objetivo general de la unidad.
- **Extensión:** considerar la etapa del desarrollo de los alumnos.
- **Meta o resultado:** cada unidad debe establecer de una a cuatro metas o resultados, los cuales estarán establecidos con claridad, con la finalidad de que permitan identificar el problema o el conjunto de éstos.

Una forma de detectar problemas es comenzar con el material disponible. Una buena selección de material permite revisarlo y de ahí surgir las preguntas a resolver.

Es necesario diseñar el escenario de la unidad, el cual es el guión de la misma, y su función es explicar de forma general la manera en que comienza la unidad, cómo se mueve a través de las etapas de aprendizaje y cómo termina.

El escenario se desarrolla a partir de la primera consideración, la idea que de ella tengan los estudiantes y de una lluvia de ideas. Después de estudiar el cómo, es necesario llevar a los alumnos al por qué. Para determinar el conocimiento necesario es también importante considerar los medios más efectivos y eficientes para que los alumnos lleguen a ese conocimiento (Glatthorn, op cit).

Dentro del diseño de las unidades que conforman un texto educativo, es también relevante el uso que se haga de las estrategias instruccionales, mismas que son empleadas en la práctica docente no sólo dentro del salón de clases, sino también son consideradas en la preparación de los materiales educativos que habrán de ser empleados en el proceso de enseñanza-aprendizaje; en este caso, se retomará su aplicación en el diseño y la elaboración de textos educativos.

Las estrategias de enseñanza tienen como finalidad principal facilitar la comprensión del contenido de un programa tanto en las sesiones de trabajo, como en los textos utilizados en ellas, organizando la información y guiando el aprendizaje de la misma.

De acuerdo con Díaz-Barriga & Hernández (2002), en el diseño de textos instruccionales es frecuente el empleo de varias estrategias instruccionales, entre las que destacan: los objetivos, las estructuras textuales, las señalizaciones intra y extratextuales, las ilustraciones, las preguntas insertadas, los organizadores previos, los resúmenes, las analogías, los cuadros sinópticos y los diagramas.

El siguiente cuadro muestra una síntesis de la definición y conceptualización general de dichas estrategias, su función dentro de un texto educativo y los efectos esperados en el aprendizaje de los alumnos.

Estrategia	Funciones en un texto instruccional	Efectos esperados en los alumnos
<p>Objetivos Son enunciados que describen con claridad las actividades y los efectos que se pretenden en el aprendizaje de los alumnos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Plantean a los alumnos una idea común sobre a dónde se dirige el curso, tema o sesión. • Deben estar redactados de manera directa, clara y entendible, mostrando las actividades, contenidos y/o resultados esperados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dan a conocer la finalidad y alcance del material y cómo manejarlo. • El alumno sabe qué se espera de él al terminar de revisar el material. • Ayudan a contextualizar sus aprendizajes y a darles entido.
<p>Estructuras textuales También se les conoce como superestructura textual o patrón de textos. Se refiere a la forma de organización del texto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Organizan, dan direccionalidad y sentido a los textos. • Agrupan las ideas que el autor desea expresar, con la intención de mejorar la lectura, la comprensión y el aprendizaje del lector. • Se destacan tres principales estructuras de texto: narrativa, expositiva y argumentativa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitan el recuerdo y la comprensión de las partes más importantes del texto.
<p>Señalizaciones intra y extratextuales Son "claves o avisos" que se hacen a lo largo del texto para enfatizar u organizar elementos relevantes del contenido por Aprender.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Orientan al alumno para que reconozca la información más importante y que, por lo tanto, requiere un mayor esfuerzo constructivo. • Las intratextuales son los recursos lingüísticos que utiliza el autor o diseñador, para destacar aspectos importantes del contenido, entre ellas se encuentran las especificaciones en la estructura de texto, presentaciones previas y finales de información relevante. 	<ul style="list-style-type: none"> • Orientan y guían su atención y aprendizaje. • Identifican la información principal y mejoran la codificación selectiva.

	<p>explicitación de conceptos, redundancias, ejemplificaciones, entre otras.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las extratextuales son recursos de edición que destacan ideas o conceptos relevantes. Las más comunes son el manejo alternado de mayúsculas y minúsculas, uso de distintos tipos y tamaños de letras, uso de números y viñetas, títulos y subtítulos, subrayados o sombreados, empleo de cajas, notas al margen, empleo de logotipos y manejar diferentes colores. 	
	<ul style="list-style-type: none"> • Comunican ideas de tipo concreto o de bajo nivel de abstracción, conceptos de tipo visual o espacial, eventos que ocurren de manera simultánea y procedimientos o instrucciones. • Representan algunas cosas dichas en el discurso o bien para complementarlo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitan la codificación visual de la información.

<p>Preguntas insertadas Son aquellas que se plantean al alumno a lo largo del material y tienen como intención facilitar su aprendizaje. Se les denomina también preguntas adjuntas o intercaladas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se insertan en partes importantes del texto cada determinado número de secciones o párrafos, de modo que los lectores las contestan a la par que van leyendo el texto. • Favorecen la focalización de la atención selectiva y la decodificación del contenido relevante. • Promueven el repaso y la reflexión sobre la información central. • Favorecen el aprendizaje significativo cuando valoran la comprensión, aplicación o integración. 	<ul style="list-style-type: none"> • Permiten que practique y consolide lo que ha aprendido. • Permiten que localice y comprenda mejor la información relevante. • Promueven la autoevaluación paulatina.
<p>Organizadores Previos Se refieren a la información que introduce al tema y da contexto al mismo. Se compone de un conjunto de conceptos y proposiciones de mayor nivel de inclusión y generalidad que la información nueva que se va a aprender.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Propone un contexto conceptual que se activa para asimilar significativamente los contenidos curriculares • Deben introducirse antes de presentar la información nueva, principalmente cuando ésta es larga, difícil y muy técnica. • Activan o crean conocimientos previos pertinentes. • Proporcionan un "puente" entre la información novedosa y la ya existente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hacen más accesible y familiar el contenido. • Elabora una visión global y contextual. • Ayudan a organizar la información anterior y la que se está aprendiendo para darle sentido y significatividad.
<p>Resumen Es una síntesis y abstracción de la información relevante del contenido.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Enfatiza conceptos clave, principios y el argumento central. • Para elaborarlo es necesario hacer una jerarquización de la información en términos de su importancia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Le facilitan el recuerdo y la comprensión de la información relevante del contenido por aprender.
<p>Analogías Son proposiciones que indican que una cosa o evento (familiar y concreto) es semejante a otro (desconocido y</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Promueve el aprendizaje con comprensión del tópico o concepto a aprender, el cual por lo general es complejo y abstracto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudan a que el alumno comprenda la información abstracta. • Permite trasladar lo aprendido a otros ámbitos.

<p>complejo).</p> <p>Cuadros Sinópticos Son organizadores gráficos, es decir, representaciones visuales de conceptos, explicaciones o patrones de información.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionan una estructura coherente global de una temática y sus múltiples relaciones. • Organizan la información sobre uno o varios temas centrales que forman parte del tema general. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudan al alumno a tener una visión general y resumida del contenido del tema, identificando los puntos clave para mejorar el recuerdo de la información y el aprendizaje de ésta.
<p>Mapas conceptuales Son representaciones gráficas de esquemas de conocimiento. Indican conceptos, proposiciones y explicaciones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Permiten representar gráficamente los conceptos a revisar y la relación semántica que existe entre ellos. • Facilitan la exposición y explicación de los conceptos. • Permiten explorar y activar los conocimientos previos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Son útiles para realizar una codificación visual y semántica de conceptos, proposiciones y explicaciones. • Contextualizan las relaciones entre conceptos y proposiciones.

Para la elaboración de la propuesta del “Cuaderno de Trabajo para el Participante” y la “Crestomatia para el Instructor” del Programa de Orientación Psicoeducativa para Preadolescentes y Adolescentes, se retomaron y adaptaron algunos de los pasos del modelo para la elaboración de textos, los lineamientos para la estructuración de unidades didácticas, así como la aplicación de las estrategias instruccionales; todo con la finalidad de que tanto los participantes como los instructores de dicho programa tengan la posibilidad de acceder a un material impreso, estructurado y sistematizado bajo un enfoque constructivista y humanista, que les permita aprender y transmitir – respectivamente- con mayor eficacia y eficiencia, los contenidos propuestos, lo cual es el principal objetivo de este trabajo.

CAPITULO V
METODOLOGIA

IV.1 *Objetivos*

IV.1.1 *Objetivos Generales*

Desarrollar la propuesta de un material escrito (Cuaderno de Actividades y Crestomata), de carácter preventivo que funge como guía y apoyo en el proceso de orientación psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes, beneficiando además a los padres de familia y profesionales de la educación.

Prevenir situaciones de riesgo en los participantes, brindando información que promueva un cambio en las actitudes y valores respecto al Conocimiento de sí mismo, las Relaciones Familiares, la Sexualidad, la Farmacodependencia y los Medios de Comunicación Masivos.

IV.1.2 *Objetivos Específicos*

- * Proporcionar a los y las participantes un material que guíe e incremente su actuación en el programa de orientación psicoeducativa haciendo que la adquisición de la información sea más sólida y significativa.
- * Brindar al instructor información básica e ideas generales acerca del contenido, las actividades y las formas de evaluación del programa de orientación psicoeducativa para facilitar y optimizar su desempeño en el proceso de enseñanza - aprendizaje.
- * Promover la interacción del alumno con sus compañeros, profesores y padres por medio de las actividades incluidas en el Cuaderno de Trabajo, con el fin de incrementar la socialización la cual es un proceso importante en esta etapa.
- * Apoyar y ampliar el currículum oficial para dar otra visión a los temas considerados por éste que le permitan al alumno no sólo acumular información, sino reflexionar acerca de ella.
- * Brindar a los padres de familia información básica acerca de temas relevantes para el desarrollo de sus hijos que les permita comprenderlos y apoyarlos durante esta etapa de la vida.

IV.2 Escenario

El programa se aplicó en el salón de clases de cada uno de los dos grupos de 6° grado del turno vespertino de la Escuela Primaria “Ejército Nacional”.

De este modo, la aplicación del Cuaderno de Actividades para el Participante y la Crestomatia para el Instructor: “Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes” pueden ser aplicados en el salón de clases de los grupos de escuelas públicas de educación básica y media básica cuyas dimensiones, iluminación, ventilación y mobiliario sean adecuados al número de participantes y permitan el desarrollo de las actividades del programa.

IV.3 Población

Se trabajó con 18 hombres y 17 mujeres preadolescentes y adolescentes (11-14 años de edad) de nivel socioeconómico bajo, que cursaban el 6° grado de educación básica en el turno vespertino de la Escuela Primaria “Ejército Nacional” C.C.T. 09DPR1976B/C.C.T. 09DPR1973E, ubicada en Copilco El Alto, Deleg. Coyoacán México, D.F.

Al haberse aplicado el programa en dicha población, el Cuaderno de Actividades de Orientación Psicoeducativa se dirige a hombres y mujeres preadolescentes (de entre 10 y 12 años de edad) o adolescentes (de entre 13 y 15 años de edad) que cursen educación básica y media básica en el sistema público.

IV.4 Materiales e instrumentos

- Instrumento de evaluación: Cuestionario de Orientación Psicoeducativa en el ámbito escolar para alumnos de 6o. Grado de educación básica. (ANEXO I)
- Pizarrón y gises
- Carteles sobre: pubertad y adolescencia, asertividad, valores, embarazo a temprana edad y modelos y estereotipos
- Láminas explicativas (La familia y sus funciones, tipos de familia, métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual, agresiones sexuales, conceptos generales de la farmacodependencia y clasificación de las drogas)
- Diccionario
- 1 etiqueta de aprox. 8 x 1 cm. para cada participante
- Marcadores
- Lista de objetos de la dinámica de la inundación para cada participante (AnexoII)
- Rotafolio con la imagen de un adolescente
- 1 rollo de papel higiénico

- Textos breves para identificar: los tipos de familia, las medidas de higiene y prevención de las enfermedades, las diversas enfermedades de transmisión sexual y los conceptos generales de la farmacodependencia.
- Tarjetas con casos sobre comunicación familiar
- Papel bond blanco
- Revistas para recortar y para analizar
- Periódicos
- Videos: “¿Qué me está pasando?”, “Sistema reproductivo”, “Reproducción humana”, “Cuidado con los violadores”, “Adicciones y violencia en los jóvenes”.
- Televisión
- Videgrabadora
- 1 huevo para cada participante
- Tarjetas con preguntas sobre los métodos anticonceptivos
- Memorama sobre los métodos anticonceptivos
- Folletos informativos acerca de los métodos anticonceptivos
- Juegos de tarjetas con los pasos para el uso del condón y los óvulos
- Tarjetas con mensajes escritos para ser transmitidos en la dinámica de comunicación masiva
- Radiograbadora
- Casette con canciones para identificar modelos y estereotipos

IV. 5 *Diseño*

Se trata de un diseño cuasi-experimental pretest – postest de un solo grupo, por medio del cual es posible medir si existe algún cambio en el nivel de conocimientos con el que cuentan los participantes antes y después de la aplicación del Programa de Orientación Psicoeducativa.

IV. 6 *Procedimiento*

El Cuaderno de Actividades para el participante y la Crestomatía para el Instructor fueron elaborados con base en la aplicación del Programa de Orientación Psicoeducativa para alumnos de 6° grado de educación primaria, mismo que se desarrolló de la siguiente manera:

- a) Primeramente se realizó una revisión general de los temas a tratar durante el programa. Dicha revisión tuvo como objetivo el aclarar y actualizar la información que más tarde se brindaría a los participantes. Además, por medio de talleres se trabajaron algunos aspectos personales de los instructores que se consideraron podrían intervenir en el desarrollo del programa; principalmente en los aspectos relacionados con el concepto de sí mismo y de la sexualidad.

- b) Posteriormente se realizó la evaluación diagnóstica de la población a través de la aplicación del “Cuestionario de Orientación Psicoeducativa en el ámbito escolar para alumnos de 6o. Grado de educación básica”. Dicha evaluación tuvo como principal objetivo el conocer el nivel de información con la cual contaban los alumnos participantes antes de la aplicación del programa.
- c) De acuerdo con los resultados de dicha evaluación se delimitó el número de sesiones que se destinarían para cada uno de los 5 temas contemplados en el programa, quedando éste conformado en 24 sesiones de aproximadamente 90 minutos cada una. La distribución de las actividades de cada tema se muestra en las cartas descriptivas correspondientes (Anexo II)
- d) Una vez concluida la intervención, se llevó a cabo la evaluación sumativa aplicando nuevamente a la población el “Cuestionario de Orientación Psicoeducativa en el ámbito escolar para alumnos de 6o. Grado de educación básica”. Los resultados de dicha aplicación fueron comparados con los de la evaluación diagnóstica con el fin de contrastar el nivel de información de los participantes antes y después de haber aplicado el programa, lo cual sería un indicador de la eficacia de éste y que se presentan en la sección de resultados.

Tomando como base el trabajo realizado con la población durante la aplicación del programa de orientación se planteó la propuesta del Cuaderno de Trabajo para el Participante (Anexo III) y la Crestomatía para el Instructor (Anexo IV) que apoya dicho programa, cada uno de los cuales quedó conformado con las siguientes secciones: Introducción, Índice, Contenido temático distribuido en 5 unidades : Conocimiento de sí mismo, Importancia de la familia, Responsabilidad ante la sexualidad, Prevención de la farmacodependencia e Influencia de los medios de comunicación masivos, Glosario para cada unidad, Directorio y Bibliografía.

- La Introducción da al participante o al instructor una visión general del contenido y la estructura del Cuaderno de Trabajo o Crestomatía, con el objetivo de motivarlo a utilizarlo a lo largo del programa.
- El Índice lista los temas que contiene cada una de las unidades.
- El Glosario contiene el significado de las palabras claves y novedosas para una mejor comprensión del contenido.
- El Directorio proporciona tanto al participante como al instructor una lista de

instituciones a las que puede acudir para ampliar la información obtenida o solicitar ayuda en relación con alguna problemática abordada durante el programa.

- La Bibliografía brinda al participante y al instructor una serie de libros y revistas que le apoyen para ampliar la información adquirida.
- El desarrollo de las cinco unidades ofrece al participante un conjunto de actividades e información sistematizada, organizada y revisada que le permite adquirir o ampliar sus conocimientos sobre las áreas antes mencionadas y lo llevan a adquirir actitudes de reflexión y apertura ante sí mismo y su medio ambiente tanto familiar como social; sentando las bases de un criterio que le impulse a tomar parte activa en el proceso de comprender los cambios y los riesgos que vive y vivirá durante esta etapa de su vida a fin de prevenir conductas que en un futuro le impidan integrarse de manera saludable a la sociedad.

Por su parte, el contenido de la Crestomatia para el Instructor fue elaborado con el fin de presentar los principales conceptos teóricos que se trabajan durante el programa así como un breve resumen de cada una de las actividades que se incluyen en el Cuaderno de Actividades para el Participante, además de algunas actividades sugeridas que pueden servir como complemento para reafirmar alguno de los temas y que es decisión del instructor incluirlas o no.

Por último, al final de cada unidad se plantea al instructor la forma de evaluar los conocimientos y/o habilidades que los participantes adquirieron durante el desarrollo del tema.

CAPITULO V
RESULTADOS

V.1 *Análisis de datos*

El análisis de resultados se llevó a cabo mediante la comparación entre los resultados obtenidos en la evaluación inicial (pre-test) y los de la evaluación final (postest) para determinar el nivel de información de los participantes antes y después de la aplicación del programa y así evaluar la eficacia del mismo en este nivel.

Dicha comparación se realizó por medio de la prueba de rangos de signos pareados conocida como T de Wilcoxon, con un nivel de significancia $= 0.01$, puesto que se considera una distribución normal por el tamaño de la muestra ($N=35$) (Pagano, 1998).

Se plantearon las siguientes hipótesis:

Ho: No existen diferencias significativas en el nivel de información de los participantes antes y después de la aplicación del Programa de Orientación Psicoeducativa
H₁: Sí existen diferencias significativas en el nivel de información de los participantes antes y después de la aplicación del Programa de Orientación Psicoeducativa.

La Regla de Decisión en este caso fue:

“Si el valor más pequeño de T calculada es menor o igual al valor de T en tablas, la Hipótesis nula (H₀) se rechaza”

O bien, mediante la prueba Z se planteó:

“Si el valor de Z calculada es menor o igual que Z de tablas, H₀ se rechaza”

Como el valor más pequeño de T calculada es menor al valor de de T de tablas y el valor de Z calculada es también menor al valor de Z en tablas... (Ver Tabla 1).

Tabla 1.
Valores de T y Z calculados y de tablas

T calculada	T tablas**	Z calculada	Z tablas*
71	159	-3.99	-2.576

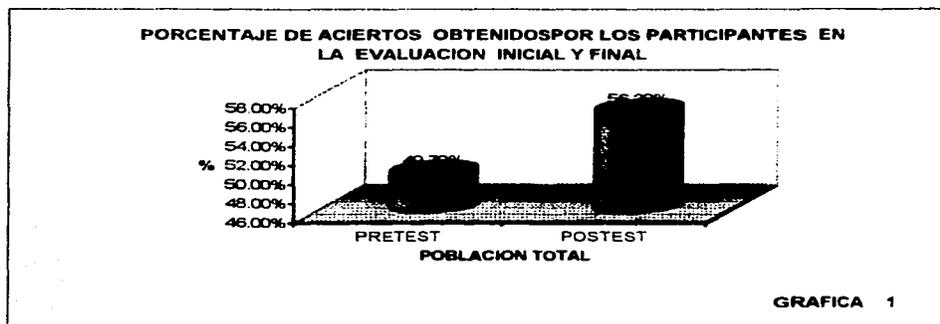
Valores tomados de *Leach,C., 1982 y **Pagano, R.,1998

... Entonces H_0 se rechaza y se puede concluir que:

“Si existen diferencias en el nivel de información mostrado por los participantes antes y después de la aplicación del Programa de Orientación Psicoeducativa, con un nivel de significancia de 0.01” .

Además de la prueba mencionada se realizó la comparación en términos de porcentaje, contrastando el porcentaje de aciertos obtenidos por los participantes de cada uno de los grupos en la evaluación inicial y en la final.

En el pre-test los participantes manifestaron contar con un 49.7% de la información medida por el cuestionario aplicado, mientras que en el postest el porcentaje obtenido fue de 56.2% (Gráfica 1).



Así mismo se realizó la comparación de los resultados obtenidos tanto en la evaluación previa a la aplicación del programa, como en la posterior a la misma en cada uno de los

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Así mismo se realizó la comparación de los resultados obtenidos tanto en la evaluación previa a la aplicación del programa, como en la posterior a la misma en cada uno de los grupos con los que se trabajó (Gráfica 2), observándose en ambos grupos un nivel de información mayor en el postest que en el pretest, el cual fue medido por el porcentaje de aciertos obtenidos en ambas evaluaciones. (Tabla 2)

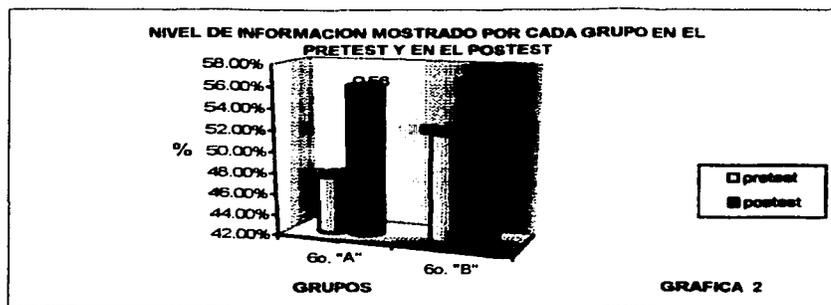


Tabla 2.
Resultados obtenidos al evaluar el nivel de conocimientos antes y después del programa

Grupo	Resultados de la evaluación	
	Inicial (Pre-test)	Final (Pos-test)
6° "A"	47.5%	56.0%
6° "B"	52.1%	56.5%
Total	49.7%	56.2%

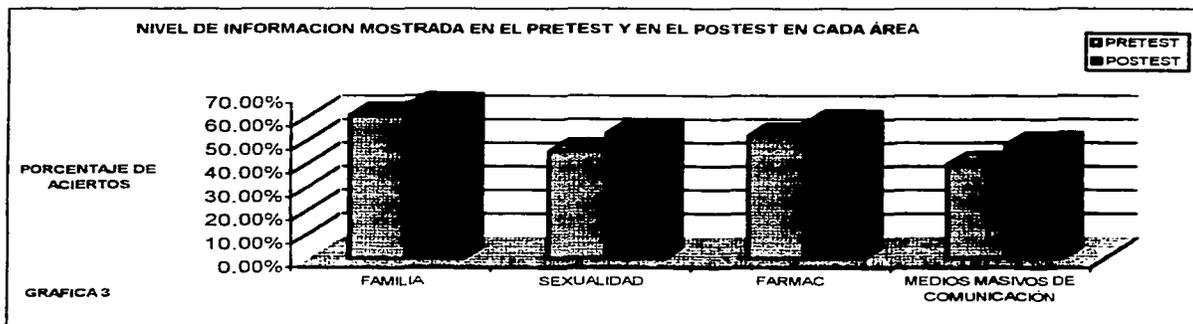
Finalmente se llevó a cabo el análisis de los resultados obtenidos por los participantes en cada una de las áreas evaluadas por el cuestionario: Familia, Sexualidad, Farmacoddependencia y Medios Masivos de Comunicación; comparando el porcentaje de aciertos obtenidos en cada una de ellas tanto en la evaluación inicial como en la final.

Se observó un incremento en el porcentaje de aciertos obtenidos en el postest en cada una de las cuatro áreas evaluadas con relación al porcentaje de aciertos registrado en el pretest (Tabla 3).

Tabla 3
Resultados de la evaluación del nivel de conocimientos en cada área antes y después del programa

Área	Resultados de la evaluación	
	Inicial (Pre-test)	Final (Pos-test)
Familia	60.9%	65.2%
Sexualidad	45.5%	53.4%
Farmacoddependencia	52.1%	57.8%
Medios Masivos de Comunicación	40.1%	48.4%

Como se puede observar, el área donde se registró un mayor nivel de conocimientos fue en el área de Familia, mientras que el área de Medios Masivos de Comunicación registró un menor porcentaje de aciertos con relación a las otras tres áreas tanto en el pretest como en el postest, sin embargo, es el área donde se dio una mayor diferencia entre los resultados de ambas evaluaciones. Por su parte, el área de Farmacoddependencia registró el menor incremento en los aciertos obtenidos con relación a la evaluación inicial, es decir, el nivel de información con la que los alumnos contaban antes de la aplicación del programa, es muy semejante al que mostraron después de la aplicación del mismo (Gráfica 3).



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

A pesar de que el incremento en el nivel de información fue bajo en ambos grupos, las evaluaciones intermedias indicaron que los alumnos asimilaron la mayoría de la información y a través de su participación en el programa lograron elevar el conocimiento de sí mismos, ya que las actividades realizadas en relación a los temas autoestima, asertividad y valores las llevaron a cabo colaborando activamente mostrando además comprensión de los conceptos revisados.

Respecto al tema de la comunicación familiar, también se observó interés y disponibilidad de los estudiantes para analizar su propia familia y la forma en que cada uno se desarrolla dentro de la misma.

Durante las sesiones y las evaluaciones relativas al tema de responsabilidad ante la sexualidad, se observó curiosidad y participación en los participantes, siendo su desempeño favorable, por lo cual se considera lograron un mejor conocimiento de su propio cuerpo, permitiéndoles llevar a cabo medidas higiénicas, así como estar conscientes de la responsabilidad que implica tener relaciones sexuales si no se está preparado para ello. También mostraron contar con elementos para defenderse o bien denunciar oportunamente cualquier forma de violencia sexual.

La evaluación del tema de farmacodependencia en general mostró que los participantes analizaron adecuadamente los factores que influyen el consumo de drogas, así como las principales consecuencias a nivel personal, familiar y social. Finalmente, en el tema relativo a los medios masivos de comunicación, los participantes mostraron cierto desinterés e indisciplina durante las sesiones y la evaluación, por lo que en esta área no existieron cambios en relación a la evaluación inicial.

V. 2 Propuesta de la Crestomatía para el Instructor y el Cuaderno de Actividades para el Participante: “Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes: una estrategia de prevención”.

Una vez realizado el análisis estadístico de los resultados obtenidos por los participantes en el pretest y en el postest, y además analizar las evaluaciones intermedias que se realizaron a lo largo de la aplicación del programa, se planteó la necesidad de contar con un material escrito que sistematizara el contenido del programa y permitiera una evaluación constante de los avances que cada uno de los participantes muestre a lo largo del mismo, ya que esto fue particularmente difícil al no contar con un control adecuado de las actividades que se realizaban a lo largo de cada una de las unidades que componen el programa. Cabe mencionar que la estructura de dichas unidades también fue modificada respecto al programa original, incluyéndose por primera vez en la aplicación la unidad relativa al Conocimiento de sí mismo, contemplando los temas de Pubertad y adolescencia, Autoestima, Asertividad y Valores, de manera particular y diferenciada del resto de los temas del programa, es por ello que en la evaluación únicamente son consideradas las cuatro unidades restantes, pero en la elaboración de la propuesta del material escrito si se consideró la primera unidad, denominada: “Conocimiento de sí mismo”.

Valores, de manera particular y diferenciada del resto de los temas del programa, es por ello que en la evaluación únicamente son consideradas las cuatro unidades restantes, pero en la elaboración de la propuesta del material escrito si se consideró la primera unidad, denominada: “Conocimiento de sí mismo”.

De acuerdo a la revisión teórica realizada acerca de la Orientación Psicológica en el ámbito educativo, las características, el contenido y el impacto de los programas de prevención de conductas de riesgo en preadolescentes y adolescentes, las características de la pubertad y la adolescencia, así como de los elementos del proceso enseñanza-aprendizaje, se llevó a cabo una acuciosa recopilación, selección y adaptación tanto de la información teórica revisada, como de las dinámicas y ejercicios realizados a lo largo de la aplicación del Programa de Orientación Psicoeducativa para Preadolescentes y Adolescentes.

Dicha tarea se llevó a cabo tomando en consideración las características sociales, culturales y económicas de la población a la cual está dirigido tanto el programa como el material que de él se deriva, y al cual pretende apoyar.

Se diseñó el “Cuaderno de Trabajo para el Participante”, el cual pretende que los preadolescentes y adolescentes conozcan, comprendan y analicen la información teórica relativa a cada uno de los temas de las cinco unidades. Para ello se realizó una síntesis de dichos temas, la cual contiene los conceptos principales de cada uno de ellos, presentados principalmente en prosa y por medio de cuadros sinópticos, con un lenguaje que busca ser comprensible y adecuado para el nivel educativo de la población a la que se dirige. Además, se hace uso de variadas ilustraciones, las cuales también fueron seleccionadas y recopiladas de otros textos, así como de diversos programas informáticos.

Enseguida de la síntesis del tema se presentan, también en prosa, los objetivos de las actividades a realizar por los participantes.

Se seleccionaron 30 ejercicios para conformar el “Cuaderno de Actividades del Participante”, cada actividad está numerada y tiene un título que pretende dar al chico una idea general de su contenido, el cual se detalla enseguida por medio de las instrucciones, las cuales le indican lo que debe realizar. Después, se encuentra un espacio para realizar las anotaciones correspondientes al ejercicio, mismas que servirán al instructor como una forma de evaluación en algunos casos. Además de las actividades individuales, se incluyen algunas otras que se realizan de manera grupal o por equipos, para éstas también se cuenta con un espacio donde el participante puede anotar sus observaciones y sus conclusiones personales con relación a la actividad en la cual participó.

Así mismo, en algunos casos se incluyen actividades sugeridas, es decir, la realización de éstas queda a criterio del instructor y de los propios participantes, como un complemento al tema que se esté revisando en ese momento.

La mayoría de las actividades son una recopilación de otros programas dirigidos a adolescentes, algunas más son adaptaciones de actividades dirigidas a otras poblaciones y otras más fueron diseñadas específicamente para ser aplicadas en el Programa de Orientación Psicoeducativa e incluidas en el Cuaderno de Actividades.

Los criterios para seleccionar tanto la información, como las actividades del mencionado Cuaderno, fueron los siguientes:

- La información debió ser clara, concisa y relevante.
- El lenguaje utilizado tenía que ser sencillo y de fácil comprensión para los chicos participantes.
- La extensión total de cada tema no debió ser mayor de 4 cuartillas.
- Las actividades debieron ser breves, pero con instrucciones claras y, sobre todo acordes con el tema y congruentes con los objetivos que se persiguen.
- Al principio de cada unidad se presenta una carátula con el título y una ilustración, seguida de los objetivos generales y una breve introducción, lo cual sirve como presentación de la unidad
- Posteriormente, se presenta un esquema del contenido de la unidad, el cual permite al participante tanto familiarizarse con los conceptos a revisar, como tener un panorama general de lo que se abordará a lo largo de la unidad.

También se llevó a cabo el diseño de la Crestomatía para el Instructor, es decir, una colección de escritos selectos para la enseñanza del programa de Orientación Psicoeducativa para Preadolescentes y Adolescentes.

Se llevó a cabo la selección de información teórica de diversos textos especializados en cada uno de los temas abordados, dicha información debería ser relevante y lo más actualizada posible, es decir, se seleccionó y sintetizó la información indispensable para que el instructor logre tener una visión general de cada tema en las cinco unidades.

Cada unidad se encuentra estructurada de la siguiente manera:

- Al principio se presenta la unidad por medio de una portada en la cual se enuncian los objetivos generales y una breve introducción. Enseguida se incluye un mapa conceptual que permite al instructor ver de manera general el contenido de la unidad y lo que se pretende lograr a través de la misma.
- Posteriormente se encuentran diferenciados cada uno de los temas por medio de una carátula, en la cual se enuncian los objetivos particulares .
- Enseguida se desarrolla cada tema, cuya información está redactada en prosa, se hace uso de cuadros sinópticos así como de diversas ilustraciones, también recopiladas de otros textos, que permitan al maestro o instructor tener más clara y sintetizada la información, así como -si así lo decide- hacer uso de dichos recursos para presentar la información a los participantes.
- Además de la información teórica, se encuentra un resumen de cada una de las actividades del Cuaderno de Trabajo del Participante, a través del cual se explica el desarrollo y objetivo de las mismas. Además, se incluyen algunas otras actividades sugeridas, las cuales complementan a las anteriores, permitiendo a los participantes comprender mejor el tema.
- Al final de cada unidad se describe el método de evaluación sugerido para cada uno de los temas y cada uno de los objetivos planteados al inicio de la unidad.

- Así mismo, se incluye un glosario con las palabras clave que permiten una mejor comprensión de la información tanto al instructor, como al participante. Además, se listan las referencias bibliográficas a través de las cuales el instructor puede ampliar el contenido que impartirá, o buscar otras actividades que le sirvan como apoyo para dicho fin.
- En la parte final de ambos materiales se incluye un directorio en el cual se encuentran algunas instancias a las que, tanto instructores como participantes, pueden acudir para ampliar la información mostrada o bien, para solicitar asesoría o ayuda respecto a algún tema específico de los revisados a lo largo del programa. (VER ANEXOS III y IV)

**ESTA TESIS NO SALE
DE LA BIBLIOTECA**

CAPITULO VI
CONCLUSIONES

Considerando la comparación de las evaluaciones inicial y final, las evaluaciones intermedias y la cualitativa de la aplicación del programa, se determinó la necesidad de un material que apoyara a los participantes para reforzar los conceptos principales revisados y evaluados por medio del cuestionario y que reflejan la información con la cual cuentan. Por otro lado, dicho material también debería permitir concentrar las actividades consideradas como evaluaciones intermedias a fin de facilitar al instructor su revisión en diferentes momentos del programa.

La elaboración del “Cuaderno de Actividades del Participante” y la “Crestomatia para el Instructor” del programa de Orientación Psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes, aporta un beneficio en primera instancia a la ejecución del programa de orientación psicoeducativa de prácticas integrales del área de Psicología Educativa de la Facultad de Psicología, ya que representa una herramienta de trabajo que permite a los y las participantes tener una visión más amplia de lo que se pretende lograr con dicho programa, al tener consigo un material que le motive a una participación más activa y formal dentro de todas y cada una de las sesiones. Además, durante la aplicación del programa se observó la necesidad de contar con un texto que ayudara a los participantes a visualizar y con ello reforzar la información teórica que se revisa en cada tema y que es el sustento para realizar adecuadamente la mayoría de las actividades propuestas en el programa.

Por su parte, la Crestomatia para el Instructor se elaboró como un material de apoyo en el cual se incluyó gran parte de la información teórica recopilada para ser transmitida a los participantes a lo largo de todo el programa, además de las dinámicas grupales y actividades individuales que se realizaron durante el mismo; de tal manera que el programa pueda ser aplicado ya sea por un alumno practicante del área de psicología educativa como por cualquier otro profesional de la educación, incluso el profesor o profesora de grupo, puesto que se cuenta con la información fundamental así como ideas generales acerca de las posibles actividades y formas de evaluación para cada uno de los temas, sin que esto restrinja o limite la creatividad de cada instructor, ya que la organización y el desarrollo de cada sesión de trabajo es definida por el instructor acorde a los recursos con los que cuente y a las necesidades de cada grupo. Así mismo, el número de sesiones y la duración de cada una de ellas puede adaptarse al tiempo disponible dentro de cada institución educativa y a las necesidades específicas del grupo en el cual sea aplicado el programa.

Es importante destacar que por tratarse de un programa aplicable en diferentes niveles educativos su impacto es mayor, ya que la población a la que se dirige es bastante amplia en cuanto al rango de edades y por ende, al bagaje de conocimientos y experiencias previas con las que cada participante cuenta y puede aportar durante el desarrollo del programa, lo cual motiva y permite enriquecerlo.

Por otro lado, el desarrollo del programa ayuda a reforzar algunos temas que se abordan dentro del currículum oficial tanto en la primaria como en la secundaria, principalmente los temas relativos a la sexualidad y la prevención de la farmacodependencia,

los cuales son revisados en las asignaturas de Civismo y Ciencias Naturales en la escuela primaria, y Biología y Formación Cívica y Ética en la educación media básica. Aunado a esto, ayuda al instructor a conocer otros aspectos de la persona de cada uno de los participantes, lo cual permite un mayor acercamiento con ellos y una mayor disponibilidad para tratarlos como individuos integrales y no sólo como una máquina que acumula conocimientos. Lo anterior resulta especialmente benéfico si el profesor de grupo es quien aplica el programa, o bien, participa activamente durante éste apoyando al instructor.

Finalmente, y de forma más extensiva, el Cuaderno de Actividades del Participante y la Crestomatia para el Instructor, pueden considerarse una contribución del programa de prácticas de Psicología Educativa al proceso de enseñanza - aprendizaje, ya que permite a profesores, padres de familia, profesionales de la educación y sobre todo a los jóvenes participantes, mirar el fenómeno de la educación como lo más importante para lograr un óptimo desarrollo no sólo personal, sino social y que dicho fenómeno abarca no sólo la acumulación de conocimientos teóricos en diversas materias, sino que se basa en el conocimiento de la propia persona, de sus capacidades y limitaciones, así como de los riesgos que afronta y las posibilidades que tiene para superarlos.

Debido a que en la mayoría de las ocasiones el sistema educativo tiende a disociar los aspectos cognitivo, afectivo y conductual dentro del proceso enseñanza-aprendizaje, esta propuesta enfatiza la necesidad de integrar dichos aspectos brindando información teórica pero a su vez, proponiendo un serie de actividades que lleven a cada uno de los participantes a reflexionar primeramente acerca de sí mismos, y luego acerca de su entorno y las relaciones que establecen con él. El desarrollo de las actividades a lo largo del programa busca que cada participante sea capaz de mirarse como un individuo dotado de cualidades a desarrollar a través de su propio conocimiento y valoración, para luego integrarse de la mejor manera a cada uno de los grupos en los cuales se desarrolla, donde la familia adquiere mayor relevancia y trascendencia debido al impacto que tiene en cada persona como primer núcleo socializador. Una vez que cada participante ha sido capaz de adquirir conocimientos y reflexionar acerca de éstos descubriendo que las emociones, los valores, las actitudes, etc. intervienen notablemente en la toma de decisiones, se presentan algunas posibilidades para actuar en consecuencia, además, a través del desarrollo de los temas cada participante realiza actividades que le permiten estar en mayor contacto con lo aprendido y así tener la oportunidad de vivenciarlo.

Por otro lado, el Cuaderno de Actividades del participante y la Crestomatia del Instructor buscan ser totalmente accesibles en relación al costo económico que supone introducirlos en la aplicación del Programa de Orientación Psicoeducativa tanto en las prácticas integrales, como en cualquier otro momento donde resulte oportuno o necesario llevarlo a cabo; ya que ha sido diseñado tomando en cuenta la escasez de recursos económicos y materiales de los cuales dispone la mayoría de las instituciones públicas. Por lo que resulta poco accesible, incluso para los planteles adquirir los diferentes libros o manuales que apoyan el programa y de los cuales se ha realizado una compilación con el fin de que estén al alcance del instructor los principales conceptos y algunas de las actividades

más representativas para desarrollar cada uno de los temas. Sin embargo, queda abierta la posibilidad de que cada instructor recurra en algún momento a las fuentes originales para ampliar la información tanto teórica como metodológica de cada tema. De cualquier manera y a reserva de lo anterior, dicha compilación también pretende economizar esfuerzo y sobre todo tiempo, principalmente cuando los instructores del programa son los propios profesores de grupo.

Así mismo, los alumnos de escuelas primarias y secundarias del sector público por lo general poseen pocos recursos económicos, lo cual les dificulta adquirir textos adicionales a los que les son entregados gratuitamente, por lo que contar con el Cuaderno de Actividades hace mucho más práctico el obtener fotocopias para cada participante, reduciendo notablemente el costo económico para ellos.

De este modo, esta propuesta busca ser un instrumento que permita hacer crecer el programa de Orientación Psicoeducativa en el ámbito escolar, así como a cada una de las personas que de alguna u otra forma participen en él, aportando una síntesis de material teórico que permita analizar y reflexionar acerca de las diversas realidades que los preadolescentes y adolescentes viven cada día, y en las cuales existe una evidente necesidad de brindar orientación.

CAPITULO VII

SUGERENCIAS Y LIMITACIONES

Dentro de las principales limitaciones en la realización de este trabajo se encuentra el poco tiempo del cual se dispuso para trabajar con los participantes, el cual variaba entre 60 y 90 minutos cada semana, llevando a cabo la intervención sólo durante el segundo semestre del ciclo escolar, por lo cual se sugiere la aplicación del programa a lo largo de todo el ciclo y con una duración bien definida para cada sesión.

Por otro lado, el programa también se vió limitado por no tener la oportunidad de trabajar con los padres de familia de los participantes, los cuales desempeñan un papel de suma importancia para el mismo tanto para motivar a los participantes como para ampliar o clarificar la información que se les brinda, además de que el programa pretende influir en la forma de comunicación que existe al interior de la familia del participante, consolidándola o bien mejorándola. Esto resulta particularmente importante durante las etapas de la pubertad y la adolescencia, donde al parecer los cambios que manifiesta el individuo no sólo son trascendentes para él, sino que sus padres también necesitan adaptarse a éstos modificando la manera de relacionarse con unos hijos que hasta hace poco dependían en todos los sentidos de ellos y que poco a poco deberán adquirir mayor autonomía y libertad. Es por ello que se considera necesario que en un futuro se diseñe un material que ayude a los padres y madres de familia a participar más activamente, apoyando al programa con diversas actividades. Se sugiere por lo menos trabajar tres sesiones con los padres en diferentes momentos del programa, por ejemplo al inicio, hacia la mitad y una vez concluida la aplicación.

También se considera importante el brindar atención individual a los participantes y sus familias en las que, durante el transcurso del programa, surja la necesidad de ser orientados en algún aspecto particular. En el caso de el profesor de grupo u otro profesional que no se sienta suficientemente capacitado para brindar dicha orientación, podría canalizar al preadolescente o adolescente a la instancia correcta.

Como principal sugerencia se plantea la necesidad de validar los materiales que aquí se enuncian como propuesta, para lo cual es necesario trabajar en la aplicación del Programa de Orientación Psicoeducativa en diversas poblaciones y escenarios, haciendo uso del Cuaderno de Actividades y la Crestomatia.

Se sugiere la aplicación del programa con la ayuda del Cuaderno de Actividades del Participante y la Crestomatia para el Instructor en poblaciones de distintas zonas del área metropolitana pertenecientes a escuelas del sector privado, con el fin de analizar su impacto en dicha población y poder establecer diferencias y similitudes en relación a la orientación psicoeducativa y el nivel socioeconómico de los participantes. Además de ésta, se puede trabajar con diferentes variables que permitan determinar con qué poblaciones y bajo qué circunstancias se obtienen mayores beneficios con el material propuesto.

Así mismo, para futuras aplicaciones se sugiere trabajar con los instructores y los profesores de grupo (aun cuando éstos no sean quienes apliquen el programa), en talleres previos a la aplicación del programa, en los cuales les sea posible no sólo ampliar sus conocimientos acerca de cada uno de los temas que se contemplan, sino además y de manera particular, le permitan analizar su propia postura ante éstos y la manera en que puede influir en su relación con los jóvenes participantes.

Por último, también se sugiere presentar las unidades tanto del Cuaderno de Actividades como de la Crestomatia, en forma de fascículos independientes; donde cada unidad sea abordada en un pequeño texto que cuente con un formato específico que brinde la posibilidad de ampliar la información y las actividades abordadas, manteniendo la misma temática y sin que esto implique incrementar el tamaño de los materiales, pues en todo momento se busca que sean manejables y sobre todo accesibles tanto para los alumnos participantes como para los instructores, en los aspectos económico y conceptual.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, E. (1995). **Domina la Autoestima**. 2ª ed., México: Arbol Editorial
- Aguilar, E. (1987). **Asertividad: sé tú mismo sin sentirte culpable**. México: Pax México
- Alonso, M., Vázquez, M. & Matilla, L. (1988). **Los Teleniños**. México: Fontamara 13.
- Baumgardiner, P. (1978). **Terapia Gestalt. Teoría y Práctica Fritz Perls**. México: Ed. Concepto.
- Berrien, F. (1972). **Psicología aplicada**. Buenos Aires: Paidós.
- Bertalanffy, L. (1976). **Teoría General de los Sistemas. Fundamentos, desarrollo, aplicaciones**. México: Fondo de Cultura Económica.
- Botuin, G. (1997). Drug abuse prevention: Programs that work. **Brown University Child & Adolescent Behavior Letter. Supplement Special Bonus Repo**. Vol. 13 (9). 1-2.
- Branden, N. (1995). **Los seis pilares de la autoestima**. Tr. Jorge Vigil Rubio. México: Paidós.
- Carretero, M. (1993). **Constructivismo y educación**. España: Luis Vives.
- Cascón, P. & col. (1990). **La alternativa del juego II. Juegos en educación para la paz**. México: Asociación Pro Derechos Humanos.
- Centro Mexican de Estudios en Salud Mental CEMESAM. (1979). **La familia ante el problema de las drogas**. Revisión y adaptación: Puente, F., Gómez, F., Souza, M. & Espel, M.A.
- Collins, N. & Knowles, A. (1995). Adolescent's attitudes towards and the adolescent confidentiality between the school counselor client. **Australian Psychologist**. Vol 30 (3) 179-182.
- Comfort, A. & Comfort, J. (1980). **El adolescente: sexualidad, vida y crecimiento**. Barcelona: Blumé.
- Consejo Nacional de Población. (1986). **La televisión y los niños**. México: CONAPO.
- Costa, M. & López, E. (1996). **Educación para la salud: una estrategia para cambiar**

los estilos de vida. Madrid: Ed. Pirámide.

Craig, G. (1994). **Desarrollo Psicológico.** 6a. ed. México: Prentice Hall Hispanoamericana.

Chance, P. (1984). **Aprendizaje y conducta.** México: El Manual Moderno.

Charles-Creel, M. & Orozco, G. (1990). **Educación para la recepción: hacia una lectura crítica de los medios.** México: Trillas.

Charro, B. & Martínez, M. (1995). **Dinámica personal y familiar de los toxicómanos.** Madrid: Publicaciones de la Universidad Pontificia Comillas.

Díaz-Barriga, F. & Hernández, G. (2002). **Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructivista.** 2ª ed. México: Mc Graw-Hill.

Diccionario Esencial de la Lengua Española. (1999). México: Ediciones Larousse
Planeta.

DINFOR, S.A. de C.V. (2001). **Planificación Familiar (Edición Especial).** Kairos 1(1).

Estrada, L. (1991). **El ciclo vital de la familia.** México: Ed. Posada.

Fernández-Ríos, L. (1994). **Manual de Psicología preventiva: Teoría y práctica.** Madrid: Siglo Veintiuno de España Editores.

Fierro, A. (1993). **Adolescencia, madurez y senectud.** Madrid: Morata.

Finkelhar, D. (1980). **Abuso sexual al menor.** México: Pax.

Freidberg, A. (1982). **Un enfoque humanista a la terapia de pareja.** México: LIMA.

Galván, M. (1993). **Prevención en Psicología.** México: Facultad de Psicología, UNAM.

García, F. (1998). **Cómo elaborar unidades didácticas en la educación infantil.** Madrid: Ed. Escuela Española.

García, J., Cantón, I. y García, M. (1990). **Cómo intervenir en la escuela. Guía para profesores.** Madrid: Editorial Visor Editores.

García, S. & Vanella, L. (1997). **Normas y valores en el salón de clases.** 2ª ed. México: Siglo Veintiuno Editores.

Genovard, C. & Gotzens, C. (1990). **Psicología de la Instrucción.** Madrid: Aula XXI.

- Glaser, D. & Frosh, S. (1997). **Abuso sexual de niños**. Tr. Alberto Ramón Padilla. Argentina: Paidós.
- Glatthorn, A. (1997). Constructivismo: Principios Básicos. **Educación 2001**, 3, 42-48.
- González, A., Fuentes, M., De la Morena, M. & Barajas, C. (1995). **Psicología del Desarrollo. Teoría y Prácticas**. España: Aljibe.
- Gotwald, W. & Golden, G. (1983). **Sexualidad: la experiencia humana**. Tr. Antonio Garst Thalheimer. México: El Manual Moderno.
- Greenfield, M. (1985). **El niño y los medios de comunicación. Los efectos de la televisión, los videojuegos y los ordenadores**. Madrid: Morata.
- Hall, (1975). **La teoría del sí mismo**. Buenos Aires: Paidós.
- Hall, C. & Lindzey, G. (1970). **La teoría existencialista de la personalidad**. Buenos Aires: Paidós.
- Hatch, R. & Costar, J. (1985). **Actividades de orientación en la escuela primaria**. México: Limusa.
- Hein, K. & Foy, O. (1991). **SIDA: Verdades en lugar de miedo. Una guía para jóvenes**. México: Promexa.
- Heredia, B. (1990). **Manual para la elaboración de material didáctico**. México: Trillas.
- Horrocks, J. (1986). **Psicología de la adolescencia**. México: Trillas.
- Hurlock, B. (1987). **Psicología de la adolescencia**. México. Mc Graw-Hill.
- Jaccard, J., Helbig, W., Wan Choi, K. & Gutman, A. (1996). **Health-Education-Quarterly**. Vol. 23 (1) .17-33.
- Johansen, B. (1982). **Introducción a la Teoría General de los Sistemas**. México: Limusa.
- Johnson, J. H., Rasbury, W. C., Siegel, L. J. (1992). **Métodos de tratamiento infantil. Introducción a la teoría, investigación y práctica**. México: Limusa-Grupo Noriega Editores.
- Kawage, A., Gutiérrez, P. & Llano, M. (1998). **Las adicciones y las disfunciones en la familia**. México: Ed. Trillas.
- Klein, S. (1994). **Aprendizaje. Principios y aplicaciones**. 2ª ed. España: Mc Graw-Hill.

- Knapp, R. (1986). **Orientación del escolar**. Madrid: Morata.
- Leach, C. (1982). **Fundamentos de estadística. Enfoque no paramétrico para ciencias sociales**. México: Limusa.
- Liddle Howard, A. (1999). Theory development family-based therapy for adolescent drug abuse. **Journal of Clinical Child Psychology**. Vol 28 (4) 521.
- López, F. & col. (1995). **Educación sexual de adolescentes y jóvenes**. España: Siglo Veintiuno Editores.
- Lorenzo, P., Ladero, J.M., Leza, J. C. & Lizasoain, I. (1998). **Drogodependencia. Farmacología, Patología, Psicología, Legislación**. España: Ed. Médica Panamericana.
- Lutte, G. (1991). **Liberar la adolescencia**. Barcelona: Herder.
- Macia, A. (1995). **Conocer y educar para prevenir**. Editorial Pirámide.
- Maslow, A. (1991). **Motivación y personalidad**. 3ª. edición. Madrid: ediciones Díaz de Santos, S.A.
- Mc Keachie, W. (1970). **Métodos de enseñanza. Guía para el profesor**. México: Herrero Hermanos Sucesores, S.A.
- Mc Kiney, J., Fitzgerald, H. & Strommen, E. (1982). **Psicología del desarrollo: edad adolescente**.
- Minuchin, S. (1984). **Familia y Terapia Familiar**. Tr. Víctor Fichman, México: Ed. Gedisa.
- Minuchin, S. (1984). **Técnicas de Terapia Familiar**. Tr. Víctor Fichman, México: Ed. Paidós.
- Moore, K. (1994). **Middle and Secondary School Instructional Methods**. 2ª ed. U.S.A.: Mc Graw-Hill College.
- Moraleda, (1995). **Psicología del desarrollo: infancia, adolescencia, madurez y senectud**. Barcelona: Boixareu: Marcombo.
- Moreno, P. & Lugo, G. (1996). **Programa de prácticas integrales**. México: UNAM.

- Moyse, S. (1990). A model for adolescent pregnancy prevention through the use of small groups. Ninth Annual Symposium of the Committee for the Advancement of Social Work with Groups. **Social Work with Groups**. Vol 13 (2). 57-68.
- Musacchio, A., Ortiz, A. & col. (1992). **Drogadicción**. Argentina: Paidós.
- Pagano, R. (1998). **Estadística para las ciencias del comportamiento**. 5ª. ed. México: International Thomson Editores.
- Padilla, E. & Silva, M. (1998). **Sexualidad y adolescencia: Tópicos en Biología. Texto para el alumno**. Chile: Universidad Católica de Chile.
- Patton, D. , Kolasa, K., West, S. & Irons, T. (1995). Sexual abstinence counseling of adolescents by physicians. **Adolescence**. Vol. 30 (120). 963-969.
- Pentz, M. (1997). Drug abuse prevention: Programs that work. **Brown University Child & Adolescent Behavior Letter. Supplement Special Bonus Repo**. Vol. 13 (9). 1-2.
- Pick, S., & col. (1996). **Planeando tu vida**. 7a. ed. México: Grupo Editorial Planeta.
- Pick, S. & Vargas-Trujillo, E. (1992). **Yo adolescente**. 3ª ed. México: Grupo Editorial Planeta-IMIFAP.
- Revista Médica del IMSS (1991). **El enfoque familiar sistémico**. Vol 29 (61). 50-60.
- Reymond-River (1986). **El desarrollo social del niño y el adolescente**. Barcelona: Herder.
- Rice, F. (1997). **Desarrollo Humano: Estudio del ciclo vital**. 2a. ed. México: Prentice-Hall Hispanoamericana.
- Robert, J. (1991). **Para jóvenes enamorados: por una sexualidad responsable**. Tr. Beatriz Pano. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Rodríguez, G. & Aguilar, A. (1989). **Sexualidad de la gente joven. Manual educativo para profesores y profesionales**. México: MEXFAM.
- Rodríguez, M. (1991). **Orientación educativa**. 2ª. Edición Barcelona: CEAC.
- Rodríguez, M., Pellicer, G. & Domínguez, M. (1988). **Serie de capacitación integral. Autoestima: clave del éxito personal**. 2ª. ed. México: El Manual Moderno.
- Satir, V. (1991). **Nuevas Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar**. México: Ed. Pax.

- Soria, M. & Hernández, J. A. (1994). **El agresor sexual y la víctima**. Barcelona: Marcombo.
- St-Yves, A. (1988). **Psicología de la enseñanza-aprendizaje. Un enfoque individual y de grupo**. México: Trillas.
- Stevens, J. (1990). **Esto es Gestalt. Colección de artículos sobre terapia y estilos de vida gestálticos**. 7ª. edición. Tr. Calas & Celis. México: Cuatro vientos.
- Stone, J. & Church, J. (1959). **Niñez y adolescencia**. Buenos Aires: Ediciones Hormé.
- Tapia-Conyer, R. (2001). **Las adicciones: dimensión, impacto y perspectivas**. México: El Manual Moderno.
- Tarpy, R. (1999). **Aprendizaje: Teoría e Investigación contemporánea**. Madrid: Mc Graw-Hill.
- Todres, R. (1990). Effectiveness of counseling in the transmittion of family planning and sexuality knowledge. **Journal of Sex-Education and Therapy**. Vol 16 (4). 279-285.
- Watson, R. & Lindgren, H. (1991). **Psicología del niño y el adolescente**. México: Limusa.

ANEXO I

CUESTIONARIO DEL PROGRAMA DE ORIENTACION PSICOEDUCATIVA

1.- ¿Qué hacen tus papas cuando tienes algun problema?

- a) te escuchan con atención y te dan consejos
- b) imponen su punto de vista
- c) discutes con ellos por que tu dices una cosa y ellos entienden otra
- d) prefieres no hablar por que no te entienden

2.- ¿Que debo hacer si estoy en riesgo de sufrir abuso sexual?

- a) alejarme y contarlo a mis padres o a mi maestro
- b) llorar y alejarme
- c) dejar que pase
- d) callar

3.- El semen está compuesto por espermatozoides y líquidos que son aportados por

- a) el conducto eferente, las vesículas seminales y la próstata
- b) el conducto eferente
- c) las vesículas seminales
- d) la próstata

4.- ¿Qué es el tabaco?

- a) una sustancia química
- b) una planta que se puede fumar o mascar
- c) una sustancia básica en alimentos
- d) Una planta que solo tiene fines curativos

5.- ¿Cuál es el método anticonceptivo que se lleva a cabo de acuerdo al calendario y los días fértiles de la mujer?

- a) DIU
- b) Salpingoclasia
- c) ovulos
- d) ritmo

6.- Cuando llegas a pelear con tus hermanos o llegas a cometer alguna travesura ¿qué hacen tus padres?

- a) te regañan
- b) no te dicen nada
- c) te preguntan cual fue la razón y señalan tus errores
- d) te castigan sin explicaciones

7.- ¿Cuáles son los efectos que produce el consumo excesivo de alcohol?

- a) falta de control emocional, sensación de bienestar y pérdida de juicio
- b) euforia, relajación, percepción más intensa
- c) agudeza mental, deformación de la percepción y placer
- d) estreñimiento, dolor y vómito

8.- ¿Cómo se le llama a la salida del semen a través del pene?

- a) orina
- b) hemorragia
- c) eyaculación
- d) flujo

9.- ¿Cuál de las siguientes drogas ocasiona, por consumo excesivo, cirrosis epática, úlcera gástrica, cáncer y daño cerebral?

- a) alcohol
- b) heroína
- c) marihuana
- d) cocaína

10.- Cuando mis padres discuten los problemas lo hacen:

- a) enfrente de mí
- b) a solas
- c) cuando hay visitas
- d) en la calle

11.- ¿Cómo se le llama al conjunto de características anatómicas y fisiológicas que diferencian a un hombre de una mujer?

- a) femenino
- b) masculino
- c) erotismo
- d) sexo

12.- ¿De cuáles etapas está constituida la respuesta sexual humana?

- a) coqueteo, penetración, orgasmo y resolución
- b) ligue, coqueteo, penetración y orgasmo
- c) excitación, meseta, orgasmo y resolución
- d) excitación, orgasmo, resolución y despedida

13.- ¿Cómo se le llama al método anticonceptivo que consiste en retirar el pene de la vagina antes de que se presente la eyaculación?

- a) coito interrumpido
- b) espuma
- c) condón
- d) ovulos

14.- ¿Cuándo tienes algún problema en la escuela, tus padres:

- a) le dan la razón injustamente
- b) te regañan frente al profesor
- c) toman en cuenta tu explicación
- d) nunca te dicen algo

15.- ¿Cuál de las siguientes drogas, por su consumo excesivo, produce ansiedad, alucinaciones, pánico, dependencia psicológica y daño a los cromosomas?

- a) alcohol
- b) tabaco
- c) thinner
- d) marihuana

16.- ¿Qué nombre recibe la célula sexual masculina?

- a) espermatozoide
- b) ovulo
- c) matriz
- d) pene

17.- ¿Cómo se le llama a la unión sexual entre un hombre y una mujer?

- a) fecundación
- b) coito
- c) penetración
- d) orgasmo

18.- ¿De qué elementos está compuesta la sexualidad?

- a) emocionales y sociales
- b) biológicos y eróticos
- c) biológicos, psicógicos y sociales
- d) eróticos y psicológicos

19.- ¿Qué nombre recibe el proceso normal en la mujer, que comprende desde la fecundación hasta el nacimiento del bebé?

- a) embarazo
- b) parto
- c) desarrollo prenatal
- d) aborto

20.- ¿Cuál es el nombre de la célula sexual femenina?

- A) matriz
- b) ovulo
- c) espermatozoide
- d) ovario

21.- ¿Cómo se le llama al método anticonceptivo que se coloca dentro de la matriz e impide el paso de los espermatozoides?

- a) ritmo
- b) espuma
- c) DIU
- d) vasectomía

22.- ¿Qué cambia en una mujer embarazada?

- a) su cuerpo y emociones
- b) sus emociones
- c) su cuerpo
- d) no hay cambios

23.- Cuando estas irritado, tus padres:

- a) te preguntan que te pasa y te apoyan

- b) te ignoran
- c) tratan de distraerte
- d) tratan de solucionar tus problemas

24.- ¿Cuál es el componente psicológico más importante de la sexualidad?

- a) Las emociones
- b) la identidad sexual
- c) el temperamento
- d) el carácter

25.- ¿Cuáles son los elementos para que se de la comunicación? aA) que la gente platique

- b) escuchar a las personas
- c) una persona y un mensaje
- d) emisor-mensaje-receptor

26.- ¿Qué tipo de causa es la más frecuente de la eyaculación precoz?

- a) biológica,
- b) psicológica
- c) hormonal
- d) social

27.- ¿En que parte del aparato sexual femenino se producen los óvulos? a

- a) testículos
- b) hipófisis
- c) ninguna
- d) ovarios

28.- ¿Cuál es la enfermedad de transmisión sexual que afecta el sistema inmunológico?

- a) SIDA
- b) sífilis
- c) herpes
- d) gonorrea

29.- ¿Como se le llama a la sustancia que se obtiene de la fermentación de cereales o frutas?

- a) morfina
- b) codeína
- c) alcohol
- d) thiner

30.- ¿Qué consecuencias se producen en el niño si la mujer consume bebidas alcohólicas y fuma durante el embarazo?

- a) problemas pulmonares
- b) gusto por el tabaco
- c) color amarillo
- d) bajo peso y tamaño

31.- ¿Cuándo existe algún problema familiar:

- a) se toma en cuenta tu opinión
- b) todo lo que se dice se te critica

c) no toman en cuenta tu opinión d) tus padres imponen su punto de vista

32.- ¿Cómo se le llama a la sustancia química, que al introducirse en el organismo causa efectos en el sistema nervioso central?

- a) intoxicación
- b) droga o fármaco
- c) adicción
- d) habituación

33.- ¿Cómo se le llama a la unión de un óvulo y un espermatozoide?

- a) embarazo
- b) parto
- c) fecundación
- d) aborto

34.- ¿Cuál de los siguientes es un síntoma psicológico del embarazo?

- a) antojos
- b) náuseas
- c) vómito
- d) mareos

35.- ¿Cuál de los siguientes medios de comunicación tiene más público?

- a) la radio
- b) T.V.
- c) revistas
- d) periódico

36.- Cuando estas triste tus padres:

- a) te ignoran y evitan
- b) te preguntan que te pasa
- c) tratan de solucionar tus problemas
- d) tratan de distraerte

37.- ¿Cuáles son los efectos del consumo de la marihuana?

- a) irritación de ojos, euforia, aumento de la frecuencia cardíaca
- b) fiebre, agudeza mental y visual
- c) desmayos, dificultad para respirar o intoxicación
- d) cirrosis, pancreatitis y pupilas dilatadas

38.- ¿Cuáles son los efectos del consumo del tabaco?

- A) dificultad para respirar, pulso rápido, vómito
- b) flujo nasal, rubor y nerviosismo
- c) estimulación, aumento en la presión arterial, problemas intestinales y dificultad para dormir
- d) irritación en la nariz, pulso rápido, rigidez muscular

39.- ¿Cuál de las siguientes drogas es una planta?

- a) alcohol

- b) heroína
- c) marihuana
- d) anfetaminas

40.- ¿Qué es la menstruación?

- a) una enfermedad
- b) salida de sangre por la vagina
- c) el período en que una mujer se puede embarazar
- d) debilidad del organismo

41.- De las siguientes cuáles son drogas que se inhalan:

- a) cemento y thiner
- b) marihuana y opio
- c) acetona y aspirina
- d) codeína y morfina

42.- ¿Qué droga por su consumo excesivo produce cancer, enfisema pulmonar, enfermedades cardiovasculares, ulcera y gastritis crónica?

- A) marihuana
- b) codeína
- c) basuco
- d) tabaco

43.- ¿En quién confías para platicar tus problemas?

- a) papá y/o mamá
- b) amigos
- c) hermanos
- d) otros

44.- ¿Cómo se le llama al estado físico y a veces psicológico causado por la interacción de un organismo y un fármaco?

- a) farmacodependencia
- b) enfermedad
- c) intoxicación
- d) trastorno

45.- ¿Cómo se le llama al método anticonceptivo en el cual se ligan las trompas de falopio?

- A) óvulos
- b) vasectomía
- c) coito interrumpido
- d) salpingoclasia

46.- ¿A los cuántos meses se convierte el embrión en feto?

- a) a los dos mese
- b) a los tres meses
- c) al mes
- d) al cuarto mes

47.- Cuando se reúne toda la familia:

- a) todos platican menos yo
- b) a mis padres les gusta imponer su punto de vista
- c) todos platican menos mis padres
- d) todos platicamos

48.- ¿A qué se deben los cambios emocionales que se presentan en la mujer, después del parto?

- a) al nacimiento del bebé
- b) a la disminución del nivel hormonal
- c) al cansancio
- d) al aburrimiento

49.- ¿Cuál de los siguientes métodos anticonceptivos se coloca cubriendo el pene?

- A) píldoras
- b) vasectomía
- c) espuma
- d) condón

50.- Cuando una mujer está menstruando debe:

- a) realizar sus actividades cotidianas normalmente
- b) mantenerse en descanso
- c) tener una dieta especial
- d) realizar ejercicio excesivo

51.- ¿Cómo se le llama a la enfermedad de transmisión sexual que puede provocar parálisis general?

- a) parasitosis
- b) poliomielitis
- c) sífilis
- d) SIDA

52.- ¿Cómo se le llama al momento en el que el feto maduro es expulsado al exterior?

- a) contracciones
- b) aborto
- c) embarazo
- d) parto o nacimiento

53.- ¿Cómo se le llama al proceso de maduración progresiva del producto después de la fecundación?

- A) embarazo
- b) desarrollo prenatal
- c) parto
- d) coito

54.- ¿Entre qué edades se presenta la primera menstruación?

- A) entre los 9 y los 14 años
- b) entre los 7 y los 12 años
- c) entre los 13 y 19 años

d) entre los 15 y 20 años

55.- ¿Cuáles son las formas de transmisión del VIH (SIDA)?

- A) besos, abrasos y relación sexual
- b) saludar de mano, saliva y transfusión sanguínea
- c) relación sexual, transfusión sanguínea y durante el parto
- d) saliva, relación sexual y durante el parto

56.- De los siguientes ¿Cuál es el método anticonceptivo permanente para el hombre?

- A) salpingoclasia
- b) vasectomía
- c) cirugía de próstata
- d) cirugía de éne

57.- La decisión de quién toca mi cuerpo es:

- a) de mis padres
- b) de mis amigos
- c) mía
- d) de los adultos

58.- ¿Cuál es la función de la bolsa escrotal?

- A) proteger a los testículos de los golpes
- b) evitar las hernias
- c) ninguna función
- d) mantener a los testículos a una temperatura adecuada para producir espermatozoides

59.- ¿De las siguientes cuáles son las disfunciones sexuales más comunes?

- A) frigidez, eyaculación precoz, impotencia sexual
- b) homosexualidad, lesbianismo, bisexualidad
- c) eyaculación precoz, homosexualidad, lesbianismo
- d) esterilidad, impotencia sexual, bisexualidad

60.- ¿Cada cuándo se debe presentar la menstruación?

- a) cada 7 días
- b) cada 15 días
- c) cada 28 días
- d) cada 45 días

61.- ¿Cómo se le llama al hecho de que alguien insista en hacerte propuestas para tocar tu cuerpo, tocar el suyo o tener relaciones sexuales?

- A) violación
- b) abuso de la fuerza
- c) enamoramiento
- d) hostigamiento sexual

62.- Cuando estas triste, tus padres:

- a) te ignoran y evita
- b) te preguntan que te pasa y te apoyan
- c) tratan de solucionar tus problemas
- d) tratan de distraerte

63.- ¿Qué debo hacer si a una persona de confianza le cuento que he estado en riesgo de sufrir abuso sexual y no me cree?

- a) llorar
- b) olvidarlo
- c) acudir a otras personas
- d) seguir dejando que pase

64.- ¿Cómo se le llama al conjunto de acciones para mantener saludable nuestro aparato sexual?

- a) salud sexual
- b) baño diario
- c) higiene
- d) higiene sexual

65.- ¿Cómo se le llama al que alguien toque las partes íntimas de tu cuerpo sin tu consentimiento?

- a) abuso sexual
- b) caricias
- c) juego
- d) violación

66.- ¿A quién consideras que están dirigidos los mensajes (comerciales) de bebidas alcohólicas?

- a) niños y adolescentes
- b) adolescentes y adultos
- c) adolescentes
- d) adultos

67.- ¿A qué hora consideras que deben pasar los comerciales de condones?

- a) sólo en la noche
- b) sólo en la mañana
- c) en cualquier horario
- d) sólo en la tarde

68.- ¿Los comerciales de tabaco a quien están dirigidos?

- a) adolescentes
- b) adultos
- c) niños
- d) a todos

69.- En los comerciales de alcohol y tabaco se presentan tanto las ventajas como las desventajas de su consumo

- a) sí
- b) no
- c) a veces

70.- ¿Conoces algunos anuncios de radio donde se promueva la unión y comunicación familiar?

- a) si
- b) no

71.- ¿Consideras que los mensajes de televisión en general fomentan la unión y comunicación familiar?

- a) si
- b) no
- c) a veces

72.- ¿Consideras que los anuncios de revistas fomentan la unión y comunicación familiar?

- a) si
- b) no
- c) a veces

73.- ¿Consideras conveniente que pasen por televisión comerciales de condones?

- a) si
- b) no
- c) a veces

74.- ¿Cuál crees que sea el propósito de los comerciales de alcohol y tabaco?

- a) entretener
- b) vender más
- c) información
- d) prevenir

75.- ¿Crees que los comerciales de alcohol influyen en el consumo del producto?

- a) si
- b) no
- c) a veces

76.- ¿Crees que la televisión se deba utilizar para promover mensajes que guíen a las personas sobre su sexualidad?

- a) si
- b) no
- c) a veces

77.- ¿Crees que las revistas te informan sobre la sexualidad?

- a) si
- b) no
- c) a veces

78.- ¿Las revistas dirigidas a los jóvenes guían sobre sexualidad?

- a) si
- b) no
- c) a veces

79.- ¿Los anuncios de televisión informan sobre comunicación familiar?

- a) si
- b) no
- c) a veces

80.- ¿Los anuncios de televisión son útiles para la comunicación familiar?

- a) si
- b) no
- c) a veces

81.- ¿Las revistas dirigidas a los jóvenes, informan para una buena comunicación familiar?

- a) si
- b) no
- c) a veces

82.- ¿Los comerciales de televisión informan adecuadamente sobre la sexualidad?

- A) si
- b) no
- c) a veces

83.- ¿Las revistas dirigidas a los jóvenes informan adecuadamente en la prevención del consumo de drogas?

- a) si
- b) no
- c) a veces

84.- ¿Crees que los comerciales de televisión informan para prevenir el consumo de drogas?

- a) si
- b) no
- c) a veces

85.- ¿Cuáles son tus cinco programas favoritos?

- a)
- b)
- c)
- d)
- e)

86.- ¿cuáles son los cinco comerciales que más te gustan?

- a)
- b)
- c)
- d)
- e)

87.- ¿En los comerciales se exageran las cualidades de los productos?

- a) si
- b) no
- c) a veces

88.- ¿Al ver los comerciales te dan ganas de comprar los productos que anuncian?

- A) si
- b) no
- c) a veces

89.- Cuál de los siguientes medios de comunicación tienen más público?

- A) radio
- b) televisión
- c) revistas

90.- ¿Cuáles son los métodos para prevenir las enfermedades de transmisión sexual?

- A) abstinencia y uso del condón
- b) uso del condón y baño diario
- c) vasectomía y salpingoclasia
- d) espumas y óvulos

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ANEXO II

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

UNIDAD I CONOCIMIENTO DE SI MISMO

Objetivos Generales: El participante...

1. Conocerá y diferenciará los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos que se dan durante la pubertad y la adolescencia.
2. Analizará el papel de la autoestima, la asertividad y los valores en las relaciones interpersonales durante la pubertad y la adolescencia.

TEMA	OBJETIVOS ESPECIFICOS	ACTIVIDADES	MATERIALES	EVALUACION	SESIONES
1. Pubertad y adolescencia	<p>Que el participante</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprenda y diferencie los conceptos de pubertad y adolescencia. • Conozca y diferencie los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos de la pubertad. • Conozcan y diferencien los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos de la adolescencia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Exposición y proyección de un video explicativo de los cambios de la pubertad y la adolescencia. • Estoy cambiando: En casa, y con la privacidad requerida cada participante anota los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos que ellos mismos hayan experimentado. • Inventa tu crucigrama: cada participante inventa un crucigrama escribiendo una palabra que describa las características de la pubertad y de la adolescencia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarrón y gises • Carteles • Video: "¿Qué me está pasando?" • Espejo • Manual del participante 	<p>Identificar en un listado realizado por el instructor las características propias de cada etapa, señalando si es un cambio físico, fisiológico o psicológico.</p>	<p>1</p> <p>90 min.</p>
2. Autoestima	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprenda el concepto de autoestima. • Sea capaz de analizar la importancia de la autoestima en el desarrollo y el conocimiento de si mismo. • Conozca y diferencie las características de la autoestima alta o positiva y de la autoestima baja o negativa, así como sus respectivos efectos. • Analicen su propio nivel de autoestima 	<ul style="list-style-type: none"> • Conociéndome: cada participante escribe en un cuadro los 5 principales aspectos positivos y los 5 negativos que cree poseer. • Exposición • Trabajo en grupos • El termómetro de la autoestima. Basándose en la tabla de las características de la autoestima positiva y negativa, cada participante marca en el termómetro el número de características positivas que posee, identificando así su propio nivel de autoestima. • Dinámica de las etiquetas: se coloca en la frente de cada participante una etiqueta con un adjetivo y, en equipos de 6 integrantes discuten un tema tratando a los demás de acuerdo a lo que dice su etiqueta sin decir el adjetivo. • Mi árbol. En la imagen de un árbol cada participante escribe su nombre y su edad en el tronco, en las 	<ul style="list-style-type: none"> • Manual del participante • Diccionario • 1 etiqueta por cada participante. • Marcadores • Manual del participante 	<p>Cada participante se dibuja en una situación donde haya experimentado autoestima alta o positiva y una donde haya experimentado la autoestima baja o negativa.</p>	<p>2</p> <p>180 min.</p>

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

101

		raíces sus habilidades o capacidades, en las ramas sus logros o éxitos y en las hierbas de los lados sus características negativas			
3. Asertividad	<p>Que los participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprendan la definición de asertividad • Analicen la importancia que tiene la asertividad en la toma de decisiones y en las relaciones interpersonales. • Comprendan la diferencia entre conducta asertiva, pasiva y agresiva y analicen cómo se comportan habitualmente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuelicheo • Lluvia de ideas • Exposición • ¿Eres asertivo? Cada participante lee cada una de las oraciones que describen varias formas de comportamiento marcando SI o No de acuerdo a la forma en que habitualmente se conduce. • No puedo, no quiero. Cada participante escribe tres acciones que por lo regular no realizan en la escuela y en su familia diciendo "no puedo". Posteriormente escriben las mismas frases iniciando con las palabras "no quiero". 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarrón • Carteles • Manual del participante 	Juego de roles para representar e identificar conductas pasivas, asertivas y agresivas.	1 90 min.
4. Valores	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprenda qué son los valores. • Diferencie y analice la clasificación de los valores • Identifique y reflexione acerca de los valores que ha adquirido, respetando la diferencia que existe entre éstos y los de los demás. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica de la inundación (sugerida). Se entrega a cada participante una lista de 20 objetos de los cuales deberá elegir sólo los 4 más importantes para salvarlos, ya que su casa se inundará y todo se destruirá. • Exposición • ¿En dónde aprendi mis valores? Cada participante escribe en una tabla qué opinan en su familia y en su escuela respecto a diversos valores. • Mis valores hasta hoy. Cada participante escribe los 6 principales valores que ha adquirido. Puede hacerse de forma grupal escribiendo los valores en trozos de papel higiénico y pegándolos alrededor de la imagen de un adolescente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lista de objetos para cada participante • Carteles • Manual del participante • Rotafolio con la imagen de un adolescente • Papel higiénico • Marcadores 	Collage sobre la clasificación de los valores. Puede realizarse individualmente o en equipos de 4 integrantes.	2 180 min.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

UNIDAD II IMPORTANCIA DE LA FAMILIA

Objetivo General: El participante analizará los elementos que conforman la estructura de la familia así como la importancia de una comunicación eficiente dentro de ella para lograr un desarrollo óptimo de sus miembros.

TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIALES	EVALUACION	SESION
1 La familia y sus funciones	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenda el concepto de familia Distinga y analice las funciones de la familia. 	<ul style="list-style-type: none"> Lluvia de ideas Exposición ¿Qué es la familia? Cada participante busca en el diccionario la definición de familia y luego construye una definición propia. Luego, de manera individual describen y analizan las funciones con las cuales cumple su propia familia. 	<ul style="list-style-type: none"> Pizarra Láminas Diccionario Manual del participante 	Revisión de la actividad realizada en el Manual del participante.	1 90 min.
2. Tipos de familia	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifique los tipos de familia existentes de acuerdo a sus miembros y a sus normas y reglas. Descubra a qué tipo de familia pertenece. 	<ul style="list-style-type: none"> Lectura de textos – Exposición Tipos de familia. Cada participante escribe a qué tipo corresponde su familia explicando las reglas existentes y cómo se manejan, así como los miembros que la integran y el espacio físico que ocupan. Finalmente escribe lo que le agrada y le desagrada de pertenecer a esa familia. 	<ul style="list-style-type: none"> Textos Láminas Manual del participante 	Revisión de la actividad realizada en el Manual del participante.	2 180 min.
3 Comunicación familia	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenda la importancia de mantener una adecuada comunicación familiar. Analice las diferentes formas de comunicación dentro de la familia y su influencia en la convivencia de sus miembros. 	<ul style="list-style-type: none"> Sugerida: Comunicándonos. En equipos de 5 los participantes eligen una película o un libro que la mayoría del grupo conozca, luego se le asigna a cada equipo una manera diferente de expresar el contenido de la película o libro y de esta forma la presentan ante el grupo para que adivinen el título Análisis de casos Formas de comunicación. Cada participante escribe y/o dibuja un ejemplo que haya ocurrido dentro de su familia y que ilustre cada una de las formas de comunicación. 	<ul style="list-style-type: none"> Tarjetas con casos Manual del participante 	Realización de una composición o ensayo acerca de la propia familia en la cual identifique sus funciones, los roles de cada miembro, o la forma de comunicación predominante, etc.	1 90 min.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

UNIDAD III RESPONSABILIDAD ANTE LA SEXUALIDAD

Objetivos generales: El participante:

1. Comprenderá los conceptos básicos referentes a la sexualidad humana.
2. Analizará la responsabilidad ante la sexualidad para prevenir situaciones que pueden perjudicar la salud y el desarrollo adecuado del ser humano.

TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIALES	EVALUACION	SESIONES
1. Sexo y sexualidad	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprenda los conceptos de sexo y sexualidad. • Analice la diferencia que existe entre sexo y sexualidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas • Exposición • Diferencia entre sexo y sexualidad. Cada participante busca en el diccionario la definición de sexo y de sexualidad, posteriormente escriben ambos conceptos con sus propias palabras y finalmente describen la diferencia entre ambos • Sugerida: En equipos de 4 integrantes realizan un collage o un dibujo que represente ambos conceptos y su diferencia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra • Láminas • Manual del participante • Diccionario • Papel bond • Revistas • Periódicos • Marcadores 	Revisión de las definiciones construidas con sus propias palabras, así como de la diferencia que encontraron entre ambos conceptos.	1 90 min.
2. Anatomía y fisiología de los aparatos sexuales	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diferencie los órganos que integran el aparato sexual del hombre y de la mujer. • Comprenda el funcionamiento del aparato sexual femenino y del aparato sexual masculino. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cada participante identifica en un esquema cada una de las estructuras que conforman los aparatos sexuales del hombre y de la mujer. • Crucigrama. Cada participante resuelve un crucigrama encontrando las palabras correctas que completan cada una de las frases relativas al funcionamiento de los aparatos sexuales masculino y femenino. • Exposición y proyección. 	<ul style="list-style-type: none"> • Manual del participante • Video "Sistema reproductivo" • Televisión • Videogradora 	Revisión de las actividades realizadas en el Manual del participante.	1 90 min.
3. Reproducción Humana	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprenda los procesos que intervienen en la reproducción humana: coito, fecundación, embarazo y parto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición y proyección. • Resumen sobre reproducción humana. En triadas los participantes reúnen la mayor cantidad de información acerca de los aspectos biológicos y psicológicos que intervienen en el proceso de la reproducción humana. Luego elaboran un resumen con sus propias palabras y lo ilustran. 	<ul style="list-style-type: none"> • Video: "Reproducción Humana" • Televisión • Videogradora 	Revisión del contenido y la presentación del resumen elaborado por los participantes.	1 90 min.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

<p>4. Embarazo a temprana edad</p>	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Analice los factores y las conductas que frecuentemente son causas de un embarazo no planeado durante la adolescencia. Comprenda las consecuencias físicas, económicas, sociales y psicológicas de un embarazo en la adolescencia. 	<ul style="list-style-type: none"> El huevo. Una semana antes de que se revise este tema se forman parejas de un hombre y mujer entre los participantes y a cada una se le entrega un huevo previamente marcado, el cual deberán decorar y cuidar de él llevándolo a todos los sitios a donde vayan, incluyendo la escuela. Se evalúa la actividad y con ello se inicia el tema. Cutúcheo Exposición Una historia verdadera. Por parejas, los participantes inventan una historia en la cual los protagonistas son una pareja de adolescentes que tienen relaciones sexuales y como consecuencia se da un embarazo no deseado. Se describen los factores que influyeron para que se diera la situación y la reacción de la pareja y de su familia. Finalmente, de manera individual se describen las principales consecuencias físicas, psicológicas y sociales del embarazo a temprana edad. 	<ul style="list-style-type: none"> 1 huevo por cada pareja de participantes Manual del participante Fotografías Manual del participante 	<p>Revisión del contenido de la historia redactada por la pareja de participantes.</p>	<p>1 90 min.</p>
<p>5. Métodos anticonceptivos</p>	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenda qué son los métodos anticonceptivos y cuál es su importancia Conozca los principales métodos anticonceptivos así como la manera de usarlos Reconozca las ventajas y desventajas de cada método anticonceptivo. 	<ul style="list-style-type: none"> Respuesta a preguntas Exposición Aprendiendo a usar el condón y los óvulos. Se forman equipos de 6 integrantes, a cada equipo se le entregan unas tarjetas con los pasos para usar el condón y los óvulos los cuales deberán colocar en orden en el menor tiempo posible. Luego, cada participante escribe en el orden Correcto los pasos para usar efectivamente el condón y los óvulos espermaticidas Relacionando columnas. Cada participante relaciona la columna que describe cada uno de los métodos anticonceptivos con la columna que indica el nombre de ellos anotando el número correspondiente dentro del paréntesis. Investigación y exposición (sugerida). En equipos de 4 a 6 integrantes llevan a cabo una investigación sobre 2 de los métodos anticonceptivos, acudiendo a alguna clínica o centro de salud y preguntando a especialistas y otros adultos. Cada equipo organiza la 	<ul style="list-style-type: none"> Tarjetas con preguntas Láminas Folleto Juegos de tarjetas con los pasos para el uso del condón y los óvulos Manual del participante 	<p>Revisión de las actividades realizadas en el Manual del participante.</p>	<p>2 180 min.</p>

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

		<p>información y la presenta al resto del grupo resultando las ventajas y desventajas de cada método así como su forma de uso.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memorama (sugerida). Se elaboran las tarjetas del juego en hojas tamaño carta, unas que contengan el nombre y el dibujo del método identificadas con letras en el reverso; y otras que contengan la descripción del mismo identificadas con números. Se divide al grupo en dos equipos, cada uno elige una combinación de letra y número en cada turno jugando de la manera convencional el juego de memoria. 	<ul style="list-style-type: none"> • Juego de tarjetas (hojas tamaño carta) con dibujos y descripción de cada uno de los métodos anticonceptivos 		
6. Salud sexual	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reflexione acerca de la importancia de las medidas higiénicas en el cuidado de la salud de los órganos sexuales. • Conozca y analice las características de las enfermedades de transmisión sexual, así como sus consecuencias en la salud del hombre y la mujer y la manera de prevenirlas 	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura de textos • Salud e higiene. Cada participante busca en el diccionario o en un libro de medicina la definición de las palabras salud e higiene, luego elaboran una definición con sus propias palabras. • Exposición • Revisión de casos • Comportamientos riesgosos. En la tabla que aparece en su manual, cada participante marca con una "X" si la frase describe un comportamiento de mucho, poco o ningún riesgo de contraer alguna enfermedad de transmisión sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> • Textos relativos a las medidas de higiene y la prevención de enfermedades. • Manual del participante • Diccionario • Láminas • Textos con casos • Manual del participante 	<p>Revisión de las actividades realizadas en el Manual del participante.</p> <p>Cuestionario sobre medidas de higiene sexual y enfermedades de transmisión sexual</p>	<p>1 90 min.</p>
7. Prevención de agresiones sexuales	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprenda qué es una agresión sexual y quienes intervienen en ella. • Distinga las diferentes formas de agresiones sexuales • Analice las características del abuso sexual, el incesto, el acoso y la violación. • Analice la manera de prevenir y denunciar las diferentes agresiones sexuales 	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición • Mesa redonda • Película. Se proyecta al grupo una película conveniente a su edad en la cual se trate alguna de las agresiones sexuales, luego de verla se hacen preguntas resultando las características del agresor, de la víctima y de las circunstancias en las que tiene lugar la agresión, así como las medidas en que se pudo haber prevenido y las acciones a seguir para la denuncia y el tratamiento de la víctima 	<ul style="list-style-type: none"> • Láminas • Video "Cuidado con los violadores" o cualquier otra que se crea conveniente para las características del grupo. 	<p>Identificación de las características de cada forma de agresión sexual a través de la lectura de casos y la propuesta de medidas de prevención y denuncia para cada una de ellas.</p>	<p>1 90 min.</p>

UNIDAD IV PREVENCIÓN DE LA FARMACODEPENDENCIA

Objetivos Generales: El participante:

1. Comprenderá los conceptos generales relativos a la farmacodependencia.
2. Analizará las causas y las consecuencias de la farmacodependencia en el desarrollo físico, psicológico y social del individuo.

TEMA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ACTIVIDADES	MATERIALES	EVALUACIÓN	SESIÓN
1. Conceptos generales	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprenda los conceptos de farmacodependencia, droga, adicción, dependencia, abstinencia y tolerancia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Avientate. Los participantes forman equipos de entre 10 y 15 integrantes y en cada uno se proponen dos voluntarios, uno de ellos sube a una banca de espaldas al resto del equipo, el cual le exige que se aviente hacia atrás, el otro hace lo mismo sólo que a él lo tratan de convencer. Se evalúa la actividad a partir de lo que sucede en cada equipo y se relaciona con el tema. • Exposición • Lectura de textos • Sopa de letras. Cada participante completa las frases relativa a los conceptos generales encontrando las palabras correspondientes en una sopa de letras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Láminas • Textos que describan los conceptos • Manual del participante 	Revisión de la actividad realizada en el Manual del participante.	1 90 min.
2. Clasificación de las drogas y consecuencias de su consumo	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conozca y comprenda la clasificación de las drogas. • Analice los efectos y consecuencias físicas, psicológicas y sociales del consumo de drogas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición • Análisis de cartel • Sociodrama: ¿Qué puede suceder si consumo drogas? Ocho participantes voluntarios dramatizan la situación de una familia donde existe un padre alcohólico, su madre sometida y sobreprotectora, un hijo que se hace cargo de la familia, otro indiferente y un tercero que es farmacodependiente. Además existen otros tres personajes que pueden ayudar o perjudicar más a la familia. Los voluntarios resaltan las consecuencias personales, familiares y sociales del consumo de drogas y alcohol. 	<ul style="list-style-type: none"> • Láminas • Cartel sobre la clasificación de las drogas • El necesario para el sociodrama • Manual del participante 	Análisis del sociodrama y revisión de la actividad del Manual	1 90 min.
3. Causas de la farmacodependencia y medidas de prevención	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprenda y analice las principales causas sociales, familiares y personales que influyen en el consumo de drogas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proyección y exposición • Fuerzas positivas y fuerzas negativas. En equipos de 4 los participantes discuten los cinco principales factores que disminuyen el riesgo de consumir drogas, así como los cinco que pueden favorecer que 	<ul style="list-style-type: none"> • Video: "Adicciones y violencia en los jóvenes" • Televisión 	Revisión de las actividades realizadas en el Manual del participante.	1 90 min.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

	<ul style="list-style-type: none"> Analicen las principales medidas de prevención de la farmacodependencia. 	<p>esto ocurra.</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué opinas de la farmacodependencia?. En equipos de 5, los participantes elaboran por lo menos 3 preguntas relacionadas con la farmacodependencia y cómo prevenirla, con ellas cada equipo realiza una entrevista a un profesional de la salud o de la educación o bien a un personaje representativo de la comunidad. Posteriormente se redactan las conclusiones de manera grupal y se proponen medidas de prevención específicas para la comunidad escolar. 	<ul style="list-style-type: none"> Videogradora Manual del participante Rotafolios Marcadores 		
--	--	---	---	--	--

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

UNIDAD V INFLUENCIA DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN MASIVOS

Objetivo General: El participante comprenderá los conceptos fundamentales para analizar la influencia que tiene los medios de comunicación masivos en diversos aspectos de la vida del ser humano.

TEMA	OBJETIVOS ESPECIFICOS	ACTIVIDADES	MATERIALES	EVALUACION	SESIONES
1. Conceptos generales	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenda los conceptos de comunicación y comunicación masiva. Conozca y comprenda qué son y cuáles son los medios de comunicación masiva y cuáles son sus objetivos 	<ul style="list-style-type: none"> Lectura de textos y discusión en parejas Comunicación masiva. Se forman dos equipos con igual número de integrantes y cada uno nombra un representante al cual se le entrega un mensaje por escrito el cual deberá transmitir a sus compañeros, en un equipo lo hace personalmente con cada participante el cual puede hacer comentarios o preguntas acerca del mensaje, en el otro lo hace de manera general y no hay posibilidad de diálogo. Al final se hacen comentarios acerca de la facilidad, rapidez, comprensión, etc. De cada forma de comunicación 	<ul style="list-style-type: none"> Tarjetas con mensajes escritos Manual del participante 	<p>Discusión sobre la actividad y revisión de lo realizado en el Manual.</p>	1 90 min.
2. Modelos y estereotipos	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenda qué son los modelos y estereotipos y cómo influyen en la conducta Analice los estereotipos que los medios de comunicación masivos promueven y refuerzan. 	<ul style="list-style-type: none"> Cartel - Mesa redonda Buscando estereotipos. Reunidos en grupo, los participantes escuchan alguna canción cuya temática promueva estereotipos. Luego se presenta un video con un programa y algunos anuncios comerciales. Finalmente, eligen una revista que la mayoría conoce y en equipos de 5 revisan su contenido lo relativo a los modelos y estereotipos. 	<ul style="list-style-type: none"> Cartel Radiograbadora Casette con canciones Video Videograbadora Revistas 	<p>Revisión de la actividad realizada en el Manual del participante</p>	1 90 min.
3. Influencia de los medios de comunicación masivos en el adolescente	<p>Que el participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> Reflexione acerca de la influencia de los medios de comunicación masivos en la vida de las y los preadolescentes y adolescentes Adquiera herramientas para criticar los mensajes que recibe a través de los medios de comunicación masivos. 	<ul style="list-style-type: none"> Mi programa favorito. Cada participante elige el programa que más le gusta ver en la televisión y lo ve con detenimiento, para luego responder a una guía de preguntas que le permiten analizar el contenido del programa. 	<ul style="list-style-type: none"> Manual del participante 	<p>Revisión de la actividad del Manual. Planeación de un programa, cartel publicitario, anuncio, etc. que informe a los demás acerca de los temas abordados durante el curso</p>	1 90 min.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

ANEXO III

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

**Orientación
Psicoeducativa para
preadolescentes y
adolescentes:**

**Una estrategia de
prevención**

**Cuaderno de Actividades
para el participante**

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

INDICE

Introducción.....	1
Unidad I Conocimiento de sí mismo.....	2
1. Pubertad y adolescencia.....	5
2. La Autoestima.....	8
3. Asertividad.....	12
4. Valores.....	15
Unidad II Importancia de la familia.....	19
1. La familia y sus funciones.....	22
2. Tipos de familia.....	23
3. Comunicación familiar.....	25
Unidad III Responsabilidad ante la sexualidad.....	28
1. Sexo y sexualidad.....	31
2. Anatomía y fisiología de los aparatos sexuales.....	33
3. Reproducción humana.....	39
4. Embarazo a temprana edad.....	41
5. Métodos anticonceptivos.....	44
6. Salud sexual.....	48
7. Prevención de las agresiones sexuales.....	51
Unidad IV Prevención de la farmacodependencia.....	54
1. Conceptos generales.....	57
2. Clasificación de las drogas y consecuencias de su consumo.....	59
3. Causas de la farmacodependencia y medidas de prevención.....	63
Unidad V Influencia de los medios masivos de comunicación.....	67
1. Conceptos generales.....	70
2. Modelos y estereotipos.....	72
3. Influencia de los medios masivos de comunicación en el adolescente.....	74
Directorio.....	76

INTRODUCCION

Tienes en tus manos el “Cuaderno de Actividades de Orientación Psicoeducativa para Preadolescentes y Adolescentes”, el cual surgió del trabajo realizado durante la aplicación del “Programa de Orientación Psicoeducativa para alumnos de 6° grado de primaria” en el ciclo escolar 97-98 en la Escuela Primaria Ejército Nacional, localizada en Copilco El Alto, México D.F. y que formaba parte del programa de prácticas integrales del área de Psicología Educativa, de la Facultad de Psicología de la U.N.A.M.

Este Cuaderno de Actividades tiene como principal objetivo brindarte información en las áreas de: Autoconocimiento, relaciones familiares, sexualidad, farmacodependencia y medios masivos de comunicación, con el fin de que adquieras habilidades para reflexionar sobre estos temas y seas capaz de tomar decisiones que te ayuden a aceptar y vivir de manera más natural los cambios biológicos, psicológicos y sociales que se experimentan durante la preadolescencia y la adolescencia, en la búsqueda de una mejor adaptación y ajuste en tu futuro como hombre o mujer adulto(a).

Al desarrollar el programa arriba mencionado, se observó la necesidad de que los participantes* contaran con un texto que les proporcionara la información básica revisada en cada tema, así como un cuaderno de trabajo en el cual pudieran realizar de manera clara y ordenada cada una de las actividades para comprenderlas y aprovecharlas mejor.

De esta manera, surgió la propuesta de este Cuaderno de Actividades el cual busca ser accesible para cada participante, tanto en el manejo de la información y las actividades que contiene, como en su costo económico, ya que existen varios textos que tratan los temas abordados aquí, pero en su mayoría lo hacen de manera separada, a veces con un lenguaje poco comprensible y sobre todo, con un costo elevado que no permite adquirirlos con facilidad. Además la mayoría de las escuelas del sector público no cuentan con una biblioteca que les permita acceder a dichos textos.

El Cuaderno de Actividades de Orientación Psicoeducativa para Preadolescentes y Adolescentes es una recopilación de varios textos que han sido elaborados por profesionistas reconocidos por su trabajo con adolescentes y adultos, tal es el caso de los libros y manuales: “Yo adolescente”, “Yo quiero, yo puedo” y “Planeando tu vida” de Susan Pick; “Sexualidad para la gente joven” editado por MEXFAM, “Domina la autoestima” y “Asertividad: sé tú mismo sin sentirte culpable” de Eduardo Aguilar Kubli, entre otros.

De este modo, cuentas con información y con actividades que ponen a tu alcance la posibilidad de aprender y reflexionar acerca de ese ser que empieza a cambiar y transformarse y que hoy por hoy debe ser lo más importante para ti: tú mismo(a).

* Cada vez que se haga referencia en forma plural o singular a: “el preadolescente, el estudiante, el adolescente, el joven, el chico, el participante, el profesor, el adulto, etc.” se hará de manera genérica, incluyendo tanto a hombres como a mujeres.

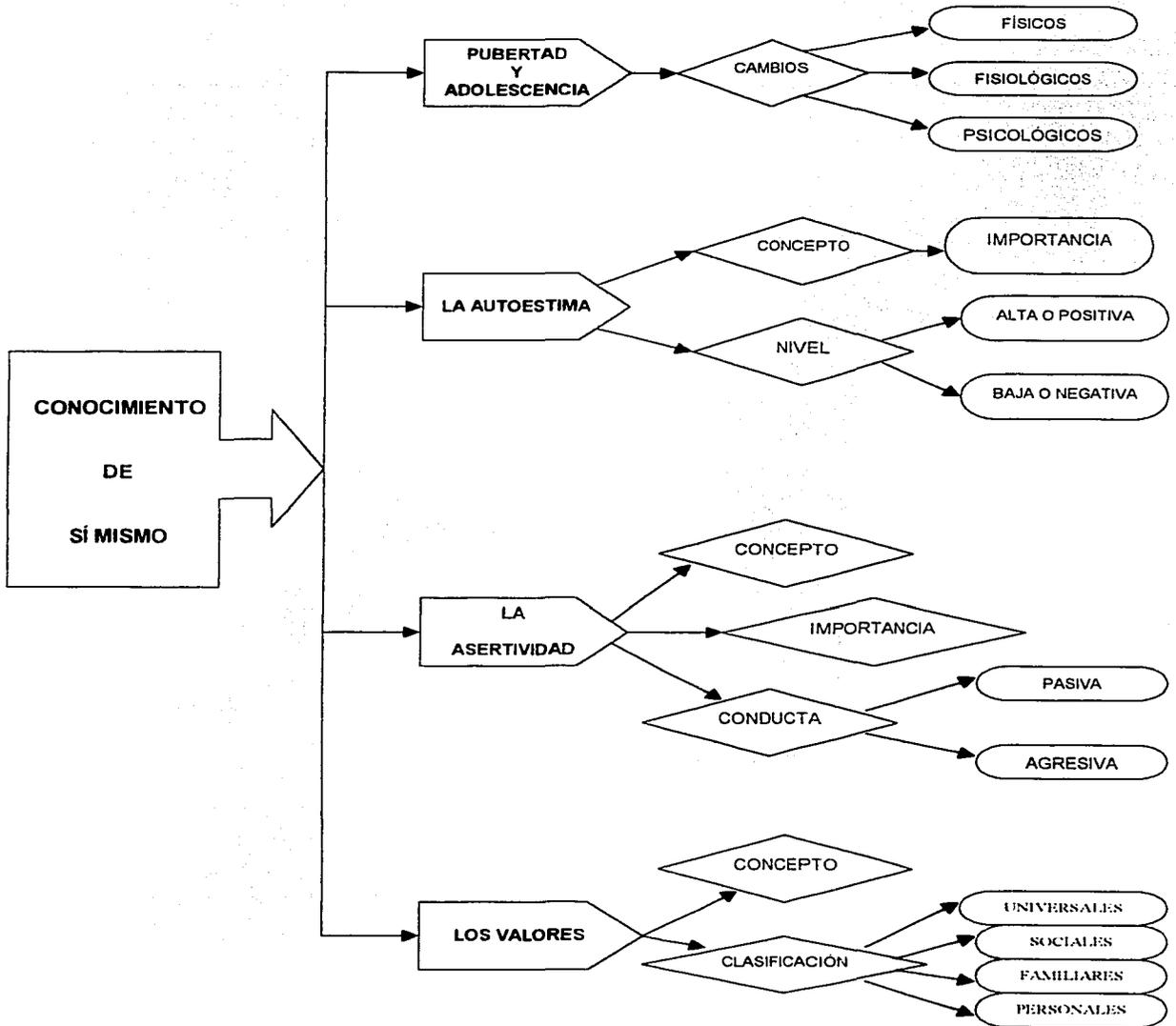
Además, cuando se hable de “el participante” se hará referencia a los y las preadolescentes y a los y las adolescentes.

UNIDAD I

CONOCIMIENTO DE SI MISMO



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



Esta unidad tiene como objetivos que tú:

- 1. Conozcas y puedas diferenciar los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos que se dan en la pubertad y la adolescencia**
- 2. Analices el papel que juega la autoestima, la asertividad y los valores en la adolescencia, así como su importancia para establecer relaciones interpersonales.**

INTRODUCCION

Seguramente durante los últimos meses has notado que tú y la mayoría de tus compañeros y compañeras están empezando a cambiar, y que ahora se ven y sobre todo se sienten "raros" y diferentes.

Debido a esto, la gente que te rodea, principalmente tus padres y maestros han cambiado en la manera de tratarte, de hablarte y dirigirse a ti, probablemente ahora te exigen más pero también te conceden un poco más de privilegios que hasta hace poco no tenías. No obstante, las relaciones con ellos y con la mayoría de los que te rodean a veces son difíciles y en ocasiones surgen ciertos conflictos que te hacen sentir confundido.

Esto es normal, pero para que comprendas que todos los seres humanos atravesamos por lo mismo y que lo que te sucede no es tan grave como parece, es necesario que tengas información verdadera y que principalmente te conozcas a ti mismo(a).

Para ello, a lo largo de esta unidad podrás conocer y diferenciar los cambios biológicos y psicológicos que se dan en las etapas de la pubertad y la adolescencia.

Además, podrás analizar la importancia de la autoestima, esto es, del amor y el respeto hacia ti mismo(a); la ventaja de expresar tus ideas y sentimientos con sinceridad, así como el tener realmente claro qué cosas son importantes para ti y por las que desde ahora deberás comenzar a luchar.

La pubertad y la adolescencia son pues la etapa de la vida que puede ser tan placentera o tan difícil como tú lo decidas, es, en fin, la oportunidad de conocerte a ti mismo(a) y aceptar tus debilidades y limitaciones, así como de reconocer y hacer más fuertes tus capacidades; es el momento de crecer, de informarte y decidir cómo será tu vida como adulto(a); es una época única y fascinante donde lo más importante es descubrirte y descubrir tu entorno, por lo que necesitas estar atento y abierto (a) a todo lo novedoso de esta etapa ya que de ello depende en gran medida tu felicidad en el presente y en el futuro.

Así que...

iii no tengas miedo, desde ahora concómete, valórate y vive tu adolescencia!!!

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

TEMA 1. PUBERTAD Y ADOLESCENCIA



La pubertad es la etapa de la vida que marca el inicio de la adolescencia, durante dicha etapa ocurren una serie de cambios en el funcionamiento y en la apariencia del cuerpo que permiten alcanzar la madurez sexual. (7)



La adolescencia es el periodo o etapa del desarrollo que separa la infancia de la edad adulta, durante la cual el individuo busca su propia identidad reconociendo su cuerpo, sus sentimientos, capacidades, responsabilidades y derechos con el fin de volverse independiente. (6,7)

A través de las siguientes actividades te será más fácil comprender los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos que ocurren durante estas dos etapas de la vida, los cuales ya has revisado con tu instructor o profesor.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ACTIVIDAD 1

Estoy cambiando

Te proponemos que en tu casa, a la hora de bañarte, mires detenidamente tu cuerpo con la ayuda de un espejo, y luego anotes en las siguientes líneas qué cambios puedes observar.

También anota si has experimentado cambios en el funcionamiento de tu organismo (menstruación o eyaculación).

Por último anota cómo te sientes al vivir esta etapa, es decir, qué emociones experimentas más frecuentemente (alegría, tristeza, enojo, etc.) y qué haces para expresarlas.

Mis cambios físicos son: _____

Mis cambios fisiológicos son: _____

Mis cambios psicológicos son: _____



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ACTIVIDAD 2

Inventa tu crucigrama (4*)

De acuerdo a lo que hayas aprendido acerca de las características propias de la pubertad y la adolescencia, te proponemos que inventes un crucigrama. Escribe algunas características relacionadas con estas etapas en las cuales se incluya cada una de las letras de cada palabra.

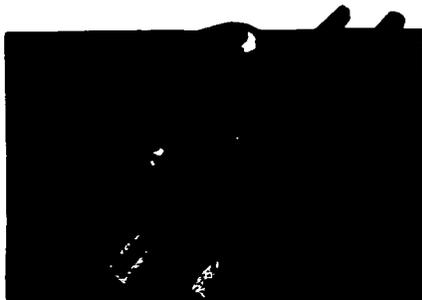
PUBERTAD

ADOLESCENCIA

TEMA 2. LA AUTOESTIMA

La autoestima es la necesidad que tiene todo ser humano de valorar sus propias capacidades, experiencias, habilidades, pensamientos, sentimientos y acciones, además de sus características físicas adquiriendo con ello confianza y respeto hacia sí mismo. (1,3)

Durante la pubertad y la adolescencia la autoestima es muy importante, ya que debido a los cambios que viven, los chicos y las chicas se sienten y se ven a sí mismos diferentes, por lo que es importante autovalorarse y sentirse a gusto con lo que se es y se tiene.



ACTIVIDAD 3 Conociéndome

Para valorar tus capacidades, pensamientos, sentimientos y acciones, es necesario que reconozcas lo positivo y lo negativo que tienes como persona, es decir, lo que te gusta de ti mismo(a) y aquello que crees que es necesario que modifiques.

En el siguiente cuadro anota tus características positivas y negativas más importantes.

CARACTERISTICAS POSITIVAS	CARACTERISTICAS NEGATIVAS

¿Qué te fue más fácil encontrar, lo positivo o lo negativo? _____
¿A qué crees que se deba esto? _____

¿Por qué crees que es importante que te conozcas y te aceptes?

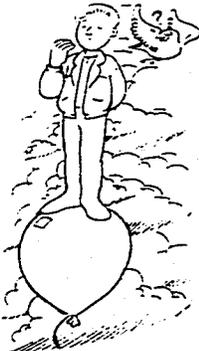
Autoestima alta y baja

El nivel de autoestima no es siempre igual, ya que cambia de acuerdo a las circunstancias que vives, a tus éxitos y fracasos y a lo que otros digan de ti, sin embargo, hay un nivel general de autoestima que cada quién tiene y con el cual se desarrolla o no en sus actividades diarias: ese grado de autoestima se basa en la opinión que cada uno tiene de sí mismo(a).

La siguiente tabla contiene las características de una persona con autoestima positiva y de una autoestima baja o negativa:

AUTOESTIMA ALTA (+)

- Se acepta como es y busca mejorar
- Trabaja bien en equipo
- Acepta con sencillez sus logros
- Utiliza sus capacidades para el beneficio de todos
- Acepta que comete errores y aprende de ellos
- Se acepta y respeta a sí mismo y a los demás
- Toma sus propias decisiones
- Disfruta de todo lo que hace
- Tiene valores propios y está convencido de ellos
- Le gusta aprender y mejorar
- Acepta la crítica de los demás y se evalúa a sí mismo
- Sabe controlar su agresividad sin lastimar a otros (1,9)



AUTOESTIMA BAJA (-)

- Se compara con los demás y no intenta cambiar
- Le desagrada trabajar en equipo
- Presume demasiado de lo que hace o tiene
- No comparte sus capacidades o las utiliza para despreciar
- No acepta sus errores o se culpa y no aprende de ellos
- Se desprecia, no se respeta y humilla a los demás
- Se deja llevar por otros aunque no esté de acuerdo
- Realiza sus actividades sólo por obligación
- Los demás le imponen valores
- No se interesa por aprender, es conformista
- Rechaza la crítica, necesita de la aprobación de otros, evalúa a los demás pero no a sí mismo
- No tiene control sobre su agresividad, se lastima y lastima a otros (1,9)

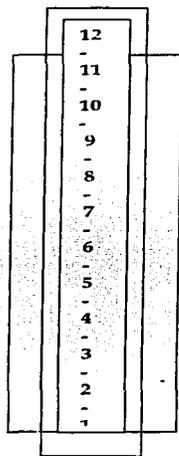


TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ACTIVIDAD 4

El termómetro de la autoestima

Con base en la tabla que contiene las 12 características de la autoestima positiva, marca en el termómetro cuántas de ellas posees tú y descubre si el nivel de tu autoestima es alto o bajo.



AUTOESTIMA ALTA

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

AUTOESTIMA BAJA

La autoestima se forma a través del tiempo con base en lo que los demás piensan y opinan acerca de nosotros, de cómo nos tratan y qué nos dicen aquellas personas que consideramos más importantes, como son los padres y maestros. (1)

De este modo, empezamos a reaccionar y a actuar de acuerdo a lo que nos dicen que somos, lo cual puede ser positivo o negativo. (1)



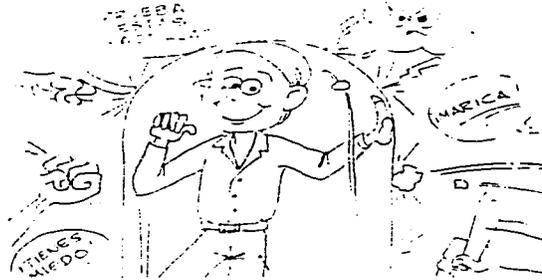
ACTIVIDAD 5

Mi árbol ⁽⁴⁾

Imagina que este árbol eres tú, en el tronco escribe tu nombre y tu edad, en las raíces tus habilidades o capacidades (características positivas) y en las ramas tus logros o éxitos. En las hierbas de los lados las características negativas que descubriste y que deseas cortar.



TEMA 3. ASERTIVIDAD



La asertividad es la habilidad de cada persona para hacer valer sus derechos y expresar sus necesidades, creencias, sentimientos y pensamientos de manera clara, directa y firme, sin agredirse o lastimarse a sí mismo o a los demás.(2)

Es importante saber decir sí o no en el momento oportuno, de buena manera y sin lastimar o presionar a otros, pero también sin permitir que nos engañen, presionen o intimiden a nosotros.



Para saber decir SI es conveniente saber recibir y devolver los elogios que nos hagan, de manera sencilla y sin parecer presumido(a).

También es muy importante saber decir "NO" sin ofender ni lastimar a nadie, pero es necesario saber expresar oportunamente nuestro rechazo hacia algo o alguien. (6)

Una persona asertiva puede y sabe decir NO sin ser agresiva o grosera pero haciendo valer su opinión y su decisión ante situaciones diarias como por ejemplo: cuando le piden dinero prestado, cuando un amigo le pide un cuaderno antes de un examen, cuando alguien lo trata de convencer para participar en una situación de conductas sexuales, cuando alguien que le invita un cigarrillo o una bebida alcohólica.

Recuerda que: Una persona asertiva reconoce sus derechos básicos respetándolos en sí misma y en los demás; sabe decir SI o NO, se siente libre de manifestarse tal como es, expresa sus sentimientos y se comunica adecuadamente con los demás.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Por medio de las actividades de este tema podrás comprender qué es la asertividad y la importancia que tiene en la pubertad y la adolescencia, así como la diferencia con las conductas pasivas y agresivas.

ACTIVIDAD 6

¿ Eres asertivo(a) ? (2°)



Las siguientes conductas te servirán para evaluar tu comportamiento para saber si eres asertivo(a) o no. Responde de manera sincera y al final anota el total de respuestas "SI" y el de respuestas "NO".

CONDUCTA	SI	NO
1. Cuando hablas, miras a los ojos del otro(a)		
2. Cambias tu tono de voz de acuerdo a lo que dices		
3. La velocidad con la que hablas no es ni muy rápida ni muy lenta		
4. Normalmente haces lo que dijiste que harías		
5. Cuando te piden que guardes un secreto, lo haces		
6. Por lo general te fijas en lo positivo y lo disfrutas		
7. Al hablar de ti mismo(a) resaltas tus éxitos sin parecer presumido(a)		
8. Cuando te elogian respondes con alegría		
9. Cuando platicas con alguien lo escuchas sin interrumpir		
10. Cuando existen distintas opiniones, dices la tuya sin pelear		
11. Cuando conoces poco a las personas no las criticas o rechazas		
12. Cuando no estás de acuerdo con alguien se lo dices sin agredir		
13. Cuando hay un problema asumes tu responsabilidad		
14. Aceptas los acuerdos sin discutir		
15. Puedes decir "NO" sin agredir ni sentirte culpable		
16. Pides permiso cuando deseas usar cosas que no son tuyas		
17. Cuando haces bromas, evitas herir a los demás		
18. Cuando alguien se equivoca evitas burlarte de ella		
19. Si aparecen conflictos tratas de llegar a un acuerdo positivo		
20. Si hacen algo por ti, das las gracias		
21. Si te piden ayuda, tratas de darla		
22. Cuando trabajas en equipo se reparten el trabajo por igual		
23. Si te equivocas, lo aceptas		
24. Eres puntual y responsable		
TOTAL		

De 18 a 24 "SI": Eres muy asertivo(a)

De 12 a 18 "SI": Eres asertivo(a)

De 6 a 12 "SI" : Eres poco asertivo(a)

De 0 a 6 "SI" : No eres asertivo(a)

TESIS CON
 FALLA DE ORIGEN

Comportamiento no asertivo

Una persona que no es asertiva se siente frustrada y no se relaciona bien con los demás, no resuelve sus problemas, se comporta agresivo o bien, sumiso y dependiente hacia los demás haciendo más trabajo del que le toca, sintiéndose después incomprendido, rechazado e inseguro de sus acciones, por lo que prefiere decir "no puedo". (9)

Muchas veces el decir "no puedo" no es verdadero, ya que en realidad uno se resiste a hacer algo y se dice esto en lugar de "no quiero", comportándonos así de una manera no asertiva y por lo tanto rechazando la responsabilidad de nuestros actos.

ACTIVIDAD 7

No puedo, no quiero (9)

- 1) En los siguientes espacios escribe 3 frases que empiecen con "no puedo" con relación a tu familia y a la escuela.

Familia

No puedo _____
No puedo _____
No puedo _____

Escuela

No puedo _____
No puedo _____
No puedo _____

- 2) Ahora vuelve a escribir las frases cambiando "no puedo" por "no quiero"

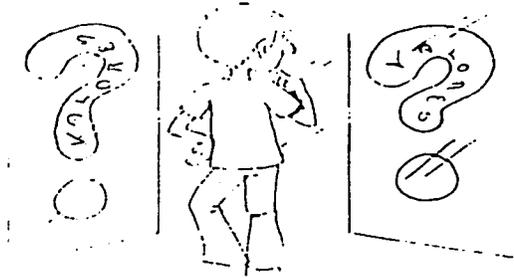
Familia

No quiero _____
No quiero _____
No quiero _____

Escuela

No quiero _____
No quiero _____
No quiero _____

TEMA 4. VALORES



Los valores son guías que dirigen el comportamiento ya que señalan lo correcto y lo incorrecto y ayudan a tomar decisiones con mayor seguridad. (5,6,9)

Estas guías son sentimientos e ideas que hemos aprendido de otros y de los cuales estamos convencidos, por lo que dan sentido a todo lo que hacemos.

Los valores se clasifican en universales, prácticos y afectivos y se van adquiriendo desde que somos niños, a veces sin darnos cuenta, ya que las personas importantes para nosotros nos los transmiten a través de mensajes verbales y no verbales.

También los medios de comunicación, las leyes y la religión influyen en lo que consideramos importante para nosotros, es decir, también intervienen en la formación de nuestros valores.

Todos tenemos valores diferentes aunque pertenezcamos a una misma familia, escuela, comunidad, nación o religión.

Este tema y sus actividades te permitirán comprender qué son los valores y cómo se clasifican, además podrás analizar y reflexionar acerca de los valores que hasta el momento has adquirido y cómo se están modificando en esta etapa que estás viviendo.

ACTIVIDAD 8

¿En dónde aprendí mis valores? (6°)

Para que puedas descubrir de dónde has aprendido que algo es importante o no para ti, completa el cuadro escribiendo lo que te enseña tu familia y tu escuela con relación a los aspectos que se señalan:

Qué dice tu...	Familia	Escuela
Respecto a: Estudiar, sacar buenas calificaciones y terminar una carrera		
Ser mujer o ser hombre		
Tener novio(a)		
Abusar de drogas o alcohol		
La religión		
Casarse y tener hijos		
Tener dinero y bienes		

Los valores que adquiriste cuando niño(a) se reafirman y se modifican durante la adolescencia, ya que durante esta etapa el individuo se vuelve independiente y por ello es fundamental que tenga claro lo que realmente le importa y lo que no es importante para él y no para los demás. Las siguientes preguntas te pueden ayudar a descubrirlo:

- ¿En qué creo?
- ¿Estoy seguro(a) de que realmente creo en esto?
- ¿Estoy lo suficientemente seguro(a) de lo que creo como para contárselo a mis amigos y defenderlo?
- ¿Adquirí este valor libremente o por que alguien más me presionó? (8,12)

ACTIVIDAD 9

Mis valores hasta hoy

Imagina que este joven eres tú, escribe sobre las líneas los valores que ha adquirido durante su vida:



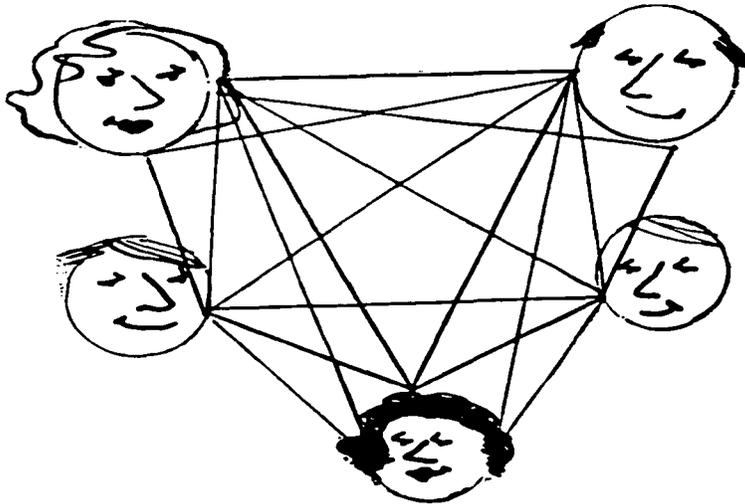
TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

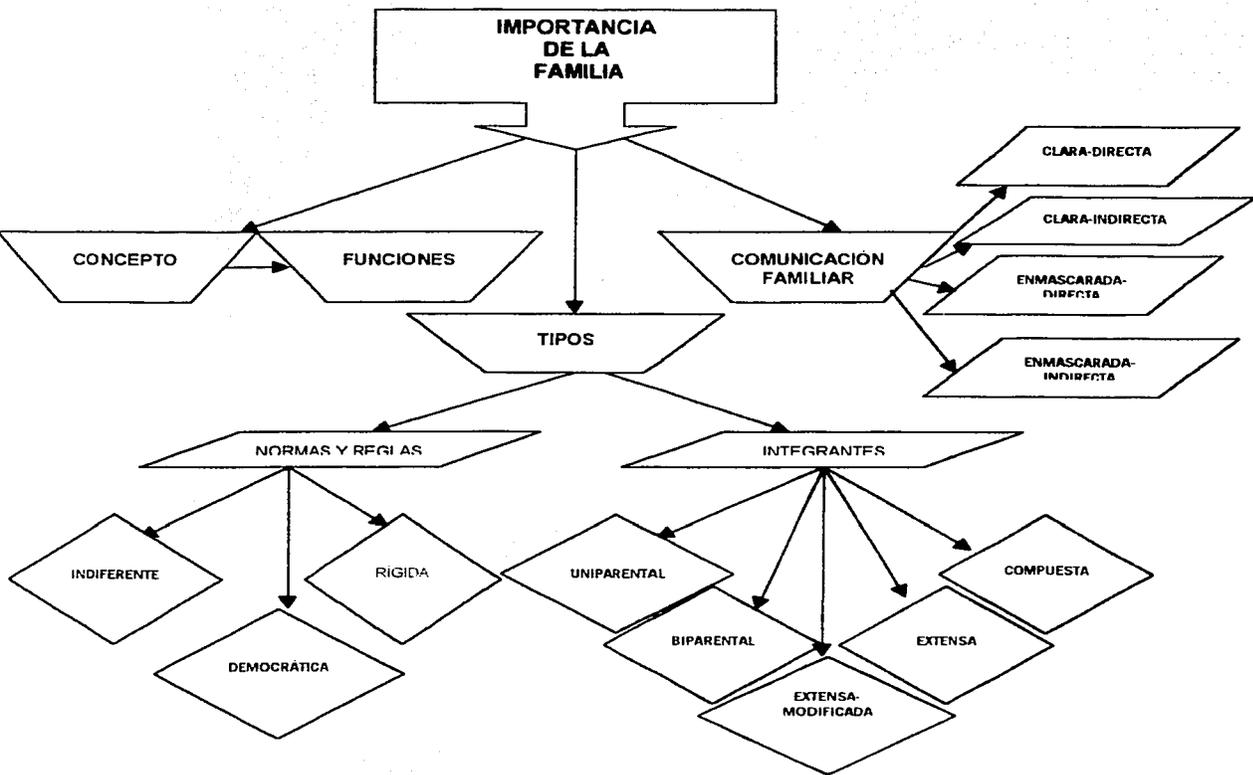
1. Aguilar, E. (1995). **Domina la Autoestima**. 2ª. ed, México: Árbol Editorial.
2. Aguilar, E. (1987). **Asertividad: sé tú mismo sin sentirte culpable**. México: Pax México.
3. Branden, N. (1995). **Los seis pilares de la autoestima**. Tr. Jorge Vigil Rubio. México: Paidós.
4. Cascón, F. & col. (1990). **La alternativa del juego II. Juegos en educación para la paz**. México: Asociación Pro Derecnos Humanos.
5. García, S. & Vanella, L. (1997). **Normas y valores en el salón de clases**. 2ª. ed. México: Siglo Veintiuno.
6. López, F. & col. (1995). **Educación sexual de adolescentes y jóvenes**. España: Siglo Veintiuno Editores.
7. Mc Kiney, J., Fitzgerald, H. & Strommen, E. (19). **Psicología del desarrollo: edad adolescente**.
8. Rice, F. (1997). **Desarrollo Humano: estudio del ciclo vital**. 2ª. ed. México: Prentice Hall Hispanoamericana.
9. Rodríguez, M., Pellicer, G. & Domínguez, M. (1988). **Serie de capacitación integral. Autoestima: clave del éxito personal**. 2ª. ed. México: El Manual Moderno.

UNIDAD II

IMPORTANCIA DE LA FAMILIA



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Esta unidad tiene como objetivos que tú:

- 1. Analices los elementos que conforman la estructura de la familia.**
- 2. Analices la importancia de una comunicación eficiente dentro de la familia.**

INTRODUCCION

Uno de los principales factores relacionados con la formación de la identidad, por no decir que el principal, es la familia y las relaciones que se establecen dentro de ella, ya que es el primer grupo en el cual aprendemos cómo es el mundo y de qué manera se puede y se debe enfrentar.

Los padres son los principales responsables de brindar seguridad, confianza y bienestar en todos los aspectos a sus hijos, tanto en el aspecto material, el físico y sobre todo el psicológico, en especial en lo emocional. Es por ello que los primeros encargados de hacer sentir al individuo valioso e importante para sí mismo y para otros, es decir, influyen directa y definitivamente en el nivel de autoestima de cada quien. Además, también por medio de la familia se aprenden los valores más profundos y que por lo general son los que marcan el rumbo de la vida de cada persona, éstos se transmiten de una generación a otra a través de palabras, gestos, actitudes, etc., es decir, a través de la comunicación.

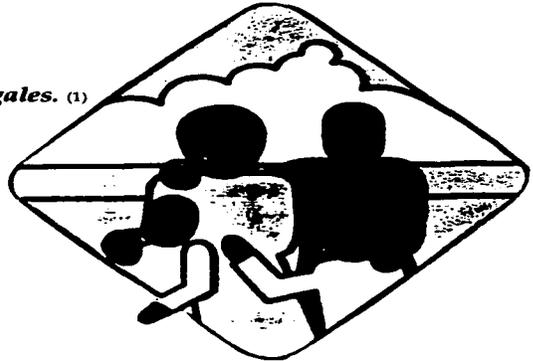
Por otro lado, la familia también proporciona información, pero sobre todo forma actitudes respecto a la sexualidad, el consumo de drogas y alcohol y la postura ante los diversos medios de comunicación, todo esto depende de qué se hable y cómo se hable de estos temas, qué tipo de normas se establezcan en lo relacionado con dichos aspectos de la vida del ser humano y las medidas que se adoptan cuando alguien no cumple con tales normas.

Para ti como adolescente es de suma importancia no sólo conocerte e interesarte por ti mismo(a), sino que a su vez necesitas interesarte por lo que pasa a tu alrededor, en especial por tu familia, el cual es el entorno más inmediato y que más influye en tu desarrollo como un individuo sano y equilibrado en todas las áreas de tu vida.

De esta manera, la presente unidad pretende ayudarte a que descubras a qué tipo de familia perteneces en relación a los miembros que la conforman, cómo se relacionan y comunican entre ellos, quién o quienes son los que determinan las normas familiares que les hacen posible la vida en común.

TEMA 1. LA FAMILIA Y SUS FUNCIONES

La familia es un grupo de personas que se relacionan a través de conductas, sentimientos, pensamientos y emociones, mantienen lazos por vínculos biológicos y legales. (1)



La familia tiene como principales funciones:

- *Satisfacer necesidades físicas*
- *Brindar un lugar seguro y confortable*
- *Permitir el desarrollo de cada miembro*
- *Fomentar las relaciones de afecto*
- *Formar individuos independientes (1)*

Las siguientes actividades te permitirán comprender qué es la familia y cuáles son sus funciones, analizando con cuáles de ellas cumple realmente la tuya.

ACTIVIDAD 10

¿Qué es la familia?

- 1) En el diccionario busca una definición de familia y anótala en el siguiente espacio:

- 2) En el siguiente espacio escribe qué es para ti la familia:

- 3) Escribe las funciones que cumple tu familia, puedes basarte en las que están arriba o describir otras que tú observes en ella:

TEMA 2. TIPOS DE FAMILIA

Las familias se clasifican de acuerdo a su sistema de normas y reglas hacia sus miembros, esto es, con base en la rigidez o flexibilidad con la que se vinculen y creen un ambiente de armonía y respeto a la autoridad.

De acuerdo a ello, las familias pueden ser:

- **Rígidas:** Las reglas son impuestas por los padres o quien tenga la autoridad sin consultar a los demás.
- **Indiferentes o Permisivas:** No existen reglas bien establecidas y por ello no hay control suficiente.
- **Demócratas o flexibles:** Se respeta la libertad y los derechos de cada persona pero se establecen reglas claras que son acordadas entre todos. (2,4)



Otra forma de clasificar a las familias es con relación a sus miembros, es decir, de acuerdo al número de ellos y a los vínculos y relaciones que mantienen entre sí, incluso en cuanto al espacio físico que ocupan.

Con esta clasificación tenemos :

- **Familias nucleares:** Ambos padres y 1 o más hijos.
- **Familias Uniparentales:** Padre o madre y 1 o más hijos
- **Familias Extensas:** Una familia nuclear y otros miembros (abuelos, tíos, primos, etc.)
- **Familias extensas-modificadas:** Varias familias nucleares independientes pero en un mismo terreno
- **Familias compuestas:** Una nueva pareja y los hijos de ambos de sus matrimonios anteriores. (3)



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

La siguiente actividad te permitirá identificar a qué tipo pertenece tu familia.

ACTIVIDAD 11

Tipos de familia



En el siguiente cuadro anota a qué tipo pertenece tu familia de acuerdo a la forma en que se aplican las normas y reglas en tu casa y a los miembros que la integran:

POR SUS NORMAS Y REGLAS	POR SUS INTEGRANTES

Ahora anota lo que te agrada y te desagrada de que tu familia sea así:

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 3. COMUNICACIÓN FAMILIAR

Cuando los miembros de una familia intercambian información de cualquier tipo y con cualquier fin, se están comunicando.

La comunicación ocurre entre por lo menos dos personas y puede darse por diferentes medios:

- Lenguaje oral
- Escritura
- Gestos
- Llanto
- Juegos
- Música
- Arte



Todos podemos expresar lo que sentimos, pensamos o queremos por estos medios y otros los podrán comprender siempre y cuando nosotros se los hagamos saber. (3)

Dentro de una familia existen diferentes formas de comunicación que mucho tienen que ver con el tipo de familia que son. La comunicación familiar puede encontrarse entre estas cuatro:

- **Clara – Directa:** Mensaje claro dirigido a la persona indicada
- **Clara – Indirecta:** Mensaje claro pero se transmite por medio de otra persona
- **Emascarada – Directa:** Mensaje confuso dirigido a la persona adecuada
- **Emascarada – Indirecta:** Mensaje confuso y transmitido a otra persona y no a quien se quiere dirigir. (3)



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

La siguiente actividad te ayudará a comprender las diferentes formas de comunicación que existen entre los individuos dentro y fuera de la familia, analizando además de qué manera se comunica tu familia la mayoría de las veces.

ACTIVIDAD 12

Formas de comunicación

En el siguiente cuadro escribe un ejemplo que se haya dado en tu familia con relación a las formas de comunicación familiar:

CLARA - DIRECTA	CLARA- INDIRECTA
ENMASACARADA- DIRECTA	ENMASCARADA - INDIRECTA

Ya que descubriste qué es la familia, sus funciones, los tipos que pueden existir y cómo se comunica, te proponemos que hagas una composición acerca de tu propia familia, narrando qué significa para ti, qué has obtenido de ella, cómo se rige por sus normas y reglas, cuántos la integran y cómo se relacionan y sobre todo cómo se comunican y cómo te hacen sentir a ti.

MI FAMILIA

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Estrada, L. (1991) . **El ciclo vital de la Familia**. México. Editorial Posada.
2. Minuchin, S. (1984). **Familia y Terapia Familiar**. Tr. Víctor Fishman, México: Editorial Gedisa.
3. Minuchin, S. (1984). **Técnicas de Terapia Familiar**.Tr. Víctor Fishman, México: Editorial Paidós.
4. Pick, S. & col. (1996). **Planeando tu vida. Programa de educación sexual y para la vida**. 7ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

UNIDAD III

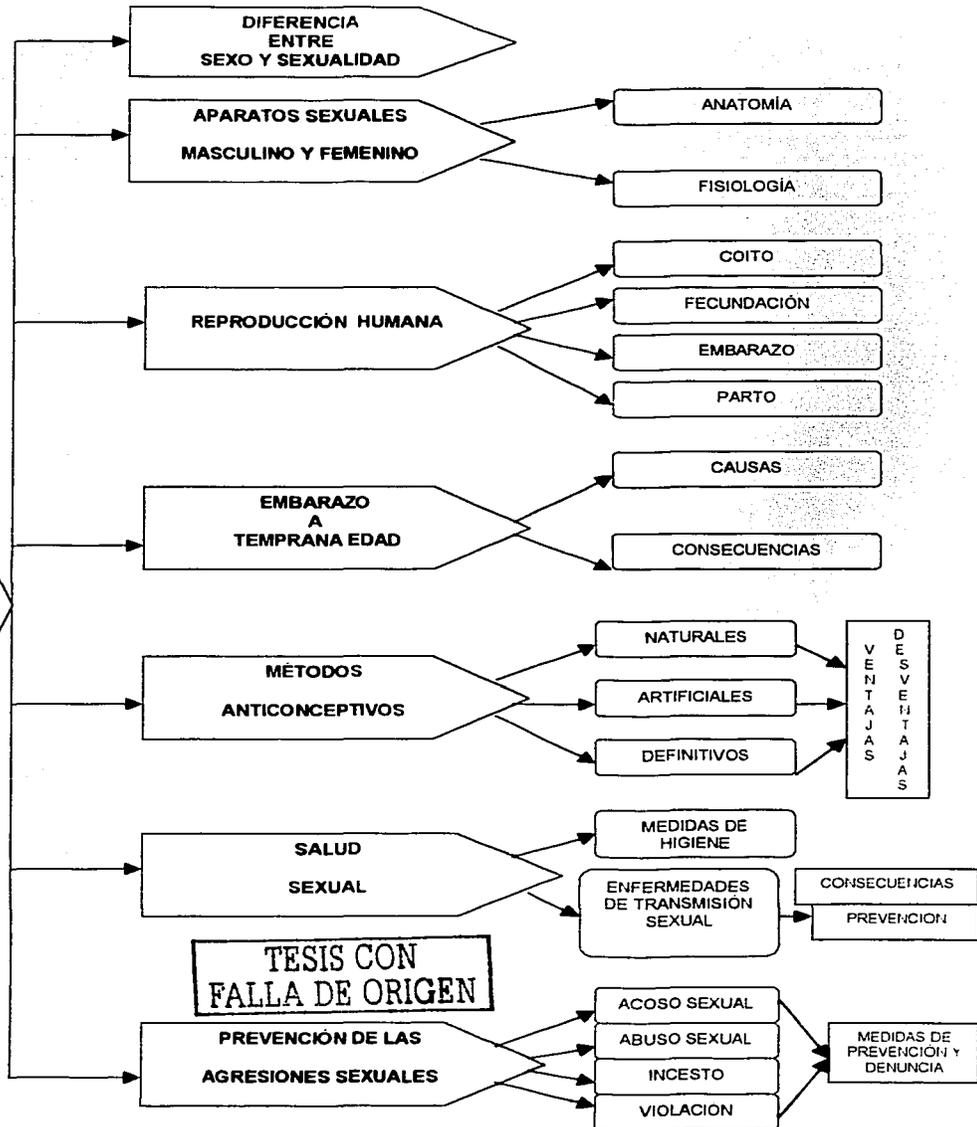
RESPONSABILIDAD ANTE LA SEXUALIDAD



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

**R
E
S
P
O
N
S
A
B
I
L
I
D
A
D**

**S
E
X
U
A
L
I
D
A
D**



Esta unidad tiene como objetivos que tú:

- 1. Comprendas los conceptos básicos referentes a la sexualidad humana.**
- 2. Aprecies la responsabilidad que tienes ante tu sexualidad para prevenir situaciones de riesgo para tu salud y tu desarrollo.**

INTRODUCCION

La sexualidad es una función de todo ser humano que tiene que ver con todas las funciones que éste realiza en todos los aspectos de la vida: físico, social, cultural y psicológico.

Además, está presente en la vida del ser humano desde el nacimiento y continúa a lo largo de toda la vida hasta la muerte..

Durante la pubertad tanto el hombre como la mujer desarrollan las características físicas que los hacen parecer como tales, además el organismo adquiere nuevas funciones que hacen posible la madurez sexual que lleva a la posibilidad de la reproducción .

A lo largo de la pubertad y la adolescencia el individuo se interesa más por su sexualidad y busca expresarla y compartirla. De esta manera, como adolescente es necesario que recibas información y orientación acerca de tu propia sexualidad y la del sexo opuesto, ya que al ser ésta una fase de descubrimientos, aprendizajes, emociones y sensaciones novedosas, existen mayores riesgos de contraer enfermedades o de que se inicie un embarazo no deseado, siendo en ambos casos una situación que interfiere en el buen desarrollo de las capacidades de todo individuo.

Podrás darte cuenta de que conocerte y valorarte a ti mismo(a) es fundamental para reducir dichos riesgos, así mismo es de gran importancia el que te comuniques adecuadamente y tomes tus propias decisiones de acuerdo con los valores que poseas, sin que nada ni nadie te presione o te obligue a hacer algo para lo que aún no te sientas preparado(a) o que sepas te puede limitar en tu desarrollo integral. Otro aspecto importante es saber escuchar a los demás, sobre todo a tus padres y maestros, pero sobre todo saber preguntarles las dudas que tengas acerca de la sexualidad, con el fin de obtener información que te ayude a conocerte y a expresarte adecuadamente en este aspecto que si bien es muy importante y delicado, es uno más de los que nos conforman como seres humanos y que está presente en la vida de toda persona, aunque muchas veces y por décadas ha sido tratado como algo oculto, prohibido e incluso malo.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

TEMA 1. SEXO Y SEXUALIDAD

El sexo es el conjunto de características físicas y fisiológicas definidas genéticamente que nos ubican como hombre o como mujer. Todo individuo nace con un sexo definido y éste permanece a lo largo de la vida. (2)



La sexualidad es una función de la personalidad en la que interviene el sentimiento y la experiencia de cada persona de ser hombre o mujer, y cómo se desarrolla en los diferentes aspectos del ser humano. Esta función inicia con el nacimiento y termina con la muerte.

Así, te darás cuenta de que ambos conceptos son diferentes aunque complementarios. La sexualidad es un concepto mucho más amplio, ya que abarca no sólo el aspecto físico (sexo) sino que además involucra los factores psicológicos, sociales y culturales, así como la forma de dar y recibir afecto y de comunicarse.

A través de las siguientes actividades podrás comprender mejor qué es sexo y qué es sexualidad y la diferencia que existe entre ambos conceptos.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

ACTIVIDAD 13

Diferencia entre sexo y sexualidad

1. Busca en el diccionario la definición de sexo y la de sexualidad y escríbela en los siguientes espacios:

Sexo: _____

Sexualidad: _____

2. En las siguientes líneas escribe con tus propias palabras qué entiendes por sexo y qué entiendes por sexualidad:

Sexo: _____

Sexualidad: _____

3. Finalmente, escribe la principal diferencia que existe entre estos dos conceptos:



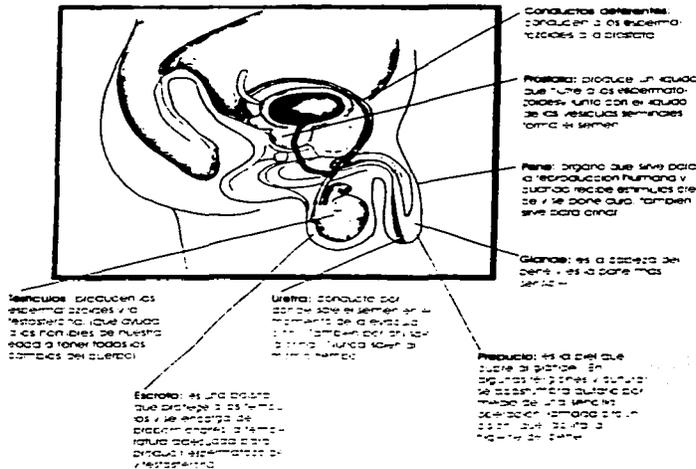
TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 2. ANATOMIA Y FISILOGIA DE LOS APARATOS SEXUALES

Los aparatos sexuales también llamados reproductores o genitales cambian notablemente durante la pubertad, además de adquirir la suficiente madurez para iniciar su función principal el acto sexual y la reproducción.

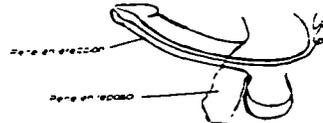
Tanto el hombre como la mujer deben conocer muy bien cómo se encuentran formados y sobre todo cómo funcionan ambos aparatos.

La mayoría de las estructuras que forman el aparato sexual masculino son visibles a simple vista, dichas estructuras son: pene, escroto y testículos. Las estructuras internas de este aparato son los conductos deferentes, las vesículas seminales, la próstata y la uretra. (1)



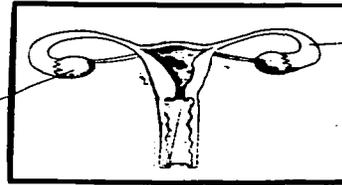
Una de las funciones primordiales del aparato sexual del hombre es la eyaculación, la cual consiste en la salida por el pene de un líquido lechoso, espeso y de olor agradable llamado semen, el cual contiene los espermatozoides. (1.º)

TESIS CON FALLA DE ORIGEN



Por su parte, los órganos que conforman el aparato sexual femenino se encuentran en su mayoría al interior del cuerpo de la mujer. Los órganos internos son la vagina, el útero, las trompas de falopio y los ovarios.

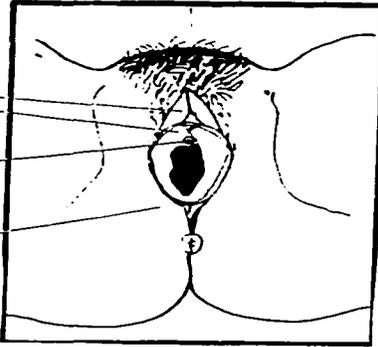
Ovarios: en ellos maduran los óvulos y se producen hormonas.



Trompas de falopio son tubos que conducen los óvulos maduros hacia el útero.

Útero: ahí se desarrolla y crece el bebé durante el embarazo.

Vestíbulo vaginal



Labios mayores, labios menores: su función es proteger a entrada a la vagina.

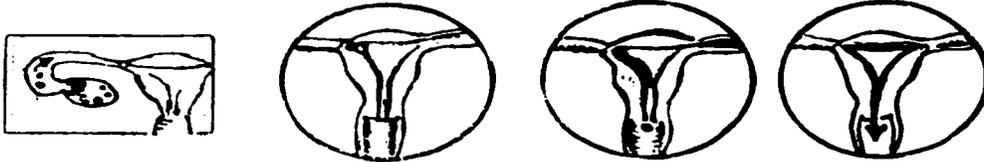
Clítoris

vagina: comunica a la mujer con el útero. Por ella sale el bebé al momento del parto.

En la parte externa se encuentra otro grupo de estructuras que en su conjunto se denominan vulva, dichas estructuras son los labios mayores, los labios menores, el clítoris, el vestíbulo y el orificio vaginal. (1,9)

En la mujer, una vez que está madura sexualmente, ocurren dos procesos fundamentales en la reproducción la ovulación y la menstruación. La primera es la producción y la maduración de un óvulo que tiene la posibilidad de unirse con un espermatozoide para que se genere una nueva vida.

El segundo ocurre si no se da la fecundación y es la salida de sangre y tejido que recubren el útero a través de la vagina. Ambos procesos ocurren aproximadamente cada 28 días. (1)



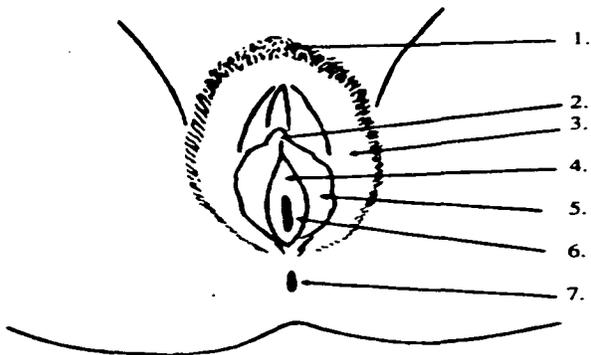
Las siguientes actividades te permitirán diferenciar los órganos que integran el aparato sexual del hombre y el de la mujer, así como comprender el funcionamiento de ambos.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ACTIVIDAD 14

Identificando estructuras (4)

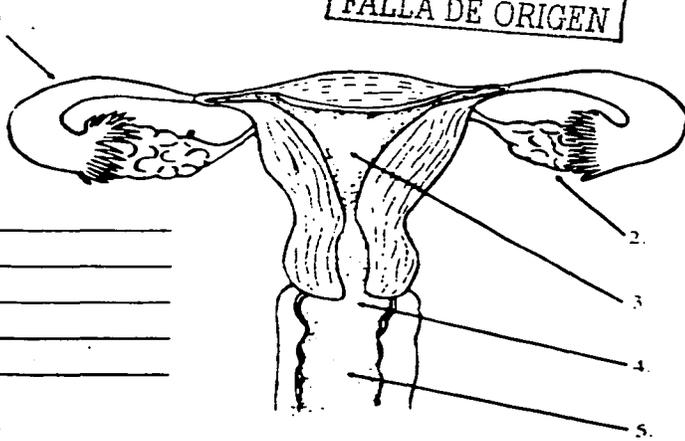
1. Los siguientes esquemas ilustran las estructuras internas y externas del aparato sexual femenino. Coloca el nombre de cada estructura que corresponda en cada línea:



- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____
- 6. _____
- 7. _____

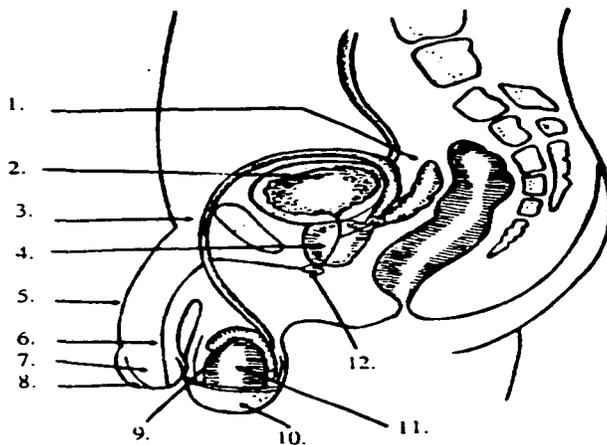


TESIS CON FALLA DE ORIGEN



- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____

2. En los siguientes esquemas escribe sobre las líneas el nombre que corresponda a cada una de las estructuras que conforman el aparato sexual del hombre.



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ACTIVIDAD 15

Crucigrama de estructuras

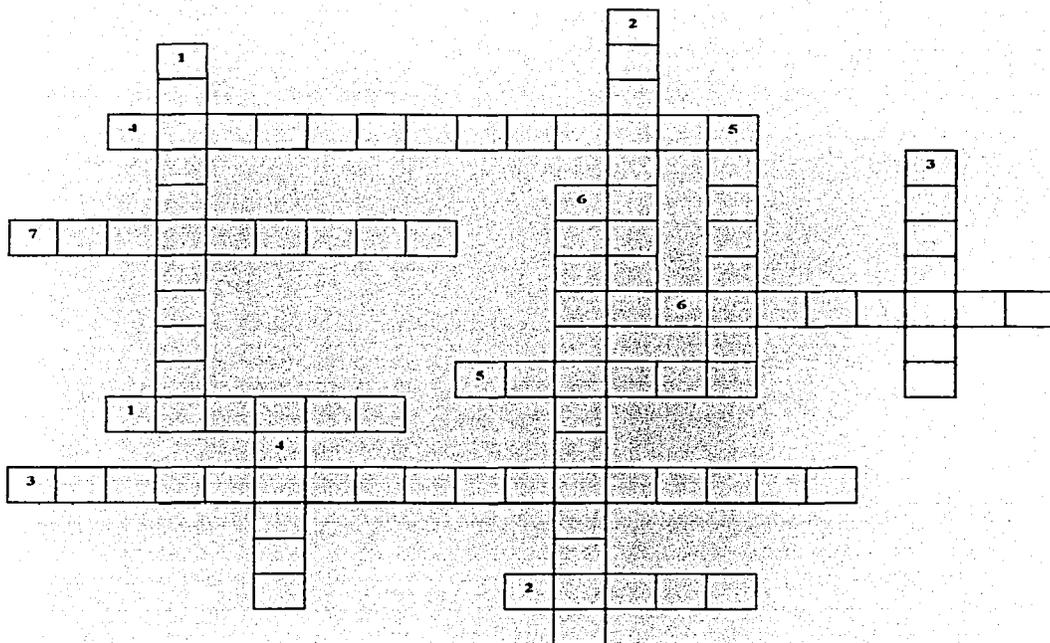
Resuelve el siguiente crucigrama completando las siguientes frases:

Verticales

1. Los _____ tienen como principal función producir testosterona y espermatozoides.
2. La _____ es un glándula que produce un líquido claro y lechoso para formar el semen.
3. La _____ es un músculo cuya función es albergar el pene durante el coito y dejar pasar al bebé durante el parto.
4. El _____ es un órgano único por medio del cual salen la orina y el semen.
5. El _____ es una bolsa de piel que regula la temperatura para la producción de espermatozoides.
6. La _____ es la salida de sangre y tejido uterino aproximadamente cada 28 días.

Horizontales

1. El _____ es un líquido lechoso, espeso y de olor agradable que contiene a los espermatozoides.
2. Los _____ son las células sexuales femeninas.
3. Las _____ tienen como principal función unir el útero con los ovarios y transportar los óvulos.
4. Es la salida de semen a través del pene, acompañada de una sensación muy placentera: _____
5. Es un músculo hueco que tiene como función albergar y proteger al embrión durante el embarazo: _____
6. Los _____ producen las hormonas femeninas y los óvulos.
7. El _____ es una estructura muy sensible que tiene como única función proporcionar sensaciones placenteras a la mujer durante la actividad sexual.



TEMA 3. REPRODUCCION HUMANA



Es una función del ser humano que tiene como fin la creación de una persona única y diferente a partir de la unión de una célula femenina llamada óvulo y una célula masculina que se llama espermatozoide.

En este proceso intervienen todos los aspectos que conforman al individuo: físicos, fisiológicos, emocionales, afectivos, intelectuales, etc.

Como ya se mencionó, la generación de una nueva vida humana es el resultado de un proceso a través del cual ocurren cuatro eventos importantes, los cuales son:

- **Coito:** Es la introducción del pene en la vagina, de manera común se le llama relación o acto sexual. (R)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

- **Fecundación:** Es la unión de un óvulo con un espermatozoide dentro del cuerpo de la mujer. A partir de ambas células se formará una nueva que luego se dividirá hasta formar un nuevo ser único y diferente. (1)



- **Embarazo:** Es el período durante el cual se desarrolla una nueva persona dentro del útero de la mujer. En promedio dura entre 37 y 45 semanas y se inicia con la implantación del óvulo fecundado en la pared interna del útero, donde crecerá y se desarrollará hasta encontrarse en condiciones de nacer. (2)

- **Parto:** Es el proceso mediante el cual el bebé abandona el cuerpo de la madre. Consta de tres etapas: trabajo de parto, parto propiamente dicho y secundinas o alumbramiento. (5)

Inmediatamente después del nacimiento, se inicia el proceso de apego entre el recién nacido y sus padres, principalmente con su madre. (2)

ACTIVIDAD 16

Resumen sobre Reproducción Humana

Busca mayor información acerca de los aspectos físicos y psicológicos que intervienen en el proceso de la reproducción, así como de cada una de sus fases (coito, fecundación, embarazo y parto).

Con la información que encuentres elabora un resumen con tus propias palabras e ilústralo.

ACTIVIDAD 17

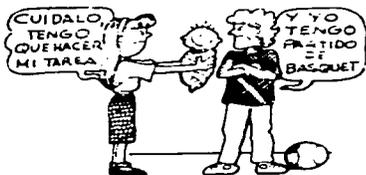
El huevo (7*)

El instructor te indicará el procedimiento a seguir, ahora escribe lo que aprendiste con esta dinámica:

TEMA 4. EMBARAZO A TEMPRANA EDAD

A pesar de que hoy en día los jóvenes gozan de mayor libertad para ejercer su sexualidad que las generaciones anteriores, y a que se brinda mayor información tanto en la escuela como en la familia, sigue existiendo un grave problema social: el embarazo adolescente o a temprana edad.

Entre los factores que influyen para que siga existiendo dicho problema se encuentran la historia de cada persona, los cambios propios de la adolescencia, los factores sociales, la deficiente comunicación familiar, la relación con la pareja, la influencia del grupo de amigos, la falta de información o las creencias equivocadas, la actitud negativa hacia la sexualidad, la dificultad para respetar normas, el consumo de drogas y alcohol así como una autoestima baja y la dificultad para ser asertivo(a). (4)



El embarazo a temprana edad es considerado un problema social por las consecuencias que trae consigo, mismas que afectan no sólo a la mujer y el hombre adolescentes, sino a su familia, a la sociedad en general y al recién nacido. Dichas consecuencias recaen sobre todo en la chica, viéndose afectada en todos los aspectos: orgánico, psicológico, social, económico y educativo ya sea que decida o no continuar con el embarazo; además, dichas consecuencias negativas casi siempre perduran para toda la vida o afectan gran parte de la misma (4).

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

De algún modo u otro, la gran mayoría de los preadolescentes y adolescentes pueden encontrarse en situaciones en las cuales puede llegarse a una relación sexual, principalmente debido a los cambios que se tienen y a la curiosidad que se despierta hacia este aspecto. Por ello lo más importante son los valores y las metas de cada quién, ya que esto es lo que realmente determina si existe riesgo o no de que se de un embarazo adolescente.

Por ejemplo, Daniel tiene 14 años y piensa tener relaciones sexuales sólo para divertirse, quedar bien con sus amigos y saber qué se siente, así que no piensa usar anticonceptivos. Para él es más importante “quedar bien” y ser aceptado en un grupo ejerciendo su sexualidad sin un verdadero compromiso sino como una forma de sentirse bien por un rato, sin detenerse a pensar en las consecuencias de sus actos, por lo cual cree que no existe la posibilidad de un embarazo.

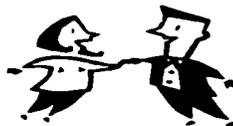
Por otro lado está Mario, él también tiene 14 años y está más interesado en las actividades de la escuela y en terminar sus estudios que en tener una relación sexual con su novia. El nunca ha tenido una relación sexual, pero sabe usar el condón y está convencido de que tener relaciones sexuales es un compromiso y que existe el riesgo de ser padres para lo cual él y su novia aún no están preparados.

¿ Quién de los dos chicos crees que tenga mayor riesgo de ser padre a una edad temprana?

Las siguientes actividades te permitirán analizar los factores y las conductas que con mayor frecuencia son causa de un embarazo en la adolescencia. Así mismo, te ayudarán a comprender las consecuencias físicas, económicas, sociales y psicológicas del embarazo a temprana edad.

ACTIVIDAD 18

Una historia verdadera (7^{va})



- 1) Inventa una historia en la cual los protagonistas sean una pareja de adolescentes que tienen relaciones sexuales y, como consecuencia, se da un embarazo no deseado.

Describe algunos factores que facilitaron que la pareja tuviera relaciones sexuales y qué crees que sucedió después de que se enteraron del embarazo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 5. MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS



Son las técnicas utilizadas ya sea por el hombre, por la mujer o por ambos que tienen como finalidad reducir el riesgo de que se de un embarazo no deseado.

Los métodos anticonceptivos pueden ser naturales o artificiales. Entre los primeros se encuentran:

- *La abstinencia*
- *El ritmo*
- *El coito interrumpido*
- *El método Billings o del moco cervical*
- *La temperatura basal (e)*

A excepción de la abstinencia, éstos son poco seguros ya que se basan en la naturaleza de los ciclos de la mujer o en el momento de la eyaculación en el acto sexual, por lo que quien los utiliza sin ninguna otra protección tiene mayores probabilidades de embarazo.



Los métodos artificiales son más seguros aunque ninguno lo es totalmente, además de que algunos requieren de supervisión médica o bien, saberlos utilizar adecuadamente para que funcionen como es debido. Dentro de esta clasificación se encuentran:

- *El condón o preservativo*
- *El DIU (Dispositivo intrauterino)*
- *El diafragma*
- *Las píldoras o pastillas anticonceptivas*

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

- Las espumas, jaleas, cremas, tabletas y óvulos espermaticidas
- Las inyecciones
- La píldora de emergencia (1, 4, 9)

También existen otros dos métodos llamados definitivos, uno para el hombre y otro para la mujer. Ambos son operaciones sencillas que tienen como finalidad impedir el paso de los espermatozoides y de los óvulos respectivamente, con el fin de evitar el embarazo.

Estas operaciones sencillas reciben los siguientes nombres::

- Vasectomía: Cortar los conductos deferentes
- Salpingoclasia: Cortar o ligar las trompas de falopio

La decisión de realizarse esta operación es responsabilidad absoluta del individuo y deberá pensarse muy bien ya que como lo mencionamos, es definitivo. (6)

Las siguientes actividades te ayudarán a comprender qué son y cómo funcionan los métodos anticonceptivos, así como la manera de usarlos.

ACTIVIDAD 19

Aprendiendo a usar el condón y los óvulos (7)

A continuación te presentamos un listado de los pasos para usar correctamente el condón y otro para el uso de los óvulos espermaticidas, sólo que están en desorden. Ordénalos adecuadamente y escríbelos abajo:

CONDON

- Erección
- Utilizar un condón nuevo para cada coito
- Quitar el condón con cuidado
- Excitación sexual
- Eyaculación
- Colocar el condón desenrollándolo
- Sostenerlo del borde
- Penetración
- Revisar la envoltura y la fecha de caducidad



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

- Tirar el condón a la basura
- Detenerse un momento
- Pérdida de la erección

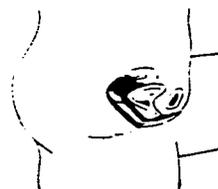
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____



OVULOS

- Extracción del pene
- Detenerse
- Colocar otro óvulo para cada nuevo coito
- Eyaculación
- Aplicación del óvulo
- Excitación sexual
- Penetración
- Esperar de 10 a 15 minutos
- Evitar lavados vaginales por lo menos durante 6 horas

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ACTIVIDAD 20

Relacionando columnas

Encuentra la respuesta correcta en la columna de la derecha colocando el número que corresponda dentro del paréntesis.

1. Es un pequeño aparato de cobre o plástico que se coloca en el útero para que impida la implantación del óvulo fecundado. () Vasectomía
2. Están elaboradas a base de hormonas artificiales y su función es impedir que se lleve a cabo la ovulación. () Píldoras
3. Consiste en no tener relaciones sexuales los días de la ovulación. () Billings
4. Consiste en retirar el pene antes de que el hombre eyacule dentro de la vagina. () Ovulos, jaleas, cremas.
5. Es un aparato de goma que cubre la entrada del útero, se coloca antes de la relación sexual cubierto con un espermaticida. () Condón
6. Es una funda de látex que cubre el pene e impide que el esperma tenga contacto con la vagina de la mujer. () Ritmo
7. Se aplican en la vagina 15 minutos antes del coito, su función es dejar sin movimiento a los espermatozoides. () DIU
8. Es una operación sencilla que consiste en cortar y atar los conductos deferentes impidiendo así el paso de los espermatozoides. () Coito interrumpido
9. Consiste en que la mujer se tome la temperatura diariamente antes de levantarse para identificar los días en que esté ovulando y no tener relaciones sexuales. () Abstinencia
10. Es el método más seguro ya que consiste en no tener relaciones sexuales. () Diafragma
11. Procedimiento que consiste en cortar y ligar las Trompas de Falopio para evitar que los óvulos se unan con los espermatozoides. () Salpingoclasia
12. Consiste en observar diariamente la consistencia del moco o flujo vaginal el cual por lo general es más espeso durante la ovulación. () Inyecciones
- () Temperatura basal

TEMA 6. SALUD SEXUAL

La higiene sexual son todas las medidas que ayudan a mantener en condiciones saludables nuestros órganos sexuales, ayudando a que funcionen adecuadamente previniendo enfermedades para tener una vida sexual y reproductiva sana. (9)



Durante la pubertad y la adolescencia, cuando se inicia el funcionamiento de los órganos sexuales, las medidas de higiene deben reforzarse, además de adquirir algunas otras, principalmente con relación al cuidado de la piel, ya que en esta etapa aparece el acné, por lo que es recomendable lavarse por las noches la cara, no llevar dietas especiales, no exprimir las lesiones de acné, no utilizar medicinas desconocidas o remedios caseros y sobre todo, no angustiarse. (9)

También es importante que tanto hombre como mujeres realicen un autoexamen de sus genitales, cambiarse diariamente la ropa interior y lavarla.

Al iniciar las relaciones sexuales se recomienda además:

- Tener relaciones sexuales sólo con la pareja.
- Usar condón
- Evitar intercambiar sangre o semen
- Orinar después del contacto sexual
- Lavar los genitales luego de la relación sexual.
- Ir a revisión médica cada 6 meses. (7)



Es importante realizar dichas medidas higiénicas, ya que de lo contrario se corre el riesgo de contraer alguna de las enfermedades de transmisión sexual (ETS o EST), las cuales son aquellos padecimientos infecciosos y contagiosos que por lo general se contraen a través del contacto sexual. (9)

Casi siempre dañan los órganos sexuales y además pueden involucrar otros órganos; afectando la vida sexual y sobre todo la salud y el bienestar del hombre o la mujer que la padece.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Las ETS más frecuentes son:

- Clamidia
- Salpinguitis
- Gonorrea
- Vaginitis por Tricomonas, Cándida o Monila
- Herpes genital
- Condilomas
- SIDA
- Sífilis
- Hepatitis B y C⁽⁸⁾



Las siguientes actividades te permitirán conocer mejor las características y las consecuencias de las enfermedades de transmisión sexual.

ACTIVIDAD 21

Salud e Higiene

Para que te queden claros estos dos conceptos te proponemos lo siguiente:

1. Busca la definición de ambos conceptos en el diccionario o en un libro de medicina.

SALUD: _____

HIGIENE: _____

2. Elabora una nueva definición con tus propias palabras.

SALUD: _____

HIGIENE: _____

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ACTIVIDAD 22

Comportamientos riesgosos (7^o)

A continuación te presentamos una lista de comportamientos, al lado de cada uno de ellos anota una "X" si se trata de un comportamiento mucho, poco o nada riesgoso para contagiarse de una ETS.

COMPORTAMIENTO	RIESGO		
	MUCHO	POCO	NADA
1. Usar siempre condón durante cualquier tipo de relación coital.			
2. Contactos sexuales con personas prácticamente desconocidas.			
3. Recibir una transfusión de sangre (dependiendo del lugar).			
4. Saludar, dar un beso o comer junto a una persona con SIDA.			
5. Tener relación coital con la pareja sin usar condón.			
6. Lavar diariamente los órganos sexuales			
7. Tener relaciones sexuales sólo con una persona a la que conocemos bien y sabemos que no está infectada.			
8. Compartir jeringas para inyectarse droga o para otros fines.			
9. Asistir por lo menos cada 6 meses con el médico para que examine los órganos sexuales.			
10. No tener relaciones sexuales de ningún tipo.			
11. Usar drogas o alcohol en situaciones decisivas para tener relaciones sexuales.			
12. Recurrir frecuentemente a la prostitución.			

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 7. PREVENCIÓN DE AGRESIONES SEXUALES

Una agresión sexual es toda expresión de la sexualidad ejercida sin el consentimiento de una de las personas, faltándole al respeto, sometiéndola, humillándola y causándole un daño psicológico y en ocasiones también físico. (8)



Las agresiones sexuales son:

- El incesto
- El abuso sexual
- La violación
- El acoso u hostigamiento sexual

Para evitar ser víctima de alguna de estas agresiones es necesario:

- Tener un buen nivel de autoestima
- Ser asertivo
- Estar alerta y denunciar cualquier situación incómoda
- Procurar alejarse de lugares oscuros y solitarios
- No quedarse a solas con personas que causen desconfianza
- No permitir la entrada de extraños a la casa
- No salir con desconocidos (8)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Las principales consecuencias que presenta una persona que ha sufrido una agresión sexual son:

- Sentimientos de culpa y coraje hacia sí mismo.
- Odio y resentimiento hacia el agresor y hacia cualquier persona parecido a él.
- Baja autoestima
- Inseguridad y mucho temor
- Rechazo a cualquier acercamiento físico. (3,10)



Las siguientes actividades te ayudarán a comprender qué son las agresiones sexuales, así como las características de cada una de ellas con el fin de poderlas prevenir y denunciar.

ACTIVIDAD 23 PELICULA

- 1) Veán en grupo la película: "Cuidado con los violadores" u otra que proponga el instructor(a).
 - 2) Posteriormente responde a las siguientes preguntas de manera individual:
- ¿Qué características puedes resaltar del agresor?

- ¿Qué características tiene la víctima?

- ¿Qué medidas crees tú que se pueden tomar para prevenir la agresión?

- Anota lo que aprendiste con el tema y la película:



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Comfort, A. & Comfort, J. (1980). **El adolescente: sexualidad, vida y crecimiento**. Barcelona: Blúme.
2. Craig, G. (1994). **Desarrollo Psicológico**. 6ª. ed. México: Prentice Hispanoamericana.
3. Finkelhar, D. (1980). **Abuso sexual al menor**. México: Pax.
4. López, F. & col. (1995). **Educación sexual de adolescentes y jóvenes**. España: Siglo Veintiuno Editores.
5. Padilla, E. & Silva, M. (1998). **Sexualidad y adolescencia: tópicos en Biología. Texto para el alumno**. Chile: Ed. Universidad Católica de Chile.
6. Pick, S. & Vargas-Trujillo, E. (1992). **Yo adolescente**. 3ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta-IMIFAP.
7. Pick, S. & col. (1996). **Planeando tu vida. Programa de educación sexual y para la vida**. 7ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta.
8. Robert, J. (1991). **Para jóvenes enamorados: por una sexualidad responsable**. Tr. Beatriz Pano. Buenos Aires: Nueva Visión.
9. Rodríguez, G. & Aguilar, A. (1989). **Sexualidad de la gente joven. Manual educativo para profesores y profesionales**. México: MEXFAM.
10. Soria, M. & Hernández, J.A. (1994). **El agresor sexual y la víctima**. Barcelona Marcombo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

UNIDAD IV

PREVENCION DE LA FARMACODEPENDENCIA



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

PREVENCIÓN DE LA FARMACODEPENDENCIA

CONCEPTOS GENERALES

FARMACODEPENDENCIA

DROGA

ADICCIÓN

DEPENDENCIA

SÍNDROME DE ABSTINENCIA

TOLERANCIA

CLASIFICACIÓN DE LAS DROGAS

DEPRESORAS

ESTIMULANTES

ALUCINÓGENAS

CONSECUENCIAS DE CONSUMO

LEVES

MODERADAS

GRAVES

SOCIALES
FAMILIARES
PERSONALES

FACTORES CAUSALES

PERSONALES

FAMILIARES

SOCIALES

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

TESIS CON FALLA DE ORIGEN

Esta unidad tiene como objetivos que tú:

- 1. Comprendas los conceptos generales relativos a la farmacodependencia.**
- 2. Comprendas los efectos y consecuencias del consumo indebido de las drogas.**
- 3. Analices los factores que favorecen el desarrollo de la farmacodependencia.**

INTRODUCCION

La farmacodependencia o drogadicción es una enfermedad que se ha convertido en un problema social, ya que afecta no sólo al individuo que la padece, sino a todo su entorno familiar y social. Así mismo, a diferencia de la mayoría de las enfermedades, la farmacodependencia se da cuando existen varios riesgos y el individuo no se encuentra totalmente capacitado para enfrentarlos, cayendo así en el consumo de sustancias adictivas.

Lamentablemente, las drogas son parte de la realidad en la cual se desarrollan la mayoría de los individuos y esto hace que cada vez estén más al alcance de cualquier persona, incluso de los niños y de los adolescentes, que por sus características son más propensos a consumirlas y convertirse en adictos con todas las terribles consecuencias que esto trae consigo, a nivel personal, familiar y social.

La adolescencia es una etapa en la cual se experimenta cierta confusión y desconcierto, debido a los múltiples cambios tanto físicos como emocionales que se están viviendo con el fin de lograr autonomía e independencia. Por su parte, los padres y demás personas que rodean al adolescente también enfrentan una serie de situaciones difíciles y dudas que la mayoría de las veces hace más difícil esta etapa. Dicha confusión e inestabilidad propicia que los miembros de la familia no se comuniquen adecuadamente, ocultando sentimientos, emociones y necesidades importantes, lo cual genera sentimientos de baja autoestima, frustración y abandono que la mayoría de las veces son compensados con conductas de rebeldía e incluso de agresividad.

Es justo en este momento cuando los valores y la capacidad para tomar decisiones adquieren mayor importancia en el desarrollo del individuo, pues opta por resolver sus conflictos de manera sana y consciente, o bien busca escapes o salidas falsas para no enfrentar la realidad que está viviendo.

Desafortunadamente, muchos jóvenes optan por el consumo de las drogas como una forma de "resolver" sus problemas, sentirse queridos y aceptados por sus amigos, llamar la atención de sus padres o para demostrarse a sí mismos y a su familia que son capaces de hacer lo que quieran, teniendo la idea equivocada de que no se volverán adictos, lo cual en la mayoría de los casos es totalmente falso. Sea cual sea la causa del inicio de la farmacodependencia, las consecuencias son muy desagradables en todos los aspectos, por lo que es mucho mejor prevenir su consumo.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

TEMA 1. CONCEPTOS GENERALES

La farmacodependencia es una enfermedad que se caracteriza por una fuerte necesidad física y psicológica a una sustancia conocida como droga o fármaco, la cual provoca perjuicios en la salud física, mental y emocional de las personas. (2)

Una sustancia conocida como droga es aquella que altera la estructura o el funcionamiento de un organismo vivo.

La adicción es el uso frecuente, permanente e incontrolable de una droga o sustancia adictiva. (3)

La dependencia es un estado que incluye síntomas tanto físicos como psicológicos en el cual el consumo de una droga produce daños en el individuo y en su entorno (4). Algunas sustancias generan sólo dependencia física, otras sólo dependencia psicológica y otras producen ambas formas de dependencia.

*Cuando se desarrolla la dependencia física a una determinada sustancia, su ausencia en el organismo lleva a la aparición de un conjunto de síntomas físicos tales como temblor, dolor, sudoración, escalofrío, vómito, alucinaciones, ataques de pánico, convulsiones, entre otros. (5) Dichos síntomas se conocen como **síndrome de abstinencia** y es la manifestación de que el organismo "necesita" la sustancia, requiriendo cada vez dosis mayores, ya que se vuelve **tolerante** a la droga. (7)*

Las siguientes actividades te permitirán comprender mejor los conceptos anteriores, así como analizar tu actitud y algunos factores de riesgo para iniciar el uso de alguna droga o sustancia adictiva.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Aviéntate

- 1) Escribe en el siguiente espacio qué papel desempeñaste en la dinámica, así como las emociones que experimentaste con dicho papel.

- 2) ¿Qué relación encuentras entre esta dinámica y el problema de la farmacodependencia en los preadolescentes y adolescentes?

ACTIVIDAD 24

Sopa de letras

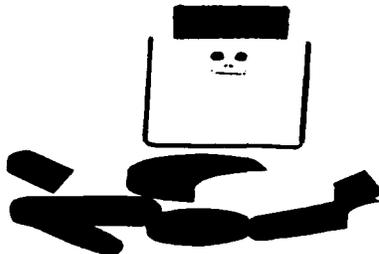
Completa las siguientes frases encontrando la palabra correcta en la sopa de letras:

1. La _____ es una enfermedad que se caracteriza por una fuerte necesidad y física y psicológica de una sustancia ajena al organismo.
2. Una _____ es cualquier sustancia que altera la estructura o el funcionamiento del organismo.
3. Cuando una persona necesita consumir una sustancia de manera frecuente, permanente e incontrolable, se dice que padece una _____.
4. La _____ es un estado en el cual el uso de una droga produce daño en el individuo, tiene un componente _____ y otro psicológico o emocional.
5. Cuando una persona adicta deja de consumir alguna droga de manera precipitada y sin algún apoyo se presenta un fenómeno llamado síndrome de _____ que se caracteriza por síntomas físicos como: sudoración, _____, dolor, escalofrío, _____, etc.
6. La _____ es la necesidad que tiene el individuo adicto a incrementar paulatinamente la cantidad de la droga que consume para obtener los mismos efectos.
7. Los efectos y las consecuencias de las drogas pueden ser tan graves que perjudiquen al individuo de manera importante, llevándolo incluso a la _____.

W F N M S O F Z A E T O L E Z D M
M U E R T E A Y L Z O I O C V E Q
O R S R L K R O E X L D U A I P O
R P Z I U H M Z F K E O G B P E K
N D U X E G A C E Y R N L S S N U
T Q R F K A C X R E A J R T C D A
G P J O Ñ V O M N R N F K I S E F
D S A E G J D L C Q C A R N V N T
R I L C F A E P B X I R A E O C E
O W O Ñ E T P D V L A N Z N S I R
V O M I T O E F H W D M O C U A M
F G B C E D N Q U F T A J I C Z C
A I F Y A X D J G N R E P A O H K
M Ñ S W Y V E N S L W S M K D P M
S O L I F U N P A F R Q U B L Q G
D R E F C T C L I N E K A R L F O
L U D Z Q O I J E R A T H L E O Y
U F Y A D C A D I C C I O N Z X R

TEMA 2. CLASIFICACION DE LAS DROGAS Y CONSECUENCIAS DE SU CONSUMO

Existen una gran cantidad de drogas o sustancias que causan adicción, siendo todas ellas perjudiciales para el organismo, aunque algunas tienen efectos más graves en la salud física y mental de aquéllos que las consumen.



Las drogas se pueden clasificar de acuerdo a los efectos inmediatos que tienen en el organismo, principalmente en el sistema nervioso. Así se pueden agrupar como drogas:

- **Depresoras:** Alcohol, barbitúricos, inhalantes y narcóticos. Disminuyen u obstaculizan la actividad del Sistema Nervioso Central.
- **Estimulantes:** Cafeína, nicotina, cocaína, basuco, marihuana y anfetaminas. Aumentan o excitan la actividad del sistema nerviosos central.
- **Alucinógenos o psicodélicos:** LSD, polvo de ángel. Provocan alucinaciones, delirio y pérdida de contacto con la realidad. (3,5)

Los efectos y las consecuencias que las drogas producen en el individuo también son diferentes, aunque su consumo siempre resulta negativo para la salud tanto física como emocional de las personas y en muchas ocasiones no sólo para quien las consume, sino para todos los que lo rodean. De este modo, las consecuencias del consumo continuo de las drogas pueden ser:

- **Leves:** Tienen efectos tóxicos y producen algún daño físico, pero no deterioro cerebral. Entre ellas se encuentran el café, el refresco de cola y el chocolate.
- **Moderadas:** Producen dependencia y traen problemas en las vías respiratorias y en el sistema circulatorio. En este grupo se encuentran la marihuana y el tabaco.
- **Graves:** Afectan órganos vitales como el estómago, el hígado y los riñones, además de causar deterioro cerebral y, en la mayoría de los casos la muerte. Tanto los efectos como las consecuencias de su consumo son visibles en un tiempo muy breve, causando un mayor deterioro en un menor tiempo. Entre éstas se encuentran el alcohol, la cocaína, los inhalantes o solventes, la heroína, el LSD, entre otras. (6)

Además de los efectos tóxicos específicos que cada droga ocasiona, existen otras consecuencias generales de la farmacodependencia, la cual es una situación que causa daño en sí misma, ya que el consumo de sustancias de manera continua, a dosis inadecuadas y con capacidad de generar dependencia tanto física como psicológica produce las siguientes consecuencias:



- **Reacciones antisociales:** Es común encontrar asociados el consumo de drogas con diversos delitos tales como robo, homicidios, tráfico ilegal, riñas y prostitución, ya que el adicto vive por y para la droga, por lo que cae frecuentemente en estas conductas para conseguir el dinero o para adquirir directamente la droga. Además, la persona adicta genera en sí misma y en su familia situaciones de tensión tan graves que llevan a suicidios, violencia familiar, accidentes, así como descuido escolar y laboral.
- **Síndrome de disminución de la actividad general:** El adicto experimenta un desganado general y falta de fuerza física, indiferencia, disminución o interrupción del movimiento, disminución o pérdida de capacidades intelectuales, pasividad, falta de intereses, aislamiento, falta de apetito, etc.



- **Infecciones y disminución de las defensas:** Esto es probable sobre todo en aquellas drogas que se inyectan (opióceos), ya que la falta de higiene puede llevar al contagio de enfermedades como hepatitis viral, paludismo, hongos, tétanos, infecciones en los ojos, SIDA, etc. Además, el solo hecho de consumir la droga debilita al organismo y disminuye las defensas que ayudan a combatir cualquier enfermedad.
- **Peligro de sobredosis:** Este peligro existe sobre todo cuando se consume una dosis elevada de la droga después de un tiempo prolongado de no consumirla.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

- **Riesgo de escalada:** Esto se refiere al riesgo de consumir otras drogas más fuertes y con mayor capacidad de producir dependencia, luego de haber consumido drogas con efectos más leves o moderados.



- **Trastornos mentales:** El consumo frecuente de drogas puede producir la aparición de síntomas característicos de distintos trastornos mentales, tales como alucinaciones, delirios, pérdida de contacto con la realidad, entre otros. (3)

La siguiente actividad te ayudará a analizar las principales consecuencias personales, familiares y sociales de la farmacodependencia.

ACTIVIDAD 25

Sociodrama: ¿Qué puede suceder si consumo drogas?(6-)

- 1) Escribe en los siguientes espacios las principales consecuencias del consumo de drogas y alcohol que hayas identificado en el sociodrama (representación):

- Personales: _____
- Familiares: _____
- Sociales: _____

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

La prevención de la farmacodependencia se inicia con el reconocimiento de los factores de riesgo que tú como preadolescente o adolescente experimentas, ya que uno solo por sí mismo no puede desencadenar la problemática. Por lo tanto, es muy importante que identifiques todas las situaciones que pudieran llevarte a consumir drogas; además de encontrar aquellos factores que te ayuden a contrarrestar los factores negativos y a enfrentar de manera adecuada las situaciones de crisis, principalmente en esta etapa de tu vida en la cual estás empezando a conocerte y desarrollarte como un individuo independiente. (3,4)

Las siguientes actividades tienen como objetivo que analices los factores de riesgo que inducen al consumo de drogas, así como los factores que pueden ayudar a prevenirlo, para crear medidas viables de prevención en tu comunidad.

ACTIVIDAD 26

Fuerzas positivas y fuerzas negativas (6)

En el espacio de la izquierda escribe en orden de importancia los factores que incrementan el riesgo de consumo de drogas. En el de la derecha escribe aquellos que pueden prevenirlo o contrarrestarlo.

FUERZAS NEGATIVAS	FUERZAS POSITIVAS
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

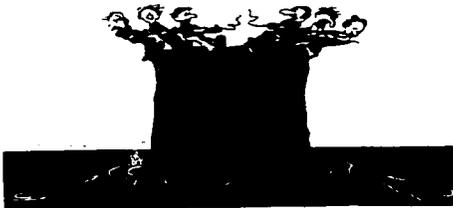
Ahora escribe una alternativa real para la prevención de la farmacodependencia:



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 3. CAUSAS DE LA FARMACODEPENDENCIA Y MEDIDAS DE PREVENCIÓN

La principal causa de la farmacodependencia es la búsqueda de algo que ayude a compensar o satisfacer una carencia, necesidad o incapacidad.



Para que se genere este problema es necesario que intervengan diversos factores personales, familiares y sociales, los cuales al combinarse propician las condiciones necesarias para que se desarrolle la adicción. (3)

Entre los factores de riesgo personales están:

- Herencia
- Edad, siendo los adolescentes el grupo de mayor riesgo
- Autoestima negativa
- Actitud no asertiva
- Valores negativos y ausencia de metas
- Enfermedades físicas, en especial del sistema nervioso
- Búsqueda de aceptación y de "emociones fuertes" (1,3)

Los principales factores familiares son:

- Actitudes y hábitos permisivos respecto al consumo de drogas, principalmente alcohol y tabaco.
- Actitud sobreprotectora de los padres, la cual influye para que los hijos no tomen sus propias decisiones.
- Comunicación y apoyo deficientes entre los miembros.
- Límites y reglas familiares demasiado flexibles o demasiado rígidas
- Violencia física, emocional y/o sexual
- Desintegración familiar (3,5)



Entre los factores sociales asociados a este problema se encuentran:

- Presión del grupo de amigos
- Influencia de los medios de comunicación masiva
- Disponibilidad de las drogas y la actitud permisiva de las autoridades
- Condiciones socioeconómicas extremas

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Existen diversas circunstancias que pueden facilitar que los chicos de tu edad inicien el consumo de drogas. Una de ellas es la presión que ejerce el grupo de compañeros, como en el caso de Raúl el cual se encuentra en una fiesta con sus amigos festejando que terminó el ciclo escolar. Javier, uno de sus mejores amigos saca polvo de cocaína y se lo ofrece a Raúl, quien tiene mucha curiosidad pero a la vez tiene miedo de probarla. Al mismo tiempo, teme decirle que no a Javier porque cree que se pueden burlar de él y perder su amistad y la de los demás del grupo. Una autoestima negativa y la falta de asertividad son factores importantes para que se den situaciones de este tipo.



La curiosidad por conocer el efecto que producen el alcohol y las drogas es otro factor importante para que un joven consuma sustancias adictivas, por ejemplo, Rafael y Mónica están en una fiesta, ahí él empieza a tomar cerveza y le ofrece a Mónica algo de tomar; ella no quiere porque no le gusta el sabor de las bebidas alcohólicas. Rafael insiste y le dice que no le pasará nada por tomarse una cerveza. Mónica lo quiere mucho y quiere darle gusto y se pregunta a sí misma: ¿debo tomar una bebida alcohólica aunque no me guste? ¿Por qué a la mayoría de las personas les gusta tomar y a mí no? ¿Cuándo sea más grande podré saborearlas mejor?



La influencia de los medios masivos de comunicación y una información deficiente acerca de las consecuencias del consumo de alcohol y tabaco son un tercer factor de gran importancia para que las personas, principalmente los preadolescentes y adolescentes fumen y beban alcohol. Un caso que representa esto es Pablo, un adolescente de 13 años al cual su madre le ha dicho constantemente que debe comportarse como un hombre, pero no le ha aclarado a qué se refiere con esto. Pablo está en su casa viendo la televisión; a él siempre le han atraído los comerciales donde la figura masculina es el centro de atención y observa que en éstos el "hombre fuerte, auténtico, atractivo y actual" fuma y toma alcohol, sin detenerse a reflexionar en las consecuencias negativas de tales conductas.

Un aspecto muy importante para prevenir el consumo indebido de drogas es que desarrolles tu capacidad de juicio crítico, es decir, tu capacidad de escuchar diferentes puntos de vista, analizar los pros y contras que éstos plantean acerca del consumo de drogas, y luego puedas decidir y tomar partido por alguna de ellos y participar activamente en medidas de prevención, primeramente dirigidas hacia ti mismo y luego hacia los demás.



ACTIVIDAD 27

¿Qué opinas de la Farmacodependencia? (6°)

En equipos de 5 personas, elaboren entre 3 y 5 preguntas con relación a las causas de las farmacodependencia y a las medidas que pueden ayudar a prevenirla. Elijan a 1 persona a la cual entrevistarán utilizando las preguntas que elaboraron. Dicha persona puede ser un profesional (médico, enfermera, psicólogo, maestro, abogado, etc.) o un personaje representativo de la comunidad (sacerdote, comerciante, policía, etc.).

Anota aquí tus preguntas y la respuesta que obtuviste:

Nombre del entrevistado: _____

Edad: _____ Escolaridad: _____ Ocupación: _____

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

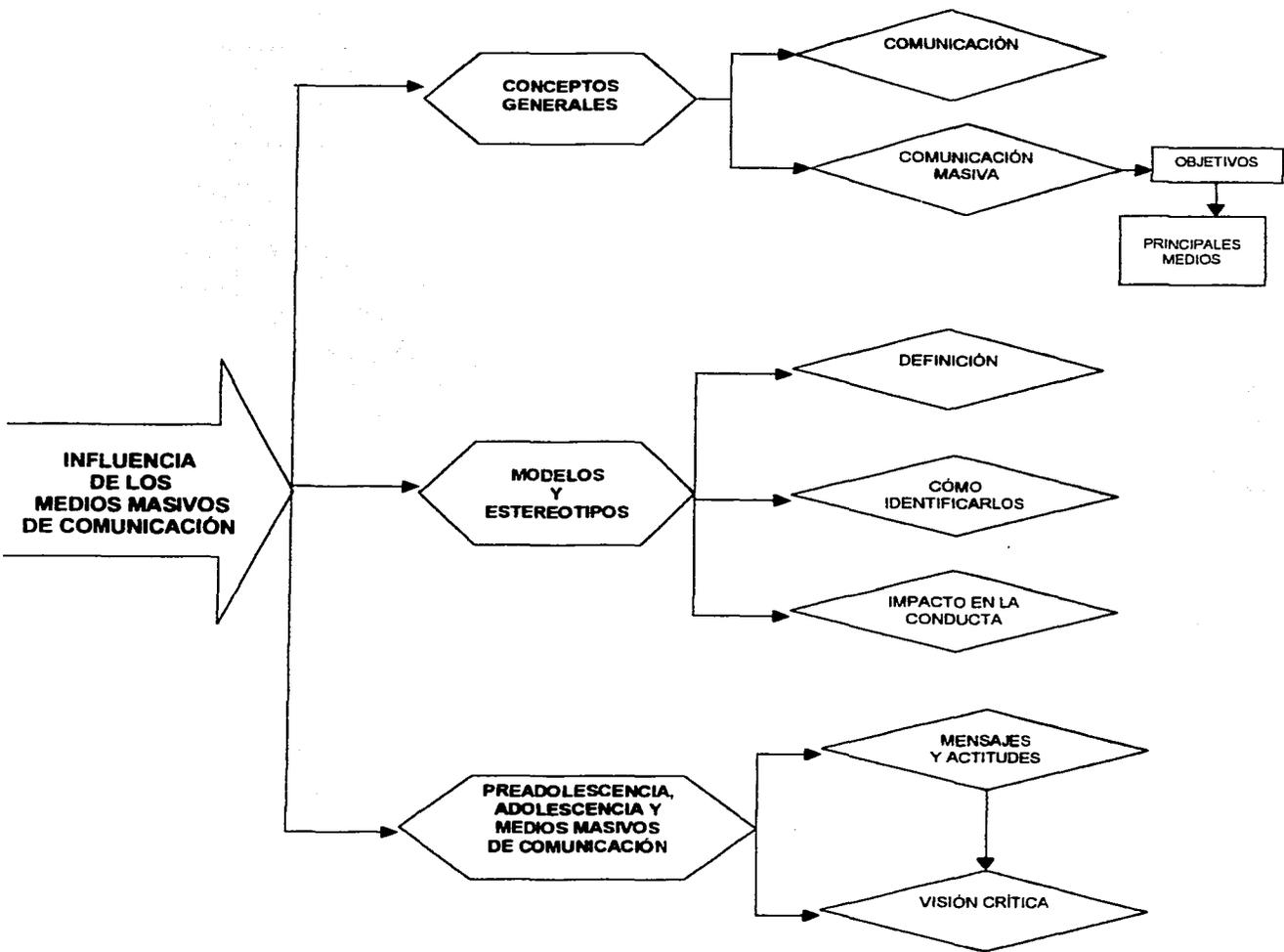
1. Charro, B. & Martínez, M. (1995). **Dinámica personal y familiar de los toxicómanos**. Madrid: Publicaciones de la Universidad Pontificia Comillas
2. Lorenzo, P., Ladero, J.M., Leza, J. C. & Lizasoain, I. (1998). **Drogodependencia. Farmacología, Patología, Psicología, legislación**. España: Ed. Médica Panamericana.
3. Kawage, A., Gutierrez, P. & Llano, M. (1998). **Las adicciones y las disfunciones en la familia**. México: Editorial Trillas.
4. Macía, A. (1995). **Conocer y educar para prevenir**. Editorial Pirámide
5. Pick, S. & Vargas-Trujillo, E. (1992). **Yo adolescente**. 3ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta-IMIFAP.
6. Pick, S. & col. (1996). **Planeando tu vida. Programa de educación sexual y para la vida**. 7ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta.
7. Tapia-Conyer, R. (2001). **Las adicciones: dimensión, impacto y perspectivas**. México: Manual Moderno.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

UNIDAD V

INFLUENCIA DE LOS MEDIOS MASIVOS DE COMUNICACION





TESIS CON FALLA DE ORIGEN

Esta unidad tiene como objetivo que tú:

Analices la influencia de los medios de comunicación masiva en los diferentes aspectos de la vida del ser humano.

INTRODUCCION

Hasta ahora hemos analizado algunos de los aspectos más importantes del ser humano y, en particular del adolescente; aspectos tan relevantes como el conocerse a uno mismo, aceptarse y valorarse con cualidades y defectos y a partir de ello comunicarse adecuadamente con los demás, especialmente con la familia, la cual es el primer grupo en el que el ser humano se desarrolla y aprende a relacionarse. Por otro lado, el adolescente ha de estar consciente de los cambios tanto físicos como psicológicos que experimenta, ya que éstos tienen que ver con su sexualidad y la responsabilidad con que la expresa y la comparte, ya que existen grandes riesgos de contagiarse de alguna enfermedad de transmisión sexual, así como de que ocurra un embarazo a temprana edad, encontrándose en ambos casos la salud y la felicidad del adolescente en juego.

Por otro lado, debido a que durante la adolescencia el individuo se encuentra en una constante crisis ya que está buscando su propia identidad, la probabilidad de consumir drogas o alcohol se incrementa y lo ubica como una persona de alto riesgo a padecer alguna adicción que sin duda alguna le traerá consecuencias negativas en su persona, en su familia y en su integración a la vida social.

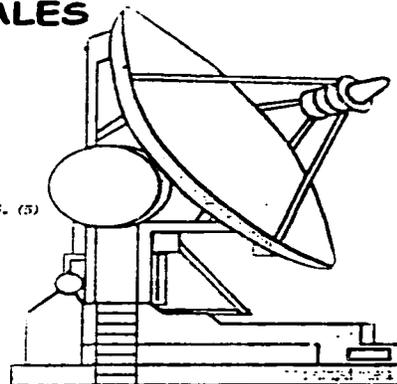
Al mismo tiempo que como adolescente vives internamente todos los cambios que ya conoces, y cambian las relaciones con las personas más cercanas a ti, también la sociedad en general te ve y te trata de manera diferente, mostrándote y exigiéndote diversos papeles y roles en el aspecto físico, intelectual, familiar, sexual y de comportamiento. Tales exigencias llegan a ti principalmente a través de los medios de comunicación masiva, en especial por medio de la televisión y la radio, los cuales se encuentran llenos de mensajes dirigidos a los chicos que como tú, viven esta etapa; que están buscando su identidad y sentando las bases para definirse como personas adultas, integrales y completas.

Atendiendo a esto, la presente unidad tiene como finalidad brindarte información acerca de los medios de comunicación masiva, pero sobre todo ayudarte a adquirir y mantener una actitud crítica y de análisis de los mensajes que dichos medios te envían en relación con el conocimiento y aprecio hacia ti mismo, a la función y la relación con tu familia; así como tu responsabilidad ante la sexualidad y el consumo de drogas y alcohol.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 1. CONCEPTOS GENERALES

La comunicación masiva es un proceso por el cual ciertos grupos especializados hacen llegar información a un gran número de receptores en lugares, espacios y momentos diferentes a través de canales impresos y técnicos. (5)



La comunicación a través de medios masivos es sólo una forma en que el ser humano ha aprendido a comunicarse a lo largo de la historia, y tiene como finalidad transmitir un mensaje a un gran número de personas. Entre los principales medios de comunicación masiva se encuentran:

- La televisión
- La radio
- La prensa
- Los libros
- El cine
- Los juegos de video (5)
- La internet



Todos estos medios tienen objetivos comunes entre los que se encuentran brindar información acerca de los sucesos relevantes, entretener y divertir al público, vender productos, servicios e ideas a través de la publicidad, así como educar a la población. (2)

Las siguientes actividades te permitirán comprender qué es la comunicación masiva y cuáles son sus objetivos.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ACTIVIDAD 28

Comunicación masiva

¿ En qué equipo fue más fácil transmitir el mensaje? ¿Por qué?

¿En qué equipo fue más rápido transmitir el mensaje? _____
¿por qué crees que ocurra esto? _____

¿Qué ventajas y qué desventajas observas en ambos tipos de comunicación?

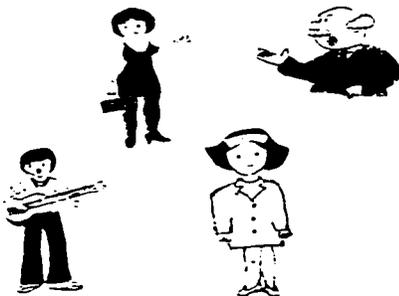
¿ En cuál equipo se dieron mayores diferencias en lo que cada quién entendió del mensaje? _____

¿ por qué crees que ocurrió esto? _____

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 2. MODELOS Y ESTEREOTIPOS

Durante la adolescencia todo individuo busca identificarse con otros y de este modo adquiere modelos para actuar (4); necesita sentirse idéntico a los demás en cuanto a sus emociones y su apariencia física por ello fácilmente sigue lo que la mayoría, a través de los medios de comunicación masiva, imponen a los chicos adolescentes. (6)



Los estereotipos son creencias rígidas y fijas sobre cómo debe ser la conducta, la apariencia y la actitud de una persona al desempeñar un determinado papel. (4)

La mayoría de los medios de comunicación masiva, especialmente la televisión presentan y refuerzan los estereotipos en los papeles sexuales, presentando a los hombres como fuertes, atrevidos y poco expresivos; mientras que la mujer es vista como delicada, bella, sensible pero también débil, sumisa y con poca autonomía por lo que debe depender del hombre para desarrollarse adecuadamente. (3)



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Las siguientes actividades te permitirán comprender y analizar qué son los modelos y estereotipos, cuáles refuerzan los medios de comunicación masiva y cómo influyen en el adolescente.

ACTIVIDAD 29

Buscando estereotipos (2^a)

RADIO (Canción)

Reunidos en grupo escuchen la canción que el instructor(a) les propondrá, después de escucharlas reúnanse en equipos de 5 ó 6 integrantes y analicen el contenido de cada canción con base en la siguiente guía:

- Titulo de la canción: _____
- Intérprete: _____
- Mensaje que transmite acerca de:
El mundo: _____
El hombre: _____
La mujer: _____
Los sentimientos y su expresión: _____
- Explica qué estereotipos son reforzados por la letra de la canción: _____

TELEVISION (Programa)

El instructor presentará un video con algún programa, después de verlo analicen su contenido ayudándose de la siguiente guía:

- Nombre del programa: _____
- Horario y canal en cual se transmite: _____
- Público al que está dirigido principalmente: _____
- Personajes principales: _____

- Qué mensaje transmite acerca de:
Roles sexuales: _____

Clases sociales: _____

La belleza física: _____

PRENSA (Revistas)

Elijan una revista que la mayoría de los miembros del grupo lean con frecuencia y en equipos de 5 integrantes analicen su contenido utilizando la siguiente guía:

Revista

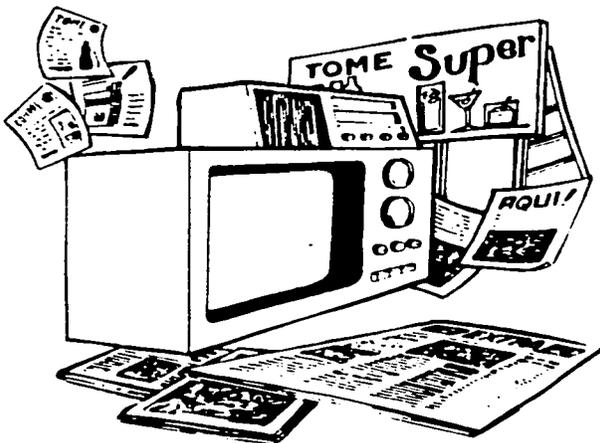
- Nombre de la revista: _____
- Público al que está dirigida: _____
- Mensajes que refuerza acerca de:
Roles sexuales: _____

Clases sociales: _____

TEMA 3. INFLUENCIA DE LOS MEDIOS MASIVOS DE COMUNICACIÓN EN EL ADOLESCENTE

Los medios de comunicación masiva buscan explotar la necesidad del adolescente de identificarse con algo o con alguien, creando modelos e ideales que casi siempre se encuentran alejados de la realidad. (6)

Los medios ejercen una notable influencia en las creencias, actitudes y conductas de cada persona, diferenciándose tal influencia de acuerdo a la familia, los valores, la autoestima y la forma de relacionarse de cada quién.



La mayoría de los mensajes enviados por los medios de comunicación masiva, en especial a través de la publicidad, promueven los valores que refuerza la ideología dominante en la época actual: competitividad, triunfo, poder, despreocupación, seguridad, bienestar, salud, comodidad y rapidez. (1)

También los medios brindan información y forman actitudes de manera directa e indirecta acerca de la agresividad y la violencia, la sexualidad y su expresión adecuada, la familia y su función en la sociedad, así como el consumo de sustancias adictivas.

La siguiente actividad te ayudará a reflexionar sobre la influencia de los medios de comunicación masiva en tu vida como adolescente, asumiendo una actitud crítica hacia ellos.

ACTIVIDAD 30

Mi programa favorito (3°)

Elige el programa que más te guste ver en la televisión y con base en él responde la siguiente guía, la cual te permitirá verlo de manera crítica:

Me gusta ver el programa: _____
que sale _____ en el canal _____ de las _____ a las _____.
El programa se trató de: _____

¿Alguien más influyó para que tú vieras el programa? _____ ¿quién? _____
_____ ¿por qué? _____

De los personajes que intervienen, ¿cuál te gustó más? _____
¿por qué? _____

¿cuál te disgustó? _____ ¿por qué? _____

¿Qué objetivo crees que persiga el programa? _____
¿aprendiste algo a través de él? _____ ¿qué aprendiste? _____

Qué mensajes transmiten tanto el programa como los comerciales respecto a:
La autoestima: _____

La asertividad: _____

Los valores: _____

La familia: _____

La sexualidad: _____

La farmacodependencia y el alcoholismo: _____

DIRECTORIO

A continuación se encuentra la lista de los teléfonos de algunas instituciones a donde puedes acudir para ampliar la información, así como para buscar ayuda si a través del taller has descubierto la presencia de algún problema relativo a los temas abordados. Esta lista no agota todas las posibles alternativas que existen para prestar atención a la comunidad, pero sí se trata de las más relevantes, así que:

Úsalo y disfruta de esta etapa de la vida...

INSTITUCION	TELEFONO(S)
1. ADIVAC (Asociación para el Desarrollo Integral de Personas Violadas. A.C.)	56 87 79 69
2. Alcohólicos Anónimos/ Al-Anon (GPO. MATRIZ)	52 86 15 76/ 56 58 15 93/52 86 20 46
3. CAVI (Centro de Atención a la Violencia Intrafamiliar)	56 25 71 20/ 56 25 86 34
4. Centro de Terapia de apoyo a víctimas de delitos sexuales	52 00 96 33
5. DROGADICTOS ANONIMOS	55 79 19 06
6. SAPTEL (Apoyo Psicológico por teléfono)	53 95 11 11
7. Subprocuraduría del menor y la familia	55 29 90 65
8. CONASIDA (Consejo Nacional de Prevención y Control del VIH-SIDA)	52 07 40 77/ 55 54 93 33
9. Centro de Servicios Psicológicos "Dr. Guillermo Dávila" de la Facultad de Psicología U.N.A.M.	56 22 23 09
10. Centros de Integración Juvenil	52 12 12 12
11. PAIVSAS (Programa de Atención Integral a Víctimas Sobrevivientes de Agresión Sexual) U.N.A.M.	56 22 22 54
12. MEXFAM (Fundación Mexicana para la Planificación Familiar, A.C.)	55 73 70 70/ 55 73 71 00
13. CORA (Centro de Orientación para Adolescentes)	56 05 43 70/ 56 05 88 41
14. De joven a joven (Orientación telefónica)	55 18 41 07
15. Instituto Mexicano de la Juventud (Dpto. de sexualidad)	55 35 16 05 Ext. 239

ANEXO IV

**Orientación
Psicoeducativa para
preadolescentes y
adolescentes:**

**Una estrategia de
prevención**

**Glossomatía para el
instructor**

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

INDICE

Introducción.....	1
Unidad I Conocimiento de sí mismo.....	4
1. Pubertad y adolescencia.....	6
2. La Autoestima.....	13
3. Asertividad.....	18
4. Valores.....	22
Método de evaluación sugerido.....	26
Unidad II Importancia de la familia.....	29
1. La familia y sus funciones.....	31
2. Tipos de familia.....	34
3. Comunicación familiar.....	38
Método de evaluación sugerido.....	42
Unidad III Responsabilidad ante la sexualidad.....	45
1. Sexo y sexualidad.....	47
2. Anatomía y fisiología de los aparatos sexuales.....	51
3. Reproducción humana.....	57
4. Embarazo a temprana edad.....	62
5. Métodos anticonceptivos.....	66
6. Salud sexual.....	71
7. Prevenciaón de las agresiones sexuales.....	78
Método de evaluación sugerido.....	84
Unidad IV Prevención de la farmacodependencia.....	88
1. Conceptos generales.....	90
2. Clasificación de las drogas y consecuencias de su consumo.....	94
3. Causas de la farmacodependencia y medidas de prevención.....	100
Método de evaluación sugerido.....	107
Unidad V Influencia de los medios masivos de comunicación.....	111
1. Conceptos generales.....	113
2. Modelos y estereotipos.....	117
3. Influencia de los medios masivos de comunicación en el adolescente.....	120
Método de evaluación sugerido.....	125
Directorio.....	128

PAGINACIÓN DISCONTINUA

INTRODUCCION

La **Crestomatía para el Instructor del "Programa de orientación psicoeducativa para preadolescentes y adolescentes: una estrategia de prevención"**, es el complemento del Cuaderno de Actividades para el participante. Ambos surgieron a partir del trabajo realizado durante el ciclo escolar 97-98 en la Escuela Primaria Ejército Nacional, ubicada en Copilco El Alto, México D.F. Dicho trabajo consistió en la aplicación del "Programa de Orientación Psicoeducativa para alumnos de 6° grado de primaria", el cual formaba parte de las prácticas integrales del área de Psicología Educativa, de la Facultad de Psicología de la U.N.A.M.

Este programa tiene como principal objetivo brindar información a los preadolescentes y adolescentes* acerca de las áreas de: Autoconocimiento, relaciones familiares, sexualidad, farmacodependencia y medios masivos de comunicación, con el fin de que adquieran habilidades para reflexionar sobre estos temas y sean capaces de tomar decisiones que les ayuden a aceptar y vivir de manera más natural los cambios biológicos, psicológicos y sociales que se experimentan durante la preadolescencia y la adolescencia, en la búsqueda de una mejor adaptación y ajuste en su futuro como hombres o mujeres adultos.

De tal forma, la **Crestomatía para el Instructor** pretende ser una herramienta de apoyo para los profesores de 5° y 6° grado de educación primaria, así como para los de educación secundaria, y otros profesionales de la educación interesados en la orientación psicológica y educativa en estos niveles. En este texto se abordan una serie de temas que adquieren mayor relevancia durante las etapas de la preadolescencia y la adolescencia misma, considerando al ser humano como un ser biopsicosocial en desarrollo, en una fase de transición hacia la madurez en todos los aspectos de la vida, con la finalidad de conformarse como un individuo autónomo e independiente.

De este modo, se contemplan tanto los aspectos relativos a las transformaciones en la apariencia física y en las funciones del organismo que caracterizan a la pubertad, así como a las transformaciones en el estilo de pensamiento, las habilidades, las actitudes y los intereses que cada persona experimenta durante estos años. Lo anterior afecta directamente la autoestima, así como su manera de ver y valorar el mundo y lo que éste le ofrece, intentando diversas formas de comunicación en sus relaciones interpersonales.

A pesar de que paulatinamente dichas relaciones adquieren mayor importancia hacia el exterior del núcleo familiar, durante esta etapa es crucial el aprendizaje que el adolescente ha llevado a cabo. De allí la relevancia que cobra el análisis de la familia y su papel en la vida de cada individuo, pues a través de ella se aprende entre otras cosas a resolver problemas, a relacionarse con los semejantes, a actuar de acuerdo a los roles sexuales y a convivir con la pareja. Todo ello es reconsiderado durante la adolescencia y la primera juventud con miras a la elección de una pareja y a la formación de una nueva familia.

En esta perspectiva entra en juego otro aspecto de suma importancia para el individuo: la sexualidad. Si bien éste es un aspecto presente en el ser humano desde el nacimiento hasta la muerte, durante esta etapa adquiere mayor relevancia debido a los cambios hormonales que el individuo vive, despertándose el interés hacia la propia sexualidad y cómo compartirla.

Es justo el cómo y con quién compartirla lo que mayormente inquieta no sólo a los adolescentes, sino a los adultos que conviven con ellos, principalmente padres y maestros, ya que surgen nuevas dudas e inquietudes que en numerosas ocasiones colocan a los jóvenes en situaciones que ponen en riesgo su salud física y emocional, así como su desarrollo e incluso su integridad.

Es por ello que se considera necesario no sólo brindar información teórica, sino educar en cuanto a valores y dar herramientas prácticas que permitan a los participantes conocer su cuerpo y sus reacciones, además de entender con mayor claridad los medios para resguardar su salud evitando el contagio de enfermedades de transmisión sexual, un embarazo no deseado así como la forma de prevenir agresiones de tipo sexual con desconocidos, con familiares y con la propia pareja.

Por otro lado, pero también en relación a las nuevas inquietudes que los adolescentes experimentan, se contempla el tema de la farmacodependencia, enfocado principalmente al aspecto preventivo; ya que más allá de proporcionar información acerca de las drogas y sus efectos, hoy en día se considera mucho más productivo intentar situar al joven en un contexto que le permita valorarse a sí mismo y valorar su entorno en este aspecto, procurando darle herramientas que le ayuden a decidir de manera libre y consciente. Esto, ante la inminente presencia de la invitación a consumir drogas, tanto legales como ilegales en ambientes tan diversos como son la escuela, la calle, los centros de diversión, etc. Esta invitación puede ser tanto directa como indirecta, es decir, presentarse de forma clara con personas conocidas y cercanas a los adolescentes, especialmente en el grupo de pares; pero también se da una invitación indirecta a través de los medios de comunicación masiva, los cuales tienen gran influencia en los individuos, en especial durante la infancia y la adolescencia. Dicha influencia no sólo se refiere al consumo de drogas, sino que va más allá interviniendo en la visión que el individuo tiene de sí mismo y de lo que es y posee, encaminando sus objetivos muchas veces en relación a modelos y estereotipos que están sumamente alejados de su realidad, generándose así sentimientos de frustración y poca valía personal.

Debido a esto, es fundamental que los adolescentes aprendan a ver, escuchar y leer los medios de comunicación masiva de una manera crítica, no sólo observando y recibiendo información y mensajes, sino siendo capaces de analizarlos y desglosarlos, apropiándose de lo realmente productivo y desechando lo que le resulte poco útil e incluso dañino para su sano desarrollo.

Todos estos temas no son totalmente desconocidos por los profesores e incluso por los preadolescentes y adolescentes, sin embargo, aunque en repetidas ocasiones se abordan en ciertos textos o actividades, se hace de manera aislada, poco sistemática y como parte de una asignatura más, sin darle un enfoque integrado e integral que permita al estudiante verse a sí mismo como una persona en la cual confluyen todos estos aspectos y que todos ellos son importantes en esta etapa, durante la cual se está conformando su personalidad y con ello su propia autonomía e independencia.

Existen varios textos que contienen información acerca de la adolescencia, así como numerosas dinámicas y ejercicios para realizar con los preadolescentes y adolescentes; sin embargo, algunos de ellos son poco accesibles por el lenguaje y los requerimientos en cuanto a los conocimientos teórico-prácticos para manejar los temas y las dinámicas en grupos determinados. Aunado a esto, la mayoría son poco accesibles principalmente para los profesores del sector público por el costo económico que representan, incluso para ser adquiridos por la institución educativa en la que laboran, ya que pocas escuelas cuentan con el presupuesto necesario para ampliar o iniciar su biblioteca con dichos textos.

Atendiendo a las necesidades expresadas, se diseñó esta *Crestomatía* (Colección de escritos selectos para la enseñanza) la cual representa una recopilación de varios textos especializados escritos por profesionales de la orientación para adolescentes, entre los cuales destacan: "Yo adolescente", "Yo quiero, yo puedo" y "Planeando tu vida" de Susan Pick; "Sexualidad para la

gente joven” editado por MEXFAM, “Domina la autoestima” y “Asertividad: sé tú mismo sin sentirte culpable” de Eduardo Aguilar Kubli, entre otros.

Además del contenido teórico, la presente Crestomatia cuenta con una breve explicación de las actividades contenidas en el Cuaderno de Actividades del participante, así como otras que se sugieren para ampliar éstas. Por último, le brinda algunas sugerencias para evaluar cada uno de los temas contenidos con el fin de verificar el avance en los participantes en cada uno de ellos.

De este modo, cuenta usted con la información y las actividades que ponen al alcance del participante la posibilidad de aprender y reflexionar acerca de ese ser que empieza a cambiar y transformarse y que hoy por hoy es sumamente importante: él mismo.

* Cada vez que se haga referencia en forma plural o singular a: “el preadolescente, el estudiante, el adolescente, el joven, el chico, el participante, el profesor, el adulto, etc.” se hará de manera genérica, incluyendo tanto a hombres como a mujeres.

Además, cuando se hable de “el participante” se hará referencia a los y las preadolescentes y a los y las adolescentes.

UNIDAD I



CONOCIMIENTO DE SI MISMO

Objetivos generales:

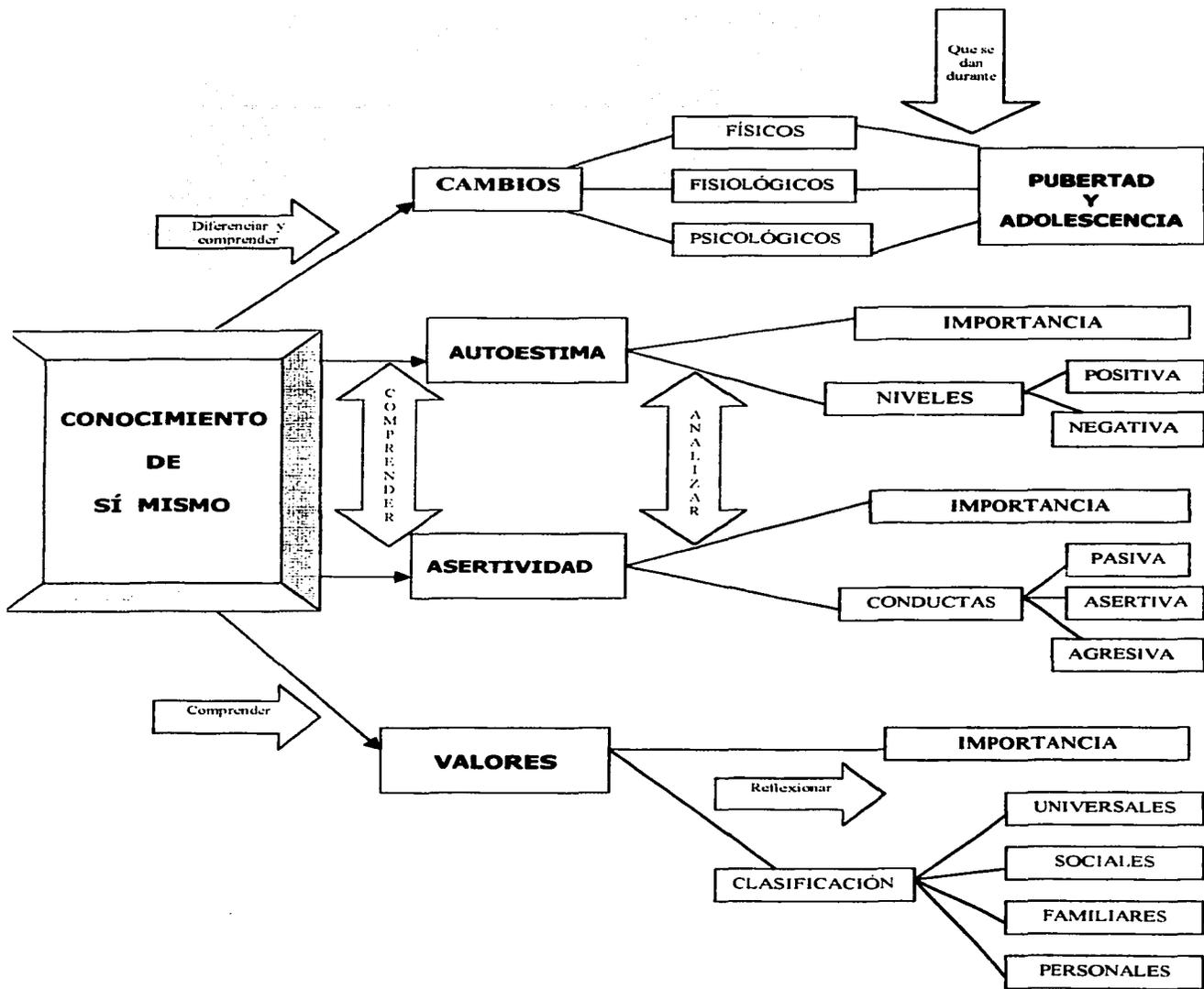
- **Conocer y diferenciar los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos que se dan en la pubertad y la adolescencia**
- **Analizar el papel de la autoestima, la asertividad y los valores en las relaciones interpersonales durante la adolescencia.**

La pubertad y la adolescencia son dos etapas cruciales en la vida del ser humano, ya que durante estos años el individuo debe madurar en todos los aspectos (biológico, psicológico y social) con el fin de conformarse como un adulto integral e independiente que sea capaz de tomar decisiones por sí mismo.

Para que esto suceda es crucial que el ser humano se conozca a sí mismo, ya que en la medida en la que el o la adolescente se acepte y valore le será más fácil y agradable dejar la infancia y adentrarse en el mundo de la adultez.

Durante los años que duran la pubertad y la adolescencia se suscitan una serie de cambios a nivel tanto físico como psicológico, los cuales afectan y a su vez se ven afectados por la opinión que cada chico(a) tenga de sí mismo(a), por el valor que le de a su propia persona reconociendo cualidades y defectos, es decir, por su autoestima. Así mismo, los chicos durante esta etapa tienen mayor oportunidad de negociar con sus padres y otras autoridades, teniendo la ventaja de expresar sus ideas, necesidades y sentimientos, lo cual deberán hacerlo de manera clara y sin lastimar a los demás. Todo esto toma sentido y relevancia en la medida en que sea importante para el chico o la chica adolescente, ya que durante este tiempo es momento de ordenar y jerarquizar todo aquello que es o no trascendente para cada individuo y comenzar a actuar de acuerdo con ello.

La pubertad y la adolescencia pueden ser tan placenteras o tan difíciles de acuerdo a la historia y las expectativas de cada persona, por lo que es necesario apoyar y sobre todo brindar orientación e información a los jóvenes de esta edad a partir de sus inquietudes y dudas, con el fin de que se integren de la mejor manera posible en esta etapa de su vida.



TEMA I

PUBERTAD Y ADOLESCENCIA



OBJETIVOS:

Al finalizar este tema se espera que los participantes...

- **Comprendan y diferencien los conceptos de pubertad y adolescencia.**
- **Conozcan y diferencien los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos que se dan en la pubertad.**
- **Conozcan y diferencien los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos propios de la adolescencia.**

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Durante los últimos años de la primaria y especialmente durante la secundaria, el cuerpo de los alumnos cambia notablemente, haciéndolos verse y sentirse diferentes de cómo eran hasta hace poco. Así mismo, su forma de actuar y la manera en que los ven y los tratan los demás, también cambia de manera notoria.

Esta serie de transformaciones se deben a que han llegado a la etapa del desarrollo del ser humano llamada pubertad.



Pero... ¿qué es la pubertad?

Es la etapa de la vida que marca el inicio de la adolescencia, en la cual ocurren una serie de cambios en el funcionamiento y en la apariencia del cuerpo del niño(a) que le permiten alcanzar la madurez sexual . (11)

La pubertad se inicia aproximadamente entre los 9 y los 12 años en las niñas y entre los 10 y los 13 en los niños, dependiendo de la alimentación, la herencia, el clima, la raza, la ubicación geográfica y el funcionamiento interno de cada individuo. (8)

Los cambios de esta etapa se deben al aumento en el organismo de unas sustancias químicas llamadas hormonas, las cuales se producen en la hipófisis y las gónadas (ovarios y testículos).

La hipófisis es una glándula que se localiza en la base del cerebro, cuando el individuo llega a la pubertad, produce la hormona del crecimiento, que es la responsable del notable aumento de tamaño que se da en esta edad.

Otra hormona producida por la hipófisis es la que estimula a los ovarios en las niñas para que produzcan óvulos y hormonas femeninas; así como a los testículos en los niños para que produzcan espermatozoides y hormonas masculinas. (8)

Todos estas transformaciones se dan al interior del organismo, pero los chicos y las chicas pueden darse cuenta de que están ocurriendo, ya que en las niñas se manifiestan a través de la primera menstruación (menarquia) y en los niños por medio de la primera eyaculación.



ACTIVIDAD 1 Estoy cambiando

Los participantes anotarán los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos que ellos mismos han experimentado.

NOTA: Esta actividad deberá realizarse en casa y es recomendable que las respuestas de los participantes no sean comentadas en forma grupal, por la intimidad que las mismas representan, pero el instructor debe dejar abierta la posibilidad de comentar cualquier duda de manera personal con quien así lo solicite.

Además de la primera menstruación y de la eyaculación se dan otros cambios en la apariencia y el funcionamiento del cuerpo, así como en la conducta. Estos cambios se encuentran en los siguientes cuadros:

CAMBIOS EN LA MUJER

FISICOS	FISIOLOGICOS	PSICOLOGICOS
<ul style="list-style-type: none">• Aumento repentino de peso y estatura• Crecimiento del pecho• Ensanchamiento de cadera• Crecimiento de vello en el pubis y las axilas	<ul style="list-style-type: none">• Aumento de la actividad de la hipófisis y generación de estrógenos• Primera ovulación• Menarquía o primera menstruación• Disminución del ritmo cardíaco y respiratorio• Crecimiento del útero y los ovarios	<ul style="list-style-type: none">• Mayor capacidad para comprender y analizar conceptos: pensamiento abstracto• Preferencia por encontrarse a solas• Aceptación de los cambios físicos (8, 14)

CAMBIOS EN EL HOMBRE

FISICOS	FISIOLOGICOS	PSICOLOGICOS
<ul style="list-style-type: none">• Aumento repentino de peso y estatura• Crecimiento del pene y los testículos• Aumento de la fuerza física y la habilidad motora• Aumento de los músculos de hombros, brazos y piernas• Aparición de vello en el pubis, las axilas y la cara	<ul style="list-style-type: none">• Generación de testosterona debido al incremento en la actividad de la hipófisis• Disminución del ritmo cardíaco y respiratorio• Primera eyaculación• Cambio del tono de voz	<ul style="list-style-type: none">• Mayor capacidad para comprender y analizar conceptos: pensamiento abstracto• Preferencia por encontrarse a solas• Aceptación de los cambios en su cuerpo (8, 14)

Una vez completados los cambios físicos y fisiológicos que caracterizan a la pubertad, se inicia propiamente otra etapa que posiblemente ya se ha iniciado en tus alumnos, durante la cual el ser humano se descubre y define a sí mismo, con el fin de ser un adulto totalmente independiente. A esta etapa se le llama adolescencia.



Pero... ¿qué es la adolescencia?

Es el periodo o etapa del desarrollo que separa la infancia de la edad adulta, (13) durante la cual el ser humano busca su propia identidad reconociendo su cuerpo, sus sentimientos, sus capacidades, sus responsabilidades y sus derechos con el fin de volverse un individuo independiente. (8, 11)

La adolescencia comienza cuando concluyen los cambios de la pubertad, pero es muy difícil definir cuándo termina y se inicia la edad adulta. (8, 14)

Debido a que los cambios físicos y fisiológicos de esta etapa no son tan notorios como en la pubertad, el adolescente se centra en su forma de pensar, de sentir y actuar, ya que éstas también se modifican en gran medida.

Dichos cambios tienen como objetivo principal madurar en todos los aspectos para adquirir una responsabilidad social adulta. Esto implica la definición de un papel específico como hombre o como mujer en el trabajo, la familia, la sexualidad, la cultura y la recreación. (11, 14)



**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Los principales cambios que viven tanto el hombre como la mujer adolescentes se encuentran en el siguiente cuadro:

CAMBIOS DE LA ADOLESCENCIA

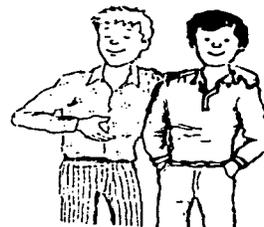
FISICOS Y FISIOLÓGICOS	PSICOLÓGICOS
<ul style="list-style-type: none"> • Los órganos sexuales maduran completamente • Capacidad física para reproducirse • Incremento en la frecuencia y la intensidad de los impulsos sexuales debido al cambio hormonal. • Aumento lento y leve de estatura 	<ul style="list-style-type: none"> • Crisis de valores • Necesidad de autonomía e independencia respecto a su familia • Tendencia grupal: busca compartir actividades e intereses • Búsqueda de identidad: sentimiento del propio yo • Cambios constantes de humor • Crisis religiosa • Interés hacia la sexualidad • Atracción y relaciones con el sexo opuesto cada vez más íntimas y cercanas • Capacidad para reflexionar sobre sí mismo • Pensamiento abstracto y con capacidad de planeación. (14)

De este modo, se dice que el adolescente está buscando su identidad(11), necesita descubrir quién es realmente; está en una lucha entre la dependencia y la independencia, quiere ser él mismo pero necesita la seguridad que le brindan sus padres; así mismo, tiene que renunciar a ellos y reconocer que no son perfectos, por lo que exagera sus defectos, se enoja y se distancia de ellos, lo cual le permite diferenciarse y lograr el desarrollo de su masculinidad o feminidad. Todo el amor que antes era sólo para sus padres, ahora lo experimenta hacia sí mismo, es decir, se vuelve egocéntrico y exagera la imagen que tiene de sí mismo, alejándose muchas veces de la realidad. (8)



**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Es frecuente que durante esta fase se tenga un amigo considerado "el mejor", el cual es de su mismo sexo y adquiere una importancia que antes no tenía: lo idealiza, lo admira y ama las características que él quisiera tener. (12)



Está descubriendo un cuerpo que desconocía y reconociendo que a pesar de los cambios él sigue siendo el mismo. Experimenta una gran variedad de sensaciones respecto a su sexualidad que ni siquiera había sospechado, siente la necesidad de relacionarse con el sexo opuesto pero antes de un acercamiento real dirige sus sentimientos hacia personas adultas con las cuales tiene pocas posibilidades reales de relacionarse (amor platónico). (12)



Posteriormente, es capaz de establecer una relación de pareja, encontrando así una nueva fuente de seguridad que le permite expresar y satisfacer sus necesidades físicas, emocionales y de comunicación. (12)

Este proceso lleva tiempo, mientras los adolescentes canalizan su sexualidad de diferentes maneras de acuerdo con sus valores, sus sentimientos, su autoestima y su posición frente a las normas. Las formas de expresar su sexualidad pueden ser:

- a) **La abstinencia**, es decir, no realizar actividad sexual alguna. Debido a ello los hombres experimentan eyaculaciones involuntarias durante la noche, la mayoría de las veces acompañadas de sueños eróticos (sueños húmedos). De igual manera, las mujeres que se abstienen tienen orgasmos o fantasías durante el sueño. (12)
- b) **La masturbación**, es la manipulación de los genitales con el fin de sentir placer. La realizan tanto hombres como mujeres y es la actividad principal de satisfacción sexual durante la adolescencia, aunque está rodeada de culpas y miedos. Sin embargo, se ha demostrado que no causa daño ni físico ni psicológico (debilidad, dolor de cabeza, acné, etc.) ; por el contrario, es una práctica muy saludable que permite al adolescente ensayar su sexualidad y tener un recurso más cuando inicie su vida en pareja. (11)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

- c) **Los encuentros con prostitutas** se originan cuando los impulsos sexuales del adolescente se ven manipulados por una sociedad contradictoria, cuyos valores confunden a los adolescentes respecto a su comportamiento sexual. Inicia su aprendizaje con una mujer que es indiferente a él, donde no hay ternura ni erotismo, ni una real y profunda intimidad. (12) Además, esta práctica da lugar muchas veces al contagio de enfermedades sexualmente transmisibles y a conflictos que pueden dificultar la vida sexual posterior.

- d) **El consumo de pornografía** es otro camino que distorsiona la actividad sexual y se da cuando la familia y la sociedad en general son incapaces de brindar información adecuada sobre este tema.

- e) **Tener relaciones sexuales** ya sea de manera libre y sin comprometerse, o bien con una pareja estable y hacia la cual existe un verdadero afecto. (12)

Estas son las principales opciones que todo individuo tiene para vivir su sexualidad, lo más importante es que la elección sea de manera responsable e informada, analizando las ventajas y desventajas en todos los aspectos que conforman al ser humano, es decir en cuanto a su salud física y emocional, así como a sus relaciones con los demás.

La pubertad y la adolescencia son dos etapas diferentes, pero que a la vez se complementan y en las cuales se toman decisiones muy importantes para la vida adulta. Por ello, es el momento propicio para conocer y valorar los pensamientos, sentimientos y capacidades, aceptándose a sí mismo y aceptando a los demás.



ACTIVIDAD 2 Inventa tu crucigrama (4*)

Los participantes formarán un crucigrama escribiendo una palabra que se relacione con estas etapas.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

TEMA 2

LA AUTOESTIMA



OBJETIVOS:

Una vez finalizado este tema se espera que los participantes:

- **Comprendan el concepto de autoestima.**
- **Sean capaces de analizar la importancia que tiene la autoestima en el desarrollo y el conocimiento de sí mismo(a).**
- **Conozcan y logren diferenciar las características de la autoestima positiva y de la autoestima negativa, así como sus respectivos efectos.**

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

La forma en que cada individuo viva los cambios que ocurren durante la pubertad y la adolescencia, depende de cómo se vea a sí mismo y cómo lo vean los demás, de cuánto se acepte y confíe en sí mismo, del respeto que se tenga y que dé a otros; es decir, depende de su autoestima.



Pero... ¿qué es la autoestima?

Es la necesidad del ser humano de valorar sus capacidades, experiencias, habilidades, pensamientos, sentimientos y acciones, adquiriendo confianza y respeto en sí mismo (1,3)

Para poder conocer y desarrollar la autoestima es necesario seguir cinco pasos, que llamaremos "La pirámide de la autoestima".

AUTOESTIMA: Es la suma de los pasos anteriores, es conocerse, estar consciente de los propios cambios, con valores definidos, desarrollar las capacidades, aceptarse y respetarse

AUTORRESPECTO: Es atender y satisfacer las propias necesidades y valores sin hacerse daño ni culparse.

AUTOACEPTACION: Es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo para poder cambiar lo que sea posible.

AUTOEVALUACION: Es la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas o malas de acuerdo a la satisfacción, interés y a la oportunidad de aprender y crecer que le den a cada individuo.

AUTOCONCEPTO: Son las creencias acerca de uno mismo, que se manifiestan en la conducta.

AUTOCONOCIMIENTO: Es conocer las partes que me componen como individuo, de qué manera se manifiestan, qué necesidades y qué habilidades poseo, los papeles que juego y saber por qué y cómo actúo y qué siento.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

(13)

¿ Qué importancia tiene la autoestima ?

La autoestima juega un papel muy importante en la vida de cada persona, ya que a partir del valor que se de a los propios pensamientos, sentimientos, acciones, etc. seremos capaces de:

- Escuchar y abrirnos al diálogo
- Ser optimistas ante situaciones difíciles, haciendo el pesimismo y la depresión a un lado
- Mantener relaciones estables y de igualdad con los demás
- Desarrollar nuestras habilidades al máximo
- Sentirnos felices ante el éxito en las actividades diarias
- Iniciar nuevos retos sin miedo al fracaso
- Reconocer y expresar nuestras necesidades
- Tener seguridad en nosotros mismos (1)



ACTIVIDAD 3 Conociéndome

Los participantes escribirán en un cuadro los aspectos positivos y los aspectos negativos que posean.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Autoestima alta y baja

La autoestima no está siempre en un mismo nivel, ni tampoco es igual en todas las personas ya que depende de la manera de cómo se vea uno a sí mismo y de cómo creemos que nos ven los demás, de en qué resaltamos más, si las cualidades o los defectos. Por eso hablamos de autoestima alta o positiva y baja o negativa.

En ocasiones se confunde la autoestima positiva o alta con actitudes de soberbia, altanería, egoísmo e incluso agresividad, por lo que vale la pena aclarar que dichas actitudes más que representar una autoestima positiva, son muestra de inseguridad y sentimientos de inferioridad, lo cual habla de un sentimiento de poco valor ante sí mismo. De este modo, y para evitar confusiones, la siguiente tabla muestra las principales características de una persona con autoestima positiva, también llamada alta y de una con autoestima baja o negativa:

AUTOESTIMA ALTA (+)	AUTOESTIMA BAJA (-)
<ul style="list-style-type: none"> • Se acepta como es y busca mejorar • Trabaja bien en equipo • Acepta con sencillez sus logros • Utiliza sus capacidades para el beneficio de todos • Acepta que comete errores y aprende de ellos • Se acepta y respeta a sí mismo y a los demás • Toma sus propias decisiones • Disfruta de todo lo que hace • Tiene valores propios y está convencido de ellos • Le gusta aprender y mejorar • Acepta la crítica de los demás y se evalúa a sí mismo • Sabe controlar su agresividad sin lastimar a otros (1,13) 	<ul style="list-style-type: none"> • Se compara con los demás y no intenta cambiar • Le desagrada trabajar en equipo • Presume demasiado de lo que hace o tiene • No comparte sus capacidades o las utiliza para despreciar • No acepta sus errores o se culpa y no aprende de ellos • Se desprecia, no se respeta y humilla a los demás • Se deja llevar por otros aunque no esté de acuerdo • Realiza sus actividades sólo por obligación • Los demás le imponen valores • No se interesa por aprender, es conformista • Rechaza la crítica, necesita de la aprobación de otros, evalúa a los demás pero no a sí mismo • No tiene control sobre su agresividad, se lastima y lastima a otros (1,13)
	

El nivel de autoestima que cada persona experimenta se forma y cambia a lo largo de toda su vida.



ACTIVIDAD 4 El termómetro de la autoestima

Con base en la tabla anterior los preadolescentes deberán marcar en el termómetro las características de la autoestima alta que cada uno posea, identificando con ello su propio nivel de autoestima.

Puesto que el ser humano vive en sociedad, lo que piensen y opinen acerca de uno los demás influye en qué pensamos y qué opinamos de nosotros mismos. Para un niño las principales críticas u opiniones provienen de su familia y maestros; para un adolescente, la opinión de sus amigos y compañeros, además de la de su familia y profesores son importantes. Mientras que un adulto toma en cuenta lo que opinen de él su pareja, sus hijos y sus compañeros de trabajo. (3)



Recuerde que: la opinión más importante es la que cada quién tiene de sí mismo(a) con base en el conocimiento de las propias capacidades y limitaciones por lo cual es mejor confiar en uno mismo y en las propias decisiones, tomando en cuenta solamente las críticas externas que ayuden a ser y a actuar de mejor manera.

ACTIVIDAD SUGERIDA : Dinámica de las etiquetas

Material: - 1 etiqueta pequeña para cada alumno
- Marcadores

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

- Escriba un adjetivo positivo o uno negativo en cada etiqueta.
- Diga a los preadolescentes que formen equipos de 6 integrantes
- Pegue en la frente o en la espalda de cada participante una etiqueta con un adjetivo, de tal forma que quien la tenga pegada no pueda leer lo que dice en ella y pídale a los demás que no digan el adjetivo de sus compañeros.
- Durante 3 minutos cada equipo tratará de ponerse de acuerdo para realizar algún trabajo o tarea (puede ser real o no). Para esta discusión diga que todos deben ser tratados de acuerdo al adjetivo que tienen en la frente, sin decir la palabra.
- Evalúe la actividad con las siguientes preguntas: ¿Lograron ponerse de acuerdo? ¿Cómo se sintió cada uno al ser tratado(a) así? ¿Cómo te sintió al tratar a los demás con base en la etiqueta? ¿Qué adjetivo crees que dice tu etiqueta?

TEMA 3 ASERTIVIDAD



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Objetivos:

A través de este tema se espera que los participantes...

- **Comprendan la definición de asertividad**
- **Analicen la importancia que tiene la asertividad en la toma de decisiones y en las relaciones interpersonales.**
- **Comprendan la diferencia entre la conducta asertiva, pasiva y agresiva.**

En el tema anterior se analizó la importancia de la autoestima en las relaciones interpersonales, descubriendo que una persona con autoestima positiva se acepta y se respeta a sí misma, sin menospreciarse, pero tampoco sin humillar a los demás ni hacerlos sentir mal.

Además de la autoestima, otro componente necesario para que exista una buena comunicación en las relaciones interpersonales, es la asertividad.



Pero... ¿qué es la asertividad?

La asertividad es la habilidad de hacer valer los derechos propios expresando nuestras necesidades, creencias, sentimientos y pensamientos, de manera clara, directa y firme, sin agredirse o lastimarse a uno mismo o a los demás, con el fin de lograr una buena comunicación con los demás. (2)

No sólo es importante que se expresen pensamientos, necesidades, sentimientos, etc. para hacer valer los derechos, sino que esto depende principalmente de la manera en que se comuniquen, tomando en cuenta el momento, el lugar, el tono de voz y las palabras adecuadas para expresarse.

La asertividad sin observar adecuadamente al otro y sin una comunicación adecuada, puede llevar al desastre. Por ejemplo, al decir a una persona que su trabajo está mal hecho, se está siendo asertivo, pero falta conocer cómo interpreta la otra persona ese mensaje, ya que en vez de ayudarla a que vea los errores en su comportamiento o en su trabajo, podría tomarse como un mensaje destructivo. (2)

El ser asertivo permite al individuo reconocer sus derechos básicos como persona y los respeta en él y en los demás; puede decir sí o no de acuerdo a las circunstancias, sintiéndose libre de manifestarse tal como es, expresando sus sentimientos y comunicándose con cualquier tipo de personas.

Mientras que una persona no asertiva:

- Experimenta frustración y no se siente a gusto al relacionarse con otros
- No resuelve sus problemas y éstos se acumulan
- Permite que otros abusen de él colocándolo en segundo lugar
- Responde agresivamente y luego se siente culpable
- Afecta su salud por la tensión que experimenta al no expresarse con libertad
- Se aísla, tiene sentimientos de soledad y se deprime
- Hace el trabajo que a otros les toca.
- Se siente incomprendida, menospreciada y rechazada
- Es dependiente de otras personas
- Deteriora poco a poco su autoestima, su seguridad y su autoconfianza (13)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



ACTIVIDAD 6 ¿Eres asertivo(a)? (2*)

Los chicos participantes leerán cada una de las oraciones que describen varias formas de comportamiento, marcando SI o NO de acuerdo a su forma habitual de comportarse, con el fin de determinar si son o no asertivos.

CONDUCTAS NO ASERTIVAS

El ser no-asertivo puede manifestarse de dos maneras: como conducta agresiva o como conducta pasiva.

La forma de actuar respecto a otros, puede representarse gráficamente como una línea continua, en cuyos extremos están la agresividad y la pasividad; mientras que la asertividad se encuentra en un punto intermedio, ya que es el equilibrio entre ser agresivo y ser pasivo. (2)

Conducta Agresiva



Conducta Asertiva



Conducta Pasiva



La conducta agresiva es la expresión de los sentimientos, creencias u opiniones para hacer valer nuestros derechos atacando o no considerando la autoestima, dignidad y sensibilidad de los demás, es decir, faltándoles al respeto y provocando que las relaciones y la comunicación con los demás se deteriore hasta destruirse totalmente.



Por otro lado están las personas con conducta pasiva, las cuales no dan a conocer a los demás sus opiniones y necesidades, se dejan manipular por otros, ya que lo que piensan, sienten o desean no importa ante los demás. Escuchan a otros pero no piden que los demás los escuchen y dejan que los humillen y pasen por encima de ellos. (2)



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

La conducta no-assertiva, ya sea de un extremo o del otro, se manifiesta de muchas formas, tanto física como verbalmente, es decir, existen muchos comportamientos que indican cuando una persona no es asertiva, y por lo tanto no se siente feliz ni puede establecer relaciones personales que la hagan sentirse bien.

Las principales manifestaciones no-assertivas se encuentran en la siguiente tabla:

CONDUCTA AGRESIVA	CONDUCTA PASIVA
<ul style="list-style-type: none"> • No comprender a otros • Abusar y lastimar a los demás • No hacerse responsable de sus actos • Actuar a la defensiva • Enojarse con facilidad • Criticar constantemente • Querer tener siempre la razón • No escuchar • Golpear, gritar e insultar • Destruir objetos • Ignorar los derechos de los demás 	<ul style="list-style-type: none"> • Buscar agradar siempre a los demás • Permitir que abusen de uno y lo lastimen • Mostrarse inseguro y temeroso • Tratar de evitar los conflictos • Sentir que los demás son mejores • Esconder su opinión • Permanecer siempre en silencio • Ver como algo normal las agresiones de los demás • Ignorar los propios derechos

(2)



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ACTIVIDAD 7 No quiero, no puedo (13*)

Los participantes se darán cuenta de que en repetidas ocasiones decir "no puedo" es una forma de decir "no quiero" y no hacerse responsable de las propias decisiones. Deberán escribir 3 acciones que por lo regular no realizan en la escuela y con su familia porque dicen "no puedo". Posteriormente deberán anotar las mismas frases iniciando con las palabras "no quiero..."

TEMA 4 VALORES



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Objetivos:

Por medio de este tema los participantes serán capaces de :

- **Comprender qué son los valores**
- **Diferenciar y analizar las clases de valores**
- **Identificar y reflexionar acerca de los valores que han adquirido, así como la comprensión y el respeto a los valores de los demás.**

La adolescencia es una etapa en la cual el ser humano, al ir cambiando y madurando, tiene la necesidad de conocerse a sí mismo, por lo tanto, evalúa sus propias capacidades, creencias, necesidades, etc. y la manera en que su familia, la escuela y la sociedad en la que vive han influido en su desarrollo.

El conocimiento de sí mismo permite a los chicos(as) de esta edad expresar sus pensamientos, sentimientos, derechos, etc.; además de ayudarlo a relacionarse con otros y a tomar sus propias decisiones, tomando en consideración lo que es importante para sí mismo, es decir, sus propios valores.



Pero... ¿qué son los valores?

Son las guías que dirigen el comportamiento de todo ser humano (6), indicándole lo correcto y lo incorrecto, ayudándole a tener seguridad en sí mismo para tomar decisiones. (7)

Son sentimientos e ideas de los que estamos convencidos y que dan sentido a las cosas, a lo que hacemos, y a nuestra propia vida. (12)

Antes de descubrir los valores personales es importante conocer cómo se clasifican, ya que esto nos ayudará a definirlos y sobre todo a ordenarlos de acuerdo a la importancia para nosotros mismos.

Podemos clasificar los valores en tres grandes grupos:

1. Valores Universales: Se manifiestan a través de las normas y reglas de la sociedad que nos indican cómo actuar para poder convivir con los demás de manera adecuada y provechosa para todos los seres humanos. (6)

Dentro de estos valores se encuentran:



Justicia



Igualdad



Paz



Amor



Libertad



Respeto

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

2. Valores Prácticos: Se refieren a las propiedades útiles que posee un objeto, una institución e incluso una persona. Es decir, al beneficio que se obtiene a través de ellos.

Por ejemplo, la escuela se valora porque es donde aprendemos; el trabajo por que nos da un beneficio económico; el dinero porque nos permite satisfacer nuestras necesidades o un empleado por la función que desempeña.



3. Valores Afectivos: Se relacionan con los sentimientos y emociones del individuo, tienen un significado íntimo y particular que hacen ver a la persona, objeto, relación, actividad, etc. como algo único y especial y por lo tanto se adquiere un compromiso con ello.

Como ejemplo de estos valores tenemos el amor a la familia, a los padres, a los hijos, a la pareja; el cariño a los amigos, el desarrollar nuestra vocación e incluso el respeto a la propia vida.



Todos estos valores y muchos más se adquieren desde la niñez, a veces sin que nos demos cuenta, ya que se forman a partir de los mensajes verbales y no verbales que recibimos acerca de lo que es correcto e incorrecto para las personas más importantes para nosotros, como son nuestros padres, maestros y amigos. También influyen la televisión, la radio, la prensa, el cine, los libros, las leyes y la religión. (7)



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ACTIVIDAD 8 ¿En dónde aprendí mis valores? (7*)

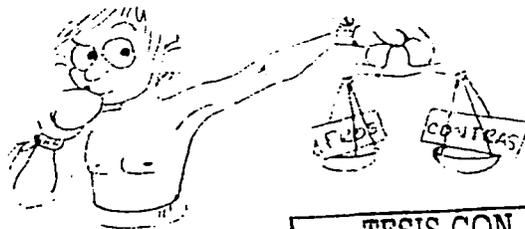
Los jóvenes participantes deberán identificar qué opinan sus padres y sus profesores respecto a diversos valores enunciados en una tabla.

Los valores que se adquieren durante la niñez se modifican durante la adolescencia, ya que en esta etapa el ser humano analiza, reflexiona y decide qué valores toma como propios, lo cual le ayuda a verse como un individuo independiente. (5)

Es necesario tomar conciencia de lo que se ve, se escucha y se lee en los medios de comunicación, ya que esto influye directamente en los valores, por lo tanto, es necesario ser crítico y analizar los mensajes que se reciben para no dejarse llevar por aquellos que son superficiales o ajenos a la realidad.



La mejor manera de que cada persona se de cuenta de cuáles son sus valores, es decidir entre varias cosas y seleccionar la más importante. La importancia que cada quién le da a cada uno de sus valores hace que su jerarquía sea personal y única (7); por ello, no todos tenemos los mismos valores aunque pertenezcamos a la misma familia, escuela, nación, comunidad, etc., lo que resulta importante para uno, no lo es para los demás, sin embargo, debe ser respetado para lograr una convivencia sana.



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



ACTIVIDAD 9 Mis valores hasta hoy

Los participantes escribirán alrededor de la imagen de un joven los 6 principales valores que ellos consideren hayan adquirido hasta ahora.



Método de evaluación sugerido

Primeramente, es fundamental escuchar y observar las ideas previas que cada uno de los participantes posee acerca de los temas de esta unidad, así como las reflexiones realizadas por ellos respecto a los temas abordados. Esto le proporcionará información con relación a ciertos cambios que puedan suscitarse en los jóvenes en este aspecto.

- **Tema 1.** Los participantes deberán identificar en una tabla los cambios que ocurren durante la pubertad y la adolescencia, identificando así mismo si se trata de cambios físicos, fisiológicos o psicológicos.
- **Tema 2.** Pida a los participantes que realicen un dibujo que represente una situación donde ellos hayan experimentado un nivel de autoestima negativo y otro donde hayan experimentado una autoestima alta o positiva. Así mismo pídale que expresen con sus propias palabras lo que hayan comprendido acerca de la definición de autoestima, su importancia y como se desarrolla, aplicándolo de ser posible a su propia historia o bien, por medio de ejemplos hipotéticos.

Además de lo anterior, es preciso estar atento a las respuestas, los comentarios y las actitudes mostradas por los jóvenes a lo largo del desarrollo de este tema; y si lo considera necesario

- **Tema 3.** En equipos de 4 ó 5 integrantes, los participantes llevarán a cabo un juego de roles en el cual representen las conductas pasivas, asertivas y agresivas, motivando al resto del grupo a identificar de qué tipo de conducta se trata y qué ventajas y desventajas tiene actuar de tal o cual forma.

Una vez terminadas las representaciones solicite a los chicos que, de manera personal, expongan sus conclusiones, comentarios y dudas respecto a este tema o los anteriores y brinde retroalimentación de la manera más inmediata posible.

- **Tema 4.** Pida a los participantes que formen equipos de 4 integrantes y elaboren en una cartulina un collage utilizando recortes de revistas o periódicos que puedan ilustrar la clasificación de los valores, así como aquellos valores personales que hayan descubierto al realizar las actividades de este tema. Posteriormente, cada equipo exhibirá sus conclusiones del tema haciendo uso del collage que elaboraron.

Es importante propiciar la reflexión acerca de los valores que cada joven escriba en su Cuaderno, esto puede lograrse por medio de una discusión grupal en la cual expongan lo que han escrito y puedan reconocer sus propios valores frente a otros y conocer las diferencias y similitudes entre éstos y los de sus compañeros.

GLOSARIO

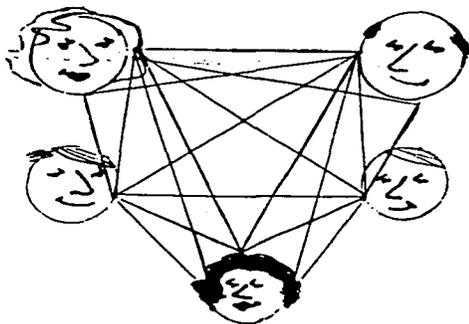
- Adolescencia:** Periodo de la vida entre la pubertad y la edad adulta.
- Autoestima:** Valor y aprecio de una persona por sí misma.
- Asertividad:** Habilidad de hacer valer los propios derechos sin agredir a otros.
- Depresión:** Enfermedad caracterizada por un sentimiento de tristeza y falta de vitalidad.
- Egocéntrico:** Persona que tiende a considerar sólo su propio punto de vista. Visión del mundo que se centra en uno mismo.
- Eyacuación:** Expulsión del semen a través del pene.
- Frustración:** Bloqueo de un objetivo que genera sentimientos de angustia y que puede dar como resultado una conducta agresiva. Emoción que se experimenta cuando no se logra lo que se esperaba.
- Glándula:** Organismo que tiene la función de elaborar ciertas sustancias y enviarlas hacia el organismo.
- Gónada:** Glándula sexual que produce las células sexuales o gametos. En el hombre son los testículos y en la mujer los ovarios.
- Hipófisis:** Glándula endócrina, situada en la parte inferior del cerebro, que regula el funcionamiento del organismo.
- Hormona:** Sustancia producida por una glándula de secreción interna que, a través de la sangre actúa sobre la actividad de órganos y tejidos.
- Jerarquía:** Clasificación u organización de personas, cosas o ideas por categorías u orden de importancia.
- Menstruación:** Fenómeno periódico que ocurre aproximadamente cada 28 días por el que la mujer elimina sangre y tejido a través de la vagina.
- Pornografía:** Representación de actos sexuales en fotografías, revistas, películas, etc.
- Pubertad:** Etapa de la vida caracterizada por la aparición de los caracteres sexuales y que marca el inicio de la adolescencia.
- Valor:** Cualidad de una persona o cosa por la que merece ser apreciado. Significación, importancia. (15)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Aguilar, E. (1995). **Domina la Autoestima**. 2ª. ed, México: Árbol Editorial.
2. Aguilar, E. (1987). **Asertividad: sé tú mismo sin sentirte culpable**. México: Pax México
3. Branden, N. (1995). **Los seis pilares de la autoestima**. Tr. Jorge Vigil Rubio. México: Paidós.
4. Cascón, S. & col. (1990). **La alternativa del juego II. Juegos en educación para la paz**. México: Asociación Pro Derechos Humanos.
5. Craig, G. (1994). **Desarrollo Psicológico**. 6ª.ed. México: PrenticeHall Hispanoamericana.
6. García, S. & Vanella, L. (1997). **Normas y valores en el salón de clases**. 2ª. ed. México: Siglo Veintiuno.
7. López, F. & col. (1995). **Educación sexual de adolescentes y jóvenes**. España: Siglo Veintiuno Editores.
8. Mc Kiney, J., Fitzgerald, H. & Strommen, E. (1982). **Psicología del desarrollo: edad adolescente**.
9. Pick, S. & Vargas-Trujillo, E. (1992). **Yo adolescente**. 3ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta-IMIFAP.
10. Pick, S. & col. (1996). **Planeando tu vida. Programa de educación sexual y para la vida**. 7ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta.
11. Rice, F. (1997). **Desarrollo Humano: estudio del ciclo vital**. 2ª. ed. México: Prentice Hall Hispanoamericana.
12. Rodríguez, G. & Aguilar, A. (1989). **Sexualidad de la gente joven. Manual educativo para profesores y profesionales**. México: MEXFAM.
13. Rodríguez, M., Pellicer, G. & Dominguez, M. (1988). **Serie de capacitación integral. Autoestima: clave del éxito personal**. 2ª. ed. México: El Manual Moderno.
14. Watson, R. & Lindgren, H. (1991). **Psicología del niño y del adolescente**. México: Limusa.
15. **Diccionario Esencial de la Lengua Española**. (1999). México: Ediciones Larousse Planeta.

UNIDAD II



IMPORTANCIA DE LA FAMILIA

Objetivo general:

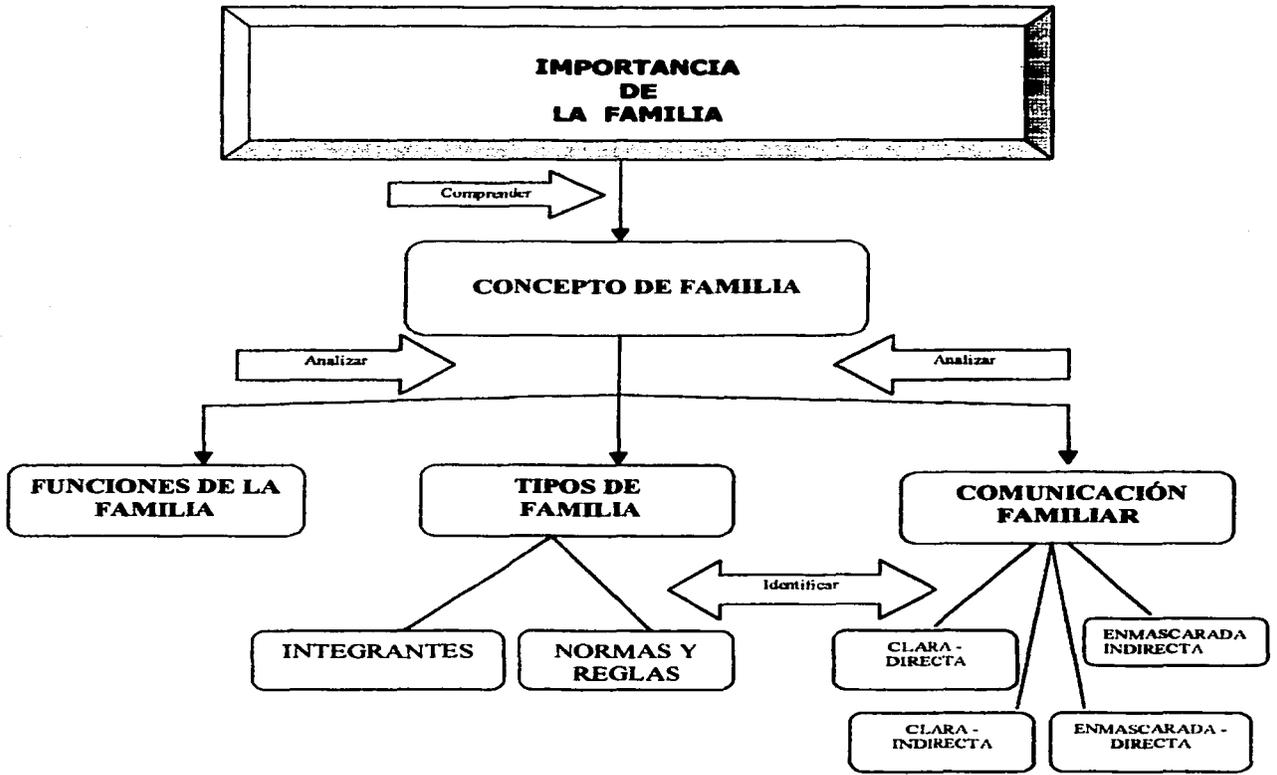
Analizar los elementos que conforman la estructura de la familia así como la importancia de una comunicación eficiente dentro de ella para lograr un desarrollo óptimo de sus miembros.

El conocer los cambios que se experimentan durante la pubertad y la adolescencia es muy importante, porque de esta manera se puede comprender mejor el comportamiento de los jóvenes de esta edad.

Como se vio en la unidad anterior la autoestima, la asertividad y los valores juegan un papel muy importante en esta etapa, ya que ayudarán a formar la personalidad de cada individuo. Sin embargo, la personalidad se forma a través de la interacción que se tiene dentro de los grupos sociales más importantes para cada persona, dentro de los cuales el más importante es la familia, ya que a partir de ella cada persona aprende a relacionarse con los demás, satisface sus principales necesidades experimentando sentimientos y emociones que lo preparan de algún modo para integrarse a grupos sociales más grandes como son la escuela, la comunidad y la sociedad en general.

De este modo, es necesario que los preadolescentes y adolescentes comprendan y analicen su propia experiencia dentro de la familia a la que pertenecen, ya que la forma en que se relacionan y se comunican sus miembros, las normas y reglas que las rigen a cada una de ellas de manera particular, las hace ser diferentes y por ende formadoras de personas que serán diferentes, es decir, de individuos con herramientas diversas para enfrentarse al mundo en el que viven, sobre todo para relacionarse consigo mismos y con los demás.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA I

LA FAMILIA Y SUS FUNCIONES



Objetivos:

Al finalizar este tema los participantes serán capaces de...

- **Comprender el concepto de familia.**
- **Distinguir y analizar las funciones de la familia.**

En la unidad anterior se analizó la importancia que tiene conocerse a sí mismo(a) durante las etapas de la pubertad y la adolescencia, resaltando el papel que juegan la autoestima, la asertividad y los valores en el desarrollo de la personalidad, cómo se forman y la influencia que en ellos tienen la familia, la escuela, la comunidad y la sociedad en general.

Como se vio, el grupo más importante para cada individuo es la familia, ya que es el primer grupo social con el que se relaciona, donde satisface sus principales necesidades, donde se experimentan por primera vez los sentimientos más profundos o más fuertes de amor, odio, felicidad y tristeza. A través de ella se transmiten y producen normas, reglas, valores y costumbres que guían nuestro comportamiento y la forma en como nos relacionamos y comunicamos.

Del mismo modo que cada persona crece y se transforma, así también la familia debe adaptarse y reestructurarse a todos los cambios que experimenta para que pueda seguir funcionando y ayudar a cada uno de sus miembros a lograr la autonomía e independencia que necesitan.



Pero... ¿ qué es la familia?

Es un conjunto de personas que se relacionan entre sí por medio de conductas, sentimientos, emociones y pensamientos (1); tienen lazos comunes ya sea por la unión de dos adultos o por vínculos biológicos y legales.

De este modo, una familia puede originarse a partir de diferentes uniones, ya sea de la decisión de una pareja de vivir juntos, de la convivencia entre personas unidas por la sangre, la adopción e incluso por la amistad y las relaciones sociales.

Independientemente de cómo se halla originado, una familia existe por las relaciones que hay entre todos y cada uno de sus miembros, compartiendo el espacio, las costumbres, los valores, las ideas, los sentimientos, las responsabilidades, los derechos, las cosas materiales, etc.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

LA FUNCION DE LA FAMILIA

La familia cumple funciones importantes para el desarrollo de las capacidades de sus integrantes y su madurez. Algunas de éstas funciones son las siguientes:

- a) Satisfacer necesidades físicas como son alimentación, cuidados en la enfermedad o vejez, protección cuando se es pequeño, vestido, así como la satisfacción sexual entre los miembros de la pareja.



- b) Brindar un espacio para que sus integrantes puedan desarrollar sus habilidades y ser creativos. Además de favorecer la conservación y transmisión de las costumbres y tradiciones sociales y culturales.(1)
- c) Poner en práctica las funciones o roles de cada integrante ya sea como: hijo(a) padre, madre, hermano(a), etc. que ayudarán a modelar la conducta de cada uno tanto dentro como fuera del núcleo familiar.



- d) Iniciar relaciones afectivas entre sus integrantes.



- e) Favorecer la independencia y la diferenciación entre sus miembros, ligado a un sentimiento de pertenencia. Es decir, lograr que cada uno actúe de manera autónoma e individual sin perder los valores y normas que haya aprendido en el interior de la familia. (1)



ACTIVIDAD 10 ¿Qué es la familia?

Pida a los jóvenes participantes que busquen en el diccionario la definición de familia y luego construyan su propia definición. Además pídale que analicen las funciones con las cuales cumple su familia.

TEMA 2

TIPOS DE FAMILIA



Objetivos:

A través de este tema los participantes...

- Identificarán los tipos de familia que existen de acuerdo a sus integrantes y a sus normas y reglas.
- Descubrirán a qué tipo de familia pertenecen cada uno de ellos.

Al conocer varias familias es posible darse cuenta de que no son iguales; la forma en que se relacionan sus integrantes, la comunicación que existe entre ellos y la manera en que resuelven sus problemas las hace ser diferentes. Esto se debe en gran parte a las normas y reglas que se establecen en cada una de ellas y al número de personas que la integran.

Con base en los valores que establece cada sociedad, la familia crea sus propias normas, reglas y patrones de comportamiento que le permiten a sus miembros expresar afecto, tener la capacidad de decidir y negociar sus problemas.



Pero... ¿qué son las normas y reglas?

Son los comportamientos definidos como correctos establecidos para que pueda existir un orden y una convivencia adecuada. Deben ser flexibles y adaptarse a los cambios respetando los derechos de cada persona (2).

Así mismo, cada familia debe adaptarse a los cambios de cada uno de sus miembros, por lo cual sus normas y reglas se modifican en cada etapa de la vida de la familia de acuerdo a los nuevos desafíos que enfrenta. Si esto no sucede, la familia corre el peligro de entrar en una crisis e incluso de desintegrarse.

Una etapa decisiva en toda familia es cuando los hijos crecen y llegan a ser adolescentes, ya que se experimentan una serie de cambios en el individuo que repercuten en su manera de relacionarse con los demás, principalmente con sus padres.

Las normas que dirigen el funcionamiento de cada familia deben ser claras, no confusas, además de comunicarse a cada uno de los miembros de la familia con el fin de que no existan malas interpretaciones y se produzcan problemas y malos entendidos.(24)

Las familias pueden clasificarse por sus normas o reglas en:

Rígidas

En estas familias no se permite crear nuevas reglas o modificar las ya establecidas, dichas reglas son impuestas por los padres o por quien ejerce la autoridad sin consultar a los demás.

Cuando los hijos de estas familias llegan a la adolescencia, los padres insisten en mantener la misma forma de comunicación que cuando eran pequeños, pues no aceptan que los chicos también tienen la libertad de opinar o discutir cuando no están de acuerdo.

Este ambiente restrictivo lleva a los hijos a conductas como mentir, aislarse y rebelarse de sus padres.

Las reglas que prohíben comentarios entre los miembros de la familia o que impiden la libre expresión de los mismos acerca de lo que piensan, sienten o hacen, tiene como consecuencia el desarrollo de personas tímidas, poco creativas, con sentimientos de inutilidad, dependientes y agresivas, es decir con una baja autoestima, que puede expresarse como sumisión o bien como rebeldía. Cuando esto último sucede, se dan los embarazos y matrimonios adolescentes, fugas de la casa, consumo de drogas o alcohol e incluso conductas delictivas, como una forma de expresar su inconformidad e incomodidad ante las reglas impuestas (2,4).

Indiferentes o Permisivas

En estas familias el control y las demandas por parte de los padres hacia los hijos son insuficientes ya que no existen reglas bien establecidas.

Existe poco interés de los padres en las necesidades de sus hijos o bien se les sobreprotege y se les cumplen todas sus peticiones y caprichos, lo cual genera inestabilidad y descontrol. Además, los derechos y obligaciones de cada integrante de la familia no están claramente especificados ni son conocidos por cada uno de ellos.

Para el adolescente, el vivir en una familia de este tipo no le brinda seguridad ni confianza en sí mismo, al contrario, su autoestima y el control sobre sí mismo son escasos, volviéndose agresivos al ver la necesidad de adaptarse a las normas y reglas de otros grupos como la escuela, la comunidad, los amigos, etc. (2,4)

Demócrata o Flexible

Los padres de estas familias saben que el actuar de manera exageradamente rígida o permisiva no ayuda a sus hijos a desarrollarse sanamente, por lo cual deciden actuar combinando ambas formas, respetando la libertad y derechos de cada uno de las personas que conforman la familia, con el fin de que desarrollen todas sus capacidades tanto físicas como intelectuales y espirituales. En estas familias se crean condiciones que propician que cada uno de sus miembros exprese sus sentimientos y pensamientos de manera libre y sin temor a ser criticados, además se especifica claramente lo que cada uno espera de los otros y evalúan sus avances como familia y como individuos constantemente.

Los padres están conscientes de que habrá problemas, por eso están siempre alertas para buscar soluciones creativas y justas. Así mismo, los padres comprenden que los cambios son inevitables y que sus hijos pasan rápidamente de una etapa otra y tratan de aprender de cada uno de esos cambios, además de acercarse a sus hijos. Entienden que al tomar en cuenta las diferencias individuales, tolerar los errores, tener una comunicación abierta y unas reglas flexibles, sus hijos podrán lograr ser adultos autónomos e independientes e integrarse adecuadamente a la sociedad.

Como se puede ver, el establecimiento de normas y reglas en la familia es muy importante, ya que de éstas depende en gran parte el desarrollo de la personalidad de cada uno de sus integrantes. (2,4)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Existe otra manera de clasificar a las familias, ésta se basa en el número de integrantes de la familia y sobre todo en las relaciones que existen entre ellos. Dentro de esta clasificación se encuentran cinco tipos de familia principalmente:

Familia Nuclear

Está formada por ambos padres y sus hijos. Por lo general viven independientemente de otras familias que están relacionadas con ella (3).



Familia Uniparental

Está formada por un solo adulto, ya sea el padre o la madre y uno o más hijos. Viven en un lugar independiente. (3)



Familia Extensa

Está formada por dos o más familias nucleares que viven en la misma casa o en lugares muy cercanos. Comparten los gastos así como las actividades diarias (3).

Familia Extensa-Modificada

Incluye una o dos familias nucleares, permite que sus integrantes gocen de privacidad. No comparten los gastos ni las actividades diarias, aunque vivan en la misma casa o en lugares cercanos a ésta (3).



Familia Compuesta

En esta familia los padres que ya eran casados y por algún motivo se separan, se divorcian o fallece alguno de ellos, si se unen nuevamente con otra persona, aceptan a los hijos que ambos tengan o que alguno de ellos tenga, formando así una nueva familia. (3).



ACTIVIDAD 11 Tipos de familia

Una vez revisados todos los tipos de familia, pida a cada participante que escriba en la tabla a cuál de ellos corresponda su propia familia, explicando las reglas que existen y cómo se manejan, así como los miembros que la integran y el espacio físico que ocupan. Finalmente deberá escribir qué le agrada y qué le desagrada de pertenecer a esa familia.

TEMA 3

COMUNICACIÓN FAMILIAR



Objetivos:

Al finalizar este tema cada participante...

- Comprenderá la importancia de mantener una adecuada comunicación familiar.
- Habrá analizado las diferentes formas de comunicación dentro de la familia y cómo influyen éstas en la convivencia de sus miembros.

La familia es el primer grupo en el que también se aprende la comunicación. Desde que somos pequeños, hacemos todo lo posible por comunicarnos sobre todo con nuestra madre, principalmente con el fin de expresar y satisfacer nuestras necesidades físicas y, posteriormente, las afectivas e intelectuales.

Desde que el ser humano nace, establece sus primeras relaciones con su padre y con su madre, las cuales le permitirán posteriormente relacionarse con su medio.



Pero... ¿ qué es la comunicación familiar ?

Es el intercambio de información entre los miembros de una familia y su función es definir las relaciones respecto a los demás. (5)

Es un proceso continuo mediante el cual se envían y se reciben mensajes, los cuales expresan necesidades, deseos, sentimientos y actitudes, permitiendo el entendimiento y la interacción con los demás.

La comunicación requiere de dos interlocutores: el emisor que es aquél que envía el mensaje o información, y el receptor, que es quien recibe e interpreta dicho mensaje y puede o no dar una respuesta(5).

Existen diferentes expresiones para la comunicación: el llanto, las vocalizaciones, el lenguaje, las expresiones corporales(lenguaje no verbal), los gestos, el silencio, los sonidos, el tono de voz, el dibujo, la pintura, el juego, la escultura, la música, la escritura, etc.



El lenguaje verbal y no verbal de un emisor puede ser congruente y generar una comunicación sencilla y clara, o bien, puede ser contradictorio y hacer muy difícil la comunicación, ya que aparecen los mensajes dobles.

Las familias conflictivas se comunican por medio de mensajes de doble sentido, es decir, a través de mensajes que aparecen cuando por lo menos una de las personas involucradas en la comunicación:

- Se subestima
- Teme herir los sentimientos de los demás
- Se preocupa por las responsabilidades que pueda tomar el otro
- Teme la ruptura de relaciones
- No desea imponerse
- No da ninguna importancia a la otra persona o a la relación con ésta. (5)

De tal manera, cada chico o chica y su familia deberán buscar formas adecuadas de comunicación que les permitan expresar con claridad sus sentimientos, pensamientos y emociones sin generar conflictos innecesarios, ya que, la gran mayoría de discusiones puede surgir a partir de un mal manejo de la información por parte de uno o más miembros de la familia involucrando a los demás y despertando sentimientos de rechazo, resentimiento, celos, etc.

Es importante conocer y diferenciar las diferentes formas de comunicación familiar que pueden existir, ya que éstas no se dan totalmente separadas, es decir, en una familia puede haber más de una forma de comunicarse, pero es necesario identificar cuál es la más común y, sobre todo, qué efectos tiene en cada individuo y en la relación con los demás.

Existen cuatro formas principales de comunicación, éstas son:

- a) **Clara - Directa:** El mensaje es claro y va dirigido a quien se quiere transmitir.
- b) **Clara - Indirecta:** El mensaje es claro, pero se utiliza otro emisor u otra norma para decirlo, por lo que no se transmite realmente a quien va dirigido, por lo que genera angustia y ansiedad.
- c) **Enmascarada - Directa:** El mensaje que se quiere transmitir no se entiende, es confuso, pero se dirige a la persona indicada.
- d) **Enmascarada - Indirecta:** El mensaje no es claro, se transmite a otras personas y no a quien realmente se desea que llegue. (5)

Cualquier forma de comunicación familiar que no conduzca a la realidad o a niveles sencillos y directos de expresión, no puede de ninguna forma llevar a la confianza y al cariño que necesitan los miembros de una familia.

La llegada de los hijos a la pubertad y a la adolescencia es una de las etapas más difíciles para la mayoría de las familias, ya que la mayor parte de las veces es más fácil mantener una buena comunicación familiar mientras los hijos son pequeños, pero ante

los cambios propios de esta etapa, la situación tiende a perder el equilibrio y es realmente difícil recuperarlo, lo cual en ocasiones, puede traer consecuencias negativas en la relación entre padres e hijos adolescentes.

Sin embargo, es posible lograr una nueva forma de comunicación que le permita la independencia a cada uno de los integrantes de la familia(s); siempre y cuando se acepten los cambios como un proceso natural y se busque la orientación adecuada cuando sea necesaria.



ACTIVIDAD 12 Formas de comunicación

Solicite a los participantes que escriban y/o dibujen un ejemplo que ocurra o haya ocurrido dentro de su familia y que ilustre cada una de las formas de comunicación.

ACTIVIDAD SUGERIDA: Comunicándonos

Organice equipos de 5 participantes, cada equipo elegirá una película o un libro que la mayoría del grupo conozca (o propóngalos Ud.); luego asigne a cada equipo una manera diferente de expresar el contenido de la película o libro (escritura, expresión gráfica, mímica, etc.). Posteriormente lo presentarán ante el resto del grupo con el fin de que los demás adivinen el título de la película o libro. Una variación de esta actividad puede ser que los alumnos le pongan el título a la representación de sus compañeros. El equipo ganador será aquél que logre adivinar el mayor número de títulos, o bien encontrar los títulos más adecuados.

Evalúe la actividad resaltando las ventajas y desventajas de cada medio de expresión, sobre todo los beneficios para una comunicación efectiva.



Método de evaluación sugerido

Para evaluar los 3 temas que conforman esta unidad se sugiere que cada participante realice una composición acerca de su propia familia en la cual identifique sus funciones, los roles que cada miembro desempeña en ella, como se relacionan, la forma en que se comunican, la manera de establecer reglas y manejar los límites, etc.. Además deberá resaltar los sentimientos que le despierta el ser parte de su familia y si considera necesario modificar algunos hábitos, formas de comunicación, reglas, etc., para mejorar sus relaciones intrafamiliares.

Así mismo, cada participante deberá destacar la importancia de su núcleo familiar en su desarrollo como individuo, enunciando la manera en que cada miembro influye en él, las funciones que ha cumplido, lo que aprende a través de la convivencia diaria, etc.

Es necesario que el instructor lea con detenimiento las composiciones de los jóvenes participantes y exista, en la medida de lo posible, un espacio para retroalimentar lo escrito por los chicos, así como sus inquietudes al respecto.

También se considera pertinente llevar a cabo una reflexión grupal escuchando las composiciones de algunos comañeros. Dicha reflexión deberá ser dirigida por Ud. y en ella es preciso que se promueva el análisis de el papel que cada uno de los participantes tiene dentro de su propia familia y, sobre todo, las emociones y conductas que se derivan de ello.

Lo anterior será posible en la medida en que el instructor sea capaz de generar un ambiente de confianza y respeto al interior del grupo en el que se encuentre trabajando, ya que de ello depende que todos y cada uno logren externar con claridad y confianza algo tan íntimo como es la convivencia familiar.

GLOSARIO

Adopción: Recibir o tomar legalmente como hijo a quien no lo es de manera natural.

Comunicación: Trato, correspondencia entre dos personas o más.

Congruente: Ilación o conexión de ideas o palabras. Conveniente, oportuno.

Emoción: Agitación del ánimo que surge de una causa pasajera.

Pertenencia: Referirse o hacer relación una cosa a otra, o ser parte integrante de ella.

Sentimiento: Fenómeno afectivo que se distingue de las emociones por ser más duradero.

Estado interior que acompaña la conducta y el pensamiento. (6)

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Estrada, L. (1991) . **El ciclo vital de la Familia**. México. Editorial Posada.
2. Minuchin, S. (1984). **Familia y Terapia Familiar**. Tr. Víctor Fichman, México: Editorial Gedisa.
3. Minuchin, S. (1984). **Técnicas de Terapia Familiar**.Tr. Víctor Fichman, México: Editorial Paidós.
4. Pick, S. & col. (1996). **Planeando tu vida. Programa de educación sexual y para la vida**. 7ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta.
5. Satir, V. (1991). **Nuevas Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar**. México: Editorial Pax.
6. **Diccionario Esencial de la Lengua Española**. (1999). México: Ediciones Larousse Planeta.

UNIDAD III



RESPONSABILIDAD ANTE LA SEXUALIDAD

Objetivos generales:

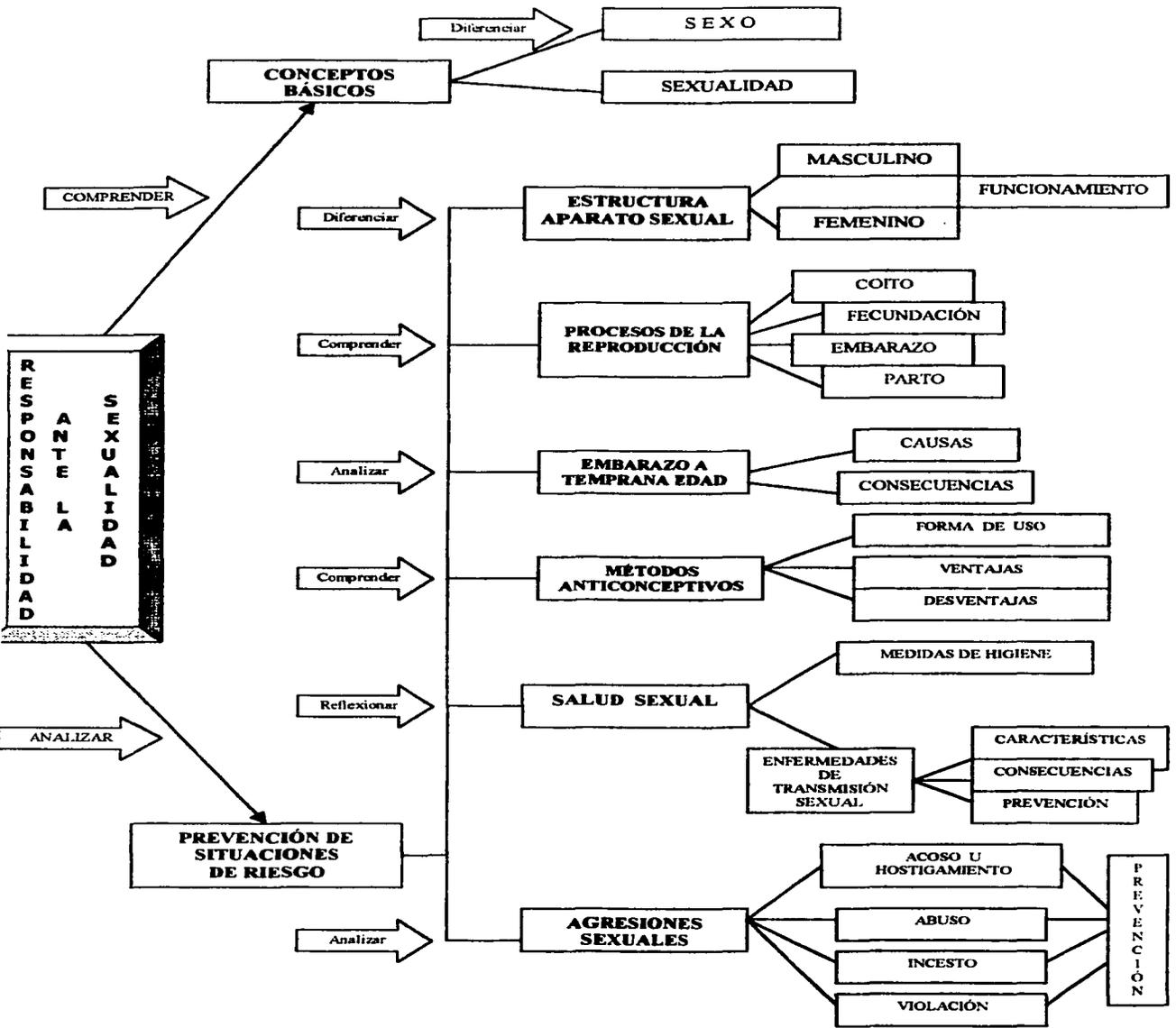
- Comprender los conceptos básicos referentes a la sexualidad humana .
- Analizar la responsabilidad ante la sexualidad para prevenir situaciones que pueden perjudicar la salud y el desarrollo adecuado del ser humano.

La sexualidad es un aspecto del ser humano que involucra todas las funciones que éste lleva a cabo, estando presente desde el nacimiento hasta la muerte y ayudando también a conformar gran parte de la personalidad de cada individuo.

Durante la pubertad este aspecto cobra una gran relevancia, ya que se generan una serie de cambios hormonales que traen consigo los cambios físicos y en el funcionamiento del organismo que caracterizan esta etapa, mismos que dotan al organismo de la madurez necesaria para llevar a cabo el proceso de la reproducción. Es por ello que los preadolescentes y, particularmente los adolescentes muestran un gran interés por su sexualidad, descubriendo nuevas formas de manifestarla y también de compartirla. De tal suerte, esta es una etapa de mayores riesgos de contraer enfermedades de transmisión sexual o de que se inicie un embarazo no deseado, lo cual interfiere con el desarrollo paulatino y gradual que debería vivir todo ser humano.

De acuerdo con tales riesgos y con el fin de prevenirlos es sumamente necesario que se brinde información y sobre todo herramientas prácticas que permitan a cada individuo conocer su cuerpo y sus reacciones, que le permitan tomar decisiones que no interfieran en su desarrollo y le sea posible disfrutar de una vida sexual sana y plena en todos los sentidos.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



TEMA I

SEXO Y SEXUALIDAD



Objetivos:

A través de este tema los participantes podrán...

- **Comprender los conceptos de sexo y sexualidad**
- **Analizar la diferencia que existe entre sexo y sexualidad.**

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

La adolescencia es una de las etapas más críticas del ser humano, ya que es el momento en el cual se madura para luego asumir una responsabilidad adulta. Para lograr esto, es necesario definir un papel específico dentro de la sociedad, ya sea como hombre o como mujer, papel que abarca muchos aspectos entre los cuales se encuentran el familiar, el laboral, el cultural, entre otros.

El verse a sí mismo como hombre o mujer adquiere durante esta etapa una gran relevancia, ya que con el desarrollo físico, emocional, conductual y de pensamiento cambian los aspectos que integran la sexualidad, haciendo las diferencias más notables y profundas que cuando se era niño y la única diferencia se encontraba en los órganos sexuales, o sea, en el sexo que se posee.

De este modo, se hace referencia a dos conceptos que a menudo se confunden e incluso se utilizan como sinónimos pero que en realidad son diferentes y complementarios uno del otro; estos conceptos son: sexo y sexualidad.



**Pero... ¿qué diferencia existe entre
sexo y sexualidad?**

Sexo es el conjunto de características físicas y fisiológicas determinadas genéticamente, y que se encuentran ya definidas desde antes de que nazcamos ubicándonos como hombre o como mujer. (2)



**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Dentro de dichas características se encuentran principalmente los órganos sexuales también llamados reproductores o genitales, mismos que permiten diferenciar al individuo como perteneciente del sexo masculino o femenino desde el momento de su nacimiento. Durante la adolescencia, también se hacen visibles las características sexuales llamadas secundarias, que permiten diferenciar físicamente a un hombre de una mujer. (2)

Así, todos nacemos ya con un sexo y éste permanece a lo largo de nuestra vida. Por otro lado, se puede decir que...

La sexualidad es una función de la personalidad que se inicia con el nacimiento y termina con la muerte (2), y en la cual interviene cómo se siente cada individuo como persona, qué siente de ser hombre o mujer y cómo se desenvuelve con los miembros de su mismo sexo y del sexo opuesto.



De este modo, podemos ver que la sexualidad es un concepto mucho más amplio, ya que abarca no sólo el aspecto físico y genético, sino que además intervienen un gran número de factores, principalmente psicológicos, sociales y culturales. De este modo se dice que la sexualidad es la expresión integral del sexo, es ser y vivir como hombre o como mujer, desempeñando los papeles que tenemos como tales en todos los aspectos de nuestra vida y a lo largo de ella, desde la infancia hasta la vejez, aunque en cada etapa la sexualidad se viva y se exprese de manera diferente.

La sexualidad no se reduce sólo a los órganos genitales, sino que abarca todo nuestro ser físico, psicológico y social; por lo tanto, no sólo tiene que ver con la reproducción, sino que es mucho más amplia, es una forma de dar y recibir ternura, es una forma de comunicación, principalmente de los afectos, las emociones, los gustos, etc.

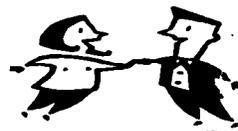


La sexualidad es muy amplia y por eso:

- Involucra todo nuestro cuerpo
- Desempeña un importante papel en nuestra psicología y en nuestra vida social
- Es una realidad en todas las edades de la vida.
- Incluye un universo de posibilidades para obtener placer, tener hijos, sentir deseos, afectos y emociones hacia otras personas.
- Encuentra su mejor forma de expresión a través de sentimientos positivos y vínculos afectivos como es el enamoramiento, que dan alegría y sentido a la vida y a las relaciones, principalmente durante la adolescencia. (7)

Sexo y sexualidad son conceptos diferentes y a la vez complementarios, ya que el sexo hace referencia solamente a la parte biológica del ser humano, en tanto que la sexualidad toma en cuenta ese aspecto y además integra la conducta, las emociones, los pensamientos, las actitudes, etc. (factores psicológicos) además de las funciones sociales que desempeñamos.

El sexo es algo involuntario, es decir, no lo hemos elegido, en tanto que las expresiones de nuestra sexualidad sí son voluntarias, ya que cada quién decide la forma de vivirla, cómo integrarla a su vida diaria y cómo y con quién compartirla.



ACTIVIDAD 13 Diferencia entre sexo y sexualidad

Cada participante deberá buscar en el diccionario y anotar la definición de sexo y sexualidad, posteriormente pídale que con sus propias palabras definan ambos conceptos y finalmente describan las diferencias que encuentren entre dichos conceptos.

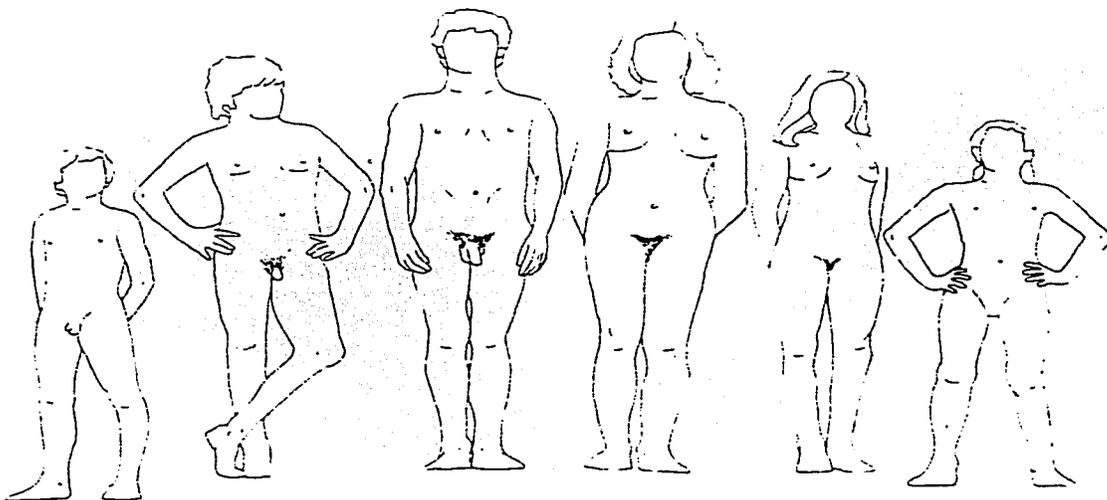
ACTIVIDAD SUGERIDA Collage acerca de sexo y sexualidad

En equipos de 5 integrantes, los participantes elaborarán un collage con el cual puedan expresar el significado de ambos conceptos y a la vez la diferencia que existe entre ellos. Posteriormente, realizarán una exposición ante el resto del grupo en la cual lean lo que hicieron en la actividad anterior, apoyándose en el collage para explicarlo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 2

ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DE LOS APARATOS SEXUALES



Objetivos:

Al finalizar este tema se espera que los participantes sean capaces de...

- **Diferenciar los órganos que integran el aparato sexual del hombre y de la mujer.**
- **Comprender el funcionamiento del aparato sexual femenino y del aparato sexual masculino.**

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

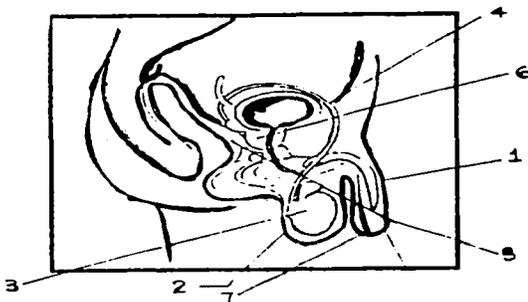
Durante la pubertad los órganos que integran el aparato sexual o reproductor tanto del hombre como de la mujer crecen y se modifican hasta alcanzar la madurez necesaria para llevar a cabo el acto sexual y la reproducción humana.

Debido a que seguramente estos cambios los has comenzado a notar en tu cuerpo es necesario que tanto hombres y mujeres conozcan cómo son y cómo funcionan ambos aparatos.



Pero... ¿cómo es y cómo funciona el aparato sexual del hombre?

Aquí está un esquema de dicho aparato, enseguida se encuentra descrito el funcionamiento (fisiología) de cada uno de los órganos que lo integran:



El aparato sexual masculino es visible casi totalmente, ya que la mayor parte de sus órganos se encuentran en el exterior, dichos órganos son:

1. **Pene.** Organó único que se encuentra en la línea media del cuerpo, de forma cilíndrica recubierto de piel fina. En el extremo termina en el glande o cabeza por medio del cual salen la orina y el semen. Puede adoptar dos estados: flácido o erecto. Su función es doble: desechar la orina y participar en la cópula.
2. **Escroto.** Bolsa de piel en cuyo interior se encuentran los testículos. Su función es regular la temperatura ideal para la producción de espermatozoides.
3. **Testículos.** Son dos cuerpos ovalados que tienen en su interior cientos de tubos seminales. Su función principal es producir la hormona llamada testosterona y producir espermatozoides.

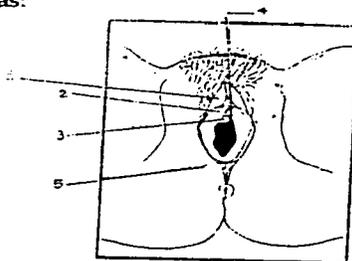
TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

4. **Conducto Deferente.** Hay uno en cada testículo, es un conducto delgado que va de la parte superior del testículo hasta las vesículas seminales. Su función es conducir a los espermatozoides hacia dichas vesículas.
5. **Vesículas seminales.** Son unas estructuras en forma de saco que están detrás de la vejiga, tienen una capa de músculo y su función principal es la protección y nutrición de los espermatozoides.
6. **Próstata.** Es una glándula que rodea a la uretra, su función es producir un líquido claro y lechoso el cual se une con los espermatozoides para formar el semen.
7. **Uretra.** Conducto que va de la vejiga al orificio por el que sale la orina. Su función es conducir la orina y el semen. Sin embargo, la orina y el semen no pueden mezclarse porque cuando el pene está en erección, una válvula cierra el paso orina para dejar pasar el semen y viceversa. (1, 12)

y... ¿cómo es y cómo funciona el aparato sexual de la mujer?

La mayoría de los órganos que forman el aparato sexual femenino no son visibles a simple vista, por eso es necesario que toda mujer conozca cómo son sus órganos sexuales y dónde se encuentran. La mejor manera de hacerlo es usando un espejo de mano. (12)

Este esquema muestra las estructuras externas del aparato sexual femenino a las cuales se les conoce también con el nombre de vulva; posteriormente se describe la función de cada una de dichas estructuras:

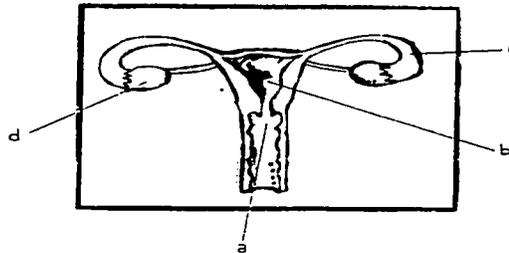


TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

1. **Labios mayores.** Son dos pliegues de piel de color oscuro cubiertos de vello que al separarlos permiten ver las demás estructuras externas.
2. **Labios menores.** Son formaciones mucosas de color rosado y con humedad que cubren el clítoris.

3. **Clítoris.** Es un órgano muy sensible que se encuentra en la parte delantera de la vulva, donde se unen los labios mayores y los menores. Su función es únicamente proporcionar sensaciones placenteras a la mujer durante la actividad sexual. Debido a su gran sensibilidad debe ser tocado con mucho cuidado.
4. **Vestíbulo.** Es un espacio triangular que se ve al separar los labios mayores, en él se encuentran el orificio urinario y el vaginal.
5. **Orificio vaginal.** Se le conoce también como introito y en la mayoría de las niñas o de las mujeres que no han tenido relaciones sexuales se encuentra cerrado por una fina capa llamada himen. Esto no siempre es así ya que no todas las mujeres nacen con himen o bien no en todas se rompe a través de una relación sexual. (1, 12)

Además de las partes mencionadas que pueden verse con el espejo, las mujeres poseen otras estructuras que son totalmente internas. El siguiente esquema muestra su ubicación y más adelante se describe su funcionamiento de cada una de ellas:



- a. **Vagina.** Es un músculo en forma de tubo que comunica la vulva con el útero. Está recubierta por mucosa y produce un líquido durante la excitación sexual. Sus funciones son albergar al pene durante el coito y dejar pasar al bebé durante el parto.
- b. **Útero o matriz.** Es un músculo en forma de pera, tiene dos capas: endometrio y miometrio. Su principal función es dar albergue y protección al embrión durante el embarazo.
- c. **Trompas de Falopio.** Se originan en el útero, tienen una capa membranosa. Su función es transportar el óvulo de los ovarios al útero.
- d. **Ovarios.** Son dos y están colocados a ambos lados del útero. Tiene forma de almendra y su función principal es producir las hormonas femeninas (progesterona y estrógenos) así como la producción de los óvulos. (1, 12)



ACTIVIDAD 14 Identificando estructuras

Los participantes deberán escribir el nombre correcto de cada una de las estructuras señaladas en los esquemas de los aparatos sexuales masculino y femenino.

Durante la pubertad se lleva a cabo un acontecimiento muy importante en el hombre y uno en la mujer. El muchacho experimenta su primer eyaculación y la chica su primera menstruación, ambas son las funciones más importantes de los aparatos sexuales e indican el inicio de la madurez sexual.



Pero... ¿qué es la eyaculación?

Es la salida de un líquido llamado semen a través del pene a la vez que el hombre experimenta una sensación muy placentera llamada orgasmo o clímax. (1)

Durante la pubertad este evento puede darse estando dormido, a lo cual se le conoce como eyaculación nocturna; también se da cuando el chico manipula o frota su pene. (12)

En la primera eyaculación por lo general sale un líquido claro y ligeramente pegajoso, pero luego se vuelve lechoso y espeso. Este fluido ligeramente salado, de olor agradable, se le llama semen y contienen los espermatozoides, que son pequeñas células que pueden fertilizar al óvulo y convertirlo en un posible ser humano.

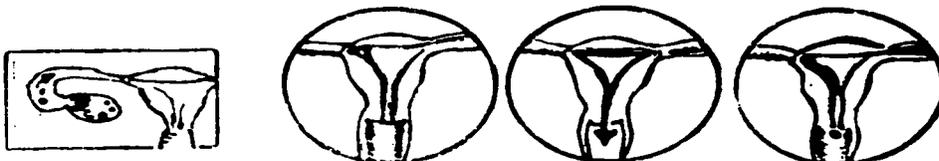
Casi siempre se genera aproximadamente una cucharada de semen en cada eyaculación, aunque puede haber más. En cada eyaculación hay cientos de millones de espermatozoides aunque por lo general sólo uno de ellos es el que llega hasta las trompas de falopio para fecundar al óvulo.

La eyaculación se da siempre y cuando el pene esté erecto. (1)

y... ¿qué es la menstruación?

Es la salida de sangre y tejido por la vagina aproximadamente cada 28 días. (1)

Antes de la producción de un óvulo, el revestimiento interior del útero, llamado endometrio, se hace más grueso por si ocurre la fecundación. Si ésta no se lleva a cabo la capa que se había formado se desprende y se expulsa a través del orificio vaginal. Esta limpieza regular es la que produce el periodo menstrual. (1)



El periodo se cuenta a partir del primer día de sangrado hasta el primero del siguiente. La duración varía de una mujer a otra, siendo normal entre los 26 y los 32 días. El sangrado dura en promedio 4 días, pero también puede variar entre 1 y 7. La cantidad de sangre que se expulsa también varía de una mujer a otra. (1)

Alrededor del 5º. día comienza a crecer una nueva capa en el útero, al mismo tiempo el óvulo empieza a madurar en el ovario y entre el día 14 y 15 el óvulo sale del ovario, a esto se le conoce como ovulación. Si no es fecundado en su camino hacia el útero llega a éste y muere, siendo expulsado durante la menstruación. (8)

Este proceso es completamente normal, no es una enfermedad y no impide realizar las actividades cotidianas, salvo cuando se presentan dolores intensos en el vientre, si esto llega a ocurrir, se pueden disminuir las molestias realizando ejercicio, si no, es mejor consultar al médico. (8)

Puede resultarte molesta, pero no es algo vergonzoso o que "ensucie" por el contrario, es el indicador de que el cuerpo de la chica funciona adecuadamente y que ha madurado para que en el futuro pueda, si así lo decide, ser madre.



ACTIVIDAD 15 Crucigrama

Los participantes resolverán un crucigrama encontrando las palabras correctas que completen una serie de frases relativas al funcionamiento de los aparatos sexuales masculino y femenino.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 3

REPRODUCCION HUMANA



Objetivos:

Al término de este tema se espera que el participante...

- **Comprenda los procesos que intervienen en la reproducción humana: coito, fecundación, embarazo y parto.**

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

En el tema anterior se revisaron cada una de las partes de los aparatos sexuales o reproductores del hombre y de la mujer, además de explicar la función principal de cada uno de ellos: eyaculación y menstruación.

Ahora, se hará una breve revisión al proceso de la reproducción humana, considerando los principales aspectos físicos y fisiológicos que intervienen en ella, sin olvidar que en dicho proceso es de gran importancia el aspecto emocional o afectivo, así como los valores, metas y deseos de cada persona.



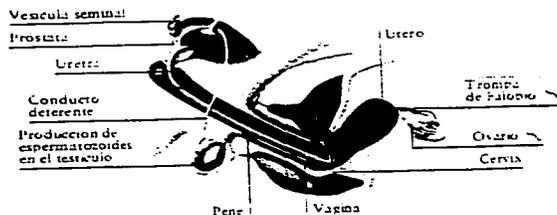
Pero... ¿ qué es la reproducción humana?

Es el proceso por el cual se crea un nuevo ser humano a partir de la unión de una célula femenina (óvulo) y una célula masculina (espermatozoide). (8)

A pesar de que actualmente existen algunos métodos que hacen posible la reproducción sin necesidad de que exista contacto físico, el método más común para que exista un nuevo ser sigue siendo el contacto sexual entre un hombre y una mujer, al cual nos referimos como relación sexual, acto sexual o coito.

Coito

Es la introducción del pene del varón en la vagina de la mujer. (4)



Fecundación

Por lo general sucede en algunas de las trompas de Falopio durante los 2 ó 3 días posteriores a la ovulación. Ocurre cuando un espermatozoide de los que se depositaron en la vagina durante el coito, atraviesa la pared de un óvulo. Esta pared se modifica y ya no puede ser atravesada por otro espermatozoide.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

En la cabeza del espermatozoide se encuentra la mitad de las instrucciones químicas para que se forme una persona completamente nueva y diferente. La otra mitad se encuentra en el núcleo del óvulo. (1) De este modo, al unirse este último con el espermatozoide se inicia la formación de células nuevas y bien diferenciadas, las células que conformarán a una persona única y diferente.



Embarazo

Es el periodo que por lo general dura entre 37 y 42 semanas (9 meses) durante el cual se desarrolla un nuevo individuo dentro del útero de la mujer. Se inicia cuando el óvulo fecundado se implanta en el útero y finaliza con el parto. (2)

Aproximadamente después de 14 días de haberse implantado en el útero, el cúmulo de células se convierte en un embrión suspendido en un saco con un líquido y unido al útero por un canal que le permite recibir alimento y evacuar sus desechos.

Después de 8 ó 9 semanas el embrión ya tiene formadas y diferenciadas los principales órganos como son el sistema nervioso, el aparato digestivo, el corazón, los pulmones, los músculos. De este modo, en los tres primeros meses de embarazo debe tener especial cuidado en su alimentación y en lo que toma, siendo muy peligroso tomar medicamentos, drogas y alcohol, así como padecer cualquier infección. (4)

A partir del tercer mes el embrión se convierte en un feto. Durante el tercer mes aparecen los primeros signos externos de diferenciación sexual y ha adquirido casi todos los sistemas y funciones indispensables del ser humano.

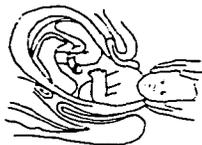
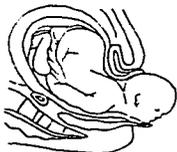
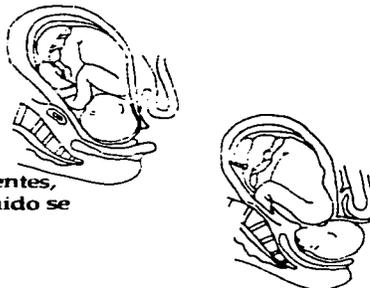
Del cuarto al sexto mes el cuerpo crece y sus movimientos son sentidos por su madre, ya que cambia constantemente de posición.

Del séptimo mes al noveno, los órganos y sus funciones se perfeccionan para poder sobrevivir por sí mismos, sigue creciendo y cambia de posición constantemente ya que se acomoda para nacer. (2)

Parto

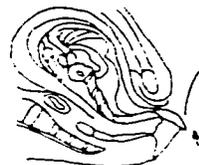
Al final del noveno mes el feto ya está listo para nacer, por lo que la madre comienza a sentir dolores que indican el inicio de la primera parte del parto conocido como trabajo de parto. (R)

Los dolores se hacen cada vez más fuertes y más frecuentes, el cuello del útero se abre poco a poco y el saco del líquido se rompe para que éste salga. (1)



La 2ª. Etapa es el parto propiamente dicho, durante el cual las contracciones son tan fuertes que empujan al bebé hacia fuera (S), generalmente de cabeza y de cara hacia atrás, descendiendo hacia el exterior por la vagina y a través de la vulva hasta encontrarse fuera del cuerpo de la madre por completo. Para que esto ocurra, los tejidos están programados para que puedan extenderse sin romperse. (1)

La 3ª. Fase se denomina secundinas o alumbramiento, (2) consiste en la expulsión de la placenta y el cordón umbilical. (S)



Inmediatamente después del parto, el niño, la madre y el padre, si está presente, inician el proceso de apego o la formación de un vínculo afectivo, el cual se da a través de las primeras miradas, caricias, arrullos y la oportunidad del bebé para alimentarse del pecho de su madre y tocar la cara y las manos de ambos además de reconocer su voz. (2)



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



ACTIVIDAD 16 Resumen sobre reproducción humana

Solicite a los chicos y chicas participantes que formen triadas y reúnan la mayor información posible acerca de los aspectos biológicos y psicológicos que intervienen en el proceso de la reproducción humana. Con base en la información recabada deberán elaborar un resumen con sus propias palabras e ilustrarlo. Este resumen les servirá como guía para comprender cada una de las fases de la reproducción humana.



ACTIVIDAD 17 El huevo (10')

Esta actividad servirá como precurrente para abordar el siguiente tema, por lo cual deberá motivar a los chicos para que participen activamente en ella y logren el mayor provecho de esta experiencia.

Material: 1 huevo por cada pareja de participantes.

1. Forme parejas de hombre y mujer entre los participantes y entregue a cada uno un huevo previamente marcado por usted y pídale que lo decoren de la manera que ellos gusten.
2. Explique que cada pareja deberá cuidar del huevo durante por lo menos 3 días y máximo 8, durante los cuales lo llevarán a todos los sitios a donde vayan, incluyendo la escuela, donde Ud. O algún otro profesor verificará diariamente que efectivamente lo lleven consigo.
3. Una vez concluido el lapso de tiempo acordado para cuidar del huevo, evalúe la actividad con las siguientes preguntas:
 - ¿Les resultó fácil o difícil cuidar del huevo?
 - ¿Tuvieron problemas para ponerse de acuerdo respecto a los cuidados para el huevo?
 - ¿Pudieron lograr que no se rompiera? ¿Qué hicieron para lograrlo?
 - Si se rompió, ¿a qué creen que se haya debido?
 - ¿Cuáles eran sus sentimientos respecto al huevo y los cuidados para él?
 - ¿Qué relación tiene esta actividad con la reproducción humana y la adolescencia?

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 4

EMBARAZO A TEMPRANA EDAD



Objetivos:

Por medio de este tema se espera que los participantes..

- **Analicen los factores y las conductas que frecuentemente son causas de un embarazo no planeado en la adolescencia.**
- **Comprendan las consecuencias físicas, económicas, sociales y psicológicas de un embarazo en la adolescencia.**

A partir del momento en que el bebé nace, ambos padres son responsables del crecimiento y el desarrollo armónico de este nuevo ser durante al menos 18 años, edad en la que legalmente será mayor de edad. Padre y madre funcionan como un segundo útero, y si no hacen bien su trabajo, la nueva persona sufrirá las consecuencias. Uno de los padres puede, si es necesario, criar a un hijo, pero en realidad estamos programados para tener dos. Por eso no se puede hacer un bebé por voluntad propia. (1) De este modo, la formación de un nuevo ser a través de una relación sexual es sólo el inicio de un largo proceso cuyo objetivo debe ser una persona completa y feliz.

Resalte a los jóvenes participantes que: **ser padre o madre no es fácil, ya que implica mucha responsabilidad de ambos, ya que un hijo necesita compañía, amor, cuidados, alimentación, ropa, educación, tiempo, entre otras muchas cosas, por lo cual quien decida tener un hijo deberá antes pensar si le podrá brindar todo esto.**

Durante la adolescencia el individuo aún se encuentra en un proceso de maduración que le hacen más difícil atender a todas las demandas de un hijo. No obstante, existe un gran número de embarazos en adolescentes (2), cuyas causas y consecuencias serán analizadas enseguida.



...¿ cuáles son las causas del embarazo a temprana edad?

Aunque en la actualidad existe mayor permisividad y tolerancia hacia la sexualidad de los adolescentes, la sociedad está llena de contradicciones ya que existen varios factores que incrementan el riesgo de embarazo en los adolescentes, entre éstos están:

- **Historia personal:** algunos acontecimientos ocurridos durante la infancia, como el ser víctima de abuso sexual, maltrato y haber tenido un ambiente familiar poco afectuoso.
- **Características de la adolescencia** como inestabilidad emocional, crisis de valores, curiosidad, exceso de confianza, etc.
- **Factores sociales:** tener un bajo nivel socioeconómico, no estar estudiando o tener un nivel bajo de estudios.
- **Factores familiares:** Ser parte de una familia disfuncional que brinde poco apoyo y poca confianza.
- **Relación entre la pareja:** Puede darse que el chico presione a la chica para tener relaciones sexuales y que no hablen sobre anticonceptivos, que la pareja no sea estable y por lo tanto las relaciones sexuales sean ocasionales y por ello no usen un método anticonceptivo o usen uno poco eficaz.
- **Influencia del grupo de amigos:** Es de gran importancia en esta etapa para sentirse aceptado, puede también presionar para que se inicie la vida sexual activa, además de dar información equivocada acerca de la sexualidad.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

- **Falta de información y creencias equivocadas:** El no tener suficientes conocimientos sobre la sexualidad y el uso de anticonceptivos dificultan vivir una vida sexual sana y responsable, así como tomar decisiones acertadas.
- **Falta de una comunicación asertiva y baja autoestima.**
- **Dificultad para respetar las normas sociales, familiares y escolares.**
- **Actitud negativa hacia la sexualidad y todas sus expresiones.**
- **Situaciones de riesgo como son el consumo de alcohol y drogas. (7)**



...¿ cuáles son las consecuencias del embarazo a temprana edad?

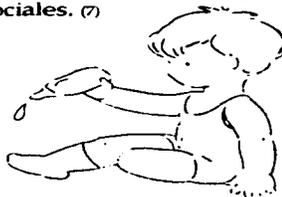
Un embarazo durante la adolescencia trae consecuencias no sólo a la mujer y a su hijo, sino también a su pareja, a los padres de ambos y a la sociedad en general.

La chica adolescente, ya sea que tome la decisión de abortar o tener a su hijo, está expuesta a importantes consecuencias no sólo orgánicas, sino también psicológicas, sociales, económicas y educativas ya que los efectos de ellas perduran por mucho tiempo incluso para toda la vida.

	Aborto	Seguir el embarazo	A largo plazo
Orgánicas	Infecciones Hemorragias Perforación uterina Muerte	Anemias Abortos espontaneos Complicaciones parto y Posparto	
Psicológicas	Tristeza Pérdida Culpabilidad	Estrés, ansiedad, miedo, depresion, baja autoestima, suicidio	Baja autoestima Sentimientos de Fracaso
Sociales, económicas y educativas	Rechazo social si se Conoce el hecho	Rechazo social Abandono escolar Matrimonios forzo- sos Inseguridad social y economica	Fracaso matrimonial Bajo rendimiento y fracaso escolar Pobreza Dependencia Repetición del Embarazo (7)

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

- Para el hijo o hija también existen consecuencias que en ocasiones sólo son inmediatas, en otras perduran hasta la infancia o incluso la adolescencia, entre las principales está el ser maltratado física y emocionalmente, recibir pocos cuidados, tener problemas de salud física, así como de conducta y fracaso escolar, y en casos extremos presentar conductas antisociales. (7)



- Para las familias, en especial para los padres, un embarazo en sus hijos adolescentes genera un sentimiento de rechazo ya que se derrumban las expectativas que habían creado sobre ellos. Posteriormente, los nuevos abuelos suelen tratar a su nieto como un hijo más restando así autoridad y responsabilidad a los nuevos padres para educar a su hijo.
- Para la sociedad hay un costo económico pero sobre todo de tipo laboral y con respecto a los roles que desempeñan dentro de ésta los nuevos padres. (7,10)



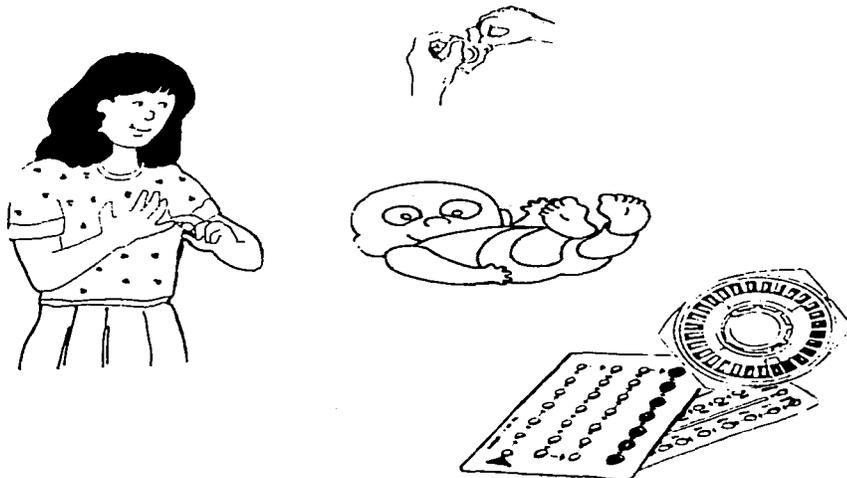
ACTIVIDAD 18 Una historia verdadera

Organice el grupo en parejas, cada una de ellas inventará una historia en la cual los protagonistas sean una pareja de adolescentes que tienen relaciones sexuales y como consecuencia se da un embarazo no deseado. Deberán describir algunos factores que influyeron para que se diera esta situación y cuál fue su reacción ante el embarazo. Finalmente pida que de manera individual escriban las principales consecuencias físicas, psicológicas y sociales de un embarazo a edad temprana.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 5

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS



Objetivos:

A través de este tema se espera que los participantes...

- **Comprendan qué son los métodos anticonceptivos y cuál es su importancia.**
- **Conozcan los principales métodos anticonceptivos así como la manera de usarlos.**
- **Reconozcan las ventajas y desventajas de cada método anticonceptivo.**

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

En el tema anterior fueron analizadas las causas y las consecuencias de un embarazo a temprana edad, es decir de enfrentar la responsabilidad cuando se es adolescente y no se cuenta con la madurez y la estabilidad necesarias para cuidar adecuadamente de un hijo.

Por ello es fundamental resaltar la importancia que tiene el que los y las adolescentes se conozcan, se acepten y se quieran a sí mismos, así como el tener claros sus valores para tomar decisiones sin que nada ni nadie los presionen para hacer algo de lo que no estén convencidos(as) totalmente. (10)

Sin embargo, como también lo discutimos en el tema anterior, muchos adolescentes e incluso preadolescentes deciden o aceptan tener relaciones sexuales, por lo cual es necesario estar informado sobre los métodos anticonceptivos y su funcionamiento, esto con el fin de evitar embarazos no deseados y con ello todas las consecuencias que se analizaron.

Con frecuencia, los adolescentes rechazan los métodos anticonceptivos porque no reconocen su propia actividad sexual y sienten gran ansiedad ante la oportunidad de tener relaciones sexuales. (7)



Pero... ¿ qué son los métodos anticonceptivos ?

Son las técnicas utilizadas por el hombre, por la mujer o por ambos, que reducen el riesgo de un embarazo. (9)

A través de los años se ha considerado que la mujer es la responsable de usar los métodos anticonceptivos. Actualmente tanto el hombre como la mujer deben asumir la responsabilidad de usarlos, aunque no siempre es fácil hablar de anticoncepción con la pareja es necesario que ambos conozcan cuáles son los más seguros y decidan cuál puedan utilizar. (12)

A continuación se describen los métodos más conocidos, cómo se utilizan y la efectividad de cada uno de ellos. Los métodos anticonceptivos se clasifican en: naturales y artificiales.

METODO	DESCRIPCION
Naturales: Abstinencia.	<p>Es el único método 100% seguro, pero el menos utilizado. Consiste en no tener relaciones sexuales.</p>
Ritmo	<p>Consiste en tener relaciones sexuales sólo en la época infértil de la mujer de acuerdo a su ciclo menstrual (5 a 7 días antes de la ovulación y 5 a 7 días después de ésta). Es muy poco confiable ya que la duración del ciclo menstrual es variable sobre todo durante la adolescencia. (12)</p>
Coito Interrumpido	<p>Es la interrupción del contacto sexual antes de la eyaculación, descargando el semen fuera de los genitales femeninos. Es poco confiable ya que desde el inicio de la relación sexual puede haber semen en el pene y depositarlo en la vagina de la mujer. (12)</p>
Billings	<p>Consiste en observar diariamente la consistencia del moco vaginal o flujo, que va cambiando durante el ciclo menstrual, haciéndose más espeso durante la ovulación (como clara de huevo). Durante este periodo deben evitarse las relaciones sexuales. Es poco seguro ya que la consistencia del moco cambia cuando existe alguna enfermedad vaginal. (10)</p>
Temperatura basal	<p>Consiste en tomarse la temperatura diariamente a la misma hora, antes de levantarse. Durante la ovulación hay un pequeño incremento de la temperatura normal, durante los cuales se recomienda no tener relaciones sexuales. También es poco eficaz ya que la temperatura puede variar por otras causas como son: una enfermedad, haber tomado bebidas alcohólicas o realizar una actividad antes de tomarse la temperatura. (10)</p>
Artificiales: Condón o preservativo	<p>Es una envoltura o funda de látex que se coloca sobre el pene en erección antes de que penetre la vagina de la mujer con lo cual se impide que el espermatozoide entre y alcance el óvulo y se de un embarazo. Además, ayuda a prevenir enfermedades de transmisión sexual. (12)</p> <p>Después de la eyaculación el hombre debe retirarse sujetando el borde del condón para evitar que se quede adentro, se rompa o se derrame el semen. Si se desea tener otra relación sexual debe usarse otro condón. (10)</p> <p>Este método, tiene un alto grado de eficacia, pero si no se usa correctamente se puede romper y dejar que el espermatozoide entre.</p>
DIU Dispositivo intrauterino	<p>Es un pequeño aparato de plástico o cobre en forma de espiral, T o Y que se inserta en el útero con unos hilos que quedan en la vagina. Su función es impedir la fertilización del óvulo o la implantación del óvulo fecundado en la pared del útero. Este aparato lo tiene que insertar el médico cuando la mujer está menstruando. Los hilos deben revisarse cada seis meses o cada año por el médico. Una vez que se inserta requiere pocos cuidados, no interfiere con el acto sexual y ofrece protección continua. No es totalmente efectivo ya que puede ser expulsado, en ocasiones causa cólicos y trastornos menstruales, principalmente si no se han tenido hijos. (12)</p>

<p>Diafragma</p>	<p>Es un aparato de goma que tiene la forma de la cáscara de una media naranja. Se introduce en la vagina antes del acto sexual y cubre la entrada al útero. Antes de colocarlo se unta con una jalea espermaticida. La mujer lo deja puesto varias horas después de la relación sexual para asegurarse de que todos los espermatozoides han muerto, luego lo quita y lo lava. (1)</p> <p>Es usado por lo general por mujeres casadas o con relaciones sexuales muy frecuentes. Requiere visitar al médico, ya que éste debe determinar la medida adecuada a la mujer y explicar detalladamente cómo colocarlo, ya que si no se hace así, no ofrece casi ninguna seguridad. (1)</p> <p>NOTA: Este método anticonceptivo se encuentra en desuso en México.</p>
<p>Píldoras o pastillas anticonceptivas</p>	<p>Contiene hormonas artificiales parecidas a las naturales que combinadas impiden el desarrollo del óvulo (ovulación). Además modifican la mucosa del cuello uterino impidiendo el ascenso de los espermatozoides hacia el óvulo. Si se toma la dosis adecuada de la manera correcta, es imposible quedar embarazada, ya que es eficaz al 100% siempre y cuando se tome sin olvidarla ni un solo día. (12) Las presentaciones varían, algunas traen 21 y otras 28 pastillas. En sí las activas siempre son 21, las otras 7 son solo para no perder la costumbre de tomarlas. (11)</p> <p>El mayor riesgo para la salud de la mujer se da cuando ésta fuma y en la medida en que es más grande de edad, fuera de esto los riesgos son pocos, aunque siempre debe consultarse al médico para que él sea quien determine si son adecuadas o no para nuestro organismo, incluso para algunas mujeres resultan benéficas ya que el ciclo se regulariza y los malestares menstruales disminuyen. Sin embargo, cuando hay náuseas, dolor en los pechos y sangrados, debe recurrirse al médico. (11) En la adolescencia su uso puede no ser del todo favorable, por lo cual es preferible que la joven haya tenido ciclos menstruales regulares por dos años antes de usarla. (12)</p>
<p>Inyecciones</p>	<p>Son fórmulas compuestas por estrógenos y progesterona. Se administran por vía intramuscular cada mes o bien cada tres meses, según la indicación del médico. Antes de iniciar el tratamiento debe realizarse un examen ginecológico y durante su administración deberán realizarse controles periódicos, ya que pueden producir algunos efectos secundarios y problemas en la regularidad del ciclo menstrual e incluso algunos trastornos en el endometrio que traen como consecuencia retardo en el retorno de la fertilidad después de suspender su uso. Tienen la ventaja de ser aplicadas en intervalos prolongados, lo cual evita el olvido. (14)</p>
<p>Espumas, jaleas, cremas, tabletas y óvulos vaginales</p>	<p>Son sustancias que se aplican en el fondo de la vagina 15 minutos antes del coito, por medio de un aplicador o con los dedos en el caso de los óvulos y las tabletas. Después de la relación sexual no deben realizarse lavados vaginales hasta después de seis horas. Es necesario aplicarlas antes de cada penetración. Tienen la ventaja de que se adquieren sin receta médica, son de fácil aplicación y bajo precio. Sus principales desventajas son que interrumpen el acto sexual, pueden causar alergias, se requiere estar motivada para usarlos y sobretodo que su eficacia es poca por lo que se deben combinar con el condón (12)</p> <p>Nota: Las espumas son otro método anticonceptivo que es poco usual actualmente.</p>

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

<p>Definitivos:</p> <p>Vasectomía</p>	<p>Es el proceso mediante el cual se cortan y atan los vasos deferentes en el hombre, de manera que los espermatozoides no puedan salir, produciendo la esterilidad, después de la abstinencia total este método es el más seguro. Es un proceso quirúrgico sencillo que no requiere hospitalización, el hombre puede regresar a sus actividades diarias al día siguiente de la operación. No se debe de confiar de la vasectomía hasta que por lo menos se hayan encontrado, en un análisis efectuado por el médico o un laboratorio dos muestras de semen libre de espermatozoides.5 Lo deben usar únicamente personas que están totalmente seguras de no querer tener ya hijos, por lo cual no se recomienda para personas jóvenes. (9)</p>
<p>Salpingoclasia</p>	<p>Es el procedimiento mediante el cual se cortan y ligan las trompas de Falopio de manera tal que los óvulos no puedan unirse al espermatozoide, evitando así que la mujer pueda quedar embarazada. (5) Se le conoce también con el nombre de ligadura de trompas. Es una operación más complicada que la vasectomía, la cual requiere hospitalización y uso de anestesia, El riesgo de la cirugía es bajo si se lleva a cabo con un médico con experiencia, Este método al igual que la vasectomía, es el más seguro después de la abstinencia. No se recomienda en personas jóvenes ya que implica tomar una decisión muy importante. (9)</p>



ACTIVIDAD 19 Aprendiendo a usar el condón y los óvulos

En su manual, los participantes deberán escribir en el orden correcto los pasos para usar efectivamente el condón y los óvulos espermaticidas.

Para hacer más dinámica esta actividad, puede formar equipos de máximo 6 participantes y darles los pasos para usar ambos métodos anticonceptivos escritos en diversas tarjetas las cuales deberán colocar en orden en el menor tiempo posible, resultando ganador el equipo que los ordene más rápido y de manera correcta.



ACTIVIDAD 20 Relacionando columnas

Los participantes deberán relacionar la columna que describe cada uno de los métodos anticonceptivos con la columna que indica el nombre de ellos anotando el número correspondiente dentro del paréntesis.

ACTIVIDAD SUGERIDA: Investigación y exposición sobre anticoncepción.

Organice el grupo en equipos de entre 4 y 6 integrantes. Asigne a cada equipo por lo menos 2 métodos para que realicen una investigación acerca de éstos.

Sugierales acudir a una clínica o centro de salud a solicitar información, o bien con un médico, una enfermera o con sus padres. Cada equipo debe organizar la información recabada y presentarla al resto del grupo de una forma amena y accesible, resaltando las ventajas y desventajas de cada método así como su forma de uso.

Evalúe la actividad preguntando a cada chico(a) cómo se sintió al solicitar información acerca de los métodos anticonceptivos así como al transmitir dicha información a sus compañeros.

TEMA 6

SALUD SEXUAL



Objetivos:

Por medio de este tema se espera que los participantes...

- Reflexionen acerca de la importancia de las medidas higiénicas en el cuidado de la salud de los órganos sexuales.
- Conozcan y analicen las características de las enfermedades de transmisión sexual, así como sus consecuencias en la salud del hombre y la mujer y la manera de prevenirlas.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Durante la pubertad y la adolescencia, los impulsos y deseos sexuales son muy fuertes, ya que la actividad de las hormonas hace que los órganos sexuales funcionen y con ello se modifiquen las actitudes y necesidades sexuales de cada individuo. Por lo tanto, se generan más dudas acerca del comportamiento sexual y también se corren más riesgos; uno de ellos es el embarazo precoz, que ya analizamos en el tema 4, pero ahora toca el turno a otro riesgo relacionado con el ejercicio de la sexualidad, este es el de las enfermedades de transmisión sexual (ETS), mismo que toda persona debe tomar en cuenta aunque aún no inicie su vida sexual activa, ya que cualquiera puede estar expuesto a contraerlas en algún momento de su vida puesto que actualmente se ha registrado un notable incremento en el número de personas contagiadas de múltiples padecimientos adquiridos por vía sexual, y muchas de estas personas no rebasan los 20 años de edad.

Por ello, es importante que tanto hombres como mujeres jóvenes, incluso preadolescentes, conozcan las enfermedades más comunes de este tipo, sus síntomas, su forma de tratamiento pero sobre todo la manera de prevenirlas, principalmente a través de medidas de higiene sexual.



... Pero ¿ qué es la higiene sexual ?

Son todas aquellas medidas que ayudan a mantener en condiciones saludables los órganos sexuales, ayudando a que funcionen adecuadamente previniendo enfermedades para tener una vida sexual y reproductiva sana. (12)

La higiene sexual se inicia desde que nacemos, con el baño diario que evita la irritación que causan la orina y la materia fecal.

Durante el baño, el hombre debe asearse el pene jalando hacia atrás el prepucio que es la piel que cubre la cabeza del pene y retirar con agua y jabón todos los residuos de orina que allí se acumulan. (12)



**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Por su parte la mujer debe separar con dos dedos de una mano los labios mayores y con la otra asear las estructuras que quedan al descubierto, ya que tanto la humedad como los restos de orina pueden irritarlos. Además es necesario que la mujer se asee adecuadamente después de orinar o defecar, limpiando la vulva de atrás hacia delante y el ano de adelante hacia atrás.

Durante la pubertad y la adolescencia, cuando se inicia el funcionamiento de los órganos sexuales, las medidas de higiene deben reforzarse, además de adquirir algunas otras, como son el cuidado de la piel, el realizar un auto-examen de los genitales, cambiarse diariamente de ropa interior y lavarla bien. (12) En el caso de las chicas durante los días de la menstruación es imprescindible el baño y cambiar por lo menos 4 veces al día su toalla sanitaria o tampón.

Cuando se inicia la vida sexual activa, es decir, cuando se tienen relaciones sexuales, además de las anteriores medidas de higiene es muy importante practicar otras más, con el fin de prevenir el contagio de enfermedades de transmisión sexual. Tales medidas son:

- 1) Tener relaciones sexuales sólo con una pareja
- 2) Evitar contactos sexuales con personas que tengan muchas parejas (12)
- 3) Usar condón
- 4) Evitar intercambiar sangre o semen
- 5) Lavar los genitales luego de la relación sexual
- 6) Acudir a una revisión médica por lo menos cada año. (10)

Si no se practican estas medidas de higiene la probabilidad de padecer una enfermedad sexualmente transmisible se incrementa poniendo en riesgo la salud, la integridad e incluso la vida de la persona.



ACTIVIDAD 21 Salud e higiene

Pida a los participantes que busquen en el diccionario o un libro de medicina la definición de las palabras salud e higiene, posteriormente pídale que elaboren una nueva definición con sus propias palabras.



Pero... ¿ qué son las enfermedades de transmisión sexual ?

TESIS CON FALLA DE ORIGEN

Son aquéllos padecimientos infecciosos y contagiosos que por lo general se contraen a través del contacto sexual, (12) en su mayoría afectan directamente los órganos sexuales aunque pueden involucrar otros órganos. (10)

Estas enfermedades existen desde tiempos muy antiguos, (anteriormente se les llamaba enfermedades venéreas) y no respetan ni sexo ni edad y pueden ser contraídas por los niños e incluso por el feto. (12)

Actualmente las enfermedades sexualmente transmisibles más conocidas y que se presentan con mayor frecuencia en nuestro medio son las siguientes:

Enfermedad	Síntomas
<p>Clamydia Se presenta con mayor frecuencia en los adolescentes y puede repercutir sobre la fertilidad tanto del hombre como de la mujer.</p>	<p>Muchas veces no aparecen síntomas y por ello transmitir la bacteria sin darse cuenta. Cuando la infección se manifiesta lo hace por medio de flujo, escurrimiento, comezón, ardor al orinar y molestias durante las relaciones sexuales. (11)</p>
<p>Gonorrea Es producida por la bacteria del Gonococo</p>	<p>En el hombre sus síntomas son escurrimiento y ardor al orinar, en la mujer casi nunca se presentan síntomas, cuando aparecen puede haber flujo, irritación vaginal y dolor al orinar. También puede afectar la garganta presentándose dolor e irritación en ésta. (11)</p>
<p>Vaginitis por tricomonas, cándida o garterellas. Son la causa más frecuente de malestares en las chicas, son causadas por las bacterias mencionadas</p>	<p>Causan flujo, ardor, comezón y mal olor. Por lo general las vaginitis no tienen graves consecuencias si son tratadas oportunamente y de manera adecuada. En los varones que portan las bacterias casi nunca se manifiestan síntomas, pero siguen contagiando a sus compañeras sin saberlo. (11)</p>

<p>Herpes genital Se caracteriza por la aparición de unas ampollas parecidas a los "fuegos" labiales, acompañadas de una fuerte comezón y sensación de picazón, después dichas ampollas se convierten en llagas que no dejan cicatrices pero que causan sensación de dolor.</p>	<p>El herpes puede ser aliviado pero no curado, es decir, se eliminan los síntomas pero el virus que lo causa (virus del herpes simple tipo III) (12) se instala para toda la vida en la persona infectada y se manifiesta ocasionalmente, por lo que deberá extremar sus medidas de higiene y prevenir a sus compañeros sexuales. (11) En una mujer embarazada puede causar daños en el feto. (9,10)</p>
<p>Condilomas También se le conoce como verrugas genitales</p>	<p>Aparición de unas pequeñas protuberancias parecidas a las verrugas comunes en los órganos sexuales. (12) Hoy en día el tratamiento elimina las verrugas pero si no son también tratadas pueden incluso ocasionar cáncer en el cuello del útero. (11)</p>
<p>Chancro Blando Los síntomas se inician a los 5 ó 6 días después del contagio.</p>	<p>Aparecen pequeñas llagas en los genitales, que son dolorosas y con salida de un líquido blanco o verdoso y dolor en las ingles. (12)</p>
<p>Sífilis Anteriormente era la más grave de las enfermedades sexualmente transmisibles, hoy en día la penicilina bien administrada permite que se cure por completo. (11)</p>	<p>Aparición de unas lesiones llamadas chancro que parece una úlcera, la cual no duele y desaparece después de aproximadamente 6 semanas. Si no es tratada reaparece causando mayores daños en el organismo. Ataca las mucosas, la piel y los ganglios. Si se vuelve crónica produce trastornos severos en la piel, los huesos, el corazón y el sistema nervioso central. En el embarazo puede contagiar al bebé y provocarle lesiones en los dientes, los huesos, la nariz, y el paladar; en otros casos puede producir ceguera o sordera e incluso provocar un aborto. (12)</p>
<p>Hepatitis B y C Afecta directamente al hígado</p>	<p>Fatiga, dolor de garganta, náuseas, fiebre y vómitos. (11)</p>

Por último y de manera particular se señala enseguida la información relativa al **SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia adquirida)**, ya que desde hace algunos años ha adquirido mayor relevancia dentro de nuestra sociedad y se han creado innumerables mitos a su alrededor, lo cual hace sumamente necesario hablar de manera clara y sobre todo veraz con los jóvenes acerca de cómo se contagia y sobre todo cómo es posible prevenirla.

Actualmente es la enfermedad de transmisión sexual que causa mayor temor ya que ocasiona la muerte y se ha extendido en corto tiempo ya que no se ha encontrado un tratamiento para curarla. (12)

Es producida por un virus llamado VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana) el cual puede contagiarse por el intercambio de fluidos del cuerpo de una persona infectada con los de otra que no lo está, así que se transmite por contacto sexual, por medio de la madre al feto durante el embarazo y mediante transfusiones de sangre. (11) Dicho virus ataca el sistema inmunológico (12). es decir, al sistema de defensas de todo el organismo por lo que cualquier bacteria o virus puede ocasionar muchos y graves problemas de salud que llevan a la muerte. (6)

En las personas que desarrollan la enfermedad los síntomas principales son: pérdida de peso, diarreas sin causa aparente, falta de apetito, dermatitis, tos persistente, infecciones en la garganta, etc. (12) Sin embargo, hay personas que son portadoras del virus pero no manifiestan síntomas. (6)



El SIDA no se contagia por saludar, abrazar o besar a un enfermo, tampoco por compartir utensilios o estomudar. Las únicas formas de contagio son: contacto sexual con una persona infectada, transfusiones de sangre, compartir jeringas y pasar el virus de la madre al feto o durante el parto. (6)

No es una enfermedad exclusiva de los homosexuales, también puede darse en los bisexuales, heterosexuales, mujeres y niños. (11)



ACTIVIDAD 22 Comportamientos riesgosos

En la tabla que aparece en el manual, cada joven participante deberá marcar con una "X" si la frase de la primer columna describe un comportamiento de mucho, poco o ningún riesgo para contagiarse de alguna ETS.

Por último y de manera particular se señala enseguida la información relativa al **SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia adquirida)**, ya que desde hace algunos años ha adquirido mayor relevancia dentro de nuestra sociedad y se han creado innumerables mitos a su alrededor, lo cual hace sumamente necesario hablar de manera clara y sobre todo veraz con los jóvenes acerca de cómo se contagia y sobre todo cómo es posible prevenirla.

Actualmente es la enfermedad de transmisión sexual que causa mayor temor ya que ocasiona la muerte y se ha extendido en corto tiempo ya que no se ha encontrado un tratamiento para curarla. (12)

Es producida por un virus llamado VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana) el cual puede contagiarse por el intercambio de fluidos del cuerpo de una persona infectada con los de otra que no lo está, así que se transmite por contacto sexual, por medio de la madre al feto durante el embarazo y mediante transfusiones de sangre. (11) Dicho virus ataca el sistema inmunológico (12), es decir, al sistema de defensas de todo el organismo por lo que cualquier bacteria o virus puede ocasionar muchos y graves problemas de salud que llevan a la muerte. (6)

En las personas que desarrollan la enfermedad los síntomas principales síntomas son: pérdida de peso, diarreas sin causa aparente, falta de apetito, dermatitis, tos persistente, infecciones en la garganta, etc. (12) Sin embargo, hay personas que son portadoras del virus pero no manifiestan síntomas (6) y son portadoras del virus.

El SIDA no se contagia por saludar, abrazar o besar a un enfermo, tampoco por compartir utensilios o estornudar. Las únicas formas de contagio son: contacto sexual con una persona infectada, transfusiones de sangre, compartir jeringas y pasar el virus de la madre al feto o durante el parto. (6)

No es una enfermedad exclusiva de los homosexuales, también puede darse en los bisexuales, heterosexuales, mujeres y niños. (11)



ACTIVIDAD 22 Comportamientos riesgosos

En la tabla que aparece en el Cuaderno de Actividades, cada joven participante deberá marcar con una "X" si la frase de la primer columna describe un comportamiento de mucho, poco o ningún riesgo para contagiarse de alguna ETS.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

TEMA 7

PREVENCIÓN DE AGRESIONES SEXUALES



Objetivos:

Al finalizar este tema se espera que los participantes sean capaces de...

- Comprender qué es una agresión sexual y quienes intervienen en ella.
- Distinguir las diferentes formas de agresiones sexuales.
- Analizar las características del abuso sexual, el incesto, el acoso y la violación.
- Analizar la manera de prevenir y denunciar las diferentes agresiones sexuales

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

A lo largo de esta unidad se han abordado varios aspectos de la sexualidad humana resaltando su importancia y la responsabilidad que implica el compartirla, lo cual exige un cierto grado de autoconocimiento y sobre todo saber tomar decisiones adecuadas en el momento oportuno.

Sin embargo, existen ocasiones donde no sólo es necesario decidir, sino también decir no y, en otras más, saber incluso defenderse.

La sexualidad abarca todo nuestro ser y que está siempre presente, pero a la vez es la parte más íntima y delicada de la persona por lo que todos estamos expuestos y corremos riesgos respecto a nuestra integridad sexual, tanto en el aspecto físico como psicológico. Por lo tanto, es necesario tomar precauciones y tener cuidados que abarcan tanto medidas de higiene como medidas de seguridad para defenderse de posibles agresiones.

Es por ello que este tema pretende brindar información acerca de qué son y cuáles son las agresiones sexuales, cómo y por qué se dan, así como qué hacer en caso de sufrir alguna de ellas, pero sobre todo cómo prevenirlas ya que en cualquier forma y a cualquier edad o sexo, una agresión sexual marca la vida de la víctima y le causa problemas serios en el ejercicio natural y saludable de su sexualidad y de todas sus facultades como ser humano.



Pero... ¿ qué es una agresión sexual ?

Es toda expresión de la sexualidad que se realiza sin el consentimiento de uno de los participantes, manifiesta una falta de respeto y una forma de ejercer poder de parte del agresor hacia la víctima con el fin de lastimarlo y hacerlo sentir que vale poco. (11)

Las agresiones sexuales pueden darse en circunstancias, contextos y con personas diferentes, de tal manera que existen varias formas de agresión sexual, aunque todas son reprobables y deben ser prevenidas, denunciadas y tratadas oportunamente, ya que lamentablemente cada vez son más frecuentes y comunes en nuestra sociedad.

A continuación explicaremos cada una de las agresiones sexuales :

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Acoso u Hostigamiento sexual

Se da cuando una persona insiste en obtener favores sexuales de otra, cuando la proposición es insistente por parte de un sujeto y no deseada e incluso molesta por parte del otro. Desde el momento en que la persona agredida muestra desacuerdo, la repetición de palabras, frases o peticiones sexuales se transforma en acoso sexual. (11)



Se puede ser víctima de diferentes maneras como son:

- Sentirse desvestida(o) con los ojos.
- Sufrir bromas o comentarios de carácter sexual de manera incómoda.
- Sufrir observaciones y comportamientos machistas.
- Sufrir rices o tocamientos en partes íntimas de nuestro cuerpo.
- Recibir llamadas telefónicas obscenas
- Sufrir proposiciones para tener relaciones sexuales de manera continua y desagradable. (11)

Desafortunadamente, todas estas agresiones se dan todos los días y en muchos lugares como el transporte, la escuela, los lugares de trabajo e incluso la casa, tienen como objetivo humillar a la víctima y hacerle daño intimidándola.

Incesto

Se refiere a cualquier actividad sexual entre personas de una misma familia, siendo la forma más frecuente el que ocurre entre padre e hija, aunque también es común entre hermanos, entre primos y entre tíos y sobrinos. (4)

El incesto también se da entre los padres funcionales (padrastrós o padres adoptivos) y sus hijos, ya que ellos representan la figura paterna o materna ante el niño o la niña.

El incesto no sólo se da por medio del coito, todo contacto oral-genital, manual-genital o anal, son también actos incestuosos; así como los roces, tocamientos de senos, piernas, nalgas, etc. entre familiares cercanos. (11)

Cuando ocurre provoca perturbación, reorganización e incluso desintegración de la familia. En la víctima se generan sentimientos de culpa y vergüenza, baja autoestima, inseguridad, desconfianza, dificultad para relacionarse con los demás y vivir una sexualidad sana, incapacidad para sentir y expresar sentimientos, depresión e incluso ideas suicidas. (6)

Abuso sexual

Consiste en obligar a un menor a participar en actividades de tipo sexual en las cuales no quiere participar o no tiene la capacidad para decidir si quiere o no participar en ellas ya que no las comprende totalmente.

Se le puede obligar por diversos medios; puede ser a través de amenazas, engaños, promesas, etc. utilizando en casos muy raros la violencia física.

El abuso sexual se da cuando:

- Existe una diferencia de edades de por lo menos 4 años entre el agresor y la víctima.
- Además de la diferencia de edades hay diferencias en cuanto a poder y conocimientos.
- Se obliga al menor a hacer "algo" que debe mantener oculto y le hace sentir culpable.

Puede manifestarse de maneras diferentes:

- a) Tocar o manosear las partes íntimas del cuerpo del niño(a)
- b) Mostrar los genitales o hacer que el niño(a) muestre los suyos
- c) Masturbación mutua, coito, sexo oral o anal
- d) Prostitución, pornografía infantil
- e) Toda caricia que haga daño, incomode o haga sentir culpable al menor. (3)

Es difícil identificar a un abusador sexual, ya que por lo general:

- Son personas cercanas al menor y que le dan confianza tanto al él como a los adultos. (6)
- Pueden ser familiares cercanos, maestros, niñeras, sirvientes, vecinos, etc. Suelen ser personas conocidas e incluso queridas por lo que le causa menos temor al niño y le es más difícil denunciarlo.
- Puede tener cualquier edad, sexo, estado civil y preferencia sexual. (3)

Un agresor de este tipo se vincula con una persona que es más fácil de ser víctima ya que la mayoría de las veces:

- Es un niño, una niña o un adolescente de cualquier edad y de cualquier aspecto físico
- Muestran inseguridad, timidez y baja autoestima (6)
- No son asertivos, se dejan manipular fácilmente.
- Se sienten solos y necesitan amistad y reconocimiento (3)

Señale de manera relevante a los participantes que para prevenir el abuso sexual es necesario:

1. Conocer su propio cuerpo y valorarse a sí mismo
2. Saber decir **NO** de forma firme, libre y directa
3. Denunciar inmediatamente a cualquier persona ante una situación que lo haga sentir incómodo o crea que signifique un riesgo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

4. **Estar alerta ante cualquier mirada, caricia o comentario y poner límites, alejarse y contárselo a alguien que sea de su confianza y que tenga autoridad, como pueden ser sus padres, maestros, psicólogo, médico, sacerdote, abuelos, etc. con el fin de que lo que diga sea escuchado y creído por otros.**
5. **Procurar no estar a solas con personas que pueden representar un riesgo a su seguridad e integridad sexual. (11)**

Violación

Es una relación sexual que se da por medio de la fuerza física y en contra de la voluntad de uno de los participantes.

También se considera violación la introducción de cualquier objeto diferente al pene por cualquier vía (ano, vagina o boca) con el fin de lastimar a la víctima y humillarla sexualmente.

Es un acto de agresión en la que el violador busca demostrar superioridad, poder. Tanto hombres como mujeres a cualquier edad pueden sufrir un ataque de este tipo, sin embargo, la forma más común es de un hombre hacia una mujer; aunque actualmente son cada vez más frecuentes las violaciones en contra de niños y niñas. (13)

Al igual que en el abuso sexual, la mayoría de las ocasiones el violador es un pariente, amigo, vecino o conocido de la víctima, aunque también se dan numerosos casos en que el agresor o agresores son desconocidos. (6, 13)

Para prevenir una violación se recomienda:

- a) **No caminar solo por calles vacías, mucho menos de noche.**
- b) **Caminar cerca del arroyo vehicular alejado lo más posible de las casas, edificios y coches.**
- c) **No subirse a un camión, taxi, microbús o auto en el que sólo vaya el conductor o 2 ó 3 hombres.**
- d) **No entrar a un elevador donde sólo hay una persona.**
- e) **No permitir la entrada a extraños a tu casa.**
- f) **No ir a fiestas con desconocidos, ni aceptarles invitaciones de ningún tipo.**
- g) **Vestirse y moverse discretamente, considerando el lugar y la ocasión.**
- h) **No aceptar caricias que produzcan incomodidad aunque sean de una persona en la que se confíe.**
- i) **No quedarse a solas con personas que no den confianza.**
- j) **Nunca excitar deliberadamente a una persona conocida o desconocida si no se está dispuesta(o) a tener relaciones sexuales con ella. (11)**

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**



Cuando se enfrenta una situación donde lo más probable es que ocurra la violación puede responderse de dos formas:

1. Someterse al ataque tranquilizándose y proponiendo al atacante un lugar cómodo para el coito. Esta actitud desorganizará al agresor ya que lo que lo motiva es el deseo de causar daño y demostrar poder, más no el deseo de tener relaciones sexuales.
2. Resistirse al ataque gritando, forcejeando y golpeando. (11)

Cuando por desgracia ocurre una violación es necesario denunciar inmediatamente el hecho ante las autoridades y, si el agresor es alguien conocido también habrá que hacerlo frente a otras personas que mantengan alguna relación con él y en algún momento puedan correr algún riesgo.

Además de la denuncia es indispensable una revisión médica con el fin de descartar cualquier daño de físico que pueda resultar grave. Así mismo es necesaria la valoración y sobre todo el tratamiento psicológico especializado puesto que una víctima de violación o abuso sexual ha sido dañada en todos los aspectos de su persona. (13)

Cualquier forma de violencia sexual es reprobable ya que tiene graves consecuencias en la víctima, entre ellas se encuentran:

- Sentimientos de mucho miedo, culpa y coraje.
- Sentimientos de odio y resentimiento hacia el agresor y todos aquellos que tengan sus mismas características.
- Baja autoestima: sentirse poco valioso, sucio, incapaz de defenderse, etc.
- Temor e inseguridad generalizados
- Rechazo ante cualquier acercamiento físico y sobre todo sexual. (6,11,13)



ACTIVIDAD 23 Película

Proyecte ante el grupo la película: "Cuidado con los violadores" o alguna otra que Ud. conozca y considere conveniente para ayudar a los participantes a comprender mejor el tema y sobre todo a tener herramientas para prevenir agresiones sexuales. Una vez concluida la proyección haga preguntas a los chicos resaltando las características del agresor(es) y de la víctima(s), la manera en que se pudo haber prevenido la agresión y otras alternativas generales para evitar este tipo de situaciones.

Para complementar la actividad y dependiendo de las características del grupo de participantes puede organizarse con ellos una campaña de prevención de las agresiones sexuales dirigida a todos los alumnos de su escuela.



MÉTODO DE EVALUACIÓN SUGERIDO

Al iniciar esta unidad es importante que ud. evalúe las ideas y creencias acerca de la sexualidad con las que cada participante cuenta, ya que éstas influyen en gran medida en la actitud que muestren a lo largo de ella y el logro de los objetivos de cada uno de los temas.

Tema 1. Cada uno de los participante redactará una definición propia de ambos conceptos, es importante que no sólo parafraseen lo que encuentren en el diccionario o en el propio Cuaderno, sino que expresen además sus propias ideas y conocimientos previos acerca de dichos conceptos, para ello es necesario que ud. promueva una discusión al respecto antes y después de revisar la información teórica. Una vez concluida dicha discusión Ud. podrá evaluar si los participantes lograron comprender la diferencia entre sexo y sexualidad al escuchar la explicación del dibujo o collage que realice cada equipo, así como al observar las imágenes de los mismos.

Tema 2. La comprensión de este tema será evaluado a través de la localización en un esquema de las estructuras que conforman cada uno de los aparatos sexuales. Además de nombrar y reconocer las estructuras de esta manera, es importante que Ud. motive a los alumnos a identificarlas en su propio cuerpo y a revisar que éstos funcionene adecuadamente. Para evaluar si los participantes han comprendido cuál es la función de las estructuras de los aparatos sexuales se recomienda además revisar el crucigrama que se propone en la actividad 15.

Tema 3. Una vez revisados los procesos propios de la reproducción humana, los alumnos realizarán el resumen de la actividad 16, en el cual es importante que se encuentren incluidas las principales características de dichos procesos, además de estar redactado en un orden lógico.

Tema 4. A través de la actividad inicial el instructor podrá observar no sólo la disponibilidad de los jóvenes para participar, sino su sentido de responsabilidad y las ideas con que cada uno cuentan con relación a ser padres durante la adolescencia. Para ello es necesario que se promueva una discusión una vez finalizada la primer actividad. También es importante revisar en un panel lo que cada participante escribió acerca del embarazo a edad temprana en la actividad 18, propiciando un ambiente adecuado para que cada quien exprese sus inquietudes al respecto.

Tema 5. Para evaluar este tema es necesario considerar tanto el aspecto teórico, como el práctico, además de indagar acerca de la actitud de los participantes hacia el uso y la efectividad de los métodos anticonceptivos, principalmente durante la adolescencia. En cuanto al aspecto teórico se revisarán las actividades 19 y 20, mientras que los aspectos práctico y actitudinal resultan mucho más complejos de evaluar. Sin embargo, generar una discusión grupal a partir de la actividad sugerida de este tema, podrán brindarle algunas pistas sobre la actitud y disposición de cada chico para usar anticonceptivos y si será o no capaz de buscar y hacer uso de los medios necesarios para obtenerlos y, en su momento, emplearlos de la mejor manera posible.

Tema 6. En este tema también se evaluarán aspectos teóricos o de información, principalmente en relación con las definiciones de salud e higiene, así como con los síntomas de las enfermedades de transmisión sexual; pero además de ello es importante retomar la actividad 22 para iniciar una discusión que permita a los participantes reflexionar y manifestar sus pensamientos respecto a las situaciones de riesgo y la manera más idónea de enfrentarlas

Tema 7. Como en los demás temas, se explorarán los conocimientos y sobre todo las actitudes de los participantes respecto a las agresiones sexuales. Es probable que alguien haya sido víctima de alguna de las agresiones o esté en riesgo de serlo, por lo cual es importante ahondar en los aspectos de prevención y denuncia, promoviendo un ambiente de respeto y confianza para que planteen dudas, sugerencias, casos, etc.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

GLOSARIO

Aborto: Interrupción del embarazo antes del cuarto mes de gestación, antes de que el feto sea viable. Puede ser espontáneo o provocado.

Alergia: Sensibilidad especial a determinadas sustancias que produce ciertos fenómenos fisiológicos.

Anticonceptivo: Método o producto que impide la fecundación.

Coito: Unión de los órganos sexuales del hombre y la mujer.

Contracciones: Movimientos del cuello del útero que provocan que éste se dilate para permitir que pase el niño.

Cordón umbilical: Cuerda de tejido que une la placenta con el embrión.

Embarazo: Estado de la mujer que dura aproximadamente 40 semanas, durante el cual se desarrolla un nuevo ser humano en su útero.

Embrión: Organismo en vías de desarrollo, antes de la fase en que se diferencian los órganos principales.

Espermatozoide: Célula sexual masculina destinada a fecundar al óvulo Para que se lleve a cabo la reproducción.

Erección: Estado de rigidez de los órganos, en particular del pene.

Estéril: Persona o animal que no puede reproducirse.

Feto: Producto de la concepción a partir de los tres meses de gestación, con los órganos y formas de la especie.

Fisiología: Ciencia que trata de las funciones orgánicas y mecanismos que las regulan.

Hostigamiento: Perseguir, molestar o acosar a otro, principalmente con intenciones sexuales.

Incesto: Relaciones sexuales entre familiares cercanos.

Personalidad: Conjunto de características, rasgos, comportamientos, ideas, etc. que diferencian a una persona de otra.

Placenta: Organismo que relaciona el embrión con el útero materno durante la gestación.

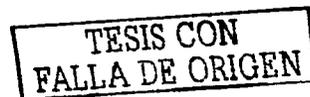
Semen: Líquido espeso que contiene los espermatozoides. Esperma.

Sexo: Constitución orgánica que distingue al macho de la hembra.

Sexualidad: Conjunto de caracteres fisiológicos, psicológicos y sociales que determinan cada sexo. (15)

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Comfort, A. & Comfort, J. (1980). **El adolescente: sexualidad, vida y crecimiento**. Barcelona: Blúme.
2. Craig, G. (1994). **Desarrollo Psicológico**. 6ª. ed. México: Prentice Hispanoamericana.
3. Finkelhar, D. (1980). **Abuso sexual al menor**. México: Pax.
4. Glaser, D. & Frosh, S. (1997). **Abuso sexual de niños**. Tr. Alberto Ramón Padilla. Argentina: Paidós.
5. Gotwald, W. & Golden, G. (1983). **Sexualidad, la experiencia humana**. Tr. Antonio Garst Thalheimer. México: El Manual Moderno.
6. Hein, K. & Foy, O. (1991). **SIDA: Verdades en lugar de miedo. Una guía para jóvenes**. México: Promexa.
7. López, F. & col. (1995). **Educación sexual de adolescentes y jóvenes**. España: Siglo Veintiuno Editores.
8. Padilla, E. & Silva, M. (1998). **Sexualidad y adolescencia: tópicos en Biología. Texto para el alumno**. Chile: Ed. Universidad Católica de Chile.
9. Pick, S. & Vargas-Trujillo, E. (1992). **Yo adolescente**. 3ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta-IMIFAP.
10. Pick, S. & col. (1996). **Planeando tu vida. Programa de educación sexual y para la vida**. 7ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta.
11. Robert, J. (1991). **Para jóvenes enamorados: por una sexualidad responsable**. Tr. Beatriz Pano. Buenos Aires: Nueva Visión.
12. Rodríguez, G. & Aguilar, A. (1989). **Sexualidad de la gente joven. Manual educativo para profesores y profesionales**. México: MEXFAM.
13. Soria, M. & Hernández, J.A. (1994). **El agresor sexual y la víctima**. Barcelona Marcombo.
14. DINFOR, S.A. de C.V. (2001). **Planificación Familiar (Edición Especial)**. Kairos 1 (1).
15. **Diccionario Esencial de la Lengua Española**. (1999). México: Ediciones Larousse Planeta.



UNIDAD IV



PREVENCIÓN DE LA FARMACODEPENDENCIA

Objetivos generales:

- **Comprender los conceptos generales relativos a la farmacodependencia**
- **Analizar las causas y consecuencias de la farmacodependencia en el desarrollo físico, psicológico y social del individuo.**

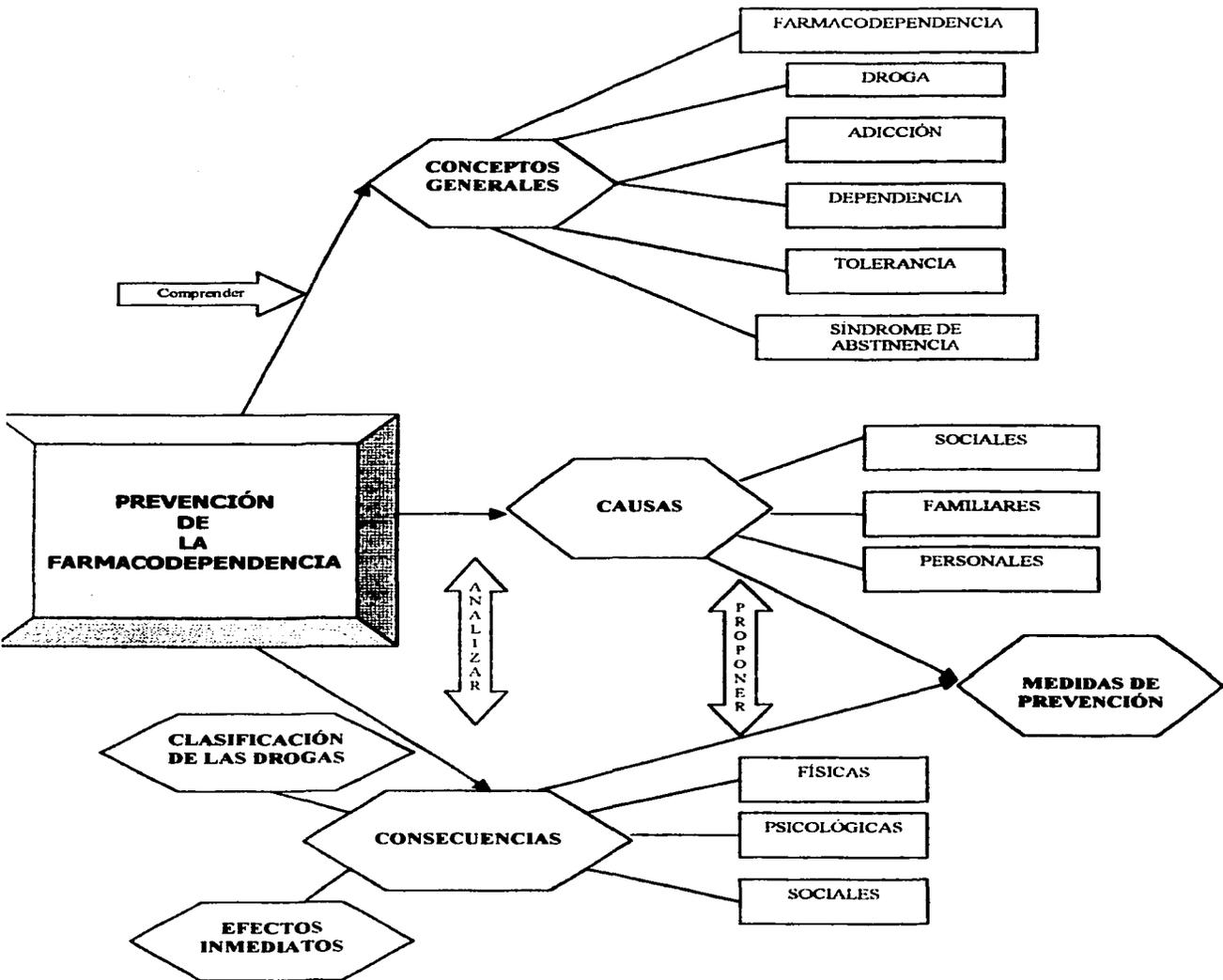
La prevención de la farmacodependencia también adquiere una especial relevancia durante la pubertad y la adolescencia, ya que debido a los cambios y la confusión que éstos traen en la mayoría de las personas, hacen de los preadolescentes y adolescentes un grupo muy vulnerable para el consumo de drogas.

En la actualidad se ha demostrado que para prevenir realmente el problema de la farmacodependencia no basta brindar una serie de conocimientos dejando a un lado los aspectos emocionales y sociales que intervienen en él, ya que es necesario que exista un equilibrio entre todos los aspectos que conforman al ser humano, para que cada individuo sea capaz de enfrentar los riesgos que se presentan en las situaciones de la vida diaria en los diversos ámbitos en los que se desenvuelve.

Es de gran importancia recalcar que los efectos del consumo de drogas no sólo afecta la salud física de quien las consume, sino también su salud mental y emocional y daña gravemente las relaciones con familiares, amigos, pareja y con la sociedad en general, dejando poco a poco al individuo en soledad y agravándose con ello su situación.

La escuela es un ámbito propicio para reflexionar sobre este tema ya que se requiere de una verdadera interacción grupal para analizar las causas y consecuencias del consumo de drogas, así como la forma de prevenirlo, principalmente porque se trata de un problema social que repercute e involucra también el ambiente escolar de cualquier joven.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA I

CONCEPTOS GENERALES



Objetivos:

Al finalizar este tema los participantes serán capaces de...

- **Comprender los conceptos de farmacodependencia, droga, adicción, dependencia, abstinencia y tolerancia.**

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



ACTIVIDAD SUGERIDA: Aviéntate

Pida a los participantes que formen equipos de entre 10 y 15 integrantes. En cada equipo se propondrán 2 voluntarios, uno de ellos subirá a una banca de espaldas al resto del equipo, los cuales le exigirán que se aviente hacia atrás por medio de comentarios insistentes que lo presionen para lanzarse. El segundo voluntario hará lo mismo, sólo que a él el equipo tratará de convencerlo de que se lance ofreciéndole que ellos lo resguardarán del peligro.

Evalúe la actividad a partir de lo que haya sucedido en cada equipo, pregunte a cada voluntario cómo se sintió y por qué accedió o no a la presión del equipo. Relacione esta dinámica con este tema.

NOTA: *Es importante que durante esta dinámica se resguarde la seguridad física de los voluntarios, por lo que conviene usar algunas almohadas u otro material para este fin.*

Hasta aquí se han revisado algunos de los aspectos que pueden resultar importantes para la mayoría de los adolescentes, tales como conocerse y comprenderse a sí mismo, la comunicación con los padres y la familia en general, así como el desarrollo y la forma de vivir y compartir la sexualidad de manera responsable y saludable.

Pero ahora toca el turno a un tema que también es de gran importancia, ya que tiene que ver con la salud tanto física como emocional de las personas, no sólo de cada individuo, sino de la familia y de toda la sociedad en la que vive. Este tema es la farmacodependencia o drogadicción, en el cual, se involucran profundamente la autoestima, los valores personales, así como la capacidad para decir sí o no ante diversas situaciones y tomar de una manera libre y consciente las decisiones más importantes de la vida, sin que nada ni nadie obliguen al individuo a ello.

Para poder profundizar en este tema, antes es importante conocer y comprender algunos conceptos que son básicos para entender las principales causas y consecuencias de este grave problema social llamado farmacodependencia o drogodependencia.



Pero... ¿qué es la farmacodependencia?

Es una fuerte necesidad física y psicológica de una sustancia llamada droga o fármaco, la cual provoca perjuicios en la salud física, mental y emocional de las personas, los cuales no son considerados por el que la consume repitiendo su autoadministración de manera compulsiva. (3)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Existen otros conceptos que se relacionan con la definición de farmacodependencia, éstos son:

Droga.

Es un término amplio y antiguo y hasta hace unos años fue definida como "cualquier sustancia que por su naturaleza química altera la estructura o el funcionamiento de un organismo vivo". (1) Más recientemente la OMS definió como droga de abuso a "aquella sustancia de uso no médico con efectos psicoactivos y susceptible de ser administrada".

Actualmente el término droga se aplica a "toda sustancia psicoactiva con acción reforzadora, capaz de generar dependencia (física y psicológica) y que ocasiona en la mayoría de los casos un grave deterioro físico, psicológico y social".

Abuso

Se refiere al consumo de droga que daña o amenaza dañar la salud física y mental del individuo, así como su bienestar en las relaciones sociales. (3)

Adicción.

Es el uso permanente, frecuente e incontrolable de una sustancia.

Generalmente implica una fuerte dependencia psicológica, (se consume de manera incontrolable una sustancia) y/o una dependencia física (síntomas que presenta el organismo de la persona cuando suspende el uso de la sustancia) y frecuentemente una tendencia a aumentar cada vez más la dosis de dicha sustancia o droga, debido a que el organismo se vuelve cada vez más tolerante a sus efectos. (9)

Para que se hable de farmacodependencia deben estar presentes tres condiciones relacionadas con el consumo de drogas, estas condiciones son:

Dependencia

Es un estado en el cual la autoadministración de una sustancia produce daños al individuo y a la sociedad. Este estado incluye síntomas tanto físicos como psicológicos, por lo que anteriormente se le dividía en :

Dependencia psicológica, estado caracterizado por preocupaciones emocionales y mentales relacionadas con los efectos de la droga y que se manifiesta por una conducta de búsqueda continua de la sustancia psicoactiva con el fin de alcanzar y/o mantener un nivel de funcionamiento o estado de ánimo particular.

Dependencia física: determinadas sustancias psicoactivas llegan a formar parte de la química del organismo de tal manera que cuando se le suspende, provoca lo que se conoce como síndrome de abstinencia. (5,7,4)

Actualmente también se contempla la dependencia social, pero las tres tiene en común la conducta final del dependiente: "obtener y consumir droga" y no pueden ser consideradas por separado, sino como elementos complementarios y que interactúan en un mismo individuo .

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Tolerancia

Se manifiesta por una necesidad de cantidades cada vez mayores de la sustancia para conseguir la intoxicación o el efecto deseado, ya que éste disminuye notablemente cuando se consume de manera continua. (3)

Síndrome de abstinencia

Es el conjunto de síntomas físicos que se presentan cuando se suspende el uso de una sustancia psicoactiva o droga.

Entre los síntomas más comunes se encuentran: dolor, temblor, sudoración, escalofrío, vómito, alucinaciones, pánico, convulsiones, etc.

Estos síntomas indican que los niveles de una determinada sustancia o droga en la sangre ha disminuido hasta el punto en el que el funcionamiento del organismo pierde el equilibrio y se origina la necesidad de consumir la sustancia., la cual se manifiesta con los síntomas descritos.

Mientras más grande es la intensidad de la respuesta de abstinencia, mayor es la necesidad y más alta la probabilidad de que se continúe consumiendo la droga, cuando esto ocurre decimos que la persona se ha convertido en adicto o farmacodependiente. (5,7)

No obstante, no todas las drogas tienen los mismos efectos en todos los individuos, éstos dependen de la combinación de muchos factores, los cuales revisaremos más adelante.



ACTIVIDAD 24 SOPA DE LETRAS

Los participantes completarán las frases relativas a los conceptos anteriores encontrando las palabras correspondientes en una sopa de letras.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 2

CLASIFICACION DE LAS DROGAS Y CONSECUENCIAS DE SU CONSUMO



Objetivos:

Al terminar este tema se espera que los participantes...

- Conozcan y comprendan la clasificación de las drogas.
- Hayan analizado los efectos y consecuencias físicas, psicológicas y sociales del consumo de drogas.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

En el tema anterior se revisaron los conceptos básicos para entender el grave fenómeno de la farmacodependencia, analizando qué es una droga, qué es la adicción y cuáles son sus manifestaciones tanto físicas como psicológicas en una persona.

Ahora hablaremos de manera particular acerca de cada una de las drogas más conocidas, difundidas y consumidas por los integrantes de nuestra sociedad, en especial por los adolescentes, con el fin de que éstos conozcan los efectos inmediatos que producen las drogas así como las consecuencias en el individuo después del consumo prolongado de ellas.

Es importante brindar a los adolescentes sólo la información elemental acerca de los efectos de cada una de las drogas, ya que el hacer hincapié en ello podría incitar o promover de cierta forma su consumo y esto sería un efecto contrario al objetivo del programa que es la prevención. Por tanto, habrá de darse mayor realce a las consecuencias de la farmacodependencia, de manera clara y objetiva y sin caer en una actitud generadora de temor simplemente, sino como una forma de crear conciencia y sobre todo una actitud crítica que le ayude a los chicos participantes a tomar sus propias decisiones.

Para usted como instructor le presentamos una información más amplia acerca de la clasificación de las drogas o sustancias psicoactivas, además de los efectos y consecuencias de cada una de ellas.



Pero... ¿ cómo se clasifican las drogas?

Pueden clasificarse de acuerdo a la intensidad de sus efectos y consecuencias tanto de forma inmediata como después de un consumo prolongado.

Existe una gran variedad de sustancias (drogas) que causan adicción, algunas perjudican la salud más que otras ya que tienen efectos más agresivos sobre el funcionamiento del cerebro y otros órganos y sistemas del cuerpo humano. De este modo, las drogas pueden clasificarse por la intensidad de sus consecuencias a largo plazo de la siguiente manera:

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

- **Leves:** entre ellas están el café, el refresco de cola y el chocolate, las cuales tienen efectos tóxicos a largo plazo sin deterioro cerebral.
- **Moderadas:** Producen adicción física y psicológica, llevando a trastornos de los sistemas circulatorio y respiratorio, e incluso la muerte. Entre éstas se encuentran principalmente el tabaco y la marihuana.
- **Graves:** Las consecuencias son siempre el deterioro cerebral y la muerte por afección de órganos vitales como el estómago, el hígado, los riñones, la piel, etc. Entre éstas se encuentran el alcohol, la heroína, los solventes, la cocaína, el LSD, entre otras. (8)

Otra forma de clasificar a las sustancias psicoactivas es con base a los efectos que tienen en el organismo -principalmente en el sistema nervioso- de manera inmediata.

De acuerdo a esto, las drogas pueden clasificarse en:

- **Depresoras:** Son aquellas que disminuyen u obstaculizan la actividad del Sistema Nervioso Central. Entre éstas se encuentran el alcohol, los sedantes, los barbitúricos o tranquilizantes y los narcóticos o estupefacientes.
- **Estimulantes:** Son sustancias que aumentan o excitan la actividad el Sistema Nervioso Central. Como ejemplo de ellas se encuentran la cafeína, la nicotina, la cocaína, el basuco, las anfetaminas y las drogas de diseño (éxtasis).
- **Alucinógenos o Psicodélicas:** Estas sustancias actúan sobre el Sistema Nervioso Central, provocando alucinaciones, delirios, pérdida de contacto con la realidad y en casos muy graves, trastornos permanentes como la psicosis. Algunas drogas de este tipo son los hongos, el LSD, el peyote y el polvo de ángel.
- **Mixtas:** Son sustancias con efectos sedantes-estimulantes. Sus acciones en algunas personas pueden ser tranquilizantes, sedantes, psicodélicos o intoxicantes. Entre ellas están la marihuana y los inhalantes o solventes. (4,7)

A continuación se describen detalladamente los efectos inmediatos y las consecuencias a largo plazo de cada una de las sustancias psicoactivas (drogas) más conocidas, así como los terribles estragos que causan en la salud y la integridad del individuo, con el fin de alertar a sus jóvenes alumnos sobre su consumo.



DROGA	EFECTOS	CONSECUENCIAS
<p>DEPRESORAS</p> <p>Alcohol Se obtiene de la fermentación o la destilación de frutos o cereales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Sensación de bienestar y desinhibición Alteración de la percepción Incoordinación motora fina y gruesa Pérdida de control de sí mismo Disminución de la capacidad para razonar, analizar y decidir. 	<ul style="list-style-type: none"> Lesiones graves en el hígado y en el cerebro (cirrosis y demencia) Cáncer, úlcera en el estómago y/o esófago, desgaste muscular y enfermedades renales. Su consumo durante el embarazo produce tamaño y peso bajos, retraso mental y daño cerebral en el bebé. Involucrarse en delitos y conductas antisociales (5,7)
<p>Barbitúricos y sedantes Medicamentos derivados del ácido barbitúrico y las benzodiazepinas, respectivamente</p>	<ul style="list-style-type: none"> Al ingerirse o inyectarse tienen un efecto anestésico: producen sueño, disminuyen la ansiedad y el nivel de atención. Incapacidad para coordinar ideas y articular el lenguaje adecuadamente. 	<ul style="list-style-type: none"> Deterioro físico y emocional semejante al de los alcohólicos. (5,7)
<p>Narcóticos Derivados naturales del opio como son la heroína, la codeína, la morfina y el lomotil, entre otros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Inmediatamente después de inyectarse o tomarse producen una reacción eufórica disminuyendo la ansiedad. Luego se presenta una sensación de cansancio, náuseas y vómito. Pueden presentarse contracción de la pupila, disminución de la frecuencia cardíaca, baja presión arterial, estreñimiento y dificultad para respirar, llevando incluso a la muerte. Trastornos en el lenguaje, la memoria y la capacidad para razonar. 	<ul style="list-style-type: none"> Crean fácilmente dependencia. Debilitamiento y baja de defensas en el organismo, lo cual lleva a infecciones que pueden causar la muerte. En la mujer existe el riesgo de presentar parto prematuro y en sus hijos bajo peso al nacer y síndrome de abstinencia a la sustancia. (4,7)
<p>ESTIMULANTES</p> <p>Cafeína Producto químico activo del café, el cacao y la coca-cola</p>	<ul style="list-style-type: none"> Aumento en la fluencia del pensamiento, disminución de la somnolencia y la fatiga, permitiendo una actividad intelectual y motriz más prolongada. Estimula el ritmo cardíaco y la dilatación de las coronarias y otras arterias. 	<ul style="list-style-type: none"> Su consumo continuo produce insomnio, inquietud, sobre-excitación llevando incluso a distorsiones en la percepción, temblores e incluso problemas cardíacos y respiratorios. (1)
<p>Nicotina Sustancia extremadamente tóxica que se extrae de las hojas de tabaco</p>	<ul style="list-style-type: none"> Disminución de la ansiedad 	<ul style="list-style-type: none"> Bajo rendimiento físico por debilitamiento general del organismo Alta probabilidad de desarrollar cáncer pulmonar, bronquitis crónica, osteoporosis y enfermedades cardiovasculares que pueden llevar a la muerte.
<p>Cocaína Alcaloide que se extrae de las hojas de la planta de coca</p>	<ul style="list-style-type: none"> Dilatación de la pupila, elevación de la presión sanguínea, aceleración del ritmo cardíaco y de la respiración, además de aumento de la temperatura corporal. Alucinaciones táctiles y paralización súbita completa de las funciones cerebrales. 	<ul style="list-style-type: none"> Úlcera en la membrana mucosa de la nariz y desgaste del tabique nasal, pérdida de peso. Depresión: irritabilidad, desinterés, abandono total de actividades y de la satisfacción de necesidades básicas. Convulsiones, paro respiratorio y la muerte. (4,7)

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

<p>Basuco Polvo blanco-grisáceo o café de sabor amargo. Residuo de la base de coca. Contiene éter, acetona, ácido sulfúrico, gasolina, polvo de ladrillo y sulfato de cocaína.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Al ingerirlo produce excitación, euforia, falta de apetito, hiperactividad, insomnio e incremento del deseo sexual. • Minutos después produce angustia severa, adormecimiento de la boca, sudoración, taquicardia, temblor, sensación de quemadura, dolor de cabeza, deseos de orinar y defecar, agresividad y apatía. 	<ul style="list-style-type: none"> • Produce fácilmente tolerancia y dependencia. • Problemas en el hígado, asma, los crónica, dificultades respiratorias, estreñimiento, vómitos, parálisis muscular, rigidez, ideas delirantes, alucinaciones, pérdida de la memoria, intoxicación por plomo y la muerte. (5)
<p>Anfetaminas Productos sintéticos similares a la adrenalina natural de nuestro organismo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aumento en la sensibilidad, disminución de la fatiga y el hambre. • Puede causar ansiedad, aumenta el ritmo cardíaco y respiratorio, dilatación de la pupila, sequedad de boca, aumento en la presión sanguínea y temblor. • Alucinaciones e ideas irracionales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desnutrición, problemas cutáneos, trastornos en el corazón y el aparato digestivo, presión alta y anorexia. • Alteración en el estado de ánimo, irritabilidad, insomnio y depresión. • Alucinaciones auditivas y visuales, además de delirios de persecución. (7)
<p>Drogas de diseño Sustancias sintéticas entre las que se encuentran el éxtasis y las tachas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Leve euforia, aumento en el estado de alerta y de la actividad mental, además de algunas alteraciones visuales que no son alucinaciones, disminución del apetito y de la fuerza física. • Aumento en la capacidad para comunicarse, disminución del miedo y la agresividad. • Alteraciones en el lenguaje y el pensamiento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hipertensión arterial, arritmias cardíacas, problemas cardiovasculares, insuficiencia renal aguda, convulsiones, contracción muscular, hepatitis crónica. • Muerte por hemorragia intracranial o por accidentes. • Alteraciones psiquiátricas como psicosis, depresión, trastorno por angustia, entre otros. (3)
<p>Alucinógenos Pueden ser naturales (peyote) o sintéticos (LSD, PCP y polvo de ángel)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alucinaciones, alteraciones del comportamiento, dilatación de la pupila, aumento de la presión arterial y de la temperatura, despersonalización, pérdida de interés, trastornos en el habla y delirios. 	<ul style="list-style-type: none"> • Daños en la composición de los cromosomas. • Enfermedades psiquiátricas, sobre todo psicosis. (7)
<p>MIXTAS Marihuana Cigarrillos de flores, hojas y tallos triturados</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Taquicardia, enrojecimiento ocular, sed y pérdida del apetito. • Laringitis, bronquitis diarrea. • Sensación de euforia y bienestar, seguido de un estado de relajación y luego una alteración en las funciones motoras y cognitivas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Enfermedades respiratorias graves • Trastornos mentales como pánico, reacciones psicóticas, depresión y trastornos en la memoria. • Disminución en la atención y en la capacidad de aprendizaje (3)
<p>Inhalantes Sustancias volátiles de origen industrial como los pegamentos y los solventes. Cemento, tinner, gasolina, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mareo, excitación, náuseas, irritación de los ojos, visión borrosa, zumbido de oídos, secreción nasal abundante y trastornos en la percepción. 	<ul style="list-style-type: none"> • Anemia incurable, muerte de los tejidos del hígado y los riñones, bronquitis, hemorragias digestivas y respiratorias. • Pérdida del control emocional y de la conciencia, así como graves deterioros en el sistema nervioso. • Disminución en la movilidad de los espermatozoides, alteraciones menstruales y abortos. (3)

TESIS CON FALLA DE ORIGEN

Los efectos y consecuencias de los diferentes tipos de drogas, son muy variados ya que afectan diferentes estructuras y sistemas, algunas dañan de manera más rápida y notable, otras lo hacen de manera lenta y encubierta, por lo que el adicto cree que no le perjudica su consumo, haciendo mucho más difícil el suspenderlo y generando problemas cada vez más graves a nivel físico, psicológico y social, entre los que se encuentran:

- **Reacciones antisociales.** Es común asociar el consumo de drogas con delitos como robo, homicidio, tráfico ilegal, riñas y prostitución, ya que el adicto vive por y para la droga, por lo que cae en estas conductas para conseguir el dinero o para adquirir directamente la droga. Además, la persona adicta genera en sí misma y en su familia situaciones de tensión tan graves que llevan a suicidios, violencia intrafamiliar, accidentes, así como descuido escolar y laboral.
- **Síndrome de disminución de la actividad general:** El adicto experimenta un estado de desganado general y falta de fuerza física, indiferencia, disminución e interrupción de las funciones motrices, disminución o pérdida de capacidades intelectuales, pasividad, falta de interés, aislamiento, falta de apetito, etc.
- **Infecciones y disminución de las defensas:** Esto es probable sobre todo en aquellas drogas que se inyectan, ya que la falta de higiene puede llevar al contagio de enfermedades como hepatitis viral, paludismo, hongos, tétanos, infecciones en los ojos, SIDA, etc. Además, el solo hecho de consumir la droga debilita al organismo y disminuye las defensas que ayudan a combatir cualquier enfermedad.
- **Peligro de sobredosis:** Existe sobre todo cuando se consume una dosis elevada de la droga después de un tiempo prolongado de no consumirla.
- **Riesgo de escalada:** Esto se refiere al riesgo de consumir otras drogas más fuertes y con mayor capacidad de producir dependencia, luego de haber consumido drogas con efectos más leves o moderados.
- **Trastornos mentales:** El consumo frecuente de drogas puede producir la aparición de síntomas característicos de distintos trastornos mentales, tales como alucinaciones, delirios, pérdida de contacto con la realidad, entre otros. (3)



ACTIVIDAD 25 Sociodrama: ¿Qué puede suceder si

consumo drogas? (8)

Solicite 8 voluntarios que dramaticen la siguiente situación: una familia de 5 integrantes (padre alcohólico y agresivo, madre sometida y sobreprotectora con los hijos, hijo(a) mayor responsable de la familia, hijo(a) mediana indiferente e hijo(a) menor farmacodependiente). Los otros tres representarán a personas que pueden ayudar o perjudicar a la familia en cuestión. Los voluntarios harán la representación de una situación en la cual sean visibles las consecuencias del consumo frecuente y abusivo de las drogas.

Evalúe la actividad resaltando las características de cada personaje y cómo afecta a cada uno la enfermedad del padre y del hijo menor.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 3

CAUSAS DE LA FARMACODEPENDENCIA Y MEDIDAS DE PREVENCION



Objetivos:

Al finalizar este tema se espera que los participantes sean capaces de...

- Comprender y analizar las principales causas sociales, familiares y personales que influyen en el consumo de drogas.
- Analizar las principales medidas de prevención de la farmacodependencia.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

La farmacodependencia se considera un problema social ya que afecta la salud física y/o mental de una importante parte de la población, sin ser exclusiva de un nivel o sector social en particular. Independientemente del uso que se les de a las drogas su carácter problemático surge cuando su abuso genera una serie de comportamientos que afectan las relaciones familiares, de pareja, con los amigos y laborales; además de provocar graves daños en la salud física, mental y emocional de las personas que las consumen.

A partir de los años 60 aproximadamente, se ha venido incrementando de forma acelerada el consumo de drogas por parte de los adolescentes, imitados a su vez por los niños prepúberes. (6)

Los adolescentes representan un grupo de alto riesgo para el consumo de drogas, ya que se encuentran en una etapa donde experimentan una serie de cambios de adaptación personal, mostrándose rebeldes con sus padres y buscando ser aceptados por su grupo de amigos, con el fin de identificarse y definir un estilo de vida que le permita verse y sentirse bien. Además de la presión grupal, los patrones de conducta y moda difundidos por los medios de comunicación masiva que también influyen para que se presente la farmacodependencia.



Pero... ¿cuáles son las causas de la farmacodependencia?

El abuso de drogas representa un complejo mecanismo por medio del cual el adicto intenta compensar o satisfacer alguna carencia, incapacidad o necesidad.

Para que el problema del abuso en el consumo de drogas se de es necesario que intervengan varios factores a nivel social, familiar e individual, los cuales interactúan y constituyen una condición para que se desarrolle la adicción, ya que un solo factor por sí mismo no es suficiente para que surja el problema. (4)

FACTORES SOCIALES

La droga es parte de la realidad que los niños y jóvenes viven actualmente, pueden encontrarse con ella en los medios de comunicación, en la escuela, en un centro de diversión o en la calle.

Los principales factores sociales que pueden influir en el consumo de drogas son:

- **Grupo de amigos.** Principalmente durante la adolescencia las presiones de los compañeros de grupo se convierten en un factor de riesgo para el consumo de drogas,

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

- **Medios de comunicación masiva:** Los diseñadores de anuncios y campañas publicitarias difundidas por televisión, radio, revistas y cine conocen las características de los adolescentes, vendiéndoles aspiraciones e ideales que "supuestamente" pueden alcanzar si consumen ciertos productos, principalmente tabaco y bebidas alcohólicas. Por su parte, los productores de televisión y cine incluyen en sus argumentos el tema de la farmacodependencia, pero es tratado de manera superficial y poco realista la mayoría de las veces, haciendo ver a este grave problema como un mal pasajero, que puede superarse fácilmente e incluso, que no trae graves consecuencias. (4,5,7)
- **Disponibilidad de la droga:** En la actualidad es cada vez más fácil tener acceso a las sustancias adictivas, y esto es mucho más notable respecto al tabaco y al alcohol, cuyo consumo se promueve especialmente en ambientes de diversión como fiestas, discoteques, "antros", tardeadas, eventos musicales, etc. a los cuales acuden una gran cantidad de adolescentes. Además, la tolerancia y permisividad que las autoridades muestran respecto a dicha promoción hace más fácil adquirirlas.
- **Condiciones socioeconómicas:** El no tener las condiciones mínimas necesarias para sobrevivir, coloca a las familias en una situación de tensión e inseguridad económica que favorece aún más la aparición de problemas entre los individuos, llevándoles incluso a abandonar el hogar y salir a la calle, donde por supuesto tendrán más al alcance las drogas y las condiciones personales para consumirlas.
 Por su parte, las clases sociales con mayores posibilidades económicas no están exentas de este problema, ya que en muchas ocasiones existe poca integración y comunicación familiar, así como mayor acceso a lugares donde se vende droga. (4,5)

FACTORES FAMILIARES

La familia tiene gran influencia sobre cada individuo, ya que cumple funciones tan importantes como son brindar afecto, apoyo y seguridad a cada persona; establecer límites y reglas claros y justos para cada uno de sus miembros; así como proporcionar condiciones adecuadas para satisfacer las necesidades básicas (alimentación, descanso, abrigo, etc.). Cuando la familia no cumple adecuadamente con dichas funciones se pueden generar sentimientos de frustración, insatisfacción, desamor y rebeldía, lo cual puede llevar al individuo a buscar "satisfacciones artificiales" para sus carencias o necesidades que la familia no ha resuelto, con el objeto de reducir o evitar los sentimientos de frustración. Una de las formas más comunes en que las personas encuentran dichas satisfacciones es consumiendo drogas.

Tomando en cuenta lo anterior, encontramos los siguientes factores de riesgo dentro de la familia:

- **Actitudes y hábitos permisivos respecto a las drogas:** Cuando algún miembro de la familia consume algún tipo de droga - en particular tabaco y alcohol- de manera

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

constante, hace que esta conducta sea vista por los demás miembros como natural, principalmente los niños crecen con la idea de que dichas sustancias y su consumo frecuente forma parte de la vida normal y deseable.

- **Actitud sobreprotectora de los padres:** Conduce a que los hijos no cuenten con la capacidad necesaria para tomar decisiones por sí mismo, viéndose fácilmente influenciados por los demás y no saber decir "NO" en situaciones riesgosas.



- **Comunicación y apoyo deficientes:** Si no se cuenta con el acompañamiento de la familia, la adolescencia por lo regular se vive como un proceso lleno de tensiones y confrontaciones, ya que los jóvenes se sienten poco amados y aceptados por sus padres, mostrándose más rebeldes, resentidos y violentos; por su parte, los padres al no conseguir imponer su autoridad, se vuelven más rígidos y esperan a que los hijos intenten reconciliarse con ellos, lo cual se dificulta mucho más cuando no existe comunicación y confianza para que ambos expresen libremente sentimientos, emociones y pensamientos. Esta necesidad de afecto, compañía, comprensión y confianza puede llevar a los adolescentes a buscar amistades que los predispongan a las adicciones.
- **Límites y reglas familiares:** La dificultad que algunos padre tienen para establecerlos puede manifestarse con demasiada rigidez o bien en una flexibilidad total en las reglas y límites que rigen la vida familiar. Esto dificulta a los adolescentes interiorizar y ejercer dichas reglas en la convivencia diaria fuera del núcleo familiar y más aún, les impide respetar las reglas y normas sociales y sobre todo controlarse a sí mismo en situaciones donde esté presente la posibilidad de consumir drogas.
- **Desintegración familiar:** Los conflictos conyugales, las separaciones y los divorcios son muy frecuentes y, desafortunadamente tienen consecuencias lamentables para los hijos la mayoría de las veces, ya que se genera un ambiente de inestabilidad y descontrol que por lo general trae consigo inseguridad, baja autoestima y deficiencias en la comunicación, que pudieran favorecer el consumo de drogas. (4.7)



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

FACTORES PERSONALES

Las características de la personalidad pueden dar forma a algunas actitudes y comportamientos de los sujetos predisponiéndolo al consumo de sustancias adictivas. Sin embargo, dichas características no son suficientes para que se desarrolle la enfermedad de la farmacodependencia, es decir, deberán interactuar con alguno o varios de los factores descritos anteriormente. No obstante, es muy importante que tú como adolescente te conozcas e identifiques ciertas características que pudiesen ponerte en riesgo de consumir drogas. Entre las principales características se encuentran:

- **Herencia:** Actualmente se ha comprobado que la mayoría de las adicciones tienen un antecedente genético o hereditario, es decir, el individuo nace con cierta predisposición definida por sus cromosomas, para desarrollar alguna adicción. Esto ha sido probado especialmente en el consumo del alcohol.
- **Edad:** La mayoría de las personas adictas aceptan haber iniciado el consumo de la o las drogas durante la adolescencia y la primera juventud, es decir, entre los 10 y los 25 años. (2)
- **Autoestima negativa y actitud no asertiva:** Como lo analizaste en la primera unidad, tener una autoestima positiva y ser asertivo, permite enfrentar sentimientos negativos como frustración, desamor, soledad, abandono, etc., así como saber tomar decisiones sin dejarse influenciar fácilmente por compañeros, medios de comunicación, etc.
- **Ausencia de valores y metas:** La falta de creencias e ideales auténticos han sido asociadas a la farmacodependencia. Al llegar a la adolescencia, el proceso de maduración afectiva e intelectual lleva a los jóvenes a preguntarse el sentido de la vida, de su propia vida, buscando las respuestas a preguntas como: ¿Quién soy? ¿Por qué vivo? ¿Hacia dónde voy?. A veces no tienen las respuestas a tales preguntas porque la sociedad y la familia no les ha proporcionado las bases necesarias para ello, llevando a los chicos a una verdadera confusión. Si no se cree en nada, si no se tienen metas y valores que ayuden a conseguirlas, es mucho más difícil encontrar soluciones a los problemas, buscando refugio en la excitación pasajera que provocan las drogas. Además, esto se expresa con un rechazo de la sociedad y la autoridad, conflictos entre generaciones, falta de motivación para el estudio e inadaptación escolar, desencanto político o inconformismo y desinterés por los valores tradicionales. (2)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

- **Prescripción médica:** Existe el riesgo de que se abuse de ciertos medicamentos cuando éstos no son autorizados por el médico o se consumen por periodos muy largos; la persona ve el medicamento como una fuente de satisfacción que le permite resolver conflictos o aliviar la tensión física o emocional (4)
- **Desajuste en las relaciones interpersonales:** Incapacidad para mantener relaciones amistosas, irresponsabilidad hacia los demás o limitada capacidad para dar y recibir afecto.
- **Desajuste afectivo:** Expresado como dificultad para tolerar los afectos o para modularlos, excesiva impulsividad, aislamiento de las propias emociones, vacío emocional, o ambivalencia de sentimientos, así como la presencia de intensas vivencias de agresividad. (2)



ACTIVIDAD 26 Fuerzas positivas y fuerzas negativas

Los participantes deberán discutir en equipos de 4 los cinco principales factores que disminuyen el riesgo de consumir drogas, así como los cinco que pueden favorecer que ocurra, anotándoles en el cuadro correspondiente en orden de importancia.

Específicamente durante la adolescencia hay ciertos factores que hacen al individuo más propenso a usar y abusar de las drogas, entre dichos factores se encuentran:

- Los fenómenos críticos tales como los cambios físicos y psicológicos que se viven.
- La aparición del impulso sexual que la mayoría de las veces lo toma por sorpresa y la dificultad social de acercarse a alguien para satisfacerlo.
- Modificación del pensamiento concreto al pensamiento abstracto o simbólico. Este desarrollo cognitivo determina una visión tan diferente de las personas y del mundo que le rodea, causando en ellos un impacto semejante a la maduración sexual.
- Aparecen nuevas exigencias y metas al reformular sus principios éticos y morales, sus valores acerca de la naturaleza, la cultura, la religión, la política o el sentido de la existencia.
- El surgimiento de nuevos objetos de amor, despertándose una fuerte ambivalencia hacia los padres, existiendo al mismo tiempo sentimientos de apego y admiración y un abierto rechazo y desvalorización.
- Sentimientos de baja autoestima y cambios de humor constantes que lo llevan a buscar ídolos y líderes que satisfagan su necesidad de idealización al mismo tiempo que le permitan tomar distancia de su familia.
- Búsqueda de riesgos, desafíos y nuevas emociones como un intento de expandir y consolidarse a sí mismo, mientras mantiene sus experiencias bajo su control, con cierto grado de autorregulación. (6)

Todo lo anterior lleva en muchas ocasiones al adolescente a experimentar una sensación de "vacío" y busca llenar ese hueco a través del uso de las drogas, iniciando muchas veces su consumo como una forma de experimentar independencia y autonomía de los padres, o tratando de encontrar un alivio a sus tensiones sexuales e intelectuales, o bien como una forma de compensar sus sentimientos de poco valor de sí mismo y acercarse más a un grupo con el que pretende identificarse a través de experiencias novedosas y que le den la

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

posibilidad de experimentar situaciones riesgosas que, según él, le ayuden a autoafirmarse.



Pero... ¿Cómo prevenir la farmacodependencia?

Las estrategias de prevención deben ir encaminadas hacia la educación para la salud, que entre otras cosas se dirige a proporcionar la mínima información sobre drogas, en la medida en que ésta sea solicitada por la población de adolescentes, y al mismo tiempo, promover la participación de éstos de manera crítica con el fin de sensibilizar, concientizar y facilitar cambios de comportamiento y actitudes dirigidos a prevenir el riesgo del consumo de drogas.

Varios estudios han encontrado que la mera información no es suficientemente eficaz para promover cambios de actitudes en las personas, sobre todo en los adolescentes, por lo que se requiere una mayor profundización que no sólo de información acerca del problema, sino que promueva el componente valorativo, es decir, la creación de conciencia acerca de esta problemática y con ella se refuerce la toma de decisiones acertadas con relación a él. (8)

De acuerdo con lo anterior, es necesario considerar y reafirmar los siguientes aspectos en cada uno de los adolescentes, con el fin de prevenir el consumo de drogas que pueda terminar en un problema de farmacodependencia:

- Conocimiento de su situación como adolescente o pre-adolescente, resaltando todos los cambios físicos, fisiológicos, psicológicos y sociales que están viviendo.
- Evaluación de su nivel de autoestima, reconociendo sus aptitudes y limitaciones en todas las áreas, con el fin de tener una visión realista de sí mismo y esforzarse por mejorar.
- Desarrollo de una actitud asertiva que le permita expresar con facilidad sus necesidades y buscar la manera más sana de satisfacerlas.
- Conocimiento y aceptación de sus propios valores y metas como adolescente, con una visión realista de lo que su entorno familiar y social le brindan para formar una escala particular de valores y con ello fijar metas que estén a su alcance, así como los medios para alcanzarlas sin que esto le ocasione sentimientos de frustración.
- Conocimiento y análisis de sus necesidades sexuales propias de su edad, con una visión responsable de éstas, teniendo un amplio conocimiento de las consecuencias que puede traer un ejercicio irresponsable de la misma.
- Formarse una actitud crítica hacia los medios de comunicación masiva y lo que en ellos se presenta acerca del consumo de drogas, principalmente las legales como son el alcohol y el tabaco.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**



ACTIVIDAD 27 ¿Qué opinas de la Farmacodependencia? (8*)

Organice el grupo en equipos de máximo 5 participantes. Cada equipo elaborará por lo menos 3 preguntas relacionadas con la farmacodependencia y cómo prevenirla, con dichas preguntas cada equipo realizará una entrevista a un profesional (médico, enfermera, psicólogo, abogado, profesor, etc.) o a un personaje representativo de su comunidad (sacerdote, policía, comerciante, etc.) anotando las respuestas que obtuvieron para que posteriormente, manera grupal lleguen a conclusiones que les permitan pensar en algunas medidas de prevención en las cuales ellos pudieran participar dentro de su comunidad, principalmente en la escuela.



Método de evaluación sugerido

- **Tema 1.** Análisis de la actividad de entrada y revisión de la actividad realizada en el Cuaderno de Actividades del participante.

A través de la primer dinámica se hará la evaluación de las ideas y actitudes con las que los participante inician este tema. Es importante rescatar los comentarios que se hagan en relación a la necesidad de pertenecer y ser aceptado por un grupo, la capacidad de cada uno para decidir y rechazar la invitación a hacer algo que sabe puede representar un riesgo para sí mismo.

Además, es necesario que, una vez expuestas las ideas previas, los participantes logren diferenciar los conceptos básicos relativos a esta unidad, lo cual será evaluado a través de las respuestas a la actividad de la "sopa de letras".

- **Tema 2.** Análisis del sociodrama en forma grupal y revisión de la actividad del Cuaderno de Actividades del participante.

A lo largo de esta actividad es necesario que Ud. como instructor motive a los participantes a expresar lo que han analizado a lo largo del tema, retomando también lo revisado en el anterior.

Es importante que no sólo se realicen las representaciones, sino que es importante se promueva el análisis de cada uno de los personajes representados, su actitud, sus valores y su participación en el problema de la farmacodependencia. Así mismo es conveniente que Ud. pida a cada uno de los participantes explique las emociones y actitudes que la dramatización le despertó.

A través de la discusión que se propone, cada participante expresará lo que considera puede favorecer el consumo de drogas, así como aquello que por su parte, permite a cada persona contrarrestar la tendencia a consumir e incluso, desarrollar una adicción. Es importante que se conceda tiempo para que cada participante reflexione y escriba acerca

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

de sus propias fuerzas positivas y negativas y no sólo repita la información, sino por sí mismo logre identificar sus debilidades y fortalezas.

- **Tema 3.** Revisión de las actividades realizadas en el Cuaderno de Actividades del participante.
La realización de la entrevista a diversas personas acerca de este tema, brinda una visión mucho más amplia acerca del problema de la farmacodependencia del que por lo regular se tiene, ya que se abordará desde una perspectiva multidisciplinaria y desde diferentes ángulos. Es fundamental que los chicos se encuentren motivados para redactar y pliar la entrevista, cuyos resultados serán analizados de forma grupal en el salón de clases.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

GLOSARIO

Abuso: Uso malo o indebido de una cosa (sustancia)

Acetona: Líquido incoloro de olor peculiar que se utiliza como disolvente.

Adicto: Persona dominada por el uso de alguna droga u otros productos.

Adrenalina: Hormona que acelera el ritmo cardíaco y estimula el sistema nervioso central.

Alucinación: Percepción ilusorio en la que el sujeto tiene conciencia plena de una realidad que no existe.

Alucinógeno: Sustancia natural o artificial que produce alucinaciones.

Ansiedad : Estado emocional en el cual se experimenta una gran inquietud que por lo general no tiene explicación.

Asma: Enfermedad respiratoria que se manifiesta por ataques de sofocación, sensación de ahogo y tos persistente.

Conyugal: Relativo al matrimonio.

Cromosoma: Elemento de la célula que contiene los caracteres hereditarios.

Destilación: Proceso para separar un líquido de otros mediante calor.

Droga: Sustancia extraña al organismo que produce efectos alucinógenos, estimulantes o sedantes que puede crear hábito.

Éter: Nombre común de los compuestos orgánicos usados como disolventes o anestésicos.

Fermentación: Degradación de sustancias orgánicas por la acción de microorganismos.

Narcótico: Sustancia que provoca sueño y pérdida de la sensibilidad.

Narcotráfico: Tráfico ilegal de drogas. Venta de sustancias ilegales.

Náusea: Ansia de vomitar.

Opio: Narcótico que se obtiene de las hojas de la adormidera.

Prescripción: Receta, mandato médico.

Sedante: Que calma el dolor o disminuye la excitación nerviosa. Que calma el ánimo.

Sintético: Artificial

Taquicardia: Ritmo cardíaco acelerado. (10)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Centro Mexicano de Estudios en Salud Mental CEMESAM. (1989). **La familia ante el problema de las drogas**. Revisión y Adaptación: Puente, F., Gómez, F. Souza, M. Espel, M.A.
2. Charro, B. & Martínez, M. (1995). **Dinámica personal y familiar de los toxicómanos**. Madrid: Publicaciones de la Universidad Pontificia Comillas.
3. Lorenzo, P., Ladero, J.M., Leza, J. C. & Lizasoain, I. (1998). **Drogo dependencia. Farmacología, Patología, Psicología, legislación**. España: Ed. Médica Panamericana.
4. Kawage, A., Gutierrez, P. & Llano, M. (1998). **Las adicciones y las disfunciones en la familia**. México: Editorial Trillas.
5. Macía, A. (1995). **Conocer y educar para prevenir**. Editorial Pirámide.
6. Musacchio, A., Ortiz, A. & col. (1992). **Drogadicción**. Argentina: Paidós.
7. Pick, S. & Vargas-Trujillo, E. (1992). **Yo adolescente**. 3ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta-IMIFAP.
8. Pick, S. & col. (1996). **Planeando tu vida. Programa de educación sexual y para la vida**. 7ª. ed. México: Grupo Editorial Planeta.
9. Tapia-Conyer, R. (2001). **Las adicciones: dimensión, impacto y perspectivas**. México: Manual Moderno.
10. **Diccionario Esencial de la Lengua Española**. (1999). México: Ediciones Larousse Planeta.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

UNIDAD V



INFLUENCIA DE LOS MEDIOS MASIVOS DE COMUNICACIÓN

Objetivo general:

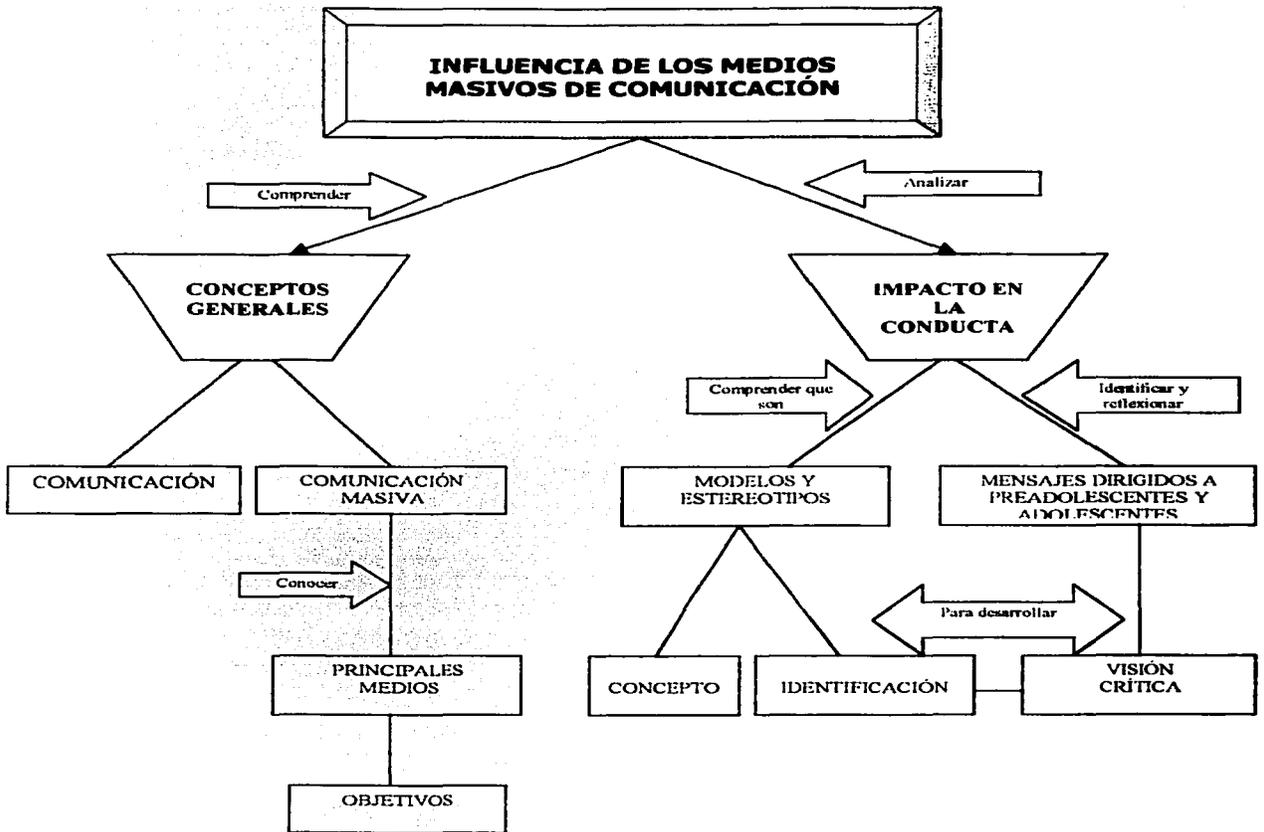
Comprender los conceptos fundamentales para analizar la influencia que tienen los medios de comunicación masiva en diversos aspectos de la vida del ser humano.

Esta última unidad pretende brindar herramientas para que usted, junto con los alumnos participantes en el taller analicen de manera objetiva lo que los medios de comunicación masiva brindan actualmente a toda la sociedad, en particular a los grupos más vulnerables entre los que se encuentran los preadolescentes y adolescentes, ya que como se ha revisado a lo largo de este manual, se encuentran en una fase de transición que involucra cambios en todos los aspectos y para enfrentarlos se busca un modelo de referencia, así como sentirse parte de un grupo que brinde seguridad.

La mayoría de los mensajes que envían los medios de comunicación masiva buscan explotar dicha necesidad y por ello tienen repercusión en el desarrollo de las personas durante la infancia y la adolescencia. Sin embargo, dicha repercusión no siempre es positiva pues se les muestra una realidad que poco tiene que ver con la suya, lo cual no les permite desarrollar sus verdaderas capacidades e incluso los lleva a experimentar frustración y baja autoestima.

Es por ello que cada individuo se centre en sí mismo y en su realidad, interactuando de manera adecuada con la información y los mensajes que recibe, siendo capaz de analizar y criticar lo que ve, escucha o lee, asimilando lo positivo y desechando todo aquello que le impida desarrollarse como un ser independiente y autónomo en todos los sentidos.

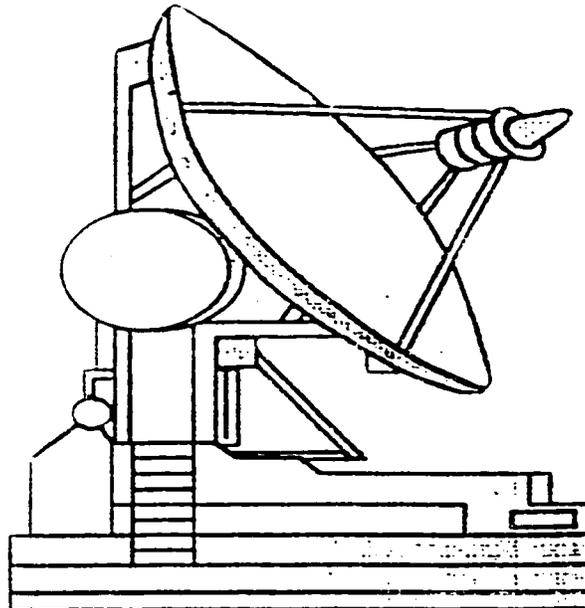
TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



TESIS CON FALLA DE ORIGEN

TEMA I

CONCEPTOS GENERALES



OBJETIVOS:

Al término de este tema se espera que los participantes..

- **Comprendan los conceptos de comunicación y comunicación masiva**
- **Conozcan y comprendan qué son y cuáles son los medios de comunicación masiva y cuáles son sus objetivos.**

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Todo ser humano necesita comunicarse con otros con el fin de dar y recibir información. Dicha necesidad se expresa de diferentes formas como son el lenguaje oral o escrito, los gestos, el llanto, las bellas artes, etc. Así mismo, la comunicación no sólo se da de manera individual o en grupos pequeños, sino que también el ser humano ha buscado enviar mensajes a un gran número de personas en un lugar e incluso en un tiempo diferente del que se están generando.

Así, desde que en el año 105 a. C. Se fabricó en China el papel y la tinta, el hombre ha buscado cada día formas más eficaces y novedosas para comunicarse a distancia y con un mayor número de personas, haciendo que evolucione la comunicación hacia una comunicación masiva. (5)



Pero... ¿ qué es la comunicación masiva?

La también llamada comunicación de masas es el proceso por medio del cual determinados grupos especializados hacen llegar información de todo tipo a diversos públicos en lugares, espacios y momentos diferentes, a través de medios o canales impresos y técnicos. (5)

La comunicación de masas reúne todos los elementos de la comunicación en general, el emisor que en este caso son los grupos concentrados y auxiliados por instrumentos tecnológicos; el mensaje, que es toda la información transmitida y que involucra ideas, creencias, deseos, necesidades, valores, etc.; y el receptor, que no es uno, sino muchos, quienes reciben el mensaje para interpretarlo y utilizarlo de la manera que decidan, dando una respuesta, la cual se le conoce como opinión pública.

De este modo, los medios de comunicación masiva son aquéllos canales impresos o técnicos que tienen como función transmitir o reproducir un mensaje a un gran número de receptores. (5)

Entre los principales medios de comunicación masiva se encuentran:

TELEVISION	RADIO
PRENSA (PERIODICOS Y REVISTAS)	
LIBROS	CINE
JUEGOS DE VIDEO	INTERNET

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

La imprenta fue el primer medio de comunicación de masas y estaba íntimamente vinculado al ascenso de la educación formal. La radio fue el segundo de estos medios. Posteriormente surgió el cine, más tarde, a mediados del siglo XX la televisión y más recientemente los videojuegos y la internet.

Estos tres últimos medios son actualmente los que mayor impacto causan en los y las adolescentes, ya que cada día se encuentran más cerca de ellos. (5)



Pero... ¿cuáles son los objetivos de los medios masivos de comunicación?

La comunicación de masas puede desarrollar diversas funciones por lo que sus objetivos también son diversos, entre los principales se encuentran:

Informar
Entretener o divertir
Vender Educar (2)

Hasta el día de hoy, la televisión es el medio más eficaz para transmitir información. Los niños y los adolescentes aprenden más fácilmente lo que ven en la TV que lo que leen o escuchan en la radio. Esto puede deberse a que la TV se parece más a la comunicación oral cara a cara. (5)

De la TV el adolescente obtiene información, conceptos, actitudes, conductas y valores, y muchas veces aprende más de lo que se busca o se quiere que aprenda. (2)

Para la televisión comercial tanto niños como adolescentes son receptores de entretenimiento pero también consumidores potenciales de programación, artículos y servicios, por ello busca que se entretengan y disfruten, incluso que se evadan de la realidad, proporcionándoles distintos modelos a seguir. (1) De este modo, la TV afecta al niño y al adolescente como consumidores, no sólo por la publicidad comercial, sino por el contenido de muchos programas donde se resaltan los valores económicos y materiales, dando mayor importancia a los objetos, más que a las personas y sus sentimientos. Así se incrementa el interés hacia lo material y los deseos de consumir, ya que según lo presentado por los medios, el poseer cosas determina la identidad y el estilo de vida de las personas. (2)

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Por lo anterior, es importante que el adolescente comprenda el propósito y la naturaleza de los espacios publicitarios y en general del contenido de los mensajes de los medios de comunicación, de modo que reflexione sobre ellos y tome sus propias decisiones como consumidor, recordando siempre que dichos espacios crean necesidades y deseos que la mayoría de las veces no son reales.



ACTIVIDAD 28 Comunicación masiva

Organice el grupo en dos equipos de igual número de participantes. Cada equipo nombrará a un representante al cual le entregará un mensaje por escrito que le deberá transmitir a sus compañeros de equipo de la siguiente manera; en un equipo lo hará de manera personal a cada integrante, con la oportunidad de discutir o comentar acerca de él; mientras que en el otro lo hará de forma general y sin posibilidad de que se de un diálogo entre transmisor y receptores.

Evalúe la actividad con preguntas como las siguientes: ¿en qué equipo fue más fácil comprender el mensaje? ¿en qué equipo fue más rápido transmitir el mensaje?, ¿qué ventajas y desventajas encuentran en cada forma de comunicación?

NOTA: El mensaje debe ser claro, comprensible, de una extensión adecuada e interesante para los participantes.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 2

MODELOS Y ESTEREOTIPOS



Objetivos:

Al finalizar este tema se espera que los participantes...

- **Comprendan qué son los modelos y los estereotipos y cómo influyen en la conducta.**
- **Analicen los estereotipos que los medios de comunicación proponen y refuerzan.**

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

La adolescencia es una etapa durante la cual el individuo se esfuerza por lograr un equilibrio a través de una serie de decisiones importantes sobre quién es y qué quiere y qué espera de la vida. Dichas decisiones tienen que ver con la elección de una carrera u oficio, los valores morales y religiosos, la preferencia sexual, la postura política, etc. Una vez que toma tales decisiones, puede establecer compromisos consigo mismo y con los demás y luchar por ellos, esto es, habrá adquirido una identidad propia.

Para que dicha identidad se conforme, durante la adolescencia cada persona busca identificarse con otra u otras con el fin de adquirir modelos para actuar. (4)

Al rechazar los modelos antiguos, el adolescente tiene que encontrar otros nuevos para poder ser finalmente él mismo. Para adquirir confianza necesita, en primer lugar, sentirse idéntico a los demás, encontrar en sus semejantes reacciones y sentimientos iguales a los suyos. De ahí surge la facilidad con que el adolescente se conforma y sigue lo que las mayorías imponen, haciendo suyos los modelos que le son transmitidos por los medios de comunicación masiva, en especial la radio, la prensa, el cine y la televisión. (6)



Además de los modelos existen ciertas creencias acerca del comportamiento de las personas, sobre todo en relación al género al que pertenecen. Tales creencias se forman desde la infancia a través de lo que los padres, maestros, sociedad y medios de comunicación enseñan. A estas creencias también se les conoce con el nombre de estereotipos. (4)



Pero... ¿qué son los estereotipos?

Son ideas rígidas y fijas sobre cómo debe ser la conducta, apariencia, actitud, etc. de una persona al desempeñar un papel determinado. (4)

Son generalizaciones y simplificaciones de la realidad que afectan las creencias y las opiniones que cada persona tiene del mundo y de cómo actuar en él, por lo cual determinan formas de comportamiento. (2)

Los medios de comunicación masiva, especialmente la televisión influyen sobre la opinión que los adolescentes tienen de la realidad social y uno de sus principales efectos es estimular las opiniones estereotipadas respecto a diferentes temas, en especial a los relativos a los papeles sexuales ya que los chicos se encuentran conformando su identidad sexual. (5)

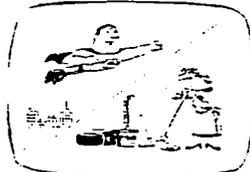
**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

El universo de los personajes televisuales está compuesto por más hombres que mujeres, tiene pocos niños y ancianos ya que la mayoría son personas entre 25 y 45 años. Profesionalmente, abundan los policías, artistas, abogados, médicos, modelos, arquitectos; pero escasean los obreros y demás oficios. Las proporciones raciales aparecen también distorsionadas y los grupos étnicos con menor influencia social son presentados como delincuentes y desencadenadores de violencia, es decir, como personas peligrosas e incluso despreciables. (3)

Los anuncios publicitarios son los que presentan un mayor número de estereotipos en los papeles sexuales (5), especialmente con respecto a la apariencia física y la forma de vestir, presentando la belleza y la elegancia como características deseables e incluso necesarias para lograr éxito, principalmente en las relaciones interpersonales y en el aspecto profesional. (1,3)



Por otro lado, muchas telenovelas, series y películas también presentan y refuerzan estereotipos, presentando a los hombres como fuertes, atrevidos y sin posibilidad de expresar sus sentimientos abiertamente; mientras que a la mujer se le exhibe como sensible, delicada, bella e incluso débil. (3) Así mismo, las actividades que realizan o "deben" realizar también son muy diferentes: aún se presenta a la mujer ocupándose de los quehaceres de la casa y de la atención de los hijos y el esposo. Por otro lado, los varones realizan la mayoría de las actividades fuera del hogar y se comprometen poco con asuntos de tipo familiar. (1)



A través de los programas, las canciones y los comerciales, los medios de comunicación masiva le dicen al adolescente cómo deben ser los hombres y cómo las mujeres (5); cómo se relacionan, cómo deben comportarse, cómo deben tratar los padres a sus hijos, qué es el noviazgo, qué es el matrimonio, e incluso qué es el amor y qué es la felicidad, cómo se logran y quiénes los obtienen. (1)



ACTIVIDAD 29 Buscando estereotipos

Proponga a los participantes que reunidos en grupo escuchen alguna de las siguientes canciones: Cuando vayas conmigo (José José), Tu muñeca (Dulce), Yo por él (Irán Castillo) u otra que Ud. considere puede ayudar a ilustrar este tema .

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TEMA 3

INFLUENCIA DE LOS MEDIOS MASIVOS DE COMUNICACIÓN EN EL ADOLESCENTE



Objetivos:

Al concluir este tema los participantes habrán...

- Reflexionado acerca de la influencia de los medios de comunicación masiva en la vida de los y las preadolescentes y adolescentes.
- Adquirido herramientas para criticar los mensajes que recibe a través de los medios de comunicación masiva.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Los preadolescentes y los adolescentes se encuentran expuestos constantemente a los medios de comunicación, además de que no es recomendable prohibirles que estén cerca de ellos. De tal manera es importante que aprendan a reflexionar y a criticar los mensajes que reciben a través de ellos, con el fin de que logren descubrir los valores realmente importantes que le ayudarán a convertirse en un individuo totalmente autónomo y consciente de sí mismo.

Los chicos y las chicas durante esta etapa buscan identificarse con algo o con alguien y los medios explotan esta necesidad al vender un ideal que poco o nada tiene que ver con la realidad y se les engaña haciéndoles creer que los modelos son elegidos por ellos mismos. (6)

Los niños y los adolescentes son muy sensibles a los mensajes breves y concretos que envía la televisión; a estas edades captan especialmente las escenas de violencia y buscan héroes a los cuales imitar. (1) Además, la televisión lleva a que se tenga una actividad mental pasiva y que se prefiera la vida cómoda y sin grandes esfuerzos, donde todo esté ya fabricado y no cueste trabajo lograr metas ni conseguir bienes materiales, o hacerlo pasando por encima de otros. (2)



Ninguna institución, ni la escuela, ni la familia educa totalmente al individuo; la familia y la escuela llevan a cabo una importante acción educativa, pero también los medios de comunicación masiva ejercen una influencia en las creencias, actitudes y conductas de toda persona. (2)

La influencia que los medios ejercen en cada individuo, principalmente durante la infancia y la adolescencia, depende en mucho de la atención y los valores que los padres den a sus hijos, de la forma en que cada quién se ve a sí mismo y como se relaciona con los demás. Así, en una familia bien estructurada y donde existe una buena comunicación, la ideología reforzada por los medios tendrá sólo un impacto superficial y pasajero, mientras que en una familia donde no existe una buena comunicación y sus miembros se encuentren distanciados entre sí y sin valores auténticos, el impacto será mayor, sobre todo en los niños y los jóvenes que son los que se encuentran en desarrollo. (1)



La forma de disciplina que utilizan los padres es un factor que diferencia la manera que influyen los medios; mientras más restrictivo sea el ambiente, mayor será la influencia que ejerzan, ya que el individuo está acostumbrado sólo a escuchar, a callar y a obedecer, pero no a dialogar. (3)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Por el contrario, el adolescente puede convertirse en un televidente creativo y crítico, capaz de elegir entre diversos tipos de mensajes, tomar distancia de ellos y criticar y rechazar aquellos que no le convengan; así como de recrear y producir sus propios mensajes a partir de lo que ve, escucha y lee. (2)



Para que el individuo se comunique bien con todos fuera de la familia, necesita tener una buena comunicación dentro de ella. (3) La comunicación dentro de la familia es personal y permite hacer y responder preguntas, expresar dudas e inquietudes, así como ideas de todo tipo; mientras que en los medios de comunicación masiva la comunicación es en una sola dirección, sólo se reciben mensajes pero no es posible expresar lo que uno piensa o siente acerca de ellos.

Además, la actividad del receptor va más allá del momento de estar frente a la pantalla, ya que después de recibir un mensaje éste se asocia con la información ya existente dándole después un significado en la vida de cada persona. (2)

La publicidad infantil y juvenil reproduce con gran fuerza los valores más fuertes de la ideología dominante: competitividad, triunfo, conquista, despreocupación, seguridad, bienestar, salud y rapidez. (1)



Estos valores en muchas ocasiones son contrarios a los que la familia, la escuela y otras instituciones promueven, pero la constante cercanía con la TV y los demás medios puede hacer que nos volvamos insensibles ante las cosas simples y valiosas y que sólo nos interese en lo violento, lo extraordinario y lo que se puede percibir con los sentidos, prestando poca atención a la agresividad de nuestro alrededor, de la vida real o bien reaccionando de manera agresiva e impulsiva en vez de razonar antes de actuar. (3) En los medios la violencia es premiada y permitida siempre y cuando sea empleada para fines "buenos". (1)

Con respecto a la sexualidad, por lo general, en la familia y en la escuela se habla poco del tema, lo cual contribuye a que los niños tomen una actitud negativa. Al mismo tiempo, es en la familia el primer lugar donde el individuo adquiere las bases de los roles o papeles sexuales, fomentando una actitud de valoración diferente de las personas según sean hombres o mujeres, estando en contra de la igualdad. (3) Los medios de comunicación, por su parte, tienden a reforzar dicha actitud y al mismo tiempo la explotan, ya que ponen más a la mano información, la cual, no siempre es la adecuada y que puede contribuir a que los adolescentes caigan en conductas riesgosas para su salud y bienestar en todos los aspectos.

Finalmente, los medios de comunicación masiva colaboran en mucho, a través de la publicidad, en el consumo de vinos, licores y cigarros, lo cual ocasiona no sólo ventas millonarias en las grandes empresas, sino un innumerable grupo de adictos a estas y otras sustancias que cada día crece más y que se hace más difícil ayudar. Los anuncios presentan el consumir bebidas alcohólicas como una forma de ganar o conservar prestigio, amigos, dinero, diversión e incluso amor, mostrando un ambiente sofisticado, elegante y lleno de lujos, o bien, relajado, divertido y rodeado de comodidades.

Así mismo, los anuncios de cigarrillos contienen imágenes y mensajes que inducen a las personas a consumirlos, principalmente a los adolescentes, ya que también muestran situaciones placenteras alrededor del hábito de fumar, como puede ser el reconocimiento social, la amistad, la diversión e incluso la armonía familiar.

También la televisión, en particular ciertas telenovelas, presentan al alcoholismo y la farmacodependencia como males pasajeros y de fácil tratamiento, siendo que ambos son graves problemas de salud personal, familiar y social.



Todos estos mensajes ocultos o claros hacen que los adolescentes más fácilmente se inclinen hacia el consumo de estas sustancias tóxicas ya que se encuentra en el proceso de formación que lo preparará para la vida adulta y en numerosas ocasiones busca sentirse adulto y siente gran curiosidad por el mundo de los adultos. Si sus padres y demás adultos cercanos le niegan el acceso a tal mundo, alejándolo totalmente de él, le será más fácil tomar el mundo que le presentan los medios, en especial la TV, a base de los estereotipos del hombre y la mujer, las intrigas y falsedades, la moralidad e inmoralidad, las costumbres norteamericanas como ejemplo y que el éxito y la felicidad se obtienen consumiendo algo y gastando dinero. (3)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

De este modo, y ya que es difícil modificar la mayoría de los mensajes de la TV y los demás medios de comunicación masiva, es necesario aprender a tener una actitud crítica y a ser activos frente a ellos, sobre todo:

- Juzgando si lo que nos presentan como bueno, valioso y útil, de verdad lo es.
- Preguntarnos si vale la pena emplear nuestro tiempo en ver, escuchar o leer algo y por qué.
- Estando conscientes de que los comerciales intentan convencernos de comprar un producto que quizá no necesitemos.
- Recordando que la comunicación en la familia es lo más importante
- Interesándonos en los efectos de la televisión y viéndola de manera crítica. (3)



Esta actitud crítica adquiere mayor importancia durante la adolescencia, ya que, como hemos visto a lo largo de este manual, es la etapa en la que el ser humano se está buscando y definiendo a sí mismo, tomando lo que le agrada y rechazando lo que le incomoda de su entorno tanto familiar como social, para luego formar su propia visión del mundo, de su ambiente y de sí mismo.



ACTIVIDAD 30 Mi programa favorito

Esta actividad la realizará cada participante de manera individual y posteriormente pondrán en común con el grupo las conclusiones a las que cada quién haya llegado.

Cada uno elegirá el programa de T.V. que más le agrade ver y luego responderá una guía con una serie de preguntas que le ayudarán a analizar el contenido de dicho programa.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**



Método de evaluación sugerido

Para llevar a cabo la evaluación de esta unidad es conveniente que Ud. como instructor considere las actividades propuestas no sólo como una forma de adquirir información teórica, sino que a través de discusiones en equipo y grupales logre darse cuenta de que los chicos participantes han comprendido y sobre todo, sean capaces de hacer uso de lo revisado para modificar algunas actitudes e incluso conductas que puedan resultar nocivas o poco favorables para su sano desarrollo.

De este modo, en la actividad 28 se sugiere llevar a cabo una discusión posterior a la dinámica, por medio de la cual los jóvenes expongan sus propias ideas acerca de las ventajas y desventajas que encuentran en la comunicación masiva, así como los pros y los contras de establecer relaciones personales y comunicarse adecuadamente en ellas.

Por otro lado, la evaluación del segundo tema se puede realizar revisando los resultados de la actividad 29, la cual podrá ser tan amplia como el instructor y los participantes deseen hacerla. Se sugiere, además hacer una reflexión acerca de varias canciones, programas de televisión, telenovelas, deportes, anuncios comerciales, etc., promoviendo siempre en los jóvenes una actitud activa hacia ellos, es decir, resaltando los mensajes - directos o encubiertos- a los que cualquier persona está expuesta.

También es fundamental conocer algunas características personales de los participantes y hacer evidente que éstas interactúan con los mensajes recibidos y como resultado se generan diversas reacciones en todos los individuos.

Es conveniente que esta actividad sea realizada por los jóvenes no sólo una vez, sino que incluso sea parte de sus actividades cotidianas por lo menos durante una semana, a lo largo de la cual Ud. podrá evaluar si el análisis de los mensajes se enriquece o no, lo cual indicará en gran medida el nivel de comprensión de esta unidad.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

GLOSARIO

Actitud: Disposición del ánimo manifestada exteriormente.

Autónomo: Independiente. Libertad para que un individuo disponga de sí mismo.

Competitividad: capacidad de competir.

Estereotipo: Concepción simplificada y comúnmente aceptada que se tiene acerca de alguien o algo.

Identidad: Ser efectivamente una persona o cosa que se dice que es.

Ideología: Conjunto de ideas que caracterizan a una persona, grupo, época doctrina, etc.

(7)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Alonso, M., Vázquez, M. & Matilla, L. (1988). **Los Teleniños**. México: Fontamara 13.
2. Charles Creel, M. & Orozco, G. (1990). **Educación para la recepción: hacia una lectura crítica de los medios**. México: Trillas.
3. Consejo Nacional de población. (1986). **La televisión y los niños**. México:
4. Craig, G. (1994). **Desarrollo Psicológico**. 6ª. ed. México: Prentice Hispanoamericana.
5. Greenfield, M. (1985). **El niño y los medios de comunicación. Los efectos de la televisión, los videojuegos y los ordenadores**. Madrid: Morata.
6. Reymond-River (1986). **El desarrollo social del niño y del adolescente**. Barcelona: Herder.
7. **Diccionario Esencial de la Lengua Española**. (1999). México: Ediciones Larousse Planeta.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

DIRECTORIO

A continuación se encuentra la lista de los teléfonos de algunas instituciones a donde Ud. y/o los participantes pueden acudir para ampliar la información, así como para buscar ayuda si a través del taller se ha descubierto la presencia de algún problema relativo a los temas abordados. Esta lista no agota todas las posibles alternativas que existen para prestar atención a la comunidad, pero sí se trata de las más relevantes, así que:

Úsenlo y disfruten de esta etapa de la vida...

INSTITUCION	TELEFONO(S)
1. ADIVAC (Asociación para el Desarrollo Integral de Personas Violadas, A.C.)	56 87 79 69
2. Alcohólicos Anónimos/ Al-Anon (GPO. MATRIZ)	52 86 15 76/ 56 58 15 93/52 86 20 46
3. CAVI (Centro de Atención a la Violencia Intrafamiliar)	56 25 71 20/ 56 25 86 34
4. Centro de Terapia de apoyo a víctimas de delitos sexuales	52 00 96 33
5. DROGADICTOS ANONIMOS	55 79 19 06
6. SAPTEL (Apoyo Psicológico por teléfono)	53 95 11 11
7. Subprocuraduría del menor y la familia	55 29 90 65
8. CONASIDA (Consejo Nacional de Prevención y Control del VIH-SIDA)	52 07 40 77/ 55 54 93 33
9. Centro de Servicios Psicológicos "Dr. Guillermo Dávila" de la Facultad de Psicología U.N.A.M.	56 22 23 09
10. Centros de Integración Juvenil	52 12 12 12
11. PAIVSAS (Programa de Atención Integral a Víctimas Sobrevivientes de Agresión Sexual) U.N.A.M.	56 22 22 54
12. MEXFAM (Fundación Mexicana para la Planificación Familiar, A.C.)	55 73 70 70/ 55 73 71 00
13. CORA (Centro de Orientación para Adolescentes)	56 05 43 70/ 56 05 88 41
14. De joven a joven (Orientación telefónica)	55 18 41 07
15. Instituto Mexicano de la Juventud (Dpto. de sexualidad)	55 35 16 05 Ext. 239

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**