



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA**

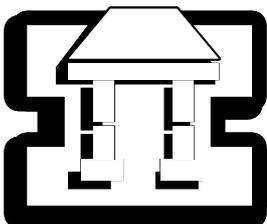
**“VIVIENDO LA ADOLESCENCIA DESDE
UN ENFOQUE HUMANISTA”**

T E S I S

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A :
ROSA VERENICE PERALTA ESPINOSA**

**DIRECTOR DE TESIS:
MTRO. ANGEL CORCHADO VARGAS**

**DICTAMINADORES:
MTRO. SAMUEL BAUTISTA PEÑA
DRA. MARÍA ANTONIETA DORANTES GÓMEZ**





Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS Y DEDICATORIAS

Primero que nada tengo que agradecerle a la vida el permitirme estar ahora en este lugar, el poder expresar en pocas palabras todo lo que me ha dado y lo agradecida y satisfecha que estoy.

Hay muchas personas a las que me gustaría agradecer y dedicar esta tesina, pero son cinco personas las cuales son las mas importantes en mi vida; mis padres, mi hermano, mi esposo y principalmente mi hija.

A ti Mamá te doy las gracias por haberme dado la vida, gracias por ser yo tu hija, porque gracias a ti soy lo que hasta este momento he logrado ser, gracias por tus consejos, por tus regaños, por la forma en la que me educaste, por todo lo que me has dado, no solo económica o materialmente, sino por toda tu atención, por tu amor, por tu confianza, por todo, gracias por haber confiado en mi al hacer este trabajo, que esta hecho con todo mi esfuerzo y con todo mi amor para ti. Perdóname por haberte fallado muchas veces, por no ser la mejor hija, pero ahora todo esto te lo debo a ti y al esfuerzo tan grande que has hecho para que esto sea realidad. Te quiero con toda mi alma.

A ti Papá, también te doy las gracias, porque al igual que mi mamá eres el culpable de que yo haya hecho posible este sueño, gracias por ser el mejor papá del mundo, por ser mi héroe, mi ídolo, mi todo. Gracias por todo lo que me diste desde niña, por tus consejos, por tus regaños (pocos pero muy significativos) por la confianza que siempre me has dado, por haber trabajado siempre por mí y por mi hermano para que seamos alguien en la vida. A ti también te dedico este esfuerzo con todo mi cariño y sabes que te quiero y te adoro con todas mis fuerzas.

A ti Edgar, mi hermano, el mejor que me pudo haber tocado en la vida, también te doy las gracias, por estar siempre conmigo, por apoyarme, por quererme, por el sacrificarte muchas veces por mi, porque gracias a eso ahora yo he logrado estar hasta donde estoy ahora. A ti igualmente te dedico esta tesina con todo mi cariño. Te quiero muchísimo y sabes que al igual que mis papas eres una de las personas más importantes en mi vida.

A ti Rubén, gracias por estar conmigo, por apoyarme, por quererme, por ayudarme a que esta ilusión se haya hecho realidad, sabes que también eres mucho muy importante para mí, no solo por ser mi esposo, sino por ser el padre de mi hija y por todo lo que hemos pasado juntos, por el amor que nos tenemos y por que sabes que te quiero con todas mis fuerzas. Este trabajo también es dedicado a ti. Te amo.

Finalmente a la personita mas importante en mi vida, a mi hija Maria Fernanda, eres tu lo mas valioso e importante que tengo; gracias por haberme escogido a mi como tu mama, gracias por ser mi hija, porque eres tu mi razón de ser, mi motor de vida, es por ti por quien he hecho todo esto y por quien seguiré luchando para ser cada día mejor. Te quiero con todas, todas mis fuerzas, Te Amo y todo esto es por y para ti.

También quiero dedicar mi tesina a mis abuelitos, a mis tíos, a mis primos, a mis amigos a todas las personas a las que quiero y que me quieren y que directa o indirectamente son responsables de todo esto, gracias y espero que se sientan orgullosos.

Otros agradecimientos que quiero hacer es para los profesores que me apoyaron.

En primer lugar al profesor Ángel Corchado, gracias por haberme apoyado, por orientarme, por ayudarme, por compartir tus conocimientos, por dedicar un poco de tu tiempo a mi trabajo, por ser mas que un maestro, ser un amigo, por aguantarme y por haber confiado en mi. Te admiro muchísimo y te respeto profundamente. Gracias

Al profesor Samuel Bautista, gracias profe., por siempre haberme orientado, por escucharme, por haber sido parte importante en mi formación como profesionista, por todos sus conocimientos, sus concejos; sabe que lo admiro y respeto muchísimo y le estoy muy agradecida por todo.

A la profesora Ma. Antonieta Dorantes, gracias por el tiempo que puso a este trabajo y por los conocimientos que a lo largo de mi formación académica aprendí de usted.

INDICE

RESUMEN	
INTRODUCCIÓN	1
1 HUMANISMO	4
1.1 ANTECEDENTES DEL HUMANISMO	4
1.2 PRINCIPALES REPRESENTANTES DE LA PSICOLOGÍA HUMANISTA	12
1.2.1 ABRAHAM MASLOW Y LA PSICOLOGÍA DEL SER	12
1.2.2 FRITZ PERLS Y LA PSICOTERAPIA GESTALT	14
1.2.3 CARL ROGERS Y EL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA (E.C.P.)	15
2. ÁREAS DE INCIDENCIA DEL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA	20
2.1 ÁREA SOCIAL	20
2.2 ÁREA COMUNITARIA	23
2.3 ÁREA ORGANIZACIONAL	26
2.4 ÁREA EDUCATIVA	31
2.5 PRACTICA TERAPÉUTICA	38
3. ADOLESCENCIA	44
3.1 DEFINICIÓN DE ADOLESCENCIA	44
3.2 DESARROLLO FÍSICO Y BIOLÓGICO	47
3.3 DESARROLLO SOCIAL	52
3.4 DESARROLLO PSICOLÓGICO	56
3.5 PROBLEMÁTICA ACTUAL DEL ADOLESCENTE	66
4. ÁREAS DE DESARROLLO DE LA ADOLESCENCIA	69
4.1 SEXUALIDAD Y AFECTIVIDAD	69
4.2 ELECCIÓN DE PAREJA	77
4.3 COMUNICACIÓN ASERTIVA	83
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN CON GRUPOS DE ADOLESCENTES DESDE EL ENFOQUE HUMANISTA	89
5.1 JUSTIFICACION METODOLOGIA	89
5.2 METODOLOGIA	91
5.3 PROCEDIMIENTO	92
5.4 PRONOSTICO	103
CONCLUSIONES	105
BIBLIOGRAFÍA	109
ANEXOS	112

RESUMEN

El humanismo es un enfoque el cual tiene como disposición el estudio de las personas en un sentido mas humano, entendiendo que son seres racionales, los cuales pueden practicar el bien hacia los demás.

El Enfoque Centrado en la Persona su orientación es igualmente hacia las personas pero teniendo como objetivo la fenomenología de cada una; es decir, tiene como propósito el estudiarlas conforme sus experiencias y el medio en el que se desarrollan; el cómo es que cada uno vive las cosas de manera distinta, cómo las experiencias de cada personas son las que la conforman como individuo.

Es por ello que la presente investigación tiene como base el humanismo; porque es a través de éste que se puede ver la adolescencia de cada uno de los jóvenes de manera distinta; es decir, la manera en como cada uno la vive; ya que durante este proceso se establecen y se definen las relaciones sociales significativas, se circunscriben los límites morales, se adquieren las destrezas físicas e intelectuales que los definirán el resto de la vida y, sobre todo, se conforma el mundo interno mientras el cuerpo despliega crecientes ajustes hormonales.

Debemos considerar que el comportamiento contradictorio e impredecible del que se acusa a los adolescentes se explica por las demandas emocionales que alternan en su interior. Durante la adolescencia, se trata de adecuarse a las exigencias sociales (responsabilidad, ahorro, estudio y horarios), mientras que por dentro se anhela satisfacer sus gustos, tan pronto como se pueda y pese a quien le pese. La tensión emocional que experimentan al ver rebasado su cuerpo y el abandono inequívoco de los privilegios de la infancia se viven más como una imposición que como un proceso natural y deseable.

Por lo tanto es que la propuesta de intervención que se hace tiene como objetivo que los participantes reflexionen acerca de su proceso de cambio y desarrollo como adolescentes desde el punto de vista físico, psicológico y social, por medio de un taller de crecimiento personal. La metodología utilizada es un grupo de adolescentes que cursan el tercer año de secundaria de entre 14 a 16 años.

Los resultados que se esperan es cumplir el objetivo de la propuesta ya que el taller se impartirá de forma tal que permitirá que los adolescentes colaboren de manera libre expresando sus opiniones y logrando una sensibilización y apertura por parte de ellos.

Finalmente se puede decir que el adolescente es una persona que se encuentra en un periodo de cambios, a nivel físico, emocional, afectivo, sexual, que requiere de apoyos y recursos psicológicos y sociales para alcanzar ciertas metas tales como la elaboración de su identidad y el planeamiento y desarrollo de un proyecto de vida satisfactorio.

Por todo lo anterior es que el estudio del desarrollo humano es de suma importancia tanto para los profesionista como para las personas en general, ya que no solo es un tema importante sino que es un tema poco estudiado desde el punto de vista humanista, es por lo que a través de esta propuesta se quiere dar a conocer un punto de vista diferente y sin duda primordial para todo aquel que le concierna este tema.

INTRODUCCION

Dentro de la sociedad existen carencias y problemas sociales en donde la psicología social comunitaria puede encontrar un campo de aplicación como en el tema de la adolescencia. En este caso estamos hablando de un problema humano de origen social antes que individual y altos niveles de incidencia social antes que de casos concretos. Este tipo de problemas pueden afectar a toda la población pero por lo regular tienen consecuencias mucho más graves en los sectores más desfavorecidos o incluso, en comunidades y colectivos muy concretos, generalmente las minorías, dada la escasez de los recursos económicos y sociales disponibles que caracteriza a su misma ubicación social (Lapalama, 2002)

La psicología comunitaria aparece en la reciente historia de la Psicología aplicada, como una óptica alternativa a los modelos tradicionales de intervención psicológica y social y a su enfoque centrado en los individuos y la asistencia personalizada.

Se puede decir que la psicología de la comunidad representa una serie de actitudes de un sistema de teorías y técnicas terapéuticas; el método de la psicología comunitaria consiste más bien en buscar y no en esperar; pues el esperar es la táctica de casi todas las terapias existentes. En la psicología comunitaria se insiste en la prevención oportuna de problemas y no sobre el trabajo de reparación.

La psicología social comunitaria manifiesta el significado de las relaciones interpersonales en forma de apoyo social, dándole importancia a la calidad constructiva del intercambio, lo que deriva que el sistema tenga un sentido personal para cada individuo, permitiendo valorar los requerimientos sociales, ya sean cotidianos o en crisis y la factibilidad de un afrontamiento cualitativamente útil.

El apoyo social fomenta la salud y el bienestar. Es un mecanismo para elevar la moral y los estados afectivos positivos, creando un aumento de la autoestima, estabilidad y sentido de pertenencia, lo que fortalece al individuo y al grupo (ídem).

De forma resumida se puede decir que un efectivo apoyo social posibilita:

- Desarrollo de cualidades con el consecuente fortalecimiento psicológico.
- Amplitud en la perspectiva de equilibrio físico y psicológico con los beneficios que de esto se deriva.
- Aumento en la capacidad de afrontamiento en los eventos de la vida, etc.

De forma tal que teniendo como base la psicología social comunitaria es que el estudio de la adolescencia se ve desde el punto de vista en el que esto no solo afecta a los individuos en particular sino que además los concierne a un grupo de iguales, por lo que el periodo de la adolescencia, que comprende de los 12 a los 17 años, es un época de rápidos y difíciles cambios.

El desarrollo físico es solo una parte de este proceso, porque los adolescente afrontan una amplia gama de requerimientos psicosociales; independización de los padres, consolidación de las cualidades necesarias para relacionarse con los compañeros de la misma edad, incorporación de una serie de principios éticos aplicables a la realidad practica, fomento de las capacidades intelectuales y adquisición de una responsabilidad social e individual básica, por nombrar solo algunos (Master; 1987).

Katchadourian (1983) menciona que en nuestra cultura los patrones de comportamiento sexual, los conocimientos, las actitudes, los valores y las emociones hacia la adolescencia la conforman predominante de manera informal, lo que implica que es un proceso formativo en el que lo cotidiano, lo azaroso, lo circunstancial, lo observado y en parte lo expresado son los mecanismos por los que se adquiere tanto información como formación sobre ella. La adolescencia como construcción sociocultural enmarca la experiencia humana en un contexto social, común sentido político y en dimensiones afectivas, subjetivas y espirituales.

Podemos decir que el adolescente transita en esta etapa de la vida un periodo de autoconocimiento, que le permite construir una personalidad firme.

Al estudiar este tema, la gran inestabilidad emocional, los diferentes cambios físicos y psicológicos que en él se producen, mas la gran inseguridad a la hora de tomar decisiones y sus constantes cuestionamientos, lo llevan a que se produzcan conflictos con sus padres, producto de la búsqueda de mas libertades y con el mismo debido al gran desequilibrio en el que se encuentra. El tema central de la adolescencia es el de la identidad, el llegar a saber quien es uno mismo, cuales son sus creencias y sus valores, que quiere realizar en la vida y obtener de ella. El adolescente además debe habituarse a un cuerpo renovado, con nuevas capacidades para la sensación y la acción, alterando la imagen de uno mismo en consonancia con ello; es aquí en donde ya no solo es un fenómeno de tipo social, sino mas bien se convierte en algo individual en donde cada uno de las personas ve las cosas de manera distinta dependiendo de sus pensamientos, sentimientos actitudes, experiencias, etc., (ídem).

Por lo que es aquí donde el humanismo y principalmente el enfoque Centrado en la Persona tiene gran importancia ya que es através de este en donde no solo se puede estudiar a las personas de un manera social o grupal sino de un manera mas individual en donde las experiencias de cada uno son las que van a lograr la realización de cada individuo.

Por lo tanto la propuesta de intervencion que se hace es por medio de un enfoque cualitativo ya que esta fenomenología permite estudiar los fenomenos de una manera mas individual, observando como es vivida por cada sujeto además de que nos va permitir construir la realidad tal y como es perciba por cada persona. Otro aspecto importante por el cual se hace esta propuesta del taller vivencial es por que como se sabe hay mucha informacion acerca del tema de la adoelscencia, sin embargo esa informacin que se tiene no es suficiente, mas aun si se habla de los procesos psicologicos que viven cada uno de los adolescentes de manera distinta; es por ello que atraves de la propuesta de intervencion desde un enfoque humanista no solo se vera la adolescecia de manera social sino mas como forma individual.

Teniendo como objetivo que los adolescentes reflexionen acerca de todos los procesos de cambio por los que atraviesan tanto físicos, como psicologicos y sociales.

1. HUMANISMO

1.1 Antecedentes Del Humanismo

En la filosofía, el humanismo es la actitud que hace hincapié en la dignidad y el valor de la persona. Uno de sus principios básicos es que las personas son seres racionales que poseen la capacidad para hallar la verdad y practicar el bien. El término humanismo se usa con gran frecuencia para describir el movimiento literario y cultural que se extendió por Europa durante los siglos XIV y XV. Este renacimiento de los estudios griegos y romanos subrayaba el valor que tiene lo clásico por sí mismo, más que por su importancia en el marco del cristianismo (Goble, 1980).

Entre 1440 y 1530 aproximadamente, en algunas de las ricas ciudades del norte de Italia comenzó a desarrollarse un movimiento cultural relacionado con la imagen del mundo que tenían los burgueses: el humanismo.

Goble (1980), menciona que los humanistas fueron hombres de las ciudades que se ocuparon de la enseñanza, de la investigación y que fueron muchas veces secretarios de personas importantes. Ocuparon esos cargos no por su riqueza o nacimiento, sino por su cultura. Con sus obras, buscaban sentar las bases de una nueva cultura independiente de la tradición cristiana escolástica. En contraposición al sistema jerárquico de la sociedad feudal, afirmaron la dignidad y el valor de cada individuo.

La imagen humanista del mundo se expresó en la literatura, la filosofía y el arte. En el arte fue donde alcanzó sus realizaciones más coherentes, continuas y originales. Sin embargo, estas manifestaciones culturales eran conocidas sólo entre los grupos privilegiados, y tuvieron escasa difusión entre el conjunto de la sociedad europea (ídem).

Desde mediados del siglo XVI, la nueva imagen del mundo construida por los humanistas del siglo XV comenzó a difundirse progresivamente por Europa. Pero Davidson (1983) señala que el grado de desarrollo de las nuevas actividades económicas burguesas era desigual en los diferentes países, la aceptación de los cambios varió de una sociedad a otra.

En el siglo XVII, algunos miembros burgueses y nobles de los grupos privilegiados advirtieron que los principios del humanismo amenazaban sus posiciones de poder. Por eso, mantuvieron y reforzaron su adhesión a los valores tradicionales del orden cristiano feudal.

El movimiento humanista comenzó en Italia, donde los escritores de finales de la edad media Dante, Giovanni Boccaccio y Francesco de Petrarca contribuyeron en gran medida al descubrimiento y a la conservación de las obras clásicas. Los ideales humanistas fueron expresados con fuerza por otro estudioso italiano, Giovanni Pico de la Mirandola, en su Oración, obra que trata sobre la dignidad del ser humano.

El movimiento avanzó aún más por la influencia de los estudiosos bizantinos llegados a Roma después de la caída de Constantinopla a manos de los turcos en 1453, y por la creación de la Academia platónica en Florencia. La Academia, cuyo principal pensador fue Marsilio Ficino, fue fundada por el hombre de Estado y mecenas florentino Cosme I de Medici. Deseaba revivir el platonismo y tuvo gran influencia en la literatura, la pintura y la arquitectura de la época (ídem).

Davidson (1983), indica que la recopilación y traducción de manuscritos clásicos se generalizó, de modo muy significativo entre el alto clero y la nobleza. La invención de la imprenta de tipos móviles, a mediados del siglo XV, otorgó un nuevo impulso al humanismo mediante la difusión de ediciones de los clásicos.

Aunque en Italia el humanismo se desarrolló sobre todo en campos como la literatura y el arte, en Europa central, donde fue introducido por los estudiosos alemanes Johannes Reuchlin y Philip Melanchthon, el movimiento penetró en ámbitos como la teología y la

educación, con lo que se convirtió en una de las principales causas subyacentes de la Reforma.

Uno de los estudiosos más importantes en la introducción del humanismo en Francia fue Erasmo de Róterdam, que también desempeñó un papel principal en su difusión por Inglaterra. Allí, el humanismo fue divulgado en la Universidad de Oxford por los estudiosos William Grocyn y Thomas Linacre, y en la Universidad de Cambridge por Erasmo y san Juan Fisher. Desde las universidades se extendió por toda la sociedad inglesa y allanó el camino para la edad de oro de la literatura y la cultura que llegaría con el periodo isabelino (ídem).

Por otra parte José Ferrater Mora, dice en su diccionario de Filosofía que el término humanismo, fue usado por primera vez en 1808, por F. J. Niethammer, quién entendía que significaba "la tendencia a destacar la importancia del estudio de las lenguas y de los autores clásicos".

Goble (1980), señala que el Humanismo, comienza siendo en el Renacimiento una aproximación al hombre y una postura de rechazo al teocentrismo medieval. En el Renacimiento vemos como se descubre al hombre en todas sus dimensiones: su anatomía desde el punto de vista científico, y al cuerpo humano como interés estético. El Humanismo del Renacimiento debe ser visto como un interés primordial por el hombre y por todo su quehacer.

Es una Doctrina que antepone, frente a cualquier otra instancia, la felicidad y bienestar del Hombre en el transcurso de su vida. El término tiene su origen en las corrientes teórico-pragmáticas que durante el Renacimiento europeo se revelaron contra las limitaciones de tipo moral impuestas por la teología dogmática de la Edad Media.

Desiderio Erasmo de Róterdam y Tomás Moro, se encuentran dentro de este enfoque siendo los precursores del humanismo inglés, criticando con escritos, las perniciosas circunstancias pedagógicas y religiosas de la época en su "Elogio de la Locura", y sentando

las bases de una nueva teología en "Enchiridion", al conjugar la fe (revelación divina a través de los Libros Sagrados y la tradición de la Iglesia) con la razón, que podía y debía investigar los textos (ídem).

Con relación a lo anterior se puede hacer referencia al existencialismo que comienza en el período de entre guerras y tiene su máximo momento de esplendor tras la segunda guerra mundial, particularmente en Francia. Es habitual señalar a un precursor de esta corriente; el propio Jean-Paúl Sartre (1905-1980), en su obra "El existencialismo es un humanismo", donde se destacan algunos de los aspectos mas importantes de este movimiento:

1. Tesis fundamental: es un ateísmo consecuente; puesto que Dios no existe, no existe la naturaleza humana; el hombre no tiene esencia o naturaleza, es lo que él mismo se ha hecho; en él la existencia precede a la esencia.

2. El hombre es un proyecto que se vive subjetivamente: lo que mueve a las personas son sus proyectos, su preocupación por la realización de su ser; pero estos proyectos y los ideales involucrados en ellos, no existen previamente a su decisión de realizarlos, no están trazados previamente por un destino, una naturaleza o una tabla de valores objetivos.

3. El hombre es responsable de sí mismo y de todos los hombres: somos responsables de nosotros mismos porque lo que somos depende de lo que hemos querido ser, no de un destino divino, ni de una circunstancia social, ni de una predisposición biológica o natural; pero somos también responsables de los demás porque al elegir unos valores, elegimos una imagen del hombre tal y como debe ser; "nuestra acción compromete a la humanidad entera".

4. La libertad humana trae consigo los sentimientos de angustia, desamparo y desesperación. Angustia ante el hecho de que es uno mismo el responsable de sí mismo y de los demás; desamparo porque la elección se hace en soledad, no existe una tabla de valores en la que apoyarse, ni ningún signo que nos indique la conducta a seguir, es preciso

inventarse la moral; y desesperación porque no es posible un control completo de la realidad.

5. Es una doctrina de la acción, contraria al quietismo: para el existencialismo sólo hay realidad en la acción, el hombre existe en la medida en que se realiza, es el conjunto de sus actos y nada más.

Este pensamiento tiene dos caras: por un lado es duro para aquellas personas descontentas con lo que son, para los que no han triunfado en la vida; estas personas pueden engañarse diciendo que en realidad el conjunto de sus actos no muestra su auténtica valía, diciendo que hay en ellos capacidades, talentos o disposiciones desaprovechadas, que el mundo les ha impedido dar de sí todo lo que realmente son. Pero, por otro lado, esta doctrina es optimista pues declara que el destino de cada uno de nosotros está en nuestra mano y nos predispone a la acción, a no vivir de sueños, de esperanzas, a dejar de lado nuestra miseria y realizar nuestro proyecto: el héroe no nace héroe, se hace héroe; si se es cobarde es como consecuencia de una decisión, no porque fisiológicamente o socialmente se esté predispuesto para ello; el cobarde se hace cobarde, pero hay siempre para el cobarde una posibilidad de no ser por más tiempo cobarde, como para el héroe la de dejar de ser héroe.

6. Es una doctrina que reivindica la intersubjetividad: aunque parte del cogito como la verdad indudable, no defiende el aislamiento de la subjetividad, pues considera que sólo en el trato con el otro, en el reconocimiento que el otro hace de nuestro ser, en la presencia de su mirada, sólo así nos hacemos conscientes de nuestro propio ser, de nuestra propia realidad.

7. Frente a la noción de “naturaleza humana” defiende la existencia de la “condición humana”: aunque no existe una esencia común a todos los hombres, Sartre cree que sí se puede hablar de ciertos rasgos formales y universales que permiten la identificación de la humanidad como un todo y el reconocimiento y comprensión del proyecto de cada individuo y de cada cultura; la libertad, la indigencia de la existencia, la sociabilidad, son estructuras antropológicas que desvelan la condición humana.

8. Es una doctrina que permite el compromiso moral y la crítica de la conducta inauténtica: aunque los valores se inventan, no todos tienen el mismo valor, pues algunas elecciones están fundadas en el error y otras en la verdad; la conducta de mala fe, por ejemplo, se basa en el error, en el error de excusarse en las pasiones, en el determinismo, en el destino, o el error de declarar ciertos valores como existentes de modo objetivo e independiente de mi voluntad. La actitud auténtica es la de buena fe, la de aquél que asume la responsabilidad completa de su acción y situación, la de aquél que tiene como lema moral la realización de la libertad propia y ajena.

9. Para el existencialismo el mundo, la vida, no tiene un sentido a priori: declara que Dios no existe, por lo que la vida misma carece de sentido; sólo se puede hablar del sentido que cada uno le da, de los valores que cada uno inventa.

10. El existencialismo es un humanismo: pero no un humanismo que valore a la humanidad por la excelencia de alguno de sus miembros, ni por la supuesta bondad de la humanidad en su conjunto; es un humanismo por declarar que no hay otro legislador que el hombre mismo, por afirmar la libertad y la necesidad de trascender la situación, de superarse a sí mismo, por reivindicar el ámbito de lo humano como el único ámbito al que el hombre pertenece.

Otras fuentes nos dicen que muchos siglos antes de que comenzara la era actual, un salmista se había preguntado: ¿Qué es el Hombre?, aun hoy en día estamos tratando de buscar una respuesta adecuada a esta urgente interrogante. El salmo 8:5 dice “¿qué es el hombre para que te acuerdes de él? ¿qué es el hijo de Adán para que cuides de él?”.

La filosofía griega creó una imagen del Hombre centrada en la virtud y la razón: el Hombre alcanzaba la virtud a través del uso de la razón y siguiendo sus demandas. El pensamiento cristiano le añadió los conceptos de amor y pecado. El renacimiento introdujo los conceptos de poder y voluntad, plasmando la imagen política del hombre. Los siglos XVII y XIX racionalizaron el interés de los hombres por la propiedad, las cosas y el dinero.

La imagen freudiana de la primera mitad del siglo XX enfatizó el aspecto impulsivo, irracional e inconsciente del ser humano, y la psicología conductista puso el acento en la presión que ejercen los factores ambientales (Martínez, 2004).

El estudio del Hombre puede ser realizado desde muy diferentes ángulos y perspectivas complementarios entre sí. Su riqueza resulta siempre inagotable y desafiante. Nuestro enfoque es uno, el psicológico que tratara de incluir todo lo que es humano, pero haciendo énfasis en aquellas dotes y características que mejor distinguen al hombre.

Al hablar de una concepción humanista del Hombre no es una tautología, pues hay en circulación concepciones del hombre que no son humanistas y, ni siquiera humanas, si no más bien robóticas, zoológicas y hasta ratomórficas, ya que esos han sido los modelos descriptivos referenciales, reduciendo lo humano a algo que es inhumano.

Martínez explica que la psicología humanista es una reacción contra este estado de cosas y las orientaciones psicológicas responsables de las mismas; es un movimiento contra la psicología que ha dominado la primera mitad del siglo XX y que se ha caracterizado como mecanicistas, elementalista y reduccionista.

Ciertamente todos los aspectos arriba señalados (y otros más, como la conciencia, la reflexión, la libertad, la creatividad, los valores, los ideales, el goce y disfrute del arte, etc.) son como dicen los autores, aspectos centrales de la vida humana y, como tales, exigen una metodología de estudio que no les deje escapar por su matiz.

Como señala Matson (1981 citado en Martínez, 2004) sin los antecedentes y precedentes europeos es muy dudoso que alguna de las versiones estadounidenses del humanismo psicológico se hubiera desarrollado en absoluto.

Señala que los tres grandes conceptos de la terapia moderna han sido el psicoanálisis, la terapia conductista y la tercera fuerza: la psicología humanista. Cada una a su manera ha logrado ayudar a la gente con problemas. Pero solo una cosa parece segura: que ninguna de estas formas del nuevo guru resultará ser la panacea eterna. Cada enfoque es útil, creativo y todos resultan efímeros. Cada uno no es más que una formulación confusa y pasajera en la historia de la búsqueda humana de la ilusión de estabilidad y certeza en una vida que es siempre cambiante y fundamentalmente ambigua (ídem).

La tercera fuerza, la Psicología Humanista, apareció en parte como una rebelión tajante contra la reducción psicoanalítica del hombre, a nada mas que un vínculo, a menudo enfermo, entre los instintos caóticos y las fuerzas sociales represivas; y contra la fría deshumanización del hombre que realizaban los conductistas al rebajarlo al estatus de problema técnico a resolver, en nada diferente a un perro a adiestrar.

A veces esta tercera fuerza es denominada “movimiento de potencial” y es alimentado por fuentes tan diversas como el Zen, la educación progresista, la danza moderna y la investigación de dinámica de grupos, esta tercera fuerza es más una actitud que una posición, mas una amalgama que un grupo. Sus simpatizantes son de alguna manera una excéntrica banda de creyentes con esa inmensa tolerancia para las diferencias existentes entre ellos, con que generalmente, en su inicio estas marcadas las peregrinaciones espirituales (ídem).

Tres de los líderes más sobresalientes del movimiento humanista han sido Abraham Maslow, Fritz Perls y Carl Rogers.

1.2 Principales Representantes De La Psicología Humanista

1.2.1 Abraham Maslow y la Psicología del Ser

Abraham Maslow fue uno de los primeros psicólogos que vieron que era un error estudiar únicamente gente enferma, situaciones problemática e infelicidades. Maslow tuvo la visión de que los gurus recientes habían estado demasiado dedicados a los sufrimientos y muy poco a las alegrías, a las enfermedades y no a la salud, a la curación y no al crecimiento, a la evaluación y no a la trascendencia, demasiado ocupados en la destrucción y no lo suficientes a la creatividad (Kopp, 1999).



Maslow tuvo la visión de que otros estudios habían estado demasiado dedicados a los sufrimientos y muy poco a las alegrías, a las enfermedades y no a la salud, a la curación y no al crecimiento, a la evaluación y no a la trascendencia, demasiado ocupados en la destrucción y no lo suficiente a la creatividad (ídem).

Optó por estudiar la cara creativa y a favor de la vida del Hombre, en parte para reajustar el desequilibrio derivado del anterior énfasis en lo patológico. Asimismo, reacciono contra el movimiento de someter el estudio del hombre al modelo de las ciencias físicas.

Maslow (1979) sintetizó su visión de salud psicológica, de creatividad del ser, en su concepto de autorrealización. La gente con problemas esta motivada por deficits, por una necesidad de suplir lo que carecen (como la protección, la integración o el afecto).

Cuanto mas madura es una persona cuyas necesidades básicas están satisfechas, ya no lucha de la misma manera para enfrentar las situaciones. En cambio la persona autorrealizada da una imagen de tranquilidad, espontaneidad y auto-expresión (en lugar de tensión neurótica, rigidez y búsqueda desesperada).

La autorrealización no es una elite o aristocracia, se trata de algo muy distinto. Kopp (1999), menciona que cada uno de nosotros hemos tenido algunas experiencias cumbre, algunos momentos en los que estamos abiertos a la maravilla de nuestro propio ser y del mundo. Por lo tanto las experiencias cumbre son: momentos pasajeros de autorrealización.

Kopp (opcit.) indica que Maslow formula que al autorrealizarnos, deberíamos entregarnos a la resolución de esos conflictos decidiéndonos por la opción de crecimiento y no por la del miedo. Por lo que Maslow tomo la decisión de pasarse la vida en el estudio y la afirmación de su sueño de un mundo de mayor felicidad y mas creatividad, un mundo más humano.

Por otra parte Maslow (1971) menciona que la psicología se encontraba fragmentada y que había tres o mas ciencias o grupos científicos separados y sin ninguna comunicación entre si. En primer lugar se encuentra el grupo conductista, objetivista, mecanicista y positivista; en segundo lugar esta el conjunto de psicologías originadas en Freud y el psicoanálisis. En tercer lugar están las psicologías humanistas o la llamada la tercera fuerza que es la unión de varios grupos psicológicos en una sola filosofía; y es esta ultima psicología en la que se aboco Maslow.

Maslow consideraba que el humanismo incluía tanto la psicología conductista como el psicoanálisis y mencionaba ser él mismo freudiano, conductista y humanista e incluso desarrollaba lo que podría llamarse una cuarta psicología trascendental; aunado a esto Maslow señala que hay psicólogos que se oponen al conductismo y al psicoanálisis en lugar de incluir a estas dos psicologías en una estructura de rango superior y mas amplia (Maslow, 1971).

1.2.2 Fritz Perls y la Psicoterapia Gestalt

Kopp (1999) menciona que si Maslow fue el visionario de la psicología humanista y Rogers su santo, entonces Fritz Perls fue su super-star. Perls fue el fundador de la terapia Gestalt, un complejo no-sistema teórico que se aparta radicalmente de sus raíces psicoanalíticas, diferenciándose por medio de la concepción alemana de la psicología gestalt. Esto último pone de manifiesto el hecho de que se percibe de forma organizada partes significativamente relacionadas con el todo, y con una interacción dinámica entre la figura que enfocamos y el fondo que le sirve de contexto.



Perls escribió una cierta cantidad de libros tratando de definir el aspecto brillante de su posición. Perls trabajaba a menudo con grupos en el que invitaba a un participante a sentarse en la silla conocida como asiento caliente, con el fin de que tratara de elaborar algún problema personal.

En esos grupos de gente infeliz y a la defensiva Perls alejaba a una persona tras otra de palabras intelectuales y la ayudaba a entregarse al poder del momento.

Perls tenía una presencia personal enormemente poderosa, una independencia de espíritu, su predisposición a arriesgarse yendo donde quisiera que le llevaran sus sentimientos intuitivos y una profunda capacidad para estar íntimamente en contacto con cualquiera que estuviera dispuesto a trabajar con él (Kopp, 1999).

Tal vez su mayor acierto estriba en su instinto creativo para crear modos que desarmaban a la gente, que superaban sus palabras vacías y sus convencionalismos sociales a fin de ayudarles a que se dejaran de estar paralizados.

Algunas de sus contribuciones se perciben claramente en su técnica de análisis de sueños. A la persona que está en el asiento caliente y que ha narrado un sueño, se le solicita que lo vuelva a contar interpretando cada parte del mismo en sus diferentes aspectos.

Perls le hace representar cada una de las partes: ser, sentir y hablar; el paciente puede interpretar a cada parte o dialogar alternativamente con una u otra parte. Realmente cada parte del sueño es parte del soñador. A medida que asume un aspecto rechazado de sí mismo, vuelve a cobrar más vida, a sentir más profundamente y a ser más libre (idem).

Algunas de las técnicas Gestalt de Fritz Perls y muchos de los ejercicios no verbales de grupos, son extraordinariamente fáciles de aprender a usar. Superan con tanta eficacia las normales defensas intelectuales, orales y sociales, que pueden poner en contacto inmediato y sorprendente a los miembros de un grupo con poderosos sentimientos a menudo desconocidos, incluso cuando las técnicas son aplicadas por líderes que carecen de una profundidad de comprensión de los problemas humanos.

1.2.3 Carl Rogers y el Enfoque Centrado en la Persona

Kopp (1999), menciona que Carl Rogers, como Maslow, trajo esperanzas en la forma de una imagen más optimista, más confiada y amorosa del hombre. Pero Rogers es menos teórico que práctico, un estudio que inspira más con su actitud que con sus palabras. Su mayor contribución a la psicología humanista es la Psicoterapia Centrada en el Cliente. Su foco está en el cliente, el conflictivo que busca ayuda. Sin embargo, ha ayudado más a esclarecer los sentimientos del terapeuta y la personalidad del propio estudio.

Al principio de su carrera, a Rogers le disgustó que el rol del consejero estuviera definido como distante y superior, como la autoridad experta que hace interpretaciones. Veía al cliente y al terapeuta como iguales, y de ese modo, pensó que la actitud del analista debía ser respetuosa, abierta y permisiva.

Su orientación debió ser fenomenológica en el sentido que debía abrirse al mundo tal como lo experimentaba el cliente, en vez de a la realización, es decir como un pantalla para los ocultos, fenómenos inconscientes. De hecho Rogers pensaba que cualquier diagnóstico sobre el cliente era presuntuoso y negativo (ídem).



Carl Rogers es mejor conocido por sus contribuciones en el área terapéutica. Su terapia ha cambiado en un par de ocasiones de nombre a lo largo de su evolución: al principio la llamó no-directiva, ya que él creía que el terapeuta no debía guiar la paciente, pero sí estar ahí mientras el mismo llevaba el curso de su proceso terapéutico.

A medida que maduró en experiencia, Carl se dio cuenta que mientras más “no-directivo” era, más influía a sus pacientes precisamente a través de esa postura. En otras palabras, los pacientes buscaban una guía en el terapeuta y lo encontraban aunque éste intentara no guiarles (Rogers, 1971).

La terapia cambió de nombre a centrada en la persona (también llamada terapia centrada en el cliente). Rogers (1972) seguía creyendo que el paciente era el que debía decir lo que estaba mal, hallar formas de mejorar y de determinar la conclusión de la terapia (aunque su terapia era “centrada en el paciente”, reconocía el impacto del terapeuta sobre el paciente).

Actualmente, a pesar de que los términos “no-directiva” y “centrada en el paciente” se mantienen, la mayoría de las personas simplemente le llaman terapia rogeriana. Una de las frases que Rogers utiliza para definir su terapia es “de apoyo, no reconstructiva” y se apoya en la analogía de aprender a montar en bicicleta para explicarlo: cuando ayudas a un niño a aprender a montar en bici, simplemente no puedes decirle cómo, debe tratarlo por sí mismo.

Y tampoco puedes estarle sujetando para siempre. Llega un punto donde sencillamente le dejas de sostener. Si se cae, se cae, pero si le agarras siempre, nunca aprenderá (ídem).

Es lo mismo en la terapia. Si la independencia (autonomía, libertad con responsabilidad) es lo que se quiere que un paciente logre, no lo logrará si se mantiene dependiente del terapeuta. Los usuarios deben experimentar sus introspecciones por sí mismos, en la vida cotidiana, fuera de la consulta de su terapeuta. Un abordaje autoritario en la terapia parece resultar fabuloso en la primera parte de la terapia, pero al final solo crea una persona dependiente (Rogers, 1971).

Existe solo una técnica por la que los rogerianos son conocidos: el reflejo. El reflejo es la imagen de la comunicación emocional. El reflejo debe usarse cuidadosamente. Muchos terapeutas novatos lo usan sin sentirlo o sin pensarlo, repitiendo las frases que salen de la boca de los pacientes.

Luego creen que el cliente no se da cuenta, cuando de hecho se ha vuelto el estereotipo de la terapia rogeriana de la misma manera en que el sexo y la madre lo han hecho en la terapia freudiana. El reflejo debe surgir del corazón (genuino, congruente).

Esto nos conduce a los famosos requerimientos que según Rogers debe presentar un terapeuta. Para ser un terapeuta especial, para ser efectivo, un terapeuta debe tener tres cualidades especiales:

1. La empatía es la percepción correcta del marco de referencia de los demás con las cosas subjetivas y los valores personales que van unidos, además de participar en sus experiencias en medida que la comunicación verbal y no verbal lo permita; en términos más sencillos es la capacidad de ponerse verdaderamente en el lugar del otro, de ver el mundo como el otro lo ve. Es de esta manera como un terapeuta empático comunica una especie de sensibilidad hacia las necesidades, sentimientos y circunstancias, ya que refleja la significación personal del cliente.

Este tipo de relación puede existir solamente si el terapeuta es capaz, de manera profunda y genuina, de adoptar estas actitudes, no es una forma sutil de guiar al cliente mientras que se pretende dejarlo que se guíe a sí mismo, esta para ser efectiva debe de ser auténtica.

2. Congruencia (autenticidad) esta se elabora a partir de la experiencia práctica y su representación en la conciencia del individuo; significa que los sentimientos experimentados por el terapeuta son accesibles para él y a su conciencia, que es capaz de vivirlos y en relación con otro individuo, de comunicarlos si fuese oportuno, significa que el terapeuta entra en un encuentro personal directo con su cliente, un encuentro de persona a persona, no negando su personalidad. Si bien nadie alcanza plenamente esta condición, cuanto más capaz sea el terapeuta de escuchar sin rechazo lo que ocurre dentro de sí, cuanto más capaz de vivir sin temor la complejidad de sus sentimientos, tanto mayor será su congruencia (Rogers, 1986).

3. Aceptación positiva incondicional es el respeto por el cliente como ser humano, siendo un sentimiento positivo que aflora sin reservas ni evaluaciones y que implica no juzgar; cuando este aprecio se hace presente entre terapeuta y cliente hay más probabilidad de que este último cambie y se desarrolle de manera constructiva.

La verdadera prueba de la aceptación positiva incondicional del terapeuta se presenta con clientes cuyas conductas y actitudes realmente desafían sus creencias.

Además de las antes mencionadas existen dos cualidades más que no se podrían prescindir:

4. Madurez emocional, el equilibrio emotivo-racional, es la capacidad de participar en la tarea del cambio de otra persona, sin tener la tentación de modelar dicho cambio según la imagen de sí mismo. Es también la capacidad de presentarse, como persona, a las necesidades del individuo con conflictos, comprometido con la búsqueda de sí mismo, ya que presupone un compromiso de la personalidad entera.

5. Comprensión de sí mismo. Este es el resultado de un proceso de crecimiento sociopsicológico, como el tipo de terapia que se esfuerza por servir.

La prioridad concebida a las fuerzas de crecimiento y de recuperación se explica, evidentemente, por el carácter específico de la terapia rogeriana centrada en las posibilidades internas del sujeto. La terapia exige un conjunto de disposiciones y de actividades que se prestan a la observación y a la grabación; estas condiciones engloban generalmente cosas muy diferentes, ya que algunas de ellas son o menos exteriores, claramente definibles y, por lo mismo fáciles de reconocer; otras tienen un carácter más general, más difuso e intangible y también corren el riesgo de silenciarse o ignorarse.

Rogers (1972) dice que estas cualidades son “necesarias y suficientes”: si el terapeuta muestra estas condiciones, el paciente mejorará, incluso si no se usan “técnicas especiales”. Si el terapeuta no muestra estas cualidades, la mejoría será mínima, sin importar la cantidad de técnicas que se utilicen.

2. ÁREAS DE INCIDENCIA DEL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA (E.C.P.)

2.1 Área Social

Los psicólogos sociales están interesados en las influencias del entorno social sobre el individuo y el modo en que éstos actúan en grupo.

La mayoría de los problemas que confunden al ser humano, son problemas sociales. El término social se refiere a la interacción entre individuos y grupos, así como a la influencia de los individuos y grupos. Por lo tanto sea cual sea la dificultad que presente el individuo la raíz es de tipo social (Moscovici, 1986).

Como ejemplos de el tipo de problemas que enfrentan los individuos se podría decir que tal vez hemos solucionado problemas de tipo tecnológico, se producen alimentos, vestido, vivienda pero aún no se ha resuelto el problema de distribución, o sea el llevar estos productos a quien carece de ellos; otro problema social sería el crecimiento demográfico y las consecuencias de este fenómeno como la contaminación y los problemas de salud. Pero tal vez el problema principal del hombre es aprender a vivir consigo mismo pues es el producto de sus relaciones con los demás. De ahí que vivir consigo mismo es un problema social

Mead Hebert es considerado como constructor de la psicología social por el trabajo que desarrolló respecto a la relación entre el individuo y su ambiente, considerándola como una relación dialéctica.

Moscovici (1986), genera una escuela en Chicago que luego se le da el nombre de Interaccionismo Simbólico. Busca un proyecto político de reforma social como respuesta a la crisis de teórica en cuanto a lo social, estudiando una conducta socialmente determinada dio origen a un conductismo que se denominó conductismo

Los primeros consisten en sistemas de representaciones y de actitudes; a ellos se refieren todos los fenómenos familiares de prejuicios sociales o raciales, de estereotipos, de creencias, etc., expresan una representación social que individuos y grupos se forman para actuar y comunicar.

Son estas representaciones las que dan forma a esta realidad mitad física y mitad imaginaria que es la realidad social. Por lo que hace a los fenómenos de comunicación social, estos designan los intercambios de lenguajes lingüísticos entre individuos y grupos. Se trata de medios empleados para transmitir una información determinada e influir sobre los demás.

Sostiene además que la psicología social es la ciencia de los fenómenos de la comunicación y de los fenómenos de la ideología (idem).

Para Lingren (1986) la Psicología Social analiza y explica los fenómenos que son simultáneamente psicológicos y sociales. Este es el caso de las comunicaciones de masas, del lenguaje, de las influencias que ejercemos los uno sobre los otros de las imágenes y signos en general, de las representaciones sociales que compartimos y así sucesivamente.

El autor señala tres tipos de teorías que conviene distinguir:

Las teorías paradigmáticas, cuyo papel esencial consiste en proponer una visión global de las relaciones y comportamientos humanos.

Las teorías fenomenológicas generalmente intentan describir y explicar una familia de fenómenos conocidos y muy conocidos; cada teoría responde a dos preguntas: ¿Cómo? y ¿Por qué? Y al hacerlo todas ellas abrigan la ambición de revelar la causa de un cierto número de efectos.

Las teorías operatorias, tratan de llegar a un mecanismo elemental, desconocido hasta entonces y que explica un conjunto de hechos. También prevén hechos nuevos y sorprendentes.

Por otro lado Salazar (2003) menciona que la Psicología Social se interesa por la descripción de la “conciencia social” (también llamada cultura subjetiva, valores, actitudes, creencias, hábitos, cogniciones, etc.), pero no solo se limita a describir en la mejor forma posible los componentes de esta conciencia social, también se ocupa de estudiar cómo ésta es adquirida; se ocupa básicamente del proceso de socialización, del proceso a través de cual el hombre se convierte en miembro funcionante de su sociedad.

El carácter distintivo de la psicología social es que surge de dos factores fundamentales: a) el interés en el individuo como participante social y b) la importancia que le atribuye a la comprensión de los procesos de influencia social. Sobre la base del proceso de influencia social de fenómenos tales como la conformidad, el liderazgo, el prejuicio, la moral colectiva y el conflicto intergrupal (Rubio, 1998).

Dentro de una sociedad existen roles determinados y estos roles se forman dentro de los grupos. La cohesión grupal, alude al grado en que un grupo resulta atractivo para sus miembros. Esta atracción puede ser concebida como reflejo de la motivación a pertenecer a un grupo, que a su vez puede estar determinada por diversos factores o variables (Reyes, 2000).

Los Roles, son los distintos comportamientos que el individuo muestra en relación con su particular posición social, de manera que existen comportamientos asociados con el rol de madre, de policía, de maestro, de patrón.

En el curso de la vida cotidiana todos debemos desempeñar una multiplicidad de roles; es posible que en solo día nos veamos obligados a adecuarnos a una amplia gama de roles, varios de ellos dentro de la familia.

La Psicología Social basa su entidad en un estilo de análisis, fundamentalmente el psicólogo social centra su interés en aquellos fenómenos basados en la existencia de una continua y mutua influencia y relación entre individuo y sociedad, es decir, la lógica que

guía los fenómenos de que se ocupa y la manera de encararlos teórica y metodológicamente es la interdependencia (Reyes, 2000).

2.2 Área Comunitaria

La intervención comunitaria es uno de los aspectos que mas inquieta a los profesionales de la salud mental, así como a las instituciones que se dedican a promoverla.

La desinstitucionalización, la comunidad terapéutica, el cuestionamiento del tratamiento tradicional de tipo individual y con frecuencia de internado, la necesidad de prevención y de estudios epistemológicos, son algunos de los elementos que constituyen la llamada tercera revolución de la salud mental.

Según (Hobb 1964; citado en Lafarga y Gómez del Campo, 1999), la tercera revolución es el reto del presente. No se liga todavía a ningún nombre en particular, sino a una serie de movimientos que han surgido en diversas partes del mundo y que parecen indicar que el concepto de salud mental de la comunidad finalmente empieza a ser tomado en cuenta en el campo de la salud mental.

De este modo, el campo de la intervención comunitaria, desde el punto de vista de la psicología, se ha expandido para incluir no solo la promoción de la salud mental, sino a todos aquellos programas que contribuyan al desarrollo integral de la persona y de las comunidades en que participa.

Algunos autores estudian el proceso que ocurre en los grupos y señalan diferentes etapas, y se interesan también por el papel del facilitador del grupo en este proceso. Muchos de los conceptos cuya utilidad había sido aprobada en procesos individuales, empezaron a formularse nuevamente dentro del contexto de las experiencias grupos.

Las condiciones facilitadoras del crecimiento individual (empatía, actitud positiva incondicional y congruencia) fueron pronto reconocidas como elementos centrales en la comunicación grupal (Lieberman, Yalom y Miles 1973; citado en Lafarga y Gómez del Campo, 1999).

El aprendizaje en los grupos de encuentro acerca de procesos grupales como la pertenencia, la toma de decisiones, el control y el uso del poder, la influencia social, las conductas de ayuda y el liderazgo, aportó elementos valiosos para los experimentos realizados en lo tocante a la formación de comunidades con límites espacio temporales precisos.

La originalidad del E.C.P radica en la forma en que ha tratado de resolver los problemas que surgen en la formación de una comunidad. El interés de los científicos del comportamiento humano por el estudio del surgimiento y desarrollo de las comunidades temporales se relaciona principalmente con los problemas que plantea el acelerado cambio tecnológico, científico y social que caracteriza al siglo XX (Lafarga y Gómez del Campo, 1999).

Constantemente se enfrenta a situaciones sociales nuevas y cambiantes. La formación de comunidades temporales es un proceso complejo que plantea retos y dificultades importantes. La experiencia con la aplicación del E.C.P. a estas situaciones puede aportar elementos significativos para su estudio

Algunos de los aspectos más importantes son los siguientes:

Estructura de poder: es común que este tipo de grupos se tenga una estructura previamente definida y que la responsabilidad y el poder se concentren en los profesionales del equipo de facilitadores. En el E.C.P. se plantea que el proceso de formación de una comunidad empieza mucho antes de que los participantes se reúnan físicamente en un lugar.

Organización y estructura flexibles: en estos talleres, en mayor o menor grado, es frecuente que el equipo de facilitadores, a lo largo de dos o tres días intensivos de trabajo, se de cuenta de que más importante que la planeación de la experiencia, es la integración del equipo de facilitadores y el proceso que conduce a ella. En otras palabras, el uso del poder en el E.C.P. se define desde estos primeros momentos como poder compartido por el equipo de participantes.

El poder de la persona: el poder de la persona lejos de ser un concepto individualista, es una manera de entender la integración y el equilibrio entre las necesidades individuales y las sociales. El poder de la persona implica también la posibilidad de discernir, el derecho de ser diferente, sin adoptar el papel de víctima o de marginado. Mas aún, el E.C.P. propicia que los disidentes asuman su poder y lo canalicen hacia el desarrollo de individuos y comunidades.

Relaciones interpersonales y patrones de comunicación: el grupo de encuentro tiene una influencia decisiva en el establecimiento de los patrones de relaciones interpersonales. Por lo general el pequeño grupo de encuentro se reúne dos veces al día en sesiones de dos horas aproximadas de duración.

La toma de decisiones: esta es tal vez uno de los procesos grupales donde puede apreciarse más la diferencia entre el E.C.P. y otros estilos de trabajo con grupos de facilitadores. Ellos deciden, por ejemplo, la duración, la fecha y el lugar en donde se llevará a cabo la experiencia, el número de participantes, el costo general estimado, el evento y la cuota promedio por participante, el texto y el diseño del folleto y la secuencia del proceso de selección de los participantes.

Además del área comunitaria otra área en la que se emplea el Enfoque Centrado en la Persona es la organizacional, la cual se explica a continuación.

2.3 Área Organizacional

El origen del desarrollo del potencial humano se encuentra en la tercera fuerza psicológica, es decir en la psicología humanística, de raíces humanistas liderada en un principio por Abraham Maslow, quien contribuyó, junto con psicólogos importantes como Carl Rogers, Fritz Perls y otros, al desarrollo de esta nueva visión psicológica del ser humano (Fontrodona, 2000).

Silo (1996) refiere que la psicología industrial y organizacional es una disciplina científica social cuyo objeto de estudio es el comportamiento humano en el ámbito de las organizaciones empresariales y sociales. Por psicología industrial y organizacional debe comprenderse la aplicación de los conocimientos y prácticas psicológicas al terreno organizacional para entender científicamente el comportamiento del hombre que trabaja, así como para utilizar el potencial humano con mayor eficiencia y eficacia en armonía con una filosofía de promoción humana.

La psicología industrial y organizacional pretende, al encontrar respuestas a los numerosos y complicados problemas generados en el ambiente laboral, activar el potencial de realización del factor humano, propiciar el bienestar y satisfacción de los trabajadores, así como contribuir al desarrollo de las organizaciones (Silo, 1996).

Por su parte Sotillo (2000), indica que algunos temas importantes de estudio de la psicología industrial y organizacional, son los siguientes: Análisis y evaluación de puestos de trabajo, selección de personal, evaluación del desempeño, entrenamiento y capacitación, satisfacción en el trabajo, clima organizacional, liderazgo y supervisión, comunicaciones, psicología de ingeniería y otros.

Puede apreciarse que casi todos estos temas de estudio también son estudiados y aplicados por las relaciones industriales, de manera que ahí tenemos un cuerpo de conocimientos entre cruzados que son explotados por profesionales de estas dos disciplinas.

Otra disciplina cuyo campo de estudio se entrecruza significativamente y se va integrando con la psicología industrial y organizacional es el comportamiento organizacional. Son temas de estudio de esta disciplina los siguientes: La personalidad, la percepción, el aprendizaje, las actitudes y valores, la motivación, la toma de decisiones, el desarrollo de carrera, las comunicaciones, el comportamiento grupal, el liderazgo, el poder y la política, los conflictos y la negociación, la cultura organizacional, el estrés laboral, el cambio y el desarrollo organizacional y otros.

Es importante apuntar que el comportamiento organizacional se plantea el estudio de sus temas de interés en cuatro niveles: El individual, el grupal, el organizacional y las relaciones entre empresa y entorno (Sotillo, 2000).

La psicología industrial y organizacional, el comportamiento organizacional y las relaciones industriales no tienen todavía en nuestro medio el nivel de desarrollo profesional que tienen otras especialidades profesionales por limitaciones en la formación, la investigación y la aplicación, pero es obvio que existe un camino recorrido por profesionales destacados con trabajos importantes que es necesario reconocer y alentar. En todo caso, es recién en los últimos años que se ha avanzado de temas tradicionales hacia temas más novedosos sustentados en una concepción del trabajador que es valorado como potencial humano en las organizaciones (ídem).

Por otro lado Fontrodona (2000) menciona que las empresas viven en un entorno caracterizado por constantes, acelerados y complejos cambios de orden económico, tecnológico, político, social y cultural, los mismos que tornan obsoletas las respuestas del pasado frente a los problemas actuales vinculados a la gestión de personal.

El trabajador forma parte del sistema empresarial y resulta susceptible a los cambios que en éste se generan. Sin embargo, el potencial de desarrollo que el trabajador tiene en sí muchas veces no se actualiza por falta de oportunidades que no son sino consecuencia de una concepción tradicionalista en la gestión de personal.

La nueva concepción en la administración del potencial humano se funda en las siguientes ideas:

1°. El reconocimiento de que el trabajador posee potencialidades internas que necesitan desarrollarse; 2°. La valoración de que el trabajador es el factor más importante para impulsar el desarrollo empresarial; y 3°. La comprensión de que el sistema empresarial influye sobre el trabajador y viceversa, por lo que el desarrollo de éste necesariamente se encuentra ligado al desarrollo de aquél.

Es decir, todo lo anterior es en relación con los empleados que desarrollan su trabajo dentro de las empresas y que es importante destacar todas sus cualidades así como impulsarlas para que tanto el trabajador como las organizaciones tengan un mejor desarrollo, ya que indudablemente uno influye en otro.

Estas nuevas ideas han encontrado su germen y desarrollo en la administración, la psicología, las relaciones industriales, el trabajo social y otras disciplinas científicas sociales, además de haber germinado en la misma gestión de personal en las organizaciones empresariales. Este nuevo enfoque aplicable a la administración de personal se caracteriza por los siguientes paradigmas:

1°. Sistémico; 2°. Multidisciplinario; 3°. Contingencial o situacional; 4°. Productividad; y 5°. Potencial humano. Todos estos importantes paradigmas se encuentran interrelacionados y originan en su dinámica la gestión del potencial humano encaminada hacia la excelencia administrativa.

Los fundamentos de la psicología humanística, dentro de las organizaciones son los siguientes:

1°. Autonomía e interdependencia social.

La autonomía tiene el significado de que la persona humana tiene una tendencia muy marcada a dominarse a sí misma y al medio ambiente para poder independizarse de sus controles externos. Es de esta autonomía que se deriva la responsabilidad social que cada persona tiene frente a sí misma y a la comunidad en la cual vive. La autonomía lo es en la medida que el ser humano vive inmerso en sistemas sociales que necesariamente significan interrelación social.

2°. Autorrealización.

Además de las necesidades de déficit necesidades fisiológicas, de seguridad, sociales y de estimación se encuentran presentes en el ser humano las necesidades de crecimiento, autoactualización o autorrealización. Esta necesidad de autorrealización es una tendencia en el hombre dirigida al objetivo de la conservación y desarrollo personal y a la independencia con respecto a controles externos. Esta autorrealización es concebida por algunos autores como objetivo de vida en tanto que otros acentúan su carácter de proceso.

3°. Tendencia hacia un sentido y una meta.

La vida humana se encuentra orientada hacia la realización de objetivos que la propia persona elige porque aspira a una vida plena y llena de significado por sus valores internalizados de su mundo cultural. Valores como libertad, justicia, dignidad, verdad, bondad, belleza y otros ofrecen un horizonte de futuro a la persona. Encontrar un sentido a la propia existencia es importante para el crecimiento y desarrollo humanos.

4°. Totalidad u holismo.

La persona humana es una totalidad o integridad con dimensiones biológicas, psíquicas, sociales, culturales y espirituales. El ser humano constituye una unidad en interrelación con su medio ambiente que tiene pleno sentido existencial.

Es esta psicología humanística la que le confiere un sólido soporte conceptual a la administración y desarrollo del potencial humano, y que por cierto se halla también presente en la psicología industrial y organizacional, la psicología de la seguridad y la psicología preventiva.

La psicología industrial y organizacional es una disciplina científica social cuyo objeto de estudio es el comportamiento humano en el ámbito de las organizaciones empresariales y sociales. Por psicología industrial y organizacional debe comprenderse la aplicación de los conocimientos y prácticas psicológicas al terreno organizacional para entender científicamente el comportamiento del hombre que trabaja, así como para utilizar el potencial humano con mayor eficiencia y eficacia en armonía con una filosofía de promoción humana (ídem).

La psicología industrial y organizacional pretende, al encontrar respuestas a los numerosos y complicados problemas generados en el ambiente laboral, activar el potencial de realización del factor humano, propiciar el bienestar y satisfacción de los trabajadores, así como contribuir al desarrollo de las organizaciones.

Temas importantes de estudio de la psicología industrial y organizacional, son los siguientes:

Análisis y evaluación de puestos de trabajo, selección de personal, evaluación del desempeño, entrenamiento y capacitación, satisfacción en el trabajo, clima organizacional, liderazgo y supervisión, comunicaciones, psicología de ingeniería y otros. Puede apreciarse que casi todos estos temas de estudio también son estudiados y aplicados por las relaciones industriales, de manera que ahí tenemos un cuerpo de conocimientos entrecruzados que son explotados por profesionales de estas dos disciplinas.

Otra disciplina cuyo campo de estudio se entrecruza significativamente y se va integrando con la psicología industrial y organizacional es el comportamiento organizacional, el cual va de la mano con la psicología humanista; son temas de estudio de esta disciplina los

siguientes: La personalidad, la percepción, el aprendizaje, las actitudes y valores, la motivación, la toma de decisiones, el desarrollo de carrera, las comunicaciones, el comportamiento grupal, el liderazgo, el poder y la política, los conflictos y la negociación, la cultura organizacional, el estrés laboral, el cambio y el desarrollo organizacional y otros.

Es importante apuntar que el comportamiento organizacional se plantea el estudio de sus temas de interés en cuatro niveles: El individual, el grupal, el organizacional y las relaciones entre empresa y entorno.

La psicología industrial y organizacional, el comportamiento organizacional y las relaciones industriales no tienen todavía en nuestro medio el nivel de desarrollo profesional que tienen otras especialidades profesionales por limitaciones en la formación, la investigación y la aplicación, pero es obvio que existe un camino recorrido por profesionales destacados con trabajos importantes que es necesario reconocer y alentar.

En todo caso, es recién en los últimos años que se ha avanzado de temas tradicionales hacia temas más novedosos sustentados en una concepción del trabajador que es valorado como potencial humano en las organizaciones (Fontrodona, 2000).

2.4 Área Educativa

Martínez (2004), indica que son numerosos los profesores que sostienen que el objetivo principal es el de enseñar a los estudiantes a pensar. Sin embargo la psicología del pensamiento no nos da sino ideas vagas sobre su naturaleza.

A esto debemos añadir algo que es mucho más grave: el contenido con que se alimenta el pensamiento y la reflexión de nuestros estudiantes, ya sea en la educación media como en la superior, es muy frecuente, algo exterior a sus vidas o con poco o ningún significado personal para ellos.

Muchos docentes de su asignatura algo casi imposible de comprender; aunque la mayoría de las disciplinas tienen grandes cantidades de conocimientos que se expresan tanto analítica como sintéticamente, es decir tanto racional y secuencialmente como gráfica y estereognóticamente, siendo casi siempre una forma mejor que la otra.

Tradicionalmente se había creído que el sistema cognitivo humano y el afectivo eran dos distintos sistemas e independientes; que uno podía dejar sus sentimientos, preocupaciones y problemas personales en la casa y dedicarse de lleno a su trabajo o tarea intelectual.

La educación humanista tiene una trayectoria muy larga en la historia. La filosofía griega y su cultura en general, dieron una importancia singular al estudio y desarrollo del hombre: el ser humano era el centro de todo.

La educación humanista actual es muy rica de contenido. Casi todos los psicólogos humanistas hacen una continua referencia hacia ella (Martínez, 2004).

La educación escolar tradicional ha sido básicamente cognoscitiva. La educación humanista tiende a involucrar toda la persona y no solamente su mente. Trata de integrar las destrezas intelectuales con todos los otros aprendizajes que son necesarios en la vida para lograr ser una persona autorrealizada: habilidades relacionadas con los sentimientos, valores, intereses, creencias, elección, capacidad imaginativa y creadora, conductas.

La educación no es solo para poder sobrevivir y menos para aumentar los ingresos y el poder sobre los demás, sino para enriquecer la propia vida y crecimiento personales. Los psicólogos humanistas ven la motivación humana en un sentido más amplio, que incluye un desarrollo personal más allá de los niveles básicos. Ven las metas humanas como algo más que la ausencia de miedo, dolor, ansiedad, y otros sentimientos indeseables. Con la educación para ayudar a alejar estos sentimientos tratan de crear unos aspectos más positivos de humanidad (Lafarga y Gómez del Campo, 1991).

La educación humanista enfatiza de manera particular el cultivo de cualidades tan profundamente humanas como la conciencia, la libertad y la elección, la creatividad, la valoración y la autorrealización en cuanto opuestas a pensar sobre los seres humanos en términos mecanicistas y reduccionistas.

Maslow (1971), recalca que cada uno de nosotros posee una naturaleza interior, esencial de tipo instintivo, intrínseca, dada, natural, es decir, con un grado de determinación hereditaria apreciable y que tiende fuertemente a persistir.

La misión de todo educador es según Maslow (1979), es ayudar a la persona a descubrir esta naturaleza intrínseca, este yo lo que esta ya dentro de ella, mas que reforzarla o modelarla o enseñarle algo introduciéndola en un molde prefabricado, que algún creó para ella.

La importancia del dominio emocional o afectivo constituye una de las mayores características de los educadores humanistas, ya que se consideraron las emociones como algo que interfiera con el proceso cognitivo; los educadores humanistas enfatizan, mas bien, los beneficios que trae la educación de las emociones.

Conviene destacar que los procesos creativos, como el pensamiento original y productivo, no son acciones aisladas en las personas, sino que impregnan toda la personalidad; es decir, no es algo que se toma o se deja, se entrena o se adquiere en un momento, como en un taller de creatividad.

Cuando el facilitador es una persona autentica que se comporta como lo que es, que puede relacionarse con el estudiante sin presentarle una mascara o fachada, es mucho más probable que sea efectivo. Esto quiere decir que los sentimientos que experimenta son accesibles a él, puede hacerlos concientes, puede vivirlos, ser ellos y comunicarlos si es adecuado hacerlo (Lafarga y Gómez del Campo, 1991).

Rogers (1972), menciona que para mucha gente, enseñar consiste en mantener el orden en la clase, comunicar hechos, por lo común mediante disertaciones y textos, efectuar exámenes y adjudicar puntos, etc.; sin embargo lo mas importante de la educación no es el enseñar sino aprender, por lo que Rogers indica que si el fin de la enseñanza es promover el aprendizaje, lo que hay que averiguar es que queremos significar con eso, por lo que señala dos clases de aprendizaje.

En un extremo de la escala se halla el tipo de tarea que a veces los psicólogos preparan para realizar estudios: aprender silabas sin sentido, memorizar cosas, etc., pero como esas silabas no significan nada, no son fáciles de aprender y no es raro que se olviden pronto.

Con frecuencia nos se toma en cuenta que gran parte del material que se les presenta en clase a los alumnos tiene para ellos el mismo carácter abstruso y vacío que una lista de silabas sin sentido tiene para nosotros. Eso sucede especialmente con el niño desfavorecido, cuya base no provee contexto alguno para el material que se le ofrece. En tal aprendizaje solo interviene la mente, o sea que se verifica del cuello para arriba, sin participación de las emociones ni de las significaciones personales, de suerte que no reviste importancia para la persona total.

En contraste con éste, existe algo así como un aprendizaje sugerente, significativo, experimental. Por ejemplo, cuando el bebé toca el radiador de la calefacción aprende por si mismo el significado de la palabra caliente, aprende a tener precaución en adelante con todos los radiadores parecidos y esos conocimientos los adquiere de un modo significativo y que lo involucra, por lo cual no podrá olvidarlos con rapidez (Rogers, 1972).

Por otra parte algunos de los profesores creen que el tipo de aprendizaje individualizado es impracticable, pues demandaría un número mayor de profesores o maestros. Nada más lejos de la realidad. Para empezar cuando los niños están deseosos de aprender, siguen sus propios caminos y realizan una gran cantidad de estudios independientes, por su cuenta.

Convertirse en facilitador del aprendizaje, más bien que en un profesor, es un asunto peligroso. Implícita incertidumbres, dificultades, y retrocesos y también una aventura humana entusiasmante cuando los alumnos comienzan a mostrar sus frutos.

El maestro interesado en facilitar el aprendizaje y no en la función de enseñanza organiza su tiempo y sus esfuerzos de manera muy diferente del maestro convencional.

En vez de dedicar una enorme cantidad de tiempo en elaborar planes de clase y exposiciones, se concentra en proporcionar toda clase de recursos para que el aprendizaje sea vivencial y adecuado a las necesidades de los estudiantes.

Rogers (1972) indica que cuando se habla de recursos no solo se trata de los tradicionales, libros artículos, salón de estudio, laboratorio y equipo, etc., sino en recurso humanos: personas que podrían contribuir al conocimiento del estudiante; frecuentemente hay gente ajena a la escuela que podrían ser útil para aclarar ciertos problemas que preocupan a los estudiantes

Las principales características de la enseñanza convencional, tal como la hemos conocido desde hace mucho tiempo son las siguientes:

El profesor es el dueño del conocimiento y el estudiante el receptor del mismo; es profesor es el experto que conoce la materia y el estudiante permanece sentado a la espera de sus sabias palabras.

La clase magistral, el libro de texto, o algún otro medio de instrucción intelectual verbal, son los principales métodos empleados para introducir conocimientos en el receptor. El examen verifica en que medida los ha recibido el alumno. Estos son los elementos centrales de este tipo de enseñanza.

El docente es el que ejerce la autoridad y el estudiante es el que obedece. El funcionario administrativo también tiene autoridad, y en este caso el profesor como el alumno son los que obedecen.

La regla impuesta por la autoridad es la política aceptada en el aula. A los maestros principiantes de la escuela se les aconseja asegurarse de controlar a los alumnos desde el primer día

La confianza es mínima. La más notable es la desconfianza del docente hacia el estudiante. No se puede esperar que el alumno estudie y se desenvuelva satisfactoriamente sin la constante supervisión el profesor

Se puede gobernar mejor a los sujetos si se les mantiene en un estado intermitente o constante de miedo; hoy en día los castigos corporales no son tan frecuentes en las escuelas, pero las críticas en público, el ridículo y el constante temor parece incrementarse a medida que se asciende en la escala educativa, porque el estudiante tiene cada vez mas que aprender

La democracia y sus valores se ignoran y desprecian en la práctica. Los estudiantes no participan en la elección de los objetivos del curso, del programa de estudios o del sistema de trabajo. Todas estas cosas se les son impuestas.

En el sistema educativo no tiene cabida la persona en su totalidad sino tan solo en su intelecto. La curiosidad del estudiante así como su excesiva energía física son reprimidas y en lo posible sofocadas.

Por su parte el Enfoque Centrado en la Persona se ubica en el extremo opuesto de la escala. Es radicalmente distinto en su filosofía, métodos y política. En nuestra cultura educativa actual, para que exista debe darse una condición previa, si esa condición previa se da, entonces los demás aspectos enumerados se pueden aplicar y observar en todos los niveles de enseñanza desde el jardín de infancia hasta la universidad (Rogers, 1972).

Las principales características de la enseñanza dirigida en el Enfoque Centrado en la Persona son las siguientes:

El docente facilitador comparte con otros, con los estudiantes y quizá con los padres o los miembros de la comunidad, la responsabilidad del proceso de aprendizaje. La planificación de programas de estudios, el sistema de administración y funcionamiento, la obtención de los fondos, etc.

El facilitador suministra recursos para el aprendizaje procedente de él mismo y de su experiencia, de libros, o de materiales, o de experiencias de la comunidad. Alienta a los alumnos a agregar recursos que conozcan o hayan experimentado.

El estudiante desarrolla su propio programa de aprendizaje, solo o en colaboración con otros. Explora sus propios intereses

Se crea un clima facilitador del aprendizaje. En las reuniones de la clase o de toda la escuela prevalece una atmósfera de autenticidad aprecio y comprensión. Este clima puede surgir de la persona percibida como conductora de grupo

Se propicia el avance del proceso aprendizaje. El contenido del aprendizaje si bien es importante, ocupa un segundo lugar. Por lo tanto, un curso tiene un final satisfactorio no cuando el alumno aprendió lo que necesita saber sino cuando realiza un progreso significativo de cómo aprender lo que desea saber

La disciplina necesaria para alcanzar las metas del estudiante es a auto impuesta y el alumno reconoce y acepta que es responsabilidad suya el observarla.

La evaluación del grado y la significación del aprendizaje del estudiante es efectuada primordialmente por el propio alumno aunque esta auto evaluación puede verse influida y enriquecida por las observaciones fraternas de otros miembros del grupo.

En este clima favorable al progreso, el aprendizaje tiende a ser mas profundo , a adquirirse a mayor velocidad y a tener una mayor influencia sobre la vida y la conducta del estudiante que el aprendizaje adquirido en las clases tradicionales

Con todo lo anterior puede observarse que hay una gran diferencia entre la enseñanza tradicional convencional y la el aprendizaje centrado en la persona y Rogers (1975) menciona que vemos arraigarse el enfoque centrado en la persona en escuelas alternativas, en universidades abiertas y en ciertas situaciones especializadas, como la capacitación medica, antes de que podamos observar sus efectos en nuestros principales centros de formación de profesorado. Pero el desafío y la posibilidad quedan en pie.

Sin duda se pueden dar ciertos pasos en el campo de la formación de profesores similares a los que están comenzando a ejercer una verdadera influencia en la capacitación médica o en otra área como la practica terapéutica que a continuación se explicara.

2.5 Practica Terapéutica

El ambiente de la terapia Rogeriana esta formado por la relación existente entre el terapeuta y el cliente. El terapeuta debe mostrarse respetuoso, comprensivo y tolerante con el cliente y si él experimenta que es objeto de tales actitudes, entonces se puede predecir el cambio que sufrirá en su personalidad y en su conducta. La reintegración o la restauración de la personalidad ocurren siempre en presencia de determinadas condiciones definibles (Campos, 1982)

Dentro de la práctica terapéutica Rogers (1986) indica que hay cualidades universalmente superiores, es decir primordiales ante todas las situaciones; sin embargo a saber si se requiere de un tipo particular de personalidad para plantear claramente un problema de valores, estas destrezas básicas de un terapeuta podrían ser:

1. Contar con una empatía precisa; en otras palabras podría ser una cierta conexión entre el facilitador y el cliente o aceptación dentro de la terapia

2. Establecer confianza y armonía; es decir que el cliente se sienta en un ambiente agradable para poder expresarse de una mejor manera
3. Ser autentico dentro de la comunicación con el cliente; o sea, no adoptar ninguna clase de pose frente al cliente, sino ser realmente lo que se pretende ser, un facilitador para el otro
4. Respeto, considerando al cliente como único y auto-determinado; aceptarlo y no juzgar sus actitudes o decisiones tomadas
5. Ser concreto en las repuestas que se le darán al cliente; ser claro en lo que se le informa al cliente; sin embargo esto no quiere decir ser breves, sino explicar ampliamente lo que se quiere decir
6. Confrontar al cliente con lo que dice; es decir enfrentar al cliente con el mismo sobre lo que el va diciendo para que el mismo se explique y se entienda a el mismo

Todo lo anterior quiere decir que el terapeuta debe de saber comunicar sus actitudes de un modo indirecto, unido a lo que expresa al responder a las palabras del cliente. Dicho de otro modo, sus actitudes deben impregnar la estructura y el contenido de todas sus respuestas sin estar, sin embargo, formuladas en ninguna.

Una de las actividades de los terapeutas Rogerianos en el momento de dar la terapia es el reconocimiento y aclaración de los sentimientos asociados con las afirmaciones del cliente, la respuesta característica de este enfoque se indica con el nombre de “reflejo” (espejear al otro).

Reflejar consiste en resumir, interpreta o acentuar la comunicación, manifiesta o implícita por el cliente, la finalidad de este tipo de respuesta es satisfacer las condiciones necesarias y suficientes de la terapia, además de que facilita a la toma de conciencia autónoma de la experiencia vivida por el cliente ya que los problemas psicológicos que enfrenta el cliente se deben en gran medida a una simbolización o representación defectuoso de lo que realmente siente (Rogers, 1986).

El valor de la respuesta-reflejo se trata de únicamente de reflejar, de ninguna otra manera de valorar o de deformar sutilmente la comunicación del cliente; es así como la respuesta-reflejo puede presentar tres diferentes modalidades esto en medida en que da luz al cliente sin instruirlo, solo afinando su pensamiento.

La reiteración (reflejo simple) es la forma elemental solo se dirige al contenido, es generalmente breve y consiste en resumir la comunicación del cliente al poner en manifiesto un elemento importante o reproducir las últimas palabras para facilitar la continuación del relato.

Este reflejo se emplea cuando la actividad del cliente es descriptiva, es decir, cuando le falta sustancia emocional o cuando el sentimiento está amalgamado.

Este tipo de reflejo prepara el terreno para una toma de conciencia cada vez mayor al cliente, además de establecer un clima de seguridad que favorecerá la disminución de las barreras defensivas del “yo”; creando un orden que suele afectar al cliente ya que proporciona una explicación cuando el terapeuta se limita a puntuar lo dicho por el terapeuta (Rogers y Kinget, 1967I).

2. El reflejo del sentimiento tiene un carácter más dinámico ya que trata de estabilizar y de precisar sentimiento o actitudes que le afectan al cliente, favoreciendo así a la evolución de la diferenciación o de la corrección. Implica también una mayor empatía entre terapeuta-cliente (Rogers y Kinget, 1967).

3. La elucidación pone de manifiesto sentimientos y actitudes que no se derivan directamente de las palabras del cliente sino que puede deducirse razonablemente de la comunicación o de su contexto, en este reflejo el terapeuta construye una hipótesis de lo que pasará (deduce), ya que el cliente aún no dispone de ciertos elementos (Rogers y Kinget, 1967).

Es típico que no se empleen ni expresiones tranquilizadoras ni interpretaciones en la terapia centrada en el cliente ya que se supone que el reconocimiento del sentimiento y la aceptación acompañante son, en sí mismas, tranquilizadoras.

Además se transmite tranquilidad mediante el tono de voz, elección de voz, expresión facial, y actitud general del terapeuta. La idea es colocar la responsabilidad del progreso terapéutico sobre los hombros del cliente más que sobre los del terapeuta (Phares, 1999).

Dentro de la terapia no directiva Campos (1982) menciona que Rogers utiliza la palabra cliente en lugar de paciente ya que cliente significa una persona a la que hay que atender, que respetar y a la que hay que aceptar tal como es, con sus virtudes y sus defectos, si deseamos que se encuentre a gusto y permanezca con nosotros.

Además de ser parte primordial dentro de la terapia Rogeriana ya que en las terapias tradicionales aunque el cliente es el centro, ya que es beneficiario de la terapia, a este se le asigna un papel pasivo; recibe consejos, interpretaciones, diagnósticos, etc. en la psicoterapia Rogeriana el cliente es el centro de todos los sentidos, es decir es al mismo tiempo el objeto y el agente.

El fundamento de la terapia no directiva radica en la capacidad que tiene el cliente para llevar a cabo su propia curación, pues tiene una tendencia básica que le impulsa a desarrollarse.

El terapeuta confiado en esa capacidad, deja total libertad a su cliente para que vaya efectuando la penosa labor de examinar en sí mismo tanto las cosas agradables como las desagradables, labor muy ingrata para todos, pero fundamentalmente para el que la vive en su propia carne, la curación depende, pues, del cliente más que del terapeuta.

La forma que tiene el terapeuta rogeriano de dirigir su terapia difiere en gran medida del modo en que se dirigen las demás terapias. Se diferencia de ellas en la entrevista inicial, en la estructuración de la relación, y en general, en el modo de comportarse en ella tanto el terapeuta como el cliente.

Tanto en medicina como en psicoterapia, un paso previo al tratamiento es una entrevista con el paciente para estudiar su caso y efectuar un diagnóstico en el que habrá de basarse el tratamiento posterior. En la terapia no directiva también se celebra una entrevista con el cliente, previa al tratamiento, pero esta entrevista reúne unas características completamente distintas a las del diagnóstico habitual.

En esta entrevista no se utiliza tests mentales ni proyectivos, ni se hace una historia detallada del caso. Como las técnicas que se utilizan en la entrevista preliminar son distintas a las del tratamiento psicológico, deben ser distintas personas las que las efectúen, con el fin de no confundir y desorientar al cliente, pues en el caso de que las realice la misma persona habría de cambiar por completo su comportamiento (Campos, 1982).

Por otro lado nos habla de igual manera del proceso de la terapia, y lo define como el conjunto de etapas por las que tiene que pasar el cliente para conseguir la reintegración de su personalidad. Este proceso es uno y es múltiple; es uno porque todos los individuos pasan por unas etapas que son fundamentalmente las mismas.

Rogers consideraba que el carácter ordenado y previsible de la psicoterapia no directiva es una de las notas más distintivas y significativas que la diferencian de otros métodos; y es múltiple porque dentro del proceso general, igual para todos, cada individuo tiene sus propias peculiaridades que hacen que su proceso sea distinto a todos los demás.

Dentro de la terapia no es sólo el cliente el que va cambiando de manera progresiva mediante la interacción con el terapeuta, sino que también éste va madurando, puesto que no está en la perfección ni lo estará nunca, sino que ha de ir día a día luchando por acercarse a ella.

Una diferencia muy importante que hay que mencionar es que dentro de la terapia rogeriana y las demás terapias radica en la experiencia de responsabilidad que tienen los clientes. El cliente al llegar a la terapia, cualquiera que esta sea, intenta depositar toda la responsabilidad del proceso en el terapeuta ya que lo considera preparado para este menester. Habitualmente los terapeutas aceptan muy gustosos esta responsabilidad, sin embargo el no directivo rechaza esa dirección porque considera que le corresponde al cliente y no a él.

El cliente se da cuenta desde el comienzo de la terapia de que progresa, de que su conducta cambia en sentido constructivo. También descubre pronto que algunas de sus experiencias negadas son aceptadas en la conciencia sin que le causen gran dolor, ni ansiedad, lo que le da ánimos para seguir adelante.

Por ultimo el cliente no ve siempre de forma clara el final de la terapia, muchas veces experimenta un sentido vago de que debe finalizarla, de que debe dar el paso, difícil de desprenderse de ese ambiente acogedor que es la terapia y sentirse libre de nuevo. Cuando el cliente esta indeciso si continua en la terapia o abandonarla, el terapeuta debe de mantenerse también al margen y dejar que se él el que decida lo que es mas oportuno, ofreciéndole siempre la posibilidad de volver cuando lo desee (Campos, 1982).

3. ADOLESCENCIA

3.1 Definición De Adolescencia

La adolescencia es un proceso en donde se experimentan toda una serie de emociones y sentimientos, así como una serie de cambios biológicos para pasar de la infancia a la adultez. El termino adolescencia se deriva del verbo latino *adolescere*, que significa “crecer” o “crecer hacia la madurez”. Como promedio, la adolescencia comprende de los 13 a los 18 años en las mujeres y de los 14 a los 18 en los varones (Aberasturi, 1974).

Selser (2000) menciona que la adolescencia es el ciclo en la vida del Hombre que continua a la pubescencia y la pubertad. Se inicia entre los 12 o 14 años y culmina con la madurez, (18 a 20 años). No solo es la fase de mayores cambios psicológicos, sino que también esta lleno de cambios físicos. En esta etapa se toman grandes decisiones que marcarán a los jóvenes para siempre. Es el momento de poner a prueba todas las enseñanzas de los padres, puesto que es la época de cuestionamientos.

Precisamente por las enseñanzas recibidas estamos en condiciones de ejercer con plenitud todas nuestras libertades interiores y decidir progresivamente en la formación de nuestra personalidad.

Por otro lado López (1995) dice que es una etapa de transición ya que es la línea divisoria entre la seguridad de la niñez y el mundo desconocido del adulto, en cierto sentido, la adolescencia ha venido a ser una etapa del desarrollo humano con naturaleza propia, distinta de las demás, un periodo de transición entre la niñez y adultez, sin embargo, si solo se define como la terminación de la niñez por un lado y el principio de la edad adulta por otro, el concepto adolescencia y para el adolescente mismo.

El término adolescente se usa generalmente para referirse a una persona que se encuentra entre los 13 y 19 años de edad, periodo típico entre la niñez y la adultez. Este periodo empieza con los cambios fisiológicos de la pubertad y termina cuando se llega al pleno status sociológico del adulto.

Sin embargo al igual que sucede con todas las etapas del desarrollo, estos puntos extremos no están muy bien definidos, por ejemplo, la fisiología de la pubertad es un conjunto muy complejo de fenómenos, que incluye un rápido crecimiento del cuerpo, la osificación de los huesos, cambios hormonales, y la aparición repentina de las características primarias y secundarias del sexo, al igual que las reacciones psicológicas a estos cambios. No todos estos cambios fisiológicos tienen una elevada correlación, ni las reacciones psicológicas de ellas son idénticas o igualmente intensas en todos los individuos.

Engelmayer (1970) distingue dos aspectos íntimamente relacionados que se dan en la formación y maduración de la persona durante la adolescencia:

- La persona se reconoce como un sujeto con deberes y derechos es decir es aquí donde los adolescentes se dan cuenta que son personas, las cuales pueden tomar sus propias decisiones, tomando en cuenta que tienen ciertas responsabilidades, como pueden ser sus estudios principalmente, además de tener privilegios ya sea dentro de su hogar o en la misma sociedad.

- La persona es consciente de pertenecer a una comunidad a la que aporta realidad individual y donde comparte valores y proyectos con quienes la integran. Psicológicamente el adolescente "siente que debe independizarse" aunque persiste la unión física con vecinos, padres, hijos, hermanos, y amigos.

Estos gérmenes de separación lo llevan a adoptar decisiones y a tener comportamientos nuevos, a asumir responsabilidades ante sí mismo, afrontar el esfuerzo que le exige el estudio y comprenderán la realidad económica de su familia.

En cuanto a la inserción social, Salazar (2003) dice que el factor pertenencia debe acompañar a la formación de la personalidad, así lo destacan psicólogos y sociólogos, al destacar la importancia de las ideas y conductas de quienes forman el entorno del adolescente. Y subrayan de modo particular la influencia de los modelos proporcionados por la comunidad, que brindan al joven marcos de referencia y orientación, es decir modelos validos.

Pero la sociedad moderna, sus problemas e inestabilidad, hacen que la escala de valores de muchos sectores sociales a menudo coloquen a los adolescentes frente a caminos de rumbos dudosos, la delincuencia, los vicios, malas compañías, etc.

Dada esta falta de ideas claras, el adolescente no puede reconocer los límites entre lo bueno y lo malo. Por efecto muchas veces el joven es blanco de críticas.

El papel de la educación es muy importante, en muchas ocasiones los mismos profesores de algún modo actúan como detectores de los conflictos psicológicos y sociales en los que se pueda encontrar el adolescente. Si bien el joven acude a la escuela con deseos de progreso intelectual, muchas veces llega con la carga de problemas familiares que lo preocupan y lo agobian.

De allí la responsabilidad de la escuela de proponer valores y formar a los adolescentes para una adecuada inserción social. La adolescencia es una etapa crítica de la vida caracterizada por profundas transiciones en la conducta emocional, intelectual, sexual y social de los seres humanos.

Tanto el mundo exterior y la sociedad que los rodea, ambos también en estado de transición, aportan factores que influyen en el proceso de transformación de la personalidad de los adolescentes (Papalia, 1997).

Notamos que en dicha transformación se distinguen dos elementos, uno positivo: la fuerza ascendente de la personalidad que se acentúa, así como de la vitalidad que se abre paso, y uno negativo: la falta de experiencia sobre la realidad. De una realidad familiar y social que se ven alteradas por profundos cambios producidos casi de un día para otro.

Como consecuencia de este aspecto negativo, el período de la adolescencia se desarrolla en un marco de inseguridades, pérdidas, duelos, angustias y temores que condicionan el comportamiento individual y social de los jóvenes.

3.2 Desarrollo Físico Y Biológico

El tema central de la adolescencia es el de la identidad, el llegar a saber quien es uno mismo, cuales son sus creencias y sus valores, que quiere realizar en la vida y obtener de ella. El adolescente además debe habituarse a un cuerpo renovado, con nuevas capacidades para la sensación y la acción, alterando la imagen de uno mismo en consonancia con ello. Para muchos de ellos el mundo se libidiniza, se sexualiza, hasta el punto que los hechos más inocuos pueden adquirir cierto erotismo (Aranda, 1999).

Stone y Church (1973) señalan que existe una gran diferencia entre el desarrollo físico y los cambios psicológicos que pueda sufrir el adolescente, por eso debemos aclarar algunos términos antes de empezar a hablar de los cambios físicos:

Pubescencia: es el periodo aproximadamente de 1 año que acontece a la pubertad, el término se refiere también a cambios físicos que tienen lugar en este periodo y que culminan en la pubertad. El comienzo de la pubescencia se caracteriza por una aceleración en el ritmo de crecimiento físico y por el término de latencia de crecimiento. Junto a este proceso de aceleración se producen cambios en las proporciones faciales y corporales, la maduración de los caracteres sexuales primarios y secundarios.

Pubertad: momento en la vida, en el que comienza a manifestarse la madurez sexual, en las niñas con la aparición del primer ciclo menstrual o menarquia y en los varones por diversos signos, quizás el más confiable sea la presencia de espermatozoides en la orina. La pubertad no tiene límites claros, ni en varones, ni en mujeres. Al principio la menstruación es escasa e irregular y a veces pasan meses entre un flujo y otro. Es posible que los varones no puedan todavía eyacular, aunque hayan descubierto que la proximidad femenina es un fuerte estímulo para la erección.

López (1995) menciona que generalmente se establece como edad de la pubertad los 12 años para las mujeres y los 14 años para los varones. Pero son muy amplias las diferencias individuales entre los diferentes grupos, debidas posiblemente a la alimentación, el estado de salud, la exposición al estímulo sexual, y muchos otros factores desconocidos. Pero se tiende a decir que los varones llegan 2 años después que las mujeres a la pubertad.

Adolescencia: Aplicado al desarrollo físico se refiere al periodo que comienza con el rápido crecimiento de la pubertad y termina cuando alcanza la plena madurez física. Esta definición es ambigua pues no se sabe con exactitud lo que es "la plena madurez física".

Álvarez (1996) explica que la adolescencia es un periodo de cambio continuo y será necesario distinguirla en: "primera fase: es el periodo que va desde la pubescencia hasta alrededor de un año después de la pubertad, momento en el que las nuevas pautas fisiológicas ya han estabilizado bastante. "Fase final" es el periodo restante, hasta el comienzo de la edad adulta.

En general los jóvenes se desarrollan aceleradamente en los 2 años antes a la pubertad, y especialmente en el año antes a ella, conocido como la edad de crecimiento máximo. Después el ritmo de crecimiento se vuelve mas lento, las jóvenes alcanzan su altura definitiva alrededor de los 19 años y los varones a los 21 o 22 años.

Durante la adolescencia física la altura del niño aumenta en un 25% y su peso se duplica. Durante el periodo de latencia los niños aumentan poco más de 5cm. De altura por año y alrededor de 2 kilos de peso.

En el pico del crecimiento adolescente las niñas crecen unos 9 cm. en un año y aumentan 5 kilos de peso y los varones crecen unos 11 cm. y aumentan alrededor de 6 kilos en el mismo periodo. Pero hay que observar que hay quienes maduran mas tardíamente y un numero casi infinitas de pautas de crecimiento individuales.

Los varones son más grandes que las niñas, excepto en el periodo entre los 11 y 14 años cuando estas ultimas maduran antes y sobrepasan a sus pares del otro sexo (Álvarez 1996).

En ambos sexos las extremidades y el cuello crecen más rápido que la cabeza y el tronco durante la pubescencia. En los varones se produce un notorio ensanchamiento de la espalda, se vuelven más delgados, más angulosos y más musculosos. En las niñas se dilata la pelvis, cambian las proporciones faciales, la nariz y la barbilla se hacen más prominentes.

Por otra parte López (1995), explica que desde el nacimiento el ser humano presenta claramente definidos sus órganos sexuales (caracteres sexuales primarios). Durante la etapa de la adolescencia es la glándula hipófisis quien da lugar a que las hormonas (estrógenos en la mujer y andrógenos en el hombre) propicien la madurez de los órganos sexuales. Aparece la primera menstruación, mientras que en el sexo opuesto se presentan las primeras eyaculaciones y se desarrollan características sexuales secundarias.

En los siguientes mapas se explican los cambios más importantes que presentan los adolescentes (mujeres y hombres)

La menstruación: suele empezar entre las 9 - 16 años de edad. A partir de la primera regla, una niña puede quedar embarazada.

Cambios en la piel: En general la piel se hace más grasa, y es posible que suden más que antes

CAMBIOS EN LAS MUJERES

Aparición de vello corporal: Durante la pubertad saldrá vello en el pubis, en las piernas y en las axilas

El pecho: Para la mayoría de chicas, la pubertad empieza cuando los pechos empiezan a crecer

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

Pene: El pene y los testículos crecen y tendrán erecciones más a menudo debido a un aumento de las hormonas sexuales.

La piel: tendrán la piel más grasa y sudarán más que antes

Vello: crecerá en las axilas, piernas, cara, arriba del pene e incluso en el trasero. Es posible también en el pecho y la cara, aparecen primero pelos finos en la zona del bigote haciendo una sombra

CAMBIOS EN LOS HOMBRES

Tamaño del cuerpo: Es una época de fuerte crecimiento, y a veces se sentirán torpes y tendrán la sensación que los brazos sean demasiado largos, tus manos y pies muy grandes.

Voz: La mayoría de chicos empiezan a notar cambios en la voz alrededor de los 14 años, tendrán un tono extraño hasta que se termine de cambiar y tendrán ya voz de hombre.

La forma del cuerpo: crecerán más alto y los hombros se ancharán. Ganan peso. Algunos niños experimentan una hinchazón debajo del pezón.

3.3 Desarrollo Social

Cuando pensamos en los temores que un adolescente puede sentir a partir de las injusticias, si bien estas pueden estar generadas en el núcleo familiar (diferencia entre hermanos, padres injustamente autoritarios, etc.), no podemos dejar de lado las injusticias de tipo social. Las más visibles y profundas a las que son sometidos los adolescentes son propias de una sociedad con marcadas diferencias sociales y económicas, con grandes síntomas de desprotección, falta de contención y oportunidades (Satir, 1991).

No es casual que en los últimos tiempos varios hechos de conocimiento público tuvieron como protagonistas a personas en edad adolescente como víctimas de injusticias y maltrato. Debíamos pensar cual es la reacción que grandes sectores de la sociedad tienen hacia este grupo de personas, que en esta etapa de la vida, necesitan sentimientos contrarios a los que la sociedad les brinda.

La búsqueda constante por saber que identidad adulta se va a construir es angustiante, y es también la sociedad quien debiera guiarlos, contenerlos o al menos no obstaculizar la búsqueda.

Como consecuencia de estos temores Satir (1991), refiere que nuestras mentes miran hacia otro lado y hacen como si nada estuviera sucediendo.

Además de mencionar que un proceso educativo, debería conducir a los chicos y chicas al desarrollo de una perspectiva pluralista, que permita identificar la existencia de miradas, opiniones, necesidades y actitudes diversas ante los mismos hechos y situaciones.

El proceso educativo debe también fomentar la aceptación de las diferencias, como aspectos complementarios y enriquecedores de las relaciones entre las personas, más que como fuente de competencias y conflictos. Y sobre todo, a negar todo carácter estereotipado a los seres humanos, reconociéndolos por su potencialidad de creación y de cambio, a la que ningún prejuicio debería poner obstáculos.

La discriminación es una actividad del conocimiento, humana y universal, mediante la cual podemos reconocer las diferencias. Discriminamos cuando identificamos el color rojo y lo vemos diferente del azul, o cuando reconocemos una figura que se recorta sobre un fondo y también cuando decimos que una persona es niño o adulto, mujer o varón, blanco o negro, indio u oriental.

En ese sentido, la capacidad de discriminar y su contenido, ligado directamente a la percepción, varía según los individuos, las épocas y los grupos humanos y no tiene necesariamente, un carácter negativo. La identidad personal y cultural se construye mediante el reconocimiento de las diferencias (Ídem).

López (S-F), indica que en la adolescencia, el grupo de compañeros y amigos de la edad adquieren extrema importancia. Ofrece respaldo al sentido de realidad, y en este contexto satisface la necesidad que el individuo adolescente tiene de confrontar sus fantasías y sus realidades, tanto en torno a la vida social presente, como en torno a la relación con sus padres del ahora y sus padres de la infancia.

El grupo adquiere funciones auxiliares de la autocrítica y de la auto observación; por otro lado, permite la actuación impulsiva y a veces antisocial mitigando la culpa en la disolución con el grupo, lo que representa propiamente un mecanismo defensivo.

Existen otros elementos de interacción del desarrollo del adolescente con la sociedad que han sido mejor estudiados por los sociólogos. Estos elementos también se relacionan con la socialización y la formación de grupos y, por lo tanto, se ponen al servicio del desarrollo adolescente, en cuanto que promueven la movilización de intereses y motivaciones afectivas, y así, el desarrollo psicosexual.

El individuo adolescente tiene una necesidad específica que le lleva a la entrega altruista con el grupo, incorporando valores e intereses grupales aun a expensas del sacrificio de los intereses individuales. Este elemento no se observa solamente en los adolescentes; se pone

en clara evidencia en los adultos, cuando el grupo se pone en peligro y el individuo expone o sacrifica su vida como ocurre en una situación de guerra o de catástrofe.

Así como la psicología analítica nos muestra la regresión en la adolescencia, no solo es inevitable sino necesaria para la individuación y parte del proceso mismo de la adolescencia, la psicología social nos muestra que, también, no solo es inevitable que los jóvenes entran en conflicto con las partes anacrónicas de los padres, del grupo familiar y de la sociedad en la que se desarrollan, sino que esta rebeldía tiene funciones específicas.

La relación del adolescente (y de todos los procesos psicológicos que la adolescencia implica) con el medio socio-familiar que le rodea, también es un proceso en el que cada una de las partes se modifica a expensas de la otra.

Así como el desarrollo infantil temprana requiere de un funcionamiento maternal suficientemente bueno, la adolescencia requiere de un ambiente facilitador, que en forma suficiente ofrezca los recursos que la adolescencia, como proceso, requiere.

La adolescencia normal puede ser una experiencia en general grata, pero llena de dificultosas vicisitudes que se han de encontrar en un sendero lleno de temores, anhelos, pérdida de objetos infantiles con los consecuentes duelos, soledad, dependencia, aprendizaje formal, exámenes escolares, dudas sobre la propia capacidad y proficiencia, sensaciones de extrañamiento y convicción de que no se es comprendido (ídem).

Por otra parte en la adolescencia los espacios donde son posibles las interacciones sociales se expanden, mientras que se debilita la referencia familiar.

La emancipación respecto a la familia no se produce por igual en todos los adolescentes; la vivencia de esta situación va a depender mucho de las prácticas imperantes en la familia. Junto a los deseos de independencia, el adolescente sigue con una enorme demanda de afecto y cariño por parte de sus padres, y estos a su vez continúan ejerciendo una influencia notable sobre sus hijos (Coleman, 1987)

En nuestra sociedad se esta produciendo cada vez más un aplazamiento de las responsabilidades sociales y la adquisición de la propia independencia. Algunos adultos continúan siendo eternamente adolescentes: se habla del síndrome de “perpetua adolescencia”, con sentimientos de inferioridad, irresponsabilidad, ansiedad, egocentrismo, entre otros.

Paralelamente a la emancipación de la familia el adolescente establece lazos más estrechos con el grupo de compañeros. Estos lazos suelen tener un curso típico: En primer lugar, se relacionan con pares del mismo sexo, luego se van fusionando con el sexo contrario, para, de esta manera ir consolidando las relaciones de pareja.

Por lo general el adolescente observa el criterio de los padres en materias que atañan a su futuro, mientras que sigue más el consejo de sus compañeros en opciones del presente. Además nos habla de que a medida que se va desarrollando el adolescente empieza a ver otras inquietudes a la hora de elegir a un amigo; es electivo tienen que tener las misma inquietudes, ideales y a veces hasta condiciones económicas; el grupo es heterogéneo compuesto de ambos sexos ya no es como anteriormente que en su mayoría eran homogéneas esto la mayoría de sus veces trae como consecuencia la mutua atracción, gustarse el varón y la niña empieza con sus tácticas amorosas (Coleman, 1987).

De igual manera se refieren ha ésta etapa como una de las más críticas del ser humano ya que el adolescente ve a la sociedad o al mundo como un tema de crítica y rechazo, rompe el cordón umbilical que lo liga a los padres, desconoce la autoridad o cualquier liderato y entre en ese período transitorio en donde no se pertenece a una pandilla pero tampoco forma parte de un grupo puberal.

La critica y los sentimientos trágicos son la fuente de una conversación en dos adolescentes; hablan de las muchachas, de los paseos y fiesta de los conflictos con los padres o depresiones. Estas conversaciones están llenas de resentimiento impreciso y son la fuente de verdaderas críticas normativas. Esas conversaciones sirven para dejar salir sus preocupaciones y dar descanso a los estados trágicos (ídem).

3.4 Desarrollo Psicológico

Schonfeld (1973), menciona que cada ser humano es capaz de desarrollar y cumplir múltiples funciones, evidenciando un comportamiento; éste depende de una serie de factores internos o endógenos y externos o exógenos, que influyen en su manera de vida. Entre los llamados factores endógenos o internos están la herencia y la maduración.

La primera es la transmisión de caracteres físicos de padres a hijos, desde los abuelos más lejanos a los nietos, de generación a generación; a través de unos corpúsculos llamados cromosomas constituidos por millares de nudillos llamados genes y que es estudiada por la ciencia llamada genética.

La segunda (maduración), es un proceso de equilibrio entre el crecimiento físico y el desarrollo psíquico. Los cambios estructurales y funcionales que experimenta el sujeto, sirven como indicadores de los progresos que está consiguiendo y de la capacidad para realizar determinados comportamientos.

Entre los factores exógenos o externos tenemos que considerar al aprendizaje y a la socialización. El aprendizaje es un factor que aparece en todas las criaturas, desde la más inferior hasta la criatura superior que es el hombre.

Para Wolff (1965), consiste en la adquisición o asimilación de toda experiencia, hecho o situación; que moldea, predispone, regula o dirige la conducta efectiva de un sujeto. El aprendizaje se logra con la experiencia, se perfecciona con la práctica y las cosas aprendidas dejan huellas que se relacionan entre sí. El ser humano se desarrolla físico, psíquica y socialmente, dentro de un ambiente.

El ambiente es todo lo que rodea al sujeto; existe, un ambiente natural, determinado por el medio geográfico, fuerzas de la naturaleza, clima, fauna, flora; un ambiente social, constituido por la familia, la escuela y la sociedad misma; un ambiente cultural, integrado por todas las manifestaciones inventadas por el hombre (ídem).

Vernon (1999), indica que el ser humano desde su nacimiento asimila costumbres, normas, tradiciones, formas de vida; que permiten un aprendizaje de las influencias de la familia y la sociedad, esto, recibe el nombre de socialización.

Estas influencias o interinfluencias, estos desarrollos físicos, psíquicos y sociales del ser humano han sido estudiados por eminentes estudiosos y científicos que han permitido aclarar diversas dudas, quienes a través de sus teorías han sustentado las bases para comprender los diversos problemas que sobre el ser humano se plantean; y entre ellos podría mencionar a los siguientes:

Erikson Y El Problema De Identidad En El Ser Humano

Este científico alemán, que incursionó en diferentes campos como la psicología, la filosofía, la antropología, entre otras, estableció una construcción de la identidad a partir de ocho etapas, en donde el yo juega un papel trascendental. Las ocho etapas o estadios, a nuestro entender, ofrecen una caracterización que demuestran que la identidad es un proceso continuo y que va en aumento progresivamente y que al llegar a la adolescencia se presenta una crisis en donde el sujeto valiéndose de sus experiencias busca solucionar (De Ambuza, 1981).

Las etapas en las que Erikson hace mención a la adolescencia son las siguientes:

5ta etapa: identidad versus difusión de roles. La quinta etapa es una de las que mas interesan dentro de todo el planteamiento por que es aquí donde coincide con el inicio de la pubertad y, por lo tanto, con la maduración de la sexualidad y con ello la preocupación de lo que llamaría William Schonfeld (1973) la "imagen corporal", además de lo que ellos sienten de sí mismos. El problema surge cuando el sujeto, en el reconocimiento de sí mismo, se reconoce en otros personajes a quienes admira y la orientación que deberá seguir dentro del medio social en que vive.

6ta etapa: intimidad versus alejamiento. La sexta etapa coincide con la adolescencia con esa búsqueda de encontrarse a sí mismo a través de sus satisfacciones sexuales personales y la soledad que experimenta el sujeto ocasionando su aislamiento voluntario.

Sigmund Freud Y Su Teoría Del Desarrollo De La Personalidad

Delgado (2000) indica que todos y cada uno de los integrantes de una comunidad están sujetos a las mismas influencias ambientales, tanto naturales como sociales; sin embargo, ¿son todos iguales?, ¿todos tienen exactamente la misma manera de ser? La respuesta es NO.

Cada uno de nosotros, posee una manera diferente de responder a los estímulos del medio, una manera única e inconfundible, que le dan a nuestras acciones un sello característico, una manera de ser propia y es lo que constituye nuestra personalidad.

Su influencia no sólo fue en la psiquiatría, psicología, medicina, incluso también en la literatura, arte, antropología, sociología; y propuso muchas categorías como libido, hipnosis, ello, yo, súper yo, impulso, catexia, complejo de Edipo, censura, mecanismos de defensa, etc., (ídem).

La etapa psicosexual mencionada por Freud es la siguiente:

La Etapa Genital (que aparece a partir de los doce años), y que es la más importante ya que se presenta durante la adolescencia y es aquí donde la atracción sexual que estaba dirigida a la figura parental se transfiere al par del sexo opuesto. Aquí el sujeto ya tiene capacidad de comprensión y consideración de los sentimientos de los demás. Como sabemos, con la pubertad se inician una serie de cambios corporales y el desarrollo de ciertos órganos que denuncian que el sujeto ha empezado a madurar sexualmente (ídem).

Jean Piaget Y Las Estructuras Cognitivas En El Desarrollo Humano

La calidad de un conocimiento está en relación directa con lo que se elabora o estructura con el conocimiento previo del sujeto. El conocimiento, aquello que permite una adaptación

al sujeto con su medio, o con los problemas que plantea la vida puede ser social, físico y cognitivo (Piaget, 1970).

Estos conocimientos a su vez se construyen con el aporte y combinación de cuatro factores: maduración, transmisión sexual, experiencia con objetos y equilibración.

Piaget, (1992) menciona que la maduración produce el crecimiento y desarrollo orgánico, lo que permite que el sujeto, bajo condiciones de aprendizaje alcance mayores logros; sentarse, gatear, ponerse de pie y caminar, son conductas que exigen maduración biológica. La experiencia física, igualmente, se refiere a la relación con los objetos del entorno (juguetes, sonajas, biberón, etc.).

Para Piaget, el desarrollo de la inteligencia pasa por cuatro estadios que bien podrían llamarse, etapas o periodos que se suceden en un orden de nivel de equilibración superior de uno con respecto al anterior. Piaget (1992) señala que, el desarrollo de la inteligencia está en función de las siguientes variables: acción, equilibrio, adaptación, asimilación, acomodación, construcción y presencia de subestadios.

El periodo que Piaget hace mención a la adolescencia es el periodo de las operaciones formales (12 años en adelante), el tipo de pensamiento se caracteriza por ser hipotético – deductivo, abstracto y formal. El sujeto de este periodo utiliza la verificación pues necesita demostrar y proporcionar pruebas de lo que dice; tiene en cuenta el sistema combinatorio ya que puede considerar todas las combinaciones posibles del objeto; así mismo puede aislar y controlar variables sobre la base de que todas las demás permanecen constantes; igualmente vincula relaciones mediante una combinación proporcional, y este periodo el que se relaciona con la adolescencia ya que es la edad aproximadamente la misma en la que se presenta.

Además se menciona que los principales cambios psicológicos que se producen durante la adolescencia, son producto de todos los factores vistos recientemente; en las próximas

líneas se resumirán de una forma clara y practica, para que el lector, pueda asimilarlas de mejor forma.

Invencibilidad: el adolescente explora los límites de su entorno, tanto de su propio físico, como de sus posibilidades. Ello trae como consecuencia el gusto por el riesgo.

Egocentrismo: el adolescente se siente el centro de atención porque se está descubriendo a sí mismo, y para él, no hay nada más importante en ese momento.

Audiencia imaginaria: el adolescente, nervioso por los cambios que está viviendo, se siente observado constantemente, parece como si todo el mundo estuviera siempre pendiente de él. Es entonces cuando aparece la sensación de vulnerabilidad y el miedo al ridículo.

Iniciación del pensamiento formal: durante esta época, el adolescente comienza a hacer teorías y dispone de toda una serie de argumentos y análisis que pueden justificar sus opiniones. Muchas veces, estos argumentos son contradictorios, lo cual no importa mucho al adolescente. Ha descubierto su capacidad de razonar, y la ejercita siempre que puede.

Ampliación del mundo: el mundo no se acaba en las paredes del domicilio familiar, por lo que comienzan a surgir sus propios intereses.

Apoyo en el grupo: el adolescente se siente confundido y adquiere confianza con sus iguales. El apoyo que logra en el grupo es importante para seguir creciendo, puesto que les une el compartir actividades.

Redefinición de la imagen corporal, relacionada a la pérdida del cuerpo infantil y la consiguiente adquisición del cuerpo adulto.

Culminación del proceso de separación / individualización y sustitución del vínculo de dependencia simbiótica con los padres de la infancia por relaciones de autonomía plena.

Elaboración de los duelos referentes a la pérdida de la condición infantil: el duelo por el cuerpo infantil perdido, el duelo por el rol y la identidad infantil (renuncia a la dependencia y aceptación de nuevas responsabilidades) y el duelo por los padres de la infancia (pérdida de la protección que éstos significan).

Elaboración de una escala de valores o códigos de ética propios.

Búsqueda de pautas de identificación en el grupo de pares.

Por su parte López (S-F) dentro del desarrollo psicológico nos habla del adolescente y la escuela, donde menciona que el medio escolar es parte significativa de la vida del adolescente y que ocupa un lugar de primera importancia tanto en su desarrollo intelectual como en su desarrollo cognoscitivo. Este último aspecto, el cognoscitivo, se refiere no solo al aprendizaje formal que ocurre en esta etapa de la vida, sino al ejercicio de funciones mentales que alcanzan progresivamente, durante la adolescencia, un alto grado de diferenciación.

Antes de la adolescencia, el proceso de aprendizaje se caracteriza por ser relativo concretismo y memorización. Al adolescente no solo no le gusta memorizar, sino que le es relativamente difícil por la movilidad que adquiere el aparato psicológico y que es altamente distractora de su atención.

En la adolescencia temprana, para el proceso de aprendizaje, los chicos intentan hacer uso de sus funciones cognoscitivas en la forma que le ha sido familiar. Tratan de memorizar datos y con esto obtienen un resultado parcial.

La nueva dimensión que adquiere el aparato psicológico, no solamente se pone al servicio del aprendizaje formal, sino que adquiere un papel fundamental en el desarrollo de la personalidad en forma global. Específicamente, estas funciones se traducen en la capacidad de juicio y de autocrítica que determinan la cristalización de la identidad.

La actuación del maestro, enfocada al aprendizaje formal, asiste al alumno en la mejor utilización de sus funciones cognoscitivas para ponerles al servicio de dicho aprendizaje formal que, a su vez, se pone al servicio del desarrollo global de la personalidad.

Como consecuencia, es muy amplia la diversidad de problemas del desarrollo del aparato psicológico que afectan el aprendizaje del adolescente y que manifiesta muchas veces en déficit de la concentración y de la atención, otras veces se manifiesta en desgano y desinterés por el estudio.

A nivel de actuación en la escuela, siguiendo la experiencia de (Meter Blos 1946; citado en López, S-F), los adolescentes que presentan problemas en el medio escolar se pueden clasificar en la siguiente forma:

- El estudiante que no puede estudiar y se queja de dificultades para concentrar
- El estudiante que es solitario y no puede hacer amigos
- El estudiante que es temeroso de los exámenes y que no puede hablar en clase
- El estudiante sin propósitos ni metas vocacionales
- El estudiante evasor, obstruccionista habitual y que siempre se queja de todo
- El estudiante en conflicto agudo con su familia
- El estudiante con defectos físicos
- El estudiante con problemas especiales

En general, los problemas que presentan los adolescentes en el medio escolar representan vicisitudes, a veces, normales; a veces patológicas, del proceso de individuación. La individuación implica el movimiento en todas las líneas de desarrollo en dirección de metas que son en si las de la adolescencia como proceso.

Esto implica situaciones de peligro para la estabilidad del aparato psicológico, por; la fuerza que adquieren los impulsos, la fuerza que adquiere la regresión y la pérdida del apoyo yoyo que ofrecían los padres y que ahora rechazan los adolescentes.

Las funciones que tiene la escuela en el desarrollo global del adolescente son muchos más extensas que el mero proceso de aprendizaje que se realiza en su seno. El medio escolar se ve involucrado en la inmensidad de fenómenos emocionales que implica el proceso adolescente y que se entrelazan con su crecimiento y con su aprendizaje. Cualquier desviación en cualquiera de las líneas de desarrollo afecta y repercute en el desarrollo global.

Por otra parte refiriéndonos a la adolescencia Ituarte (1994) describe que un adolescente utiliza su imaginación creativa para formarse una realidad autónoma y diferente de la de su niñez y de la que le ofrecen los padres. Por ello construye su propia realidad imaginaria a través de diversas actividades, por ejemplo, el diario íntimo, el rincón personal, las nuevas aficiones, la pasión por la ficción, por la poesía y amores platónicos. Todos estos intereses requieren soledad o compañías escogidas: precisamente, el culto de la amistad es típico de esta edad, se comienza a experimentar emociones de tristeza, alegría y enojo por lo amigos.

Es posible que los adolescentes que se sientan incomprendidos y controlados evitaren estar demasiado tiempo en su casa y llegaran mas tarde lo de previsto, rehuirán de la compañía paterna y existirán constantes cambios de humor.

En la adolescencia, en donde los cambios, los descubrimientos, los pensamientos y las emociones están a flor de piel, los padres no deben inquietarse ante los constantes cambios de humor de su hijo adolescente, por el contrario, deben mantener una comunicación asertiva con ellos, de esta manera disminuirán las tensiones familiares y el aislamiento. Esta comunicación permitirá que los padres identifiquen en sus hijos la frustración, depresión y crisis emocionales que si no se resuelven pueden ocasionar problemas mas graves como las adicciones, abandono del hogar, deserción escolar y delincuencia entre otras (Itkin, 2000)

El adolescente pasa por un periodo de inestabilidad que confunde a los que les rodean como a él mismo. En la adolescencia cualquier emoción puede vivirse de manera exaltada e intensa, esto tiene diferentes causas que se relacionan la mayoría de las veces, con cuestiones sociales.

Mac Cary (1969) El adolescente cree que no le entienden pero tampoco se entiende a el mismo, ni tiene la habilidad de entender a los demás. Pasa fácilmente de la alegría a la tristeza, de verse capaz de todo a sentirse débil, de creerse adulto y responsable a necesitar compañía y ayuda como cuando era pequeño.

Los padres tampoco deberían exigirle ni esperar de el un acompañamiento cariñoso con ellos como antes, pues para el adolescente ahora es imprescindible separarse internamente de los padres como destinatarios amorosos para buscar y elegir otros nuevos intereses de su entorno.

El mayor peligro a esta edad e que el adolescente se quede pegado a los padres por miedo a salir al mundo y a vivir sus propias experiencias. Es de esperar que inhiba sus sentimientos afectuosos con los miembros de la familia más cercanos.

Castillo (1998), indica que las ansiedades acerca del presente y del futuro, la aceptación de la finitud de la propia vida, y la pulsión sexual que requiere satisfacción, son los ejes fundamentales en los que se asienta la crisis vital adolescente. Los adolescentes se enfrentan a ella según sus propias características subjetivas y con nuevos retos por delante; la necesidad de experimentar situaciones nuevas y diferentes, la atracción por el riesgo, la asunción de ideales distintos y la búsqueda de la pareja.

La característica mas importante de la etapa adolescente es la búsqueda de la identidad, como ya se había mencionado anteriormente, la definición del papel que se asumirá en la sociedad en diferentes aspectos, laboral, familiar, sexual, cultural entre otros. Los adolescentes necesitan desarrollar sus propios valores y muchas veces lo hacen cuestionando lo que les han sido transmitidos en las familias y la sociedad.

También es muy común que deseen establecer relaciones estrecha con otras personas fuera de la familia, particularmente con personas de su misma edad, lo que les ayuda a sentirse aceptados y respetados por lo que son y desean ser.

El enamorarse y la búsqueda de compromisos ideológicos o personales pueden considerarse como intensos por establecer la identidad, también las aspiraciones vocacionales, ya que el adolescente busca algo que hacer en el futuro, y existen diferentes factores que pueden influir en esta decisión, como el nivel socioeconómico, las sugerencias, y aspiraciones de los padres, habilidades y personalidad del individuo el sexo, la raza, los valores sociales y experiencias personales (Horrocks, 1982).

Por eso sigue siendo la responsabilidad de los padres, proveer orientación, señalar límites y proponer valores, y si el hijo los combate eso también tiene importancia para el desarrollo. Pues es posible que para encontrar un conjunto de valores adecuados, el joven tenga que empezar impugnando los valores ya establecidos por la familia (Papalia, 1978)

Es cierto que los padres alientan al joven para que llegue a edad adulta, pero a menudo dan la impresión que esa meta esta en un futuro muy lejano. Suele decirse que un joven esta preparado para entrar en la edad adulta 1 o 2 años después de lo que el mismo pretende y unos 2 años antes de lo que los está dispuesto a admitir los padres. Con frecuencia estos retardan el desarrollo, aunque no lo manifiesten abiertamente (ídem).

Kechichian (1997) señala que el adolescente además de vivir cambios físicos y en la sociedad en que vive, se le suma también cambios psicológicos. Muchas veces el adolescente se muestra decidido y resuelto, pero en el fondo esta latente la inseguridad que los cambios ocasionan.

Su indefinición puede notarse en sus pautas de conducta, no sabe si la independencia que pretende debe ser total o con un control paterno, o si en ciertos casos tienen que decidir individualmente o consultar con un mayor.

Los valores y normas de comportamiento que haya incorporado el adolescente a su YO, marcan su identidad, servirá de brújula en su conducta social y permitirá adquirir una identidad sólida. Para que esto suceda, necesita que sus éxitos y rendimientos sean reconocidos porque son parte del proceso de maduración.

Cuestionarlos es aumentar su desorientación. El adolescente debe saber quien es y quien quiere llegar a ser, de lo contrario sus decisiones no serán acertadas.

Los adolescentes no aceptan marcos de referencia, las actitudes de indiferencias y rebeldía aparecen como elementos naturales en ellos, la huida frente a los conflictos interiores y problemas con el mundo son canalizadas mediante el ruido y aturdimiento (Kechichian, 1997).

Los amigos/as son para el adolescente su lugar de actividad, de donde surge su iniciativa, su espíritu aventurero y en donde comienzan a surgir las necesidades románticas. En esta etapa, los adolescentes comienzan a reducir la cantidad de personas en sus contactos grupales.

3.5 Problemática Actual Del Adolescente

La adolescencia es ese estado en el que una puede sentirse en limbo, porque ya no se es niño/a, pero tampoco se es adulto/a. La adolescencia implica cambios físicos y emocionales para los propios adolescentes y también cambios en la organización y relaciones familiares.

Hay distintas etapas en la adolescencia como ya se menciono anteriormente y cada una trae consigo sus peculiaridades particulares (Castillo, 1998).

Podría decirse que la adolescencia se ve de forma muy distinta dependiendo de si eres el propio adolescente o si eres madre o padre del adolescente. Los adolescentes experimentan sensaciones aparentemente opuestas de total rabia, o de felicidad desmesurada, de amor o de odio; a veces ambas en cuestión de horas. Adolescentes que no comprenden por qué se les quiere "controlar", que quieren más independencia, que no entienden por qué sus padres se irritan con tanta facilidad, que a veces se sienten los dueños del mundo, y otras veces les invade la inseguridad.

Adolescentes que se sienten orgullosos, u horrorizados, por los cambios físicos de la pubertad, que les cuesta concentrarse, que se aburren con facilidad, que desafían ya sea la familia o sea el colegio, con tal de desafiarse (Flavingny, 1981 citado en Pick, 1991)

De los contextos sociales que influyen sobre el adolescente Aberasturi (1974) menciona que la familia es el elemento fundamental, el medio social del que emergió el adolescente, el espacio vital en el que se configura su subjetividad. En otras palabras, frente a los cambios que ocurren en los ambientes sociales de los que participa el Adolescente es más susceptible a las modificaciones que se operan en la familia a su vez, el adolescente afecta al grupo familia al que pertenece.

Este enfoque implica sólo en la relación causa efecto, sino considerar las múltiples condicionantes que aplican la aparición de un comportamiento desajustado del adolescente. Por ejemplo ante un adolescente violento no basta tratarlo sólo a él y no incluir a la familia en la que probablemente constatemos códigos comunicativos agresivos, descalificadores y patrones de conducta violentos.

En consecuencia con lo anterior, el extender la atención hacia las personas significativas para el adolescente implica, que si producimos transformaciones en el grupo y no sólo en un individuo aislado, los respectivos cambios tienden a mantenerse, porque no es un sujeto que está aprendiendo otra manera de comportarse, de actuar, de comunicarse, de analizar y que sus cambios entran en contradicción con las pautas familiares.

Además el adolescente con problema no es distanciado de la familia como si este estorbara y depositado en la mano del especialista que con su "magia" resolverá la situación, sino que con la inclusión del grupo familiar los procesos de cambios permitirán al ajuste necesario para enfrentar las situaciones de conflicto potenciar el desarrollo personal (ídem).

Otros de los problemas más frecuentes de los adolescentes en la actualidad y de gran importancia es la toxicomanía. El empleo de las drogas psicoactivas se registra desde hace miles de años en diferentes culturas.

Sin embargo, el consumo masivo de la droga por los adolescentes es un fenómeno de la sociedad de hoy que provoca dificultades tanto al consumidor como a la familia y sociedad en general, ya que sus consecuencias son consideradas; problemas para la salud pública y social: enfermedades, criminalidad y prostitución, desintegración familiar, accidentes etc., (Gale, 1989).

En la actualidad existe preocupación por el consumo de la droga por que los adolescentes se inician a una edad muy temprana y recurren a su empleo como respuesta para sus problemas. La curiosidad impulsa a los adolescentes a experimentar con las drogas, unos la dejan, otros quedan atrapados. Las pautas de uso de drogas en el adolescente siguen generalmente las de los adultos.

El consumo de narcóticos y estimulantes para aliviar la infelicidad, la depresión y tensiones cotidianas por parte de los adultos representa el espejo a través del cual se miran los adolescentes sin olvidar la influencia de los medios de comunicación emisores de mensajes que estimulan al consumo de algunas drogas (Hurlock, 1987)

Se subraya la responsabilidad que asume la familia, la comunidad y los medios masivos de comunicación. Si nos detenemos a analizar la presencia de bebidas alcohólicas en los programas televisivos constataremos que un número relevante de situaciones conflictivas los personajes ingieren tragos ya sea para estimular la búsqueda de solución o para celebrar momentos exitosos felices o para "ahogar" las penas "la angustia en fin siempre hay una buena razón para beber.

En el entorno social inmediato la familia o en la comunidad se repite la escena ya sea en uno o en otro ámbito o en ambos inclusive. Como si esto no fuese suficiente, en la adolescencia la necesidad de autoafirmación, de independencia, de insertarse en el mundo adulto. ¿Cómo perciben este mundo adulto? Afortunadamente, ni en todas la familias, ni en todas las comunidades la ingestión de bebida alcohólicas es un comportamiento generalizado (Satir, 1991).

4. ÁREAS DE DESARROLLO DE LA ADOLESCENCIA

4.1 Sexualidad

Álvarez (1996) refiere que la sexualidad se vive desde el nacimiento hasta la muerte, e implica sentimientos, emociones, actitudes, pensamientos, comportamientos y aspectos físicos como el crecimiento corporal, los cambios originados en la pubertad y con procesos fisiológicos como la menstruación, la ovulación y la eyaculación, etc. La sexualidad también incluye el impulso o deseo sexual, la posibilidad de gozar o de procrear.



Sobre la adolescencia se ha escrito mucho y las definiciones han cambiado a lo largo del tiempo. Antiguamente se asociaba a una etapa de transición desde la irresponsabilidad hasta la responsabilidad. Hoy en día creemos que se trata de una época de tránsito desde la infancia hasta la edad adulta, en la que los jóvenes, además de consolidar las transformaciones físicas iniciadas en la pubertad, construyen su propia personalidad.

La Sexualidad permite ser la fuente de comunicación, una forma de expresar sentimientos de ternura y afecto, un modo de proporcionar y recibir placer. También es actividad encaminada a la procreación pero solamente cuando así se desee, en forma libre y responsable. Los jóvenes han de tener en cuenta que, al comenzar a vivir su sexualidad deben de tener en cuenta de las consecuencias que les pueden acarrear sus impulsos

sexuales y que incluso de tomar la elección de comenzar a tener relaciones sexuales puede producirse un embarazo no deseado (Aranda, 1999).

Las relaciones amorosas ocupan buena parte de su tiempo y espacios mentales ya que ser escogido y amado le produce una enorme gratificación personal y eleva su autoestima. Cuando vive situaciones de celos, exclusión y abandono, el adolescente experimenta un enorme sufrimiento, aunque más adelante su capacidad de reacomodación emocional le permita volver a la carga y buscar otros acompañantes (ídem).

La sexualidad menciona López (1995) es el más delicado de los comportamientos humanos. Exige cualidades de inteligencia, equilibrio, desprendimiento interior y generosidad. La sexualidad es el único terreno en el cual resulta imposible hacer trampas.

A medida que el adolescente pugna por consolidar un sentido de identidad e independencia personal con respecto a sus padres y a otras figuras autoritarias, adquieren gran importancia las relaciones recíprocas con los compañeros y compañeras de la misma o parecida edad. Así, por ejemplo, la necesidad de libertad que experimenta el adolescente se acompaña normalmente del imperativo de ser como sus amigos, por más que en ocasiones ambas exigencias sean contrapuestas o antagónicas. Las presiones del grupo de edad a que pertenece el adolescente varían según las colectividades sociales.

En su ansia por liberarse de la supervisión de los padres y de los adultos, algunos adolescentes ven en el sexo un medio de demostrar su aptitud para tomar decisiones propias y de presentar cara a la escala de valores de la otra generación. Pero la conquista de esa libertad no es tarea fácil, ya que los adolescentes adquieren de un modo y otro un considerable legado sexual de sus mayores y de la generación correspondiente en el que se incluyen pautas discriminatorias hacia el sexo femenino y un intenso sentimiento de culpabilidad sexual.

Han cambiado antes las actitudes que la conducta, puesto que hoy está muy extendida la idea de igualdad entre ambos sexos. No obstante, perdura en ciertos aspectos el criterio de la superioridad del varón. Aún se espera que sea éste el que tome la iniciativa sexual, y si es la mujer la que lo hace, lo más probable es que se la tache de "atrevida".

Los adolescentes no se han despejado de todo vestigio de problemas sexuales, mala formación y desconcierto en materia de sexualidad; más bien parece que hayan sustituido determinados problemas por otro contingente de dificultades (ídem).

Sin embargo, hay que mencionar que en muchas ocasiones puede ser que los adolescentes vivan su sexualidad irresponsablemente. La incapacidad para manejar con responsabilidad el comportamiento social en los adolescentes, a menudo da lugar a un embarazo precoz y a la adquisición de una enfermedad venérea.

Hatcher (1999) indica un aumento de enfermedades de transmisión sexual en todas las edades y en particular, en adolescentes. El aumento del número de enfermedades de transmisión sexual incluyendo la "plaga" del siglo XX (SIDA - VIH) tiene en la población adolescente uno de sus mayores portadores.

Las causas del incremento son múltiples; como el aumento de la actividad sexual entre los grupos de todas las edades, uso de anticonceptivos que no protegen de las ETS, El egocentrismo del adolescente lo hace fabular que él y las personas con las que tiene contacto sexual son inmunes, y la aceptación del riesgo del contagio porque el deseo de sostener relaciones sexuales es mayor que el temor de adquirir la enfermedad.

Por otra parte se piensa generalmente que la adolescencia es una fase de transición, de la irresponsabilidad que los niños disfrutaban a la responsabilidad de la adultez. Los niños son totalmente dependientes de sus padres en cuanto amor, alimentación y guía; se requiere de los adultos que sean independientes y capaces de cuidarse a si mismos.

Berryman (1999) menciona que el periodo entre la infancia y la adultez, que se dedica al desarrollo adolescente, varían de una cultura a otra además que la tarea vital de la fase de la adolescencia, es la necesidad del individuo de descubrir, dar forma y consolidar su propia identidad. Esto se refiere al núcleo de del carácter o personalidad del individuo y se piensa que es un precursor vital de la verdadera intimidad y profundidad en las relaciones personales.

En la base de la autoconciencia del adolescente, la autoimagen es una representación de su cuerpo, de cómo es y como lo ven los demás. Es la naturaleza radical del crecimiento que ocurre en ese momento, los cambios físicos, fisiológicos y mentales, lo que transforma al niño en adulto.

En la actualidad es evidente la importancia de la imagen dado el consumo de tiempo y esfuerzo que implica transformar l apariencia del cuerpo. Individuos de todas las edades buscan de manera constante, por medio de ropas, tintes, preparaciones en la piel, cosméticos, tatuajes y aun, cirugía plástica, cambiar su apariencia y verse como algún ideal de moda y esta preocupación es evidente, de modo particular, en los adolescentes.

Estos desarrollan un conjunto de sentimientos y actitudes hacia sus propios cuerpos lo que contribuye, de manera significativa, a la evolución de su sentido de identidad. Estas impresiones subjetivas (a las que les llaman imagen corporal), se construyen en gran parte, con base a las actitudes que le joven imagina que otros tienen hacia su propio cuerpo y sus partes (ídem).

Mucha de la autoabsorción asociada con este periodo de la vida tiene sus orígenes no solo en los cambios físicos inmensos que tienen lugar en la pubertad, sino también en el descubrimiento de la identidad.

Existe la creencia popular de que es inevitable una crisis de la adolescencia acerca de la identidad personal, que produce todos o algunos de los síntomas de tendió (ansiedad, depresión, sentimiento de frustración, conflicto y derrotismo).

Ericsson ve a la adolescencia como una de las consecuencias de fases en el ciclo de vital, contiene un reto particular a resolver una tarea del desarrollo a la que es necesario confrontar. Para el adolescente es el reto entre identidad y disfunción de identidad.

Otra creencia popular acerca de la adolescencia que menciona Berryman (1999) es que los jóvenes son sexualmente desenfrenados y promiscuos. Aunque los adolescentes ahora tienen actitudes de mayor aceptación hacia el sexo premarital, esto no implica una elevación masiva en las relaciones sexuales ocasionales. La gente joven y en particular las mujeres, continúan enfatizando la importancia del amor y de una vinculación emocional estable en el sexo prematrimonial, aunque el intento de un matrimonio o compromiso no se vea con frecuencia como prerequisite para tales relaciones. El énfasis de una relación estable con un solo compañero sexual a la vez, se denomina “monogamia en serie”. Las mujeres sin embargo, tienen actitudes más conservadoras en estos asuntos que los muchachos.

La mayoría de los jóvenes desean casarse y tener hijos, de hecho una relación comprometida, en general, se considera esencial para la crianza de los niños y aunque una mayoría desearía que tal compromiso de larga duración tomara la forma de un matrimonio una minoría sustancial rechaza este punto de vista.

Bettelheim (1982) señala que la lucha del adolescente por su autorrealización sexual, moral, intelectual y social, su afirmación de superioridad para ocultar una profunda inseguridad; la tendencia a exteriorizar los conflictos internos proyectándolos sobre la sociedad, el deseo de ver en las limitaciones de la sociedad la causa de las dificultades personales; todo esto y mas es típico de los adolescentes cuando quieren que la sociedad cuente con unas instituciones adecuadas para ayudarles a aliviar los sufrimientos que padecen por culpa de profundos conflictos internos y a resolver sus conflictos con la sociedad adulta.

El modo en que el adolescente soluciona estos conflictos depende de la personalidad del individuo y de sus relaciones con sus padres, que a menudo representan el resto del mundo, pero también depende en gran medida de las oportunidades que la sociedad ofrezca y de las

actitudes que el mundo adulto adopte ante sus esfuerzos, de que los aliente, apoye y condene o, por el contrario, que lo desaprobe.

Hace años cuando la mayoría de los niños dejaban de ir a la escuela a los catorce, quince años o aun antes, e inmediatamente pasaban a engrosar la fuerza laboral, adquiriendo también a veces la independencia económica, y luego se casaban y tenían hijos, no había espacio para la edad adolescente, y por consiguiente la revuelta adolescente no era necesaria. Por lo tanto la pubertad es un hecho biológico, pero la adolescencia tal como la conocemos, con sus crisis de identidad especiales, no lo es.

Todos los niños crecen y alcanzan la pubertad, pero no todos se convierten en adolescentes. Ser adolescentes quiere decir que se ha alcanzado (y hasta superado) la pubertad y que el individuo se encuentra en el apogeo de su desarrollo físico, que es más sano, más fuerte e incluso más atractivo en algunos casos de lo que será en el resto de su vida. Pero también significa que tiene que aplazar la consecución de la plena madurez hasta mucho tiempo después de los que se consideraba razonable en cualquier otro periodo de la historia (ídem).

Coleman (1987) indica que los amigos y compañeros desempeñan, en general, un papel especialmente importante en el desarrollo del joven, durante la adolescencia. En primer lugar, el proceso de desvinculación de los padres y del hogar familiar, proceso que es considerado como un rasgo propio de la adolescencia, deja un vacío emocional en la vida de los jóvenes. Tal vacío ha de llenarse y en la mayoría de los casos, el joven acude al grupo de sus compañeros en busca de apoyo, durante el periodo de transición.

En segundo la confianza del adolescente en sus amigos y compañeros es reforzada, pues, por el hecho de que los conflictos, las angustias y las dificultades experimentadas en el hogar, pueden ser compartidas con otros y son también resueltas así con frecuencia, debido a la simpatía y a la comprensión mutua.

El tercer motivo es sobre los estrechos vínculos que se establecen entre adolescentes y otros jóvenes, es la vulnerabilidad experimentada por muchos de ellos durante este estadio de sus vidas.

Ningún estudio sobre la adolescencia estaría completo sin alguna consideración del proceso de maduración sexual, ya que este proceso constituye el trasfondo fisiológico de muchos de los cambios sociales y emocionales que tienen lugar durante esta etapa.

Las dificultades sexuales en la adolescencia, la elección de anticonceptivos adecuados, las consecuencias psicológicas del aborto, los problemas del adolescente incapacitado en este aspecto, etc.

Actualmente los jóvenes se muestran más abiertos en cuestiones sexuales, esto constituye un reflejo de la general franqueza que hoy nos reina sobre el sexo en la sociedad, es importante hacer constar que esto también va asociado a una necesidad por parte de los jóvenes más oportunidades para tratar con los adultos los problemas sexuales y de un mayor acceso a la educación sexual en el más amplio sentido (ídem).

Es evidente que los jóvenes opinan que el comportamiento sexual es una cuestión de elección y creencias individuales, más que de la moralidad pública. Los adolescentes actuales suelen condenar menos a las minorías sexuales o establecer juicios absolutos respecto a lo que está bien o mal en casos individuales. Entre los adolescentes se ha producido una tendencia hacia una actitud moral que es más relativa y juzga menos, opinando que lo que se realiza en la intimidad es algo que concierne tan solo a los participantes.

Un temor corriente entre los adultos que menciona Coleman (1987) es que una mayor libertad sexual dará lugar a un aumento de la promiscuidad, pero todos los datos apuntan en sentido contrario. Parece ser que los jóvenes de la presente generación en lugar de aprobar las relaciones sexuales como mera diversión prefieren considerarlas necesitadas de una estructura relacional que les proporcione un sentido.

La actividad sexual es para muchos jóvenes un signo de superioridad y logro y la conquista un motivo de jactancia. Es muy imposible por tanto que los informes respecto al comportamiento sexual masculino tiendan a ser exagerados. Por el contrario en las muchachas, la actividad sexual no es siempre un motivo de orgullo.

Por otro lado Ibarra (1997) indica que la tasa de natalidad disminuye en diversas sociedades. No obstante, hay un grupo en el cual aumenta: el de las adolescentes. La proporción de las adolescentes embarazadas que deciden llevar a término de embarazo es elevada, a pesar, de la falta de preparación psicológica, biológica, social y económica para asumir la maternidad.

Algunas son madres solteras, otras contraen matrimonios o se unen consensualmente. La presión que los padres de las adolescentes ejercen conduce a un matrimonio obligado que se disuelve rápidamente. ¿Estos padres adolescentes cumplen las funciones que se le atribuyen a la familia? ¿Quién sostiene materialmente a bebe si la madre (en ocasiones ambos padres) dependen económicamente de su familia de origen? ¿Quién transmite los valores, costumbres, normas sociales si la madre adolescente está viviendo un proceso de búsqueda de identidad, de comprensión y aceptación de normas morales y de desarrollo del pensamiento abstracto que le permite la formación de juicios morales?

Las respuestas a estas interrogantes apuntan a que son los padres de los adolescentes los que vuelven a convertirse en padres o los padres adolescentes asumen el rol paterno materno ensayando para desempeñar los riesgos que todo ello implica, sin hacer alusión a las consecuencias para la salud de la madre o el niño (Ibarra, 1997).

Asimismo, la maternidad obliga en la mayoría de los casos a interrumpir los estudios en la madre adolescente y si logra continuarlos con la ayuda de la familia de origen debe reestructurar su perspectiva futura.

La maternidad en la adolescencia es fundamentalmente no planificada, ocurre accidentalmente y en muchos casos es un bebé no deseado con las repercusiones psicológicas que ello implica (Ibarra, 1997).

Las investigaciones muestran que las edades de iniciarse en las relaciones sexuales ha disminuido (12 -14 años) sin embargo, rara vez buscan ayuda anticonceptivos hasta que llevan un año sexualmente activa. Cuanto más joven comienza tener contacto sexual, más se demora en buscar ayuda en la anticoncepción. Algunos desconocen la relación de la actividad sexual con la reproducción, fabulan que como no desean tener un bebé no lo tendrán. Otros no lo emplean por falta de información sexual (Aranda, 1999)

Aunque los estudiosos apuntan hacia la problemática hacia la madre adolescente también el adolescente padre se ve afectado. Si el joven se compromete con la adolescente que ha embarazado tiene decisiones que tomar. Si se decide por proponer el aborto, por continuar el embarazo o por contraer matrimonio estas decisiones afectaran su futuro.

En este momento necesita ayuda para manejar sus sentimientos y apoyo en la toma de decisiones para lo cual probablemente no ha sido entrenada. Estos entre otros son problemas que presentan algunos adolescentes y que su conocimiento por parte de los adultos que lo rodean permitirá un manejo adecuado de los mismos y la búsqueda de soluciones a estos problemas (Aranda, 1999).

Por todo lo anterior un punto que es de suma importancia en la adolescencia es la elección de pareja lo cual implica además pasar por una serie de etapas o procesos como puede ser el enamoramiento y el noviazgo antes de que se decida elegir una pareja formalmente.

4.2 Elección De Pareja

Durante la adolescencia Alberoni (1984) explica que es donde se ensayan los caminos amorosos y se construye la propia identidad, comienza el interés por el sexo opuesto o por el mismo (dependiendo de las preferencias sexuales) comienzan los primeros acercamientos

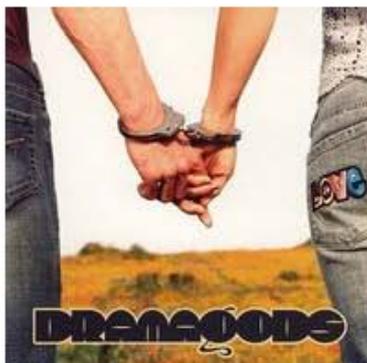
para tener una relación amorosa. ¿Pero en realidad que sucede con los adolescentes que los lleva a tomar la decisión de tener a alguien a su lado?

Con el fin de experimentar nuevos sentimientos, se comienza por una etapa de enamoramiento en donde es común que la persona enamorada experimente sensaciones de frío, calor, tener taquicardia, ponerse a temblar, enrojecerse ante la presencia del chavo o chava, o con solo oír su nombre. Se vive con gran intensidad, pero también con gran inseguridad, llegando a sentir desde la alegría más absoluta a la tristeza más profunda por el miedo al rechazo (Alberoni, 1984).

Los pensamientos se vuelven obsesivos, es común escuchar frases como, “no puedo dejar de pensar en él o en ella”. Se esta pendiente de una palabra de afecto de una sonrisa, una mirada, una llamada de teléfono pero aseguramos de que existe una correspondencia.

El comportamiento es compulsivo en donde un impulso nos lleva a frecuentar los lugares donde pasa; hablar continuamente de él o ella, de sus características físicas, de su personalidad. Nos sentimos totalmente seducidos por esa persona, todo cuanto hace o dice es maravilloso. Tiene gracia, es inteligente, valor, honradez, coherencia. El enamoramiento puede manifestarse bruscamente o como la transformación de una relación que se inicio como amistosa (ídem).

Cuando se esta enamorado (a), se desea estar el máximo posible del tiempo con la persona amada, incorporarlo a nuestro mundo, a nuestra vida. Se busca contacto a través de la piel, la mirada, se busca su proximidad, sentir su energía.



Bee (1987) expresa que vivir en el enamoramiento es como estar en otro mundo, es vivir en la fantasía. No vemos al amado como es, si no que solo vemos algunas de sus partes, aquello que deseamos ver o que deseamos que tenga. Lo convertimos en la pareja ideal interpretando su comportamiento en base a la fantasía. En realidad nos imaginamos como es y nos lo creemos, a veces acertamos en algo pero otras después de este periodo, incluso se llega a pensar “como me pude enamorar de esa persona, como no me di cuenta de cómo era, antes no era así”. Es la idealización del ser amado.

Todo cuanto hace o dice parece hermoso, no tiene defectos, incluso no entendemos como alguien puede verle alguno, incluso si vemos algo que en otra persona sería negativo, en el ser amado no tiene importancia. En este periodo se altera nuestra manera de vivir el tiempo y el espacio, no existe otra realidad que el ser amado. El tiempo parece muy corto en su presencia y muy largo en su ausencia.

Cuando una persona esta enamorada es fácilmente reconocida por los otros a través de todo un lenguaje corporal, la forma de mirada al otro, de escucharle, de sonreírle. Enamorarse produce placer, nos volvemos más receptibles con todos los sentidos, somos capaces de detectar sutiles cambios de voz, de la mirada, del gesto, nos permitimos sentir más las emociones y todo nuestro organismo se revitaliza (Aranda, 1999).

También aumenta nuestra autoestima, nos sentimos más seguros e importantes, queridos (as), incluso aquellos aspectos que antes no nos gustaba de nosotros mismos, ya no somos tan importantes. Es como si de repente nos sintiéramos hermosos, útiles, inteligentes, fuertes, deseados (as) y nos convertimos en todo aquello que queremos ser o que el otro cree que somos.

Sin embargo, cuando nos enamoramos aparece la siguiente creencia; que la otra persona ha de corresponder (de lo contrario es injusto).

El enamoramiento como todos los procesos internos, se produce individualmente y a veces maravillosamente se da a dúo, pero en otras ocasiones no es correspondido. En este caso es cuando unido al placer del enamoramiento aparece la tristeza, la melancolía amorosa. Es una experiencia que nos une queramos o no, con la persona amada incluso aunque eso no quiera.

Le amamos intensamente y le hacemos objeto de nuestro deseo, de nuestra ilusión y fantasía. Pero la otra persona puede no sentir lo mismo. El enamoramiento no es algo voluntario, ni se puede crear, ni hacerlo desaparecer, existe o no existe. Es un proceso que hay que pasar como el desamor.

El enamoramiento dura un periodo más o menos largo tras el cual pueden suceder dos cosas concluye o se transforma. Se va pasando a un mayor contacto con la realidad, comenzamos ver al amado (a) también en aquellos aspectos que nos gustan. (Rojas, 1998 citado en Alberoni, 1984)

En muchas ocasiones, en los adolescentes puede suceder que el enamoramiento concluye y con ella la relación: Cuando desidealizamos a la persona amada, observamos que dista mucho de lo que era en nuestra fantasía, de nuestras expectativas de relación. Nos damos cuenta entonces de que tenemos valores y formas de ver la vida muy diferente. Desaparece la magia, la vibración de los cuerpos, es decir, nos desenamoramos.

Esto es lo más frecuente en los enamoramientos. Son vividos como una experiencia hermosa, intensa pero fugaz. Muchos enamoramientos surgen para concluir formando el aprendizaje de la vida.

El enamoramiento se transforma en una relación consolidada: Desaparece la idealización pero la persona que descubrimos nos llena, nos gusta y decidimos compartir nuestra vida con ella. Desaparecen muchas de las reacciones físicas típicas de la etapa del enamoramiento, dando paso a un amor profundo y comprometido, en el que los dos miembros de la pareja se preocupan el uno por el otro y se cuidan mutuamente.

El amor y el desamor forman parte de la vida, se necesita vivir estas experiencias aprendiendo de ellas, tomándola como oportunidades que nos ofrece la vida en proceso de nuestro desarrollo como personas. No debemos olvidarnos de que las crisis nos ayudan a renovarnos, a generar nuestros propios recursos, que nos ayudan a afrontar la vida de una forma más positiva y feliz. No tenemos por que vivir la ruptura a morosa como un fracaso, sino como una evolución hacia algo más positivo, aprendiendo a confiar en nosotros mismos y en el propio proceso de la vida.

Por otra parte Aranda (1999) describe al noviazgo como una relación que experimentan dos personas que se atraen, con el fin de elegir a una pareja, que sea lo más cercano a sus expectativas, para que ambos puedan desarrollarse plenamente, tengan oportunidad de cultivar sentimientos y obtener satisfacción a la necesidad de compañía y cercanía.

El noviazgo tiene funciones muy útiles, que si bien no garantizan el éxito de una relación de pareja, si permiten analizar y establecer lo que se aspira en una vida en común.

Conocerse a sí mismo y a la pareja, la pareja es un espejo en donde se proyecta lo propio. Descubrir la visión que tienen del mundo, valores, sentimientos profundos, afectos, gustos, aficiones, debilidades, actitudes, etc.

Aunque este conocimiento es muy relativo porque se van presentado cambios a lo largo de la vida o cuando se vive con esa persona.

Comunicarse empieza consigo mismo, internamente, aclarando, reflexionando sobre proyectos, ideas, ambiciones, sentimientos y posteriormente expresarlo a la pareja. La comunicación constituye la columna vertebral de toda relación de pareja.

Compartir cultivar y conocer la capacidad de dar y recibir en lo afectivo y lo material, prestando especial atención en la forma de disponer y distribuir los recursos económicos, ya que son fuente de muchas discusiones en la vida en común.

Intimar cuánta apertura existe en la pareja en relación a sentimientos, pensamientos, ideas y que se obtiene, incluyendo la intimidad sexual. Intimar es conocer, comunicar y compartir pero en un nivel de confianza superior. El nivel de intimidad se eleva al conocer los orígenes, historias, sueños, ilusiones de la otra persona y se construye cotidianamente.

Medir expectativas amarse no es suficiente, hay que buscar que exista un nivel aceptable de entendimiento o coincidencia en proyecto de vida, compatibilidad en valores, actitudes, visión del mundo, solidaridad, compañía. Si no hay afinidad en aspectos fundamentales puede ser muy desgastante la negociación.

Junto al despertar sexual de la y del adolescente, comienza a darse un interés especial por el sexo opuesto, el cual inicialmente se presenta de forma tímida y pausada, pero que es vivido con gran intensidad.

Esta marcada atracción por miembros del sexo opuesto se halla circunscrita dentro de la conformación de la identidad sexual, al permitirle paulatinamente ensayar roles específicos dependiendo del género, mujer u hombre, y que contribuye a confirmarla (o).

Inicialmente las relaciones amorosas parecen ser de una duración y profundidad limitadas, y aparece el enamoramiento apasionado, el cual Aberastury (1984) lo plantea de la siguiente manera:

Adquiere características singulares en la adolescencia y presenta todo el aspecto de los vínculos intensos pero frágiles de la relación interpersonal, siendo amores de una gran intensidad pero volubles y de corta duración. Así se presenta el 'amor a primera vista' el que no sólo puede no ser correspondido sino que incluso puede ser totalmente ignorado por la parte amada de la pareja, como ocurre cuando ese ser amado es una figura idealizada, que tiene en realidad las características de un claro sustituto parental.

Se podría afirmar que lo que el o la adolescente buscan en el otro (a) no es al otro como persona, sino a ella o a él mismo, lo que les permite reencontrarse consigo misma (o) e ir conformando paulatinamente la identidad sexual.

Para Pick (1993) las relaciones de pareja entre adolescentes tienden a ser inestables y poco duraderas, y son más bien un estar juntos durante algún tiempo, que funcionan como ensayos de rol sexual preparatorias para una vida de pareja adulta. Consecuentemente, para que el o la adolescente pueda estar preparado para compartir en pareja, deben haber resuelto la problemática de las primeras etapas del desarrollo, así como tener solventado el conflicto con los padres.

Dentro de la adolescencia es muy importante tener en cuenta que la comunicación con los demás es un vínculo que tienen los adolescentes; que muchas veces no saben cómo establecerla, por lo cual es primordial que conozcan y aprendan a tener una comunicación asertiva con las personas que los rodean.

4.3 Comunicación Asertiva

La adolescencia es la edad de las experiencias, pone en marcha cierta máquina: su visión del mundo, sobre sus padres (no son tan perfectos como parecían), las chicas (son más complicadas de lo que se creía); en suma, es el gran momento de las hazañas, de las desilusiones, de la formación de la personalidad. Por último lo que hará en su futuro; ha de construirse un proyecto de vida que se base en determinados valores abstractos (amistad, generosidad, cultura, situación social, etc) o concretos (la cuenta bancaria, la casa, los viajes con los compañeros, la economía familiar, etc). Este proyecto debe realizarse con los medios que están a su alcance, los inconvenientes que se le imponen, lo que trae muchos dolores de cabeza.

Por lo anterior Papalia (1978) dice que el ser humano desarrolla la capacidad de comunicación dentro de su núcleo familiar, en el aprende a entender los mensajes emitidos por los diferentes integrantes de la familia, lo cual le da las herramientas para interactuar

posteriormente en su medio social. La comunicación es un proceso continuo de expresión de necesidades, deseos y sentimientos mediante los mensajes que emitimos y recibimos.

La asertividad es un conjunto de principios y derechos que mejoran la vida personal ya que facilitan la comunicación humana, su esencia radica en la habilidad para transmitir y recibir mensajes haciéndolo de forma honesta, respetuosa, directa y oportuna. La asertividad es una forma de vida que se hace un hábito profundo, la asertividad se inserta en el primer hábito; el ser proactivo, el ser responsable de nuestro propio destino y de nuestras respuestas ante cualquier circunstancia.

En el ser proactivo no es que no exista sufrimiento humano, existe, pero nos hace fuertes, y nos daña. La asertividad es la herramienta para descubrir en la relación humana, donde no hay ganadores y perdedores, hay solo seres que se relacionan respetuosamente y ambos ganan.

La asertividad, se construye en todo un modelo que sigue principios generales, de dentro hacia fuera, de construir fortalezas en nuestra persona, para después poder exteriorizar un desempeño que sirva a los demás, es así como se parte del respetarte a ti mismo, para respetar a los demás, le continúan a estos dos principios asertivos ciertas habilidades instrumentales que favorecen la comunicación real.

- ✓ El ser directo, nos hace ser claros en el mensaje que queremos dar, sin rodeos, con el contenido exacto pero respetuoso.
- ✓ El ser honesto, significa que nuestra palabra, nuestro creer y nuestro hacer son congruentes, no engañamos a las personas que nos rodean, quien nos engaña pierde nuestra confianza y se rompe la comunicación, se es inasertivo.
- ✓ El ser apropiado, implica conocer la oportunidad exacta en que tenemos que intervenir para decir o hacer manteniendo un derecho o principio asertivo.
- ✓ El control emocional implica que podemos y queremos acertar e gobernar nuestras emociones, desde luego, ante la agresión, nuestra respuesta debe ser defender nuestro

propio derecho, la decisión de cómo hacerlo hace necesario no dejarnos llevar por la reactividad personal.

- ✓ El saber decir, nos involucra en la gran responsabilidad del manejo de las palabras y su poder para construir o destruir.
- ✓ El ser positivo, nos envuelve en la intencionalidad de cambio hacia la mejora, nos hace ser receptivos a detectar las oportunidades y a desechar las amenazas sorteándolas, sin estar desangrándolas siempre (Pick, 1993).

El lenguaje no verbal descubre nuestra emoción y sentimiento que involucramos con la relación, los gestos corporales no mienten; aún cuando digamos ¡que gusto me da verte!; puede nuestro lenguaje en el rostro, en el gesto, decir todo lo contrario, debemos, o bien gobernar nuestras emociones o moderar aquello que decimos, para que lo que decimos sea congruente con aquello que expresamos corporalmente.

Entre los derechos asertivos, los cuales son puntos a sostener ya a hacer valer ante nosotros mismos y ante los demás, quien más lesiona nuestros propios derechos asertivos, es nuestro yo, somos nosotros mismos, cuando no nos respetamos y por sobre nuestro propio derecho hacemos valer los de los demás.

Anguiano (2000) menciona que el ser asertivo implica ciertas conductas como las siguientes:

Tener una comunicación intrapersonal muy efectiva consigo mismo: Ser conscientes de nuestros pensamientos, sentimientos, motivaciones, necesidades y deseos sin juzgarlos, administrar nuestras emociones y asumir la situación de manera responsable.

Encontrar el valor que se tiene por quien se es, la consciencia de ser tan importantes como cualquier otra persona en este planeta. No más importantes, pero tampoco menos, ni el mejor ni el peor, todos igual de importantes. Es administrar nuestras emociones y asumir la situación de manera responsable. Saberse y sentirse bien por los talentos recibidos y por las

cualidades desarrolladas. Es reconocer que nuestra inteligencia es suficiente para valorar nuestras situaciones, y tomar decisiones sin necesidad de la aprobación de otros.

Haber aprendido a reconocerse, y esto representa tener una imagen positiva de si misma(o), y un sentimiento positivo que se han logrado a través de un aprendizaje continuo, idealmente el ser asertivos debería de llevarnos a trabajar conscientemente hacia una solución de "Ganar – Ganar" esto significa asegurarnos que todas las partes involucradas encuentren satisfacción a sus necesidades tanto como sea posible.

Es un sentido de igualdad fundamental en todo. Es también la disposición a sintonizarnos con la experiencia de otros sin saltar a conclusiones ni juicios acerca de ellos o nosotros, desarrollar la habilidad de aplicar el raciocinio derivado de la experiencia para tomar decisiones responsables y beneficiosas (ídem).

Es la disposición de lograr lo que deseamos manteniéndonos conscientes que los resultados dependen de muchos factores, sin embargo es válido mantenernos flexibles al elegir y si es necesario permitirnos cambiar de opinión.

Es asumir riesgos calculados, pero sin evadir la realidad, aceptar que existen situaciones más allá de nuestro control, y mantenernos confiados que al permanecer centrados en aquellas que si podemos influenciar, la mayoría de nuestras necesidades serán satisfechas.

La asertividad es innata y aprendida. De manera que el camino hacia la asertividad, puede convertirse en un aprendizaje, un proceso nuevo de descubrimiento de las potencialidades que se tienen en una relación consigo mismo es un comportamiento aprendido. Si corremos con la suerte de contar con buenos modelos de personas asertivas durante nuestra infancia, será natural para nosotros desarrollar ese hábito, de otra manera posiblemente nos encontremos en la situación de desear cultivarlo.

Los hombres y a las mujeres tradicionalmente tienen la orientación social de formas diferentes. En ocasiones es socialmente aceptable para los hombres ser agresivos, mientras que se espera que las mujeres sean pasivas y sumisas, en la actualidad la realidad es otra.

Algunas mujeres al intentar romper el "molde" sumiso con el que pretende "etiquetarlas" la sociedad frecuentemente creen que la única manera de hacerlo es adoptando la postura diametralmente opuesta, la de la agresividad, al mismo tiempo que reconocen que el comportamiento agresivo es poco femenino.

Es entonces cuando consideran ser asertivas, lo cual, a diferencia de la agresividad, si es compatible con la feminidad. Podemos decir que el primer paso hacia la asertividad se genera en la relación del ser humano consigo mismo.

Algunas personas sobre todo los adolescentes evitan ser asertivas porque temen desagradar a otros y no ser aceptados por esto. Sin embargo, aunque se podría evitar una desavenencia inmediata al evitar ser asertivos, a la larga podría lastimarse la relación. Esto también podría suceder si se evita hacer valer sus derechos y permite que se aprovechen de usted una y otra vez.

Algunas personas encuentran dificultad en ser asertivas por actitudes negativas aprendidas durante la infancia, en esos casos ayuda concentrarse en lo positivo en uno mismo, los demás y la situación (ídem).

Para los adolescentes en la mayoría de las ocasiones es muy difícil el ser asertivos pero una forma de ayudarles es hacerles entender que tienen que tener una visión positiva de la vida y un sentido de su valor como seres únicos, tienen que tener claros sus derechos y responsabilidades, resulta útil expresar algo positivo a cada persona con quien traten en el día, aunque sean solo pequeños detalles, y recordarles que estos pueden hacer grandes diferencias.

Finalmente Anguiano (2000) menciona que los rasgos de una persona asertiva son los siguientes:

Las personas asertivas son personas comunes y corrientes, y pasan desapercibidas hasta que se encuentran ante una situación en la que es necesario negociar, es entonces cuando se diferencian por:

Saber lo que quieren: es decir no tener dudas acerca de lo que desean o se proponen

Asegurarse de ser justos: quiere decir aceptar las circunstancias tal y como se presentan siempre y cuando sea algo razonable

Solicitar lo que desean con claridad: es decir aprender a pedir las cosas de la mejor manera posible

Mantenerse calmados: esto puede realizarse ante situaciones probablemente incómodas o desagradables

Aceptar la crítica y el elogio con ecuanimidad: es decir no exaltarse ante la posibilidad de que alguien exprese lo que siente ante uno

Expresar elogios y afecto abiertamente: no temer al decir los sentimientos o los pensamientos ante otras personas

Ventilar constructivamente sus emociones negativas: poder decir los errores o traspiés que se lleguen a tener

Como se puede ver son simples detalles, pero al combinarlos y aplicarlos eficazmente se puede lograr grandes cambios positivos para todas las personas que se desee y principalmente para los adolescentes quienes debido a que atraviesan por situaciones muy complejas para ellos muchas veces son difíciles de practicar y poder manifestarse asertivamente.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN CON GRUPOS DE ADOLESCENTES DESDE EL ENFOQUE HUMANISTA

5.1 Justificación Metodológica

La presente propuesta de intervención con un grupo de adolescentes de Escuela Secundaria esta hecha con base a un diseño cuasi-experimental debido a que es un diseño en donde no hay un control exacto de las variables, ni sobre la selección de los sujetos.

Por otro lado el método utilizado será el fenomenológico ya que nos va a permitir estudiar la realidad individual cómo es vivida por cada uno de los sujetos, ya que es única y exclusiva de cada persona.

A través de este método, el estudio de los fenómenos de la adolescencia que son vividos y experimentados por cada uno de los jóvenes de manera distinta permitirá descubrir los acontecimientos singulares de cada sujeto, conociendo las propias experiencias y entendiendo lo complejo que puede ser para cada persona el describir las sensaciones y sentimientos que las caracterizan, debido a que éstas experiencias son únicas y quizás poco entendibles para los demás, pero esas usanzas son las que lograrán formar a cada una de las personas y enriquecen su experiencia humana.

Es por ello que Sampieri (2003), describe que este tipo de enfoque consiste en reconstruir la realidad, tal como la observan los actores de un sistema social previamente definido.

En términos generales, los estudios cualitativos involucran la recolección de datos utilizando técnicas que permiten medir sin asociar las mediciones con números, tales como observación no estructurada, entrevistas abiertas, revisión de documentos, discusión en grupo, evaluación de experiencias personales, inspección de historias de vida, etc.

Diversos autores como Grinnell (1997, citado en Sampieri 2003), describen a estas investigaciones como estudios que se conducen básicamente a ambientes naturales, donde los participantes se comportan como lo hacen en su vida cotidiana; en donde los significados se extraen de los datos y se presentan a otros, y no necesitan reducirse a números, ni necesariamente analizarse de forma estadística.

Por otro lado se define a estos estudios como descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones, conductas observadas y sus manifestaciones. Un estudio cualitativo busca comprender su fenómeno de estudio en su ambiente usual (cómo vive, cómo se comporta y actúa la gente, qué piensa, cuáles son sus actitudes, etc.)

Los estudios cualitativos no pretenden generalizar de manera intrínseca los resultados a poblaciones más amplias, ni necesariamente obtener muestras representativas. Asimismo se fundamentan más en un proceso inductivo; van de lo particular a lo general.

Finalmente los estudios cualitativos dan profundidad a los datos, la riqueza, la contextualización del ambiente o entorno, los detalles y las experiencias únicas. También aporta un punto de vista fresco, natural y holístico así como flexibilidad (Sampieri, 2003).

Es por todo lo anterior que el método fenomenológico es importante ya que el ser humano atraviesa toda una serie de cambios a lo largo de su ciclo de vida; es decir, a lo largo de su desarrollo. Una etapa crucial es la adolescencia ya que como se expuso anteriormente es una etapa de dudas, de vivencias, de choques con su entorno.

Si bien somos seres sociales, generalmente es al adolescente al que se le tacha por rebelde, se le limita ante su hambre de vivir, se le considera infantil pero al mismo tiempo se le considera un adulto y se le dan obligaciones que tal vez aun no le corresponden.

Es una etapa de confusión que desencadena un anhelo de respuestas a sus dudas, pero esto es un arma de doble filo pues las respuestas inmediatas a lo que le ocurre generalmente las encuentra con la persona más próxima: un igual y es aquí donde la información que le es necesaria puede ser distorsionada y crear en el toda una serie de conflictos, confusiones y problemas emocionales serios. Desafortunadamente ya la sociedad ha impuesto una etiqueta al adolescente, se le considera como una persona problemática.

Se sabe que existe mucha información acerca de este tema, incluso hay varios talleres que pretenden ayudar al adolescente; sin embargo esta propuesta va mas allá de eso; no se pretende de ninguna manera juzgar, lo que se busca es crecer junto con la población adolescente y ambos a la par, ir descubriendo el mundo que nace ante los ojos de ellos, sin reglas, sin estereotipos, y con muy poca directividad.

Por lo que, al haber mucha información e investigación de adolescencia, se considera que no hay, por lo menos en muchas poblaciones un taller donde se de acompañamiento en dos sentidos: a nivel vivencial junto con otro grupo de iguales y por otro lado, acompañamiento individual, según sean las necesidades de cada integrante del taller. Aunado a esto el taller tiene la intención de ofrecer otro panorama ya que la información que se proporcionara será bidireccional, siendo el grupo de participantes quienes dirijan el taller como coordinadores.

Por lo tanto el encuadre del presente taller es que los participantes por medio del taller vivencial expongan sus conocimientos y sentimientos en cuanto a diversos temas que se trataran a lo largo del taller, siendo un espacio por y para ellos, además que los participantes construyan sus propias herramientas para encontrar la superación personal.

5.2 Metodología

Participantes: El taller está diseñado para 20 adolescentes que cursan el tercer año de secundaria de entre 14 a 16 años.

Escenario: El taller se deberá llevar a cabo en un salón utilizado para clases en la escuela secundaria que cuente con las condiciones adecuadas de iluminación y ventilación y cuente con sillas, mesas y un escritorio.

Materiales.

Hojas blancas	Tijeras
Pegamento	Rotafolios
Gises	Recortes de revistas
Cerillos	Tijeras
Cinta adhesiva	Plumones de colores
1 caja de cartón	1 fotografía por persona
Estambre	Plumas
Lápices	Limones
2 Cestos	

5.3 Procedimiento.

Objetivo General:

Que los participantes reflexionen acerca de su proceso de cambio y desarrollo como adolescentes desde el punto de vista físico, psicológico y social, por medio de un taller de crecimiento personal

Objetivo (s) particular (es):

- Aplicación de un cuestionario previo a las actividades que se realizaran con el objetivo de evaluar los conocimientos de los jóvenes acerca de los temas sobre la adolescencia
- Los adolescentes adquirirán los conocimientos necesarios para formar una reflexión acerca de los temas que se impartirán en el taller
- Confirmar a través de la aplicación de otro cuestionario que los adolescentes lograron analizar los conocimientos que se les impartieron a lo largo del taller.

TITULO: BIENVENIDA

PROPOSITO: Que los participantes conozcan los temas que serán tratados durante el taller

ACTIVIDAD	TIEMPO	EJE TEMATICO	AVTIVIDADES	RETROALIMENTACION	MATERIAL
Presentación personal	15 min.	Se dice que la adolescencia es una etapa de transición ya que es la línea divisoria entre la seguridad de la niñez y el mundo desconocido del adulto, en cierto sentido, la adolescencia ha venido a ser una etapa del desarrollo humano con naturaleza propia, distinta de las demás, un periodo de transición entre la niñez y adultez, esta etapa se experimenta cambios que se dan a escala social, sexual, físicos y psicológicos (Papalia, 1978)	-Cada uno de los integrantes del taller, tanto como coordinadores como participantes se presentaran ante los demás. Se desea que todos los participantes se conozcan esperando formar un ambiente agradable para todos.	- Se les dará la bienvenida de una manera calurosa esperando que todo el taller sea de su agrado e interés personal.	
Presentación de temas	15 min.		-Se explicarán brevemente los temas que serán vistos durante el taller, esperando que sean de interés de los jóvenes	-Una vez dichos los temas a tratar se les pedirá que ellos mismos opinen acerca de que les parece como es que se va a llevar a cabo el taller y que les gustaría que se tratara además de los ya dicho.	Rotafolios con los temas a tratar
Evaluación	15 min.		-A cada uno de los integrantes del taller se les proporcionara un cuestionario, con diversas preguntas relacionadas con los diversos temas que se trataran durante todo el taller. Esto con el fin de saber los conocimientos que tienen sobre estos temas	-Después de recoger los cuestionarios se les indicará que se revisaran sus evaluaciones para que en base a la información que ahí proporcionaron es como se vera en que temas ellos necesitan mas apoyo e información.	Cuestionarios
Acuerdos y Reglas	15min.		-Después de haberles aplicado los cuestionarios a todos los jóvenes se les pedirá que ellos mismos pongan los acuerdos y las reglas para el taller, debido a que son ellos quienes serán parte importante y deben sentirse a gusto.	-Una vez que se haya quedado de acuerdo se les reiterará que este taller es para y por ellos y lo que se pretende es ayudarles un y orientarlos un poco.	Gises.

SESION: 2

TITULO: CONOCIENDOME

PROPOSITO: Que los jóvenes reporten sus sentimientos ante las actividades que realicen.

ACTIVIDAD	TIEMPO	EJE TEMATICO	ACTIVIDADES	RETROALIMENTACION	MATERIAL
Resumen	10 min.	En adolescencia, el grupo de compañeros y amigos de la edad adquieren extrema importancia., ofrece respaldo al sentido de realidad, y satisfacen la necesidad que el individuo tiene de confrontar sus fantasías y sus realidades, tanto en torno a la vida social presente, como en torno a la relación con sus padres del ahora y sus padres de la infancia. El grupo adquiere funciones auxiliares de la autocrítica y de la auto observación;	-Como primer punto se les pedirá que entre todos se haga un resumen o recordatorio de lo que se trato en la sesión anterior.	-Una vez recordado lo de la sesión anterior se les indicara que todas las sesiones se hará lo mismo con el fin de propiciarla participación de cada uno de los jóvenes además de que no se olvide lo que se va viendo.	
El limonero	25 min.	por otro lado, permite la actuación impulsiva y a veces antisocial mitigando la culpa en la disolución con le grupo, lo que representa propiamente un mecanismo defensivo (López, S-F)	-A cada uno de los participantes se les pedirá que escogían un limón del cesto de paja; el que ellos quieran. -Una vez que tengan su limón se les dirá que lo observen muy bien destacando sus características como olor, tamaño, rugosidad, etc., -Posteriormente se les pedirá que regresen los limones al cesto para ser revueltos y finalmente después de unos segundos se les dirá que con los ojos cerrados todos al mismo tiempo tomen un limón.	-Como retroalimentación se les preguntara cuantos de ellos están seguros de haber tomado su limón, como es que lo sabrán que características se los indican y Finalmente se hará una comparación preguntando como es que entre todas las personas sabemos reconocer a alguien o a nosotros mismos como nos reconocemos, que diferencias hay entre cada persona y que es la que las y nos caracteriza. -Con lo anterior se espera la participación de todos los jóvenes así como hacerles reflexionar	Un cesto de paja Limones
Como la palma de mi Mano	25 min.		Una vez terminado la actividad anterior y visto que cada una de las personas tenemos características diferentes que son las que nos conforman como personas se les dará a cada joven una hoja en blanco y un lápiz y de les dirá que tracen el contorno de su mano y que se imaginen que están dejando su huella ahí. -Después se les dirá que oculten la mano que trazaron para que no la vean y se les pedirá que tracen todas las líneas de la palma de su mano hasta donde puedan acordarse, esto con el fin de saber si realmente se conocen a si mismos y saber que tan difícil es saber que es lo que les caracteriza como personas.	Por ultimo la retroalimentación se dará con base a qué tan difícil fue para cada uno acordarse de todas las líneas de su mano así como saber y reconocer todas las características que tiene cada uno y si realmente se conocen a si mismos como la palma de su mano.	Hojas blancas Lápices

SESION: 3

TITULO: AUTOCONCEPTOS

PROPOSITO: Los participantes describirán los conceptos de autoestima y autoconcepto,

ACTIVIDAD	TIEMPO	EJE TEMATICO	ACTIVIDADES	RETROALIMENTACION	MATERIAL
Resumen	10 min.	La característica mas importante de la etapa adolescente es la búsqueda de la identidad, la definición del papel que se asumirá en la sociedad en diferentes aspectos, laboral, familiar, sexual, cultural entre otros. Los adolescentes necesitan desarrollar sus propios valores y muchas veces lo hacen cuestionando lo que les han sido transmitidos en las familias y la sociedad (Castillo, 1998)	- Se hará primeramente el resumen de la sesión anterior con la participación de todos los jóvenes, resaltando los puntos mas importantes	- Se les agradecerá por el participar y se les estimulara positivamente para que cada sesión sea de mucho mejor manera.	
Construyendo autoconceptos	15 min.		Se les pedirá a los jóvenes que entre todos se vayan construyendo la definición de autoconcepto y autoestima y todas las ideas se irán escribiendo en el pizarrón para así tener una idea mas amplia Una vez escrito todas las ideas se hará una definición con la que todos estén reacuero	-Los coordinadores darán una explicación más clara y amplia de los conceptos en caso de que los muchachos no les quede claro cada uno de los conceptos con el fin de que los comprendan claramente.	Gises
El cerillo contra reloj	20		- Todos los integrantes incluyendo los coordinadores se pondrán en círculo. Uno de los coordinadores empezará la actividad encendiendo un cerillo y sosteniéndolo con sus dedos empezara a describir cada una de las cualidades que lo caracterizan con el fin de que los demás lo conozcan antes de que el cerillo se termine. -Posteriormente se pasarán los cerrillos a otra persona que tendrá que hacer lo mismo y así sucesivamente hasta que todos lo hayan hecho	-Finalmente dentro de la retroalimentación se discutirá el si fue o no difícil describirse a si mismos. Además de que será muy gratificante conocer aun mas a cada uno de los participante y como es que se consideran a si mismos.	Una caja de cerillo
Enviando un mensaje	15 min.		Una vez terminado la actividad anterior se le proporcionara a cada uno de los jóvenes una hoja de papel en la cual tendrán que escribir una característica positiva de un compañero que se le asignara. Posteriormente esa hoja tendrá que ser pegada en el pecho de cada compañero para poder ser leída por todos.	-Una vez leído la característica positiva de cada uno se les invitara a que esa hoja la guarden y que recuerden que lo escrito ahí es algo muy bonito de cada uno y que esa característica además de muchas otras es lo que los hace ser únicos y especiales y cada vez que se sientan mal o tristes recuerden eso	Hojas blancas Plumas Cinta adhesiva

SESION: 4

TITULO: AUTOESTIMA

PROPOSITO: Los participantes se sensibilizarán ante el respeto y amor por uno mismo, y ante sus sentimientos, triunfos y fracasos en diferentes situación

ACTIVIDAD	TIEMPO	EJE TEMATICO	ACTIVIDADES	RETROALIMENTACION	MATERIAL
Resumen	10 min.	Un adolescente utiliza su imaginación creativa para formarse una realidad autónoma y diferente de la de su niñez y de la que le ofrecen los padres. Por ello construye su propia realidad imaginaria a través de diversas actividades, como, su diario íntimo, el rincón personal, las nuevas aficiones, la pasión por la ficción, por la poesía y amores platónicos. Todos estos intereses requieren soledad o compañías escogidas: precisamente, el culto de la amistad es típico de esta edad, se comienza a experimentar emociones de tristeza, alegría y enojo por los amigos, todo esto además de muchos otros factores es lo que conforman la autoestima para ellos (Ituarte, 1994)	-Al igual que en cada una de las sesiones anteriores se hará el resumen de lo visto en la sesión anterior	-Se les invitará a que sigan participando y se les felicitará por el interés puesto en todas las actividades.	
No hagas lo que no quieres que te hagan	25 min.		-Una vez hecho el recordatorio de la sesión anterior y habiendo quedado el concepto de autoestima, se proporcionará una hoja en donde tendrán que escribir algún castigo que les gustaría aplicarle a alguno de sus compañeros Posteriormente se les pedirá que el papel lo depositen en un cesto para que sea leído por los coordinadores frente a todos, pero en lugar de que el castigo sea para el compañero que lo pensaron tendrá que ser hecho por ellos mismos, con el fin de que se concienticen acerca de lo que ellos hacen pero que no les gustaría que les hicieran.	-La retroalimentación se dará en base a si a ellos les gustaría que les hicieran cosas como las que pensaron hacerles a sus compañeros y si eso no les afectaría a su autoestima además de cómo se sentirían ante esa situación. -Por lo que se les invitará a que antes de realizar cualquier cosa piensen primero antes de hacerlo.	Hojas blancas Cesto Plumas
La bandera personal	25 min.		-A cada uno de los jóvenes se les proporcionará una hoja blanca y un plumón del color que ellos quieran -Se les indicará que en esa hoja dibujen una bandera de la forma que más les guste y que la dividan en 6 partes -Una vez dibujada su bandera se les pedirá que en los primeros 2 espacios escriban un sentimiento que los caracteriza y que para ellos es importante, en los siguientes 2 espacios, dos de sus triunfos y en los últimos 2 espacios dos de sus fracasos -Finalmente se les invitará a leerlo delante de todos y reflexionar acerca de lo que escribieron	-Ya que todos hayan leído lo que escribieron que una vez más se ha conocido un poco más de cada uno y eso es muy importante ya que todos los seres humanos tenemos sentimientos, así como triunfos y fracasos. Finalmente se les agradecerá su confianza y honestidad	Hojas blancas plumones

SESION: 5

TITULO: COMUNICANDOME

PROPOSITO: Los jóvenes identificarán el concepto de comunicación, así como alternativas de ésta.

ACTIVIDAD	TIEMPO	EJE TEMATICO	ACTIVIDADES	RETROALIMENTACION	MATERIAL
Resumen	15 min.	La asertividad es innata y aprendida, de manera que el camino hacia la asertividad, puede convertirse en un aprendizaje, un proceso nuevo de descubrimiento de las potencialidades que se tienen en una relación consigo mismo es un comportamiento aprendido.	Recordar lo visto en la sesión anterior con el fin de no olvidar los puntos que se trataron	Felicitar a los jóvenes por seguir asistiendo al taller y por el interés que prestan al mismo, invitándolos a que sigan de esa manera.	Gises
Construyendo conceptos	20 min.	Para los adolescentes en la mayoría de las ocasiones es muy difícil el ser asertivos pero una forma de ayudarles es hacerles entender que tienen que tener una visión positiva de la vida y un sentido de su valor como seres únicos, tienen que tener claros sus derechos y responsabilidades, expresar algo positivo a cada persona con quien traten en el día, aunque sean solo pequeños detalles, y recordarles que estos pueden hacer grandes diferencias Anguiano (2000).	Se desarrollara teóricamente el tema, propiciando la participación de todos los jóvenes con el fin de llegar a una definición clara y comprensible para todos.	-Debido a que es un tema amplio y un poco mas complejo; se les explicara un poco mas que es la comunicación y las diferentes alternativas para poder comunicarse como el ser pasivo, asertivo o negativo; y se les darán algunos ejemplos de esto.	
Comunicando	25 min.	Para los adolescentes en la mayoría de las ocasiones es muy difícil el ser asertivos pero una forma de ayudarles es hacerles entender que tienen que tener una visión positiva de la vida y un sentido de su valor como seres únicos, tienen que tener claros sus derechos y responsabilidades, expresar algo positivo a cada persona con quien traten en el día, aunque sean solo pequeños detalles, y recordarles que estos pueden hacer grandes diferencias Anguiano (2000).	Posteriormente se les pedirá a los participantes que por parejas se sienten de frente haciendo una fila. Una vez hecho esto se les dirá que platicuen de los que ellos quieran en voz alta. Después de unos minutos se les pedirá que se acomoden en posición contraria (de espaldas) y que retomen la plática sin voltear. Finalmente se les pedirá que vuelvan a sus lugares	- Una vez terminada la actividad de las sillas, se les preguntará cómo es que se sintieron al platicar con la otra persona de frente en voz alta junto a los demás que a su vez también tenían una comunicación en voz alta con otra persona. Si eso fue agradable o si realmente entendieron todo lo que platicaban y más aun cuando estaban de espaldas sin poderse ver de frente. -Todo esto con la finalidad de que se den cuenta lo importante que es saber comunicarse con los demás Y no solo comunicarse sino además hacerlo de manera asertiva como ya se les explica anteriormente	Sillas

SESION: 6

TITULO: ELECCION DE PAREJA

PROPOSITO: Los participantes reflexionarán acerca de las relaciones afectivas que forman con otra u otras personas.

ACTIVIDAD	TIEMPO	EJE TEMATICO	ACTIVIDADES	RETROALIMENTACION	MATERIAL
Resumen	10 min.	Con el fin de experimentar nuevos sentimientos, se comienza por una etapa de enamoramiento en donde es común que la persona enamorada experimente sensaciones de frío, calor, tener taquicardia, ponerse a temblar, enrojecerse ante la presencia del chavo o chava, o con solo oír su nombre. Se vive con gran intensidad, pero también con gran inseguridad, llegando a sentir desde la alegría más absoluta a la tristeza más profunda por el miedo al rechazo Durante la adolescencia es donde se ensayan los caminos amorosos y se construye la propia identidad, comienza el interés por el sexo opuesto, los primeros acercamientos para tener una relación amorosa. ¿Pero en realidad que sucede con los adolescentes que los lleva a tomar la decisión de tener a alguien a su lado? (Alberoni, 1984).	-Como primer punto se realizará el resumen acostumbrado de lo visto en la sesión anterior con la colaboración de todos los participantes. -Se les pedirá a todos los participantes que se formen por parejas como ellos quieran, no importa si son hombre-hombre, o mujer-mujer u hombre-mujer. -Una vez formadas las parejas se les dirá que imaginen que son novios y que actúan como si lo fueran. -Que es lo que harían ante esa situación al darse cuenta que les impusieron una pareja, la cual a ellos no les gusta y con la que no tienen algo en común	-Se les agradecerá su participación y felicitará por seguir poniendo su mejor empeño al taller y a cada uno de los temas.	
La pareja impuesta	25min.		-Esta actividad se llevará a cabo pidiéndoles a los jóvenes que escriban en una hoja las características que a ellos les gustaría que tuviera la persona con quien desearían tener una relación. ¿Cómo es que tendría que ser esa persona o que debería tener para que fuera mi pareja ideal? Finalmente cada uno leerá lo que escribo y explicara porque razón le gustaría que esa persona fuera así.	-La retroalimentación se dará con base en hacerles saber y comprender que todas las personas somos capaces de escoger con que persona se quiere estar ya que nadie es quien para imponernos a alguien y la mejor decisión al escoger a alguien como nuestra pareja esta en cada uno de nosotros.	
Mi pareja ideal	25 min.			-Una vez que todos hayan leído y explicado lo que escribieron se les agradecerá la confianza y se les dirá una vez mas que son ellos mismos quienes son capaces de decidir cuando y con quien sostener una relación, siempre recordando que es los que verdaderamente desean y como les gustaría que fuera esa relación.	Hojas blancas plumas

SESION: 7

TITULO: CONOCIENDOME

PROPOSITO: Los participantes definirán los conceptos sexo y sexualidad así como los cambios por los que atraviesan durante esta etapa

ACTIVIDA	TIEMPO	EJE TEMATICO	ACTIVIDADES	RETROALIMENTACION	MATERIAL
Resumen	10 min.	El tema central de la adolescencia es el de la identidad, el llegar a saber quien es uno mismo, cuales son sus creencias y sus valores, que quiere realizar en la vida y obtener de ella. El adolescente además debe habituarse a un cuerpo renovado, con nuevas capacidades para la sensación y la acción, alterando la imagen de uno mismo en consonancia con ello. Para muchos de ellos el mundo se libidiniza, se sexualiza, hasta el punto que los hechos más inocuos pueden adquirir cierto erotismo (Aranda, 1999).	-El primer punto a igual que en las sesiones anteriores será el recordar lo visto anteriormente.	-Una vez hecho el resumen se reiterara que esto el fin de no perder el orden de las sesiones	
¿Qué es sexo y que es sexualidad?	15 min.		- La actividad se llevara a cabo haciendo la pregunta ¿Qué es sexo y que es sexualidad?, con la finalidad de que los participen y se llegue a una definición entendible. Si el tema es difícil de tratar para los jóvenes los coordinadores ayudaran a formar los conceptos para que puedan ser comprendidos.	-Una vez comprendidos los temas se les explicara porque es importante que sepan la diferencia entre cada uno. Además de les invitara a hablar con confianza de esto sabiendo que es difícil para muchos el hablar de esto.	Gises
Nombres inapropiados del pene y la vagina	15min.		-Esta actividad a igual que la anterior se llevará a cabo con mucho cuidado ya que es un tema difícil para los jóvenes. -Primero se les pedirá que en una hoja escriban todos los nombres inapropiados del Pene y la Vagina. -Se les pedirá que sean sinceros y respetuosos para con los demás y que tengan confianza ya que nadie juzgara ni criticara -Una vez que todos hayan terminado se recogerán las hojas y se leerán delante de todos en voz alta -Ya terminado de haber leído lo que escribieron se discutirá entre todos si es correcto que a algo tan importante e íntimo para cada uno se le llama de manera tan fea y si es que a ellos les gustaría que en vez de llamarlos por su nombre los llamaran así.	-Finalmente como retroalimentación se les explicara lo importante que es conocer realmente la partes de nuestro cuerpo y además llamarlas por su nombre, ya que así como debemos llamar al pene, pene y a la vagina, vagina igualmente cada persona tiene un nombre y es por el cual le gusta que lo llamen porque no le gustaría a nadie que en vez de llamarlo como se llama le dijeran otra cosa u otro nombre ofensivo o insultante.	Hojas blancas Plumas
Mi cuerpo esta cambiando	20 min.		-Esta actividad se llevara a cabo pidiendo a los jóvenes que formen dos equipos uno de mujeres y otro de hombres. -Formados los equipos se les entregara una caja de cartón la cual tendrá letreros que describirán los cambios físicos que sufren las mujeres y los hombres en la adolescencia. -Las mujeres tendrán que escoger los letreros con los cambios que les corresponden y los hombres tendrán que hacer lo mismo, y con eso formaran un esquema. -Ya terminados los esquemas se les preguntara si conocían los cambios que les ocurren durante esta etapa y cuales no conocían para poder explicarlos.	-Finalmente en la retroalimentación se les explicara la importancia que es saber los cambios que cada uno va sufriendo durante la adolescencia ya que esto es lo que los llevara a conocerse mejor y saber porque muchas veces se sienten de tal manera o porque es que al verse al espejo ya no ven al niño o niña que eran y se están convirtiendo en todos unos y unas jóvenes con aspecto diferente.	Caja de cartón Letreros pequeños de papel

SESION: 8

TITULO: MI SEXUALIDAD

PROPOSITO: Los jóvenes reflexionarán acerca de su sexualidad y como ejercerla y manejarla de la mejor manera posible.

ACTIVIDAD	TIEMPO	EJE TEMATICO	ACTIVIDADES	RETROALIMENTACION	MATERIAL
Resumen	10 min.	La Sexualidad permite ser la fuente de comunicación, una forma de expresar sentimientos	-El resumen de lo visto anteriormente se llevará de igual manera que en las sesiones anteriores.	-Una vez mas se les agradecerá su participación y se informara que el taller esta por terminar por lo que es importante que sigan asistiendo.	
La telaraña	25 min.	de ternura y afecto, un modo de proporcionar y recibir placer. También es actividad encaminada a la procreación pero solamente cuando así se desee, en forma libre y responsable. Los jóvenes han de tener en cuenta que, al comenzar a vivir su sexualidad deben de tener en cuenta de las consecuencias que les pueden acarrear sus impulsos sexuales y que incluso de tomar la elección de comenzar a tener relaciones sexuales puede producirle diversas consecuencias (Aranda, 1999).	-Todos los integrantes del taller incluyendo a los coordinadores tendrán que formar un círculo. Una vez que todos ya estén sentados uno de los coordinadores tomara la bola de estambre y se la aventara a otro compañero y diciendo algún color que le guste, una vez que otra persona tenga el estambre tendrá que hacer lo mismo; aventar el estambre a otra persona e igual decir algún color así sucesivamente hasta que el estambre se termine, y se forme una telaraña. Finalmente se les dirá que imaginen que han tenido relaciones con cada una de las personas con las que están unidas por el estambre, como es que se sentirían ante esa situación y mas aun al saber que probablemente alguna persona entre toda esa telaraña podría estar enferma y que directa o indirectamente han tenido contacto con ella.	-Una vez que todos hayan reflexionado ante la pregunta que se les ha planteado, se les explicara la importancia de saber cuando y con quien se debe tener alguna relación, ya que es importante el cuidarse porque de eso depende el tener una vida plena y saludable.	Bola de estambre
¿Cómo y cuando ejercer mi sexualidad?	25 min.		-A todos los jóvenes se les dará una hoja en la cual anónimamente tendrán que escribir como y cuando quisieran ejercer por primera vez su sexualidad. ¿Cómo es que tendría que ser esa primera vez y que quisieran que pasara? -Ya que todos hayan terminado de escribir lo que se les pidió se les recogerán sus hojas y se leerá cada una. Se le recordara que debido a que es un tema difícil de tratar para ellos es por lo que se les pidió que lo escribieran anónimamente.	-Finalmente ya que se haya terminado de leer lo que escribieron se les agradecerá la confianza que han tenido en relación a este tema ya que es muy personal y delicado. También se les volverá a decir la importancia de saber cuando, como y con quien tener relaciones por primera vez, ya que esa ocasión debe ser muy especial y deben de estar seguros de querer hacerlo y estar preparados para eso además de saber que existen múltiples consecuencias las cuales también deben saber afrontar.	Hojas blancas Plumas

SESION: 9

TITULO: CREANDO MI PROYECTO DE VIDA

PROPOSITO: Los participantes analizarán sobre su proyecto de vida y de lo importante que debe ser realizarlo

ACTIVIDA	TIEMPO	EJE TEMATICO	ACTIVIDADES	RETROALIMENTACION	MATERIAL
Resumen	10 min.	En esta parte de la vida los adolescentes se reconoce como un sujeto con deberes y derechos es decir es aquí donde se dan cuenta que son personas, las cuales pueden tomar sus propias decisiones, tomando en cuenta que tienen ciertas responsabilidades,	-El resumen en esta sesión se hará como ya se tiene acostumbrado recordando lo visto anteriormente resaltando los puntos mas importantes.	-Nuevamente se les agradecerá su participación, con el fin de estimularlos para que sigan de esa manera. -Se les informara además que esa es la penúltima sesión y se espera el apoyo de todos como siempre.	
La línea de mi vida	30 min.	El adolescente es consciente de pertenecer a una comunidad a la que aporta realidad individual y donde comparte valores y proyectos con quienes la integran. Psicológicamente el adolescente "siente que debe independizarse" aunque persiste la unión física con vecinos, padres, hijos, hermanos, y amigos, etc. Estos gérmenes de separación lo llevan a adoptar decisiones y a tener comportamientos nuevos, a asumir responsabilidades ante sí mismo, afrontar el esfuerzo que le exige el estudio y comprenden la realidad económica de su familia (Engelmayer, 1970)	-Se les entregará a cada uno de los jóvenes una hoja blanca, plumones, una revista, tijeras y pegamento. -Se les indicara que con el material que se les ha dado en la hoja blanca tracen una línea que será llamada "La línea de mi vida" en la cual por medio de recortes de la revista tendrán que ir representando algunos de los momentos mas importantes de su vida desde que nacieron hasta la edad que actualmente tiene cada uno. -La línea tendrán de dividirla por años primeramente cuando nacieron, ¿Qué fue lo mas importante? Después cuando tenían un año, luego dos, y así sucesivamente hasta llegar a su edad. -Una vez que todos hayan terminado, se les invitara a que muestren como quedo su línea y que compartan con todos algunos de los momentos mas importantes para todos.	-Ya que todos hayan explicado su línea se les felicitará por su trabajo y por el haber compartido parte de su vida con todos los demás y se les dirá que así como durante todos los años que llevan vividos han podido lograr cosas así deben seguir durante toda su vida ya que eso es lo que los va formando como personas; el que ellos cada día tengan mas y mas logros.	Hojas blancas Revistas Tijeras Pegamento Plumones
Mi proyecto de vida	20 min.		-A cada uno de los jóvenes se les entregará una hoja en la cual tendrán que escribir su proyecto de vida: que es lo que quisieran hacer en uno, cinco o diez años y como es que se visualiza cada uno en ese tiempo que le gustaría lograr y que debe hacer para alcanzarlo. -Finalmente se les pedirá que cada uno lea lo que escribió y explique cada uno de sus propósitos.	-Por ultimo se les reconocerá la disposición que han puesto al realizar cada uno de los ejercicios que se les han pedido y la confianza tenido al dejar que todos conozcan una parte de si mismo y abrir sus sentimientos y pensamientos hacia los demás. -Finalmente se les dirá que lo que han escrito lo guarden que lo pasar de los años lo lean y reflexionen acerca de lo que han hecho y de lo que aun les falta por hacer.	Hojas blancas Plumas

SESION: 10

TITULO: EL ADIOS

PROPOSITO: Que los jóvenes reflexionen sobre los aspectos relacionados con la adolescencia y lo importante que es tener las herramientas para afrontarla adecuadamente.

ACTIVIDAD	TIEMPO	EJE ETEMATICO	ACTIVIDADES	RETROALIMENTACION	MATERIAL
Resumen	10 min.	La adolescencia, como toda etapa de crecimiento de la vida humana, esta signada por los cambios, las crisis y el paso a nuevos estados de vida.	-En esta sesión se hará el ultimo resumen de lo visto en la reunión anterior con el mismo objetivo de siempre; el no olvidar lo tratado anteriormente.	-Se les agradecerá la participación que tuvieron durante todas las sesiones al realizar el resumen ya que fue de gran importancia para no perder el contenido del taller	
Mi fotografia favorita	25 min.	No hay una sola manera de encarar la adolescencia, dependerá del criterio con que se la mire el aspecto que se resaltará.	-A cada uno de los participantes se les pedirá que pasen al frene con su fotografia que previamente se les deberá pedir y que explique el porque es importante para ellos, que es lo que les representa y porque es su fotografia favorita. -Todo lo anterior tiene como finalidad el sensibilizar a los jóvenes sobre lo que para ellos es importante en esta etapa de su vida.	-Una vez que hayan terminado todos explicar su fotografia se les dará las gracias por la confianza que han tenido en esta y en todas las actividades durante el transcurso del taller ya que eso habla de lo únicos e inigualables que son ante las demás personas y lo auténticos que son y serán siempre si siguen de esa manera.	Una fotografia por persona
Evaluación final	15 min.	Debemos estar preparados para aceptar las definiciones de vida en cuanto a escala de valores, opciones políticas, culturales y sexuales de cada uno de los adolescentes. El parámetro para medir su óptimo desarrollo no es el que los demás deseen o esperen sino el que ellos mismos elijan para ser felices de esa forma.	-Al igual que en la primera sesión a cada uno de los jóvenes se les entregara un cuestionario con las mismas preguntas con los temas relacionados con la adolescencia con la finalidad de verificar sus conocimientos además de comprobar la efectividad del taller que se impartió y saber en que temas aun les falta mas información a los jóvenes, cuales quedaron claros y cuales hay que tratar mas a fondo.	-Una vez que todos hayan concluido su cuestionario se les explicara que se les volvió a aplicar con la finalidad de saber si los temas que se trataron durante el taller fueron de su interés y si lograron comprenderlos así como saber si alguno quedo inconcluso y poco entendible para que en un futuro al aplicarles este taller a otro grupo de jóvenes se aborden con mas profundidad esos temas. -Por ultimo se les dará a cada uno de los jóvenes las gracias por el haber asistido al taller y por el haberlo hecho posible, ya que si ellos no se hubiera podido haber realizado, además del esfuerzo y tiempo que pusieron a cada una de las sesiones deseándoles lo mejor a cada uno en los proyectos y las metas que quieran realizar a lo largo de sus vidas.	Cuestionarios finales

5.4 Pronostico

Debido a que el humanismo es un enfoque que se preocupa por las personas y que esta principalmente centrado en ellas se espera que a través del taller que se imparta los jóvenes conozcan y comprendan todos los elementos que conforman la adolescencia además de que se espera una gran participación de todos los integrantes, ya que la forma en la que el taller será impartido no será de una manera estrictamente directiva ni autoritaria, con la finalidad de que los jóvenes colaboren libremente y aporten de sus ideas y opiniones, además de lograr los objetivos establecidos, para lo cual todo lo anterior se espera lograr primeramente estableciendo empatía con todos y cada uno de los participaciones además de una aceptación positiva incondicional y congruencia (autenticidad), así como de otras de las cualidades primordiales del enfoque centrado en la persona.

Por lo anterior Rogers (1971) menciona que mientras más “no-directivo” es la terapia, más influye a las personas precisamente a través de esa postura. En otras palabras, los pacientes buscan una guía en el terapeuta y lo encontraran aunque éste intente no guiarles.

Se tiene confianza que al finalizar el taller los jóvenes hayan recapitado un poco más sobre los factores que conlleva la etapa de la adolescencia por la cual atraviesan actualmente además de que se haya logrado sensibilizarlos ante las diferentes situaciones y experiencias de cada uno de los integrantes del taller.

Finalmente debido a que el taller esta hecho y sustentado en base a un enfoque humanista se esperan grandes resultados por parte de los adolescentes, además de su participación como ya se menciona, el que lleguen abrir sus sentimientos, pensamientos y emociones y se logre un ambiente de confianza y una bidireccionalidad en el proceso.

Ademas se pretende que no solo sea útil para los jóvenes a los cuales se les impartirá, sino que esta propuesta valla más allá; es decir que sea un taller que pueda ofrecerse a todos los adolescentes de las escuelas secundarias como una herramienta para ellos de superación y progreso en sus vidas.

Todo lo anterior tiene como base todos los antecedentes humanista como las reflexiones que hace Maslow acerca de que era un error estudiar únicamente gente enferma, situaciones problemáticas e infelicidades. Maslow tuvo la visión de que los estudios recientes habían estado demasiado dedicados a los sufrimientos y muy poco a las alegrías, a las enfermedades y no a la salud, a la curación y no al crecimiento, a la evaluación y no a la trascendencia, demasiado ocupados en la destrucción y no lo suficientes a la creatividad (Kopp, 1999).

Por ultimo se puede ver en el marco teórico al citar a Lafarga y Gomez del Campo (1999) mencionan que las condiciones facilitadoras del crecimiento individual (empatía, actitud positiva incondicional y congruencia) que se mencionaron anteriormente son reconocidas como elementos centrales en la comunicación grupal

El aprendizaje en los grupos de encuentro acerca de procesos grupales como la pertenencia, la toma de decisiones, el control y el uso del poder, la influencia social, las conductas de ayuda y el liderazgo, aportan elementos valiosos para los experimentos realizados y para la propuesta que se hizo, en lo tocante a la formación de comunidades con límites espacio temporales precisos.

La originalidad del E.C.P radica en la forma en que ha tratado de resolver los problemas que surgen en la formación de una comunidad. El interés de los científicos del comportamiento humano por el estudio del surgimiento y desarrollo de las comunidades temporales se relaciona principalmente con los problemas que plantea el acelerado cambio tecnológico, científico y social que caracteriza al siglo XXI (Lafarga y Gómez del Campo, 1999).

CONCLUSIONES

Con respecto a lo escrito anteriormente se puede decir que es muy importante estudiar el tema de la adolescencia, pero es mucho más importante estudiar el Desarrollo Personal desde el humanismo del adolescente, porque como se sabe es un tema de gran importancia en la actualidad, sobre todo para estar mucho mejor informados con respecto a todo lo que conlleva este tema; que implica además de los cambios físicos y biológicos, los cambios psicológicos que van sufriendo los jóvenes desde sus inicios en la pubertad para después pasar a la adolescencia, la cual es aquí donde se marca notablemente la diferencia de ser niño y posteriormente llegar a ser un adulto, además de irse formando los caracteres y actitudes de todos los jóvenes para llegar a ser cada día mejores.

Sin embargo también es aquí donde los adolescentes sufren de situaciones desagradables, ya que carecen de un carácter bien definido, los adolescentes se dejan llevar por el medio que les rodea, como los amigos, los medios de comunicación, etc.

Por otra parte, diversos autores como Aberasturi (1974) que presentan la adolescencia como camino a la adultez, donde se considera, como el periodo de transición entre la infancia y la adultez. Propuesta que se afirma en la posibilidad de sostener al final de la línea un producto logrado, culminación del desarrollo, superador de la fractura subjetiva, y que se puede renegar de su recorrido, de sus errores previos.

Esta posición no se comparte en lo absoluto, ya que el renegar de lo hecho, no solo no resuelve un conflicto, mucho menos es signo o evidencia de adultez, aparte considera que el ser humano al estar en constante cambio y reflexión de su quehacer no es un sujeto estático, que inicia una tarea y finaliza otra, sino que cada experiencia le da enseñanzas nuevas que puede poner en práctica y lo hace una mejor persona cada día, lo que lo hace un ser inacabado.

Jean Paul Sartre (1905-1980), menciona en su tesis que el hombre es un proyecto que se vive subjetivamente: lo que mueve a las personas son sus proyectos, su preocupación por la realización de su ser; pero estos proyectos y los ideales involucrados en ellos, no existen previamente a su decisión de realizarlos, no están trazados previamente por un destino, una naturaleza o una tabla de valores objetivos.

Además el hombre es responsable de sí mismo y de todos los hombres: somos responsables de nosotros mismos porque lo que somos depende de lo que hemos querido ser, no de un destino divino, ni de una circunstancia social, ni de una predisposición biológica o natural; pero somos también responsables de los demás porque al elegir unos valores, elegimos una imagen del hombre tal y como debe ser; “nuestra acción compromete a la humanidad entera”.

Por otro lado podemos decir que no nos enfrentamos a una adolescencia, sino a muchachas y muchachos que están creciendo, con una serie de preguntas alrededor de su cuerpo, con necesidades diversas que pasan no solo por lo biológico o psicológico (cuerpo - mente), por lo económico (gracias al modelo económico capitalista y de consumo masivo), sino por lo afectivo y emocional, inserto en una cultura que lo forma, lo deforma, lo marca, lo construye y lo destruye (como lo queramos ver).

Pero se puede definir al adolescente como una persona que se encuentra en un periodo de cambios, a nivel físico, emocional, afectivo, sexual, que requiere de apoyos y recursos psicológicos y sociales para alcanzar ciertas metas tales como la elaboración de su identidad y el planeamiento y desarrollo de un proyecto de vida satisfactorio (Álvarez 1996).

No se cree que la adolescencia sea ajena a las transformaciones de la pubertad, por supuesto que se pasa por ahí, pero no lo es todo, tampoco que esté desvinculada de situaciones evolutivas o del surgimiento de cierta sensatez o mal llamada madurez, o de una significación social producto de nuestro tiempo.

Ni tampoco que esté desligada de situaciones críticas o dolorosas tales como las que señalan algunos autores: rebeldía, el grupo de iguales, entre otros, ni de la crisis de identidad, se cree que la adolescencia o el adolescente va más allá, se esta de acuerdo que hay crisis, entendiendo tal en sentido positivo como peligro y oportunidad, para quien la crisis viene a ser el punto decisivo, sugiriendo que el cambio puede ser saludable o enfermizo, mejor o peor lo que nos indica que sí hay crisis en la adolescencia, no solo para el joven, sino para todo el sistema en el que se encuentra, principalmente para la familia y para la sociedad.

Esto porque la adolescencia como señala Vernon (1999), es un nacimiento diferente, en el que se definen para el hombre y la mujer ya no las condiciones de su existencia, sino las condiciones de su vida. De ahí que nosotros nacemos, por así decirlo, en dos fases: la una para existir y la otra para vivir y es en esa construcción, en ese nacer donde encontramos a nuestros adolescentes, en crisis por que hay cambio, hay o no oportunidades de una mejor vida para ellos y ellas, de una mayor posibilidad de no repetir el modelo que sus padres le presentan (en especial si es negativo).

Como es notable, las propuestas son diversas, algunas parecieran que son muy cómodas para tomarlas y abordar desde ahí, la famosa adolescencia, mientras que otras simple y sencillamente se quedan cortas.

Sólo mediante un esfuerzo mucho más decidido, por parte de todos nosotros, que el que ahora se ha hecho, podremos confiar en llegar a mejorar nuestras condiciones, y en dar a todos nuestros adolescentes no sólo la posibilidad de la mera supervivencia física, sino la de alcanzar un grado razonable de felicidad y de eficiencia social. Por lo tanto es de gran importancia la propuesta que se da acerca del taller vivencial para los adolescentes ya que es a través de este medio en que se podrá ayudar mas a los jóvenes a entender un poco los cambios por los que atraviesan durante esta etapa y hacerles ver que la adolescencia no es solamente un período en la que sufrirán o tendrán crisis emocionales sino que es una fase vivencial en la que podrán definir mas su personalidad, sus sentimientos, emociones, pensamientos, gustos, etc.; y por medio del taller es como se ayudará a que encuentren todas estas características en ellos mismos.

Cabe señalar que se hizo un taller piloto en un grupo de jóvenes adolescentes de entre 13 y 16 años en los que se implementó la propuesta, y los resultados que se obtuvieron fueron muy satisfactorios ya que se permitió que los adolescentes no solo jugaran el papel de espectadores o asistentes pasivos en el taller, sino que se les permitió participar en él de manera libre, transmitiéndoles la confianza necesaria para que pudieran expresar sus ideas así como opiniones, haciendo de las actividades un juego para ellos pero a la vez forjándoles conciencia de los beneficios y consecuencias que les pueden traer sus actitudes y actos que realicen.

Además se pudo observar que el tema de la adolescencia es muy importante para ellos ya que aunque en las escuelas reciben la información que les imparten sus maestros, esta información para ellos no es suficiente porque hay temas que se necesitan tratar de manera distinta con respecto a su desarrollo personal, un ejemplo es el de elección de pareja en donde se vio una participación muy amplia de todos los jóvenes ya que es un tema de interés para ellos o el tema de relaciones sexuales que es difícil de tratar para ellos pero que a través del taller y de la manera en como se trató se logró igualmente mucha participación y una gran apertura de los jóvenes; y así sucesivamente con todos los temas hubo muchísima participación e interés; por lo que no cabe duda que la propuesta del taller a través del enfoque humanista no solo nos permite tener un mejor contacto con las personas sino que es perfecto para llevarse a cabo con los adolescentes.

Finalmente hay que señalar que la adolescencia es una etapa de la vida por la que todas las personas atraviesan; pero por la cual no todas sufren los mismos cambios; quizás unos más fuertes que otros pero sin duda decisivos para cada persona, y mucho más ahora en la actualidad en donde el medio en el que nos desarrollamos es cada vez más deplorable, es por lo que si hay un medio por el que se pueda ayudar a los adolescentes de hoy es a nosotros como profesionistas a los que nos toca contribuir un poco con ellos y mejor aun si contamos con las herramientas necesarias y los conocimientos suficientes para hacerlo, como el enfoque humanista que nos permite no solo el impartir un taller sino ayudar de forma más amplia a todas las personas y más aun a los adolescentes a tener una vida exitosa, plena y satisfactoria en el futuro.

ANEXO1

CUESTIONARIO

PREVIO

NOMBRE:_____

SEXO:_____

EDAD:_____

Instrucciones: ¡HOLA! Por favor contesta lo que se te pide. No es un examen. Tus respuestas serán confidenciales.

Para ti ¿Qué es Comunicación y cuales son los tipos que existen?

¿Sabes lo que es auto concepto y autoestima?, Si tu respuesta es SI da una definición de estas y si tu respuesta es No ¿Qué crees que signifiquen?

¿Actualmente sabes expresar tus emociones en los diferentes aspectos de tu vida? (familia, escuela, amigos)

Puedes dar una definición de ¿Qué es sexo, y sexualidad?

A tu edad pasas por constantes cambios físicos ¿pero sabías que también pasas por cambios psicológicos, cuáles crees que sean?

¿Sabes cuales son los principales cambios físicos que presentas durante la adolescencia?

Menciona sinceramente basándote en los temas del taller de qué te gustaría que hablemos

ANEXO 2

CUESTIONARIO POSTERIOR

NOMBRE: _____

SEXO: _____

EDAD _____

Instrucciones: ¡HOLA! Por favor contesta lo que se te pide. No es un examen. Tus respuestas serán confidenciales.

¿Qué es Comunicación y cuales son los tipos que existen?

Sabes lo que es autoconcepto y autoestima? Da un ejemplo de cada uno

¿De ahora en adelante crees poder expresar tus emociones en los diferentes aspectos de tu vida? (Familia, escuela, amigos) ¿por qué?

¿Cuál es la diferencia entre sexo y sexualidad?

Menciona algunos de los cambios psicológicos por los que pasas en la adolescencia.

De los temas que se dieron en el taller ¿cuales te gustaron y cuales no? , ¿Cuál quitarías o agregarías?

Si pudieras darte una calificación del 0-10 acerca de la información que tenias antes del taller ¿Cuál sería? Y ¿Después del taller que calificación te pondrías respecto a los conocimientos que obtuviste?

ANTES: _____ DESPUÉS: _____

Crees que el contenido y lo que aprendiste, en el taller te podrá servir en tu vida ¿Por qué?

BIBLIOGRAFIA

- Aberasturi, A. (1974) La adolescencia normal. Buenos Aires: Paidós.
- Alvarez-Gayou, J. (1996).Sexualidad en la pareja. México, D.F.: Manual Moderno.
- Alberoni, F. (1984). Enamoramiento y amor. México.: Gedisa.
- Anguiano A (2000).Técnicas de influencia: asertividad. Barcelona:
- Aranda, F. (1999) Emociones y adolescencia. México.: Alianza
- Bee, L. (1987).El desarrollo de la persona. Harla.: Limusa
- Belinco Horacio. (2001) Revista Padres Hoy. Pág. 76-77
- Bettelheim (1982). Educación y Vida Moderna. España. Critica
- Berryman (1994). Psicología del Desarrollo. México: Manual Moderno
- Campos (1982). La psicoterapia no directiva. Barcelona: Herder
- Castillo, G. (1998). Los adolescentes y sus problemas. México.: Minos.
- Coleman (1987). Psicología de la adolescencia. Madrid: Morata.
- Davidson (1983). Psicología Humanista. Argentina: Atlante
- De Ambuza, M. (1981). Psicología. Lima: Descó.
- Delgado, H. (2000). Psicoanálisis, Teoría de la libido. Lima: Lima S.A.
- Engelmayer, (1970). Psicología Evolutiva de la Infancia y de la Adolescencia. Buenos Aires: Kapelusz.
- Fontrodona, J. (2000). El Humanismo en la Dirección de Empresas. Guatemala: S.R.L
- Goble, F. (1980) Humanismo. México: Trillas.
- Gale, J. (1989). Guía sexual para el adolescente. Buenos Aires: Javier Vergara
- Hatcher, (1999). Lo esencial de la tecnología anticonceptiva. Baltimore. Facultad de Salud Pública.
- Horrocks, J. (1982) Psicología de la adolescencia. México.: Trillas.
- Hurlock, E. (1987) Psicología de la Adolescencia. Buenos Aires.: Paidós.
- Ibarra (1997) Adolescencia. Buenos Aires: Noriega.
- Ituarte A. (1994) Adolescencia y personalidad. Orientación educativa. México: Trillas.
- Itkin Silvia. (2000) Revista Para ti. Buenos Aires
- Katchadourian (1983). Las bases de la sexualidad humana. Continental España.
- Kechichian R (1997). Formación Ética y Ciudadana. Buenos Aires: Sainte Claire.

- Koop, S. (1999). Guru. Metáforas de un Psicoterapeuta. España: Gedisa
- Lapalma, E. G. (2002). Psicología comunitaria. México McGraw Hill.
- Lafarga, J. y Gómez del Campo (1988), Desarrollo del Potencial Humano, Aportaciones de una Psicología Humanista, México, Trillas, Cap. 2,
- Lafrarga, J. y Gómez del Campo (1991). Desarrollo del potencial Humano. Aportaciones de una psicología Humanista. México: Trillas
- Lafrarga, J. y Gómez del Campo (1999). Psicología de la Comunidad. México: Plaza y Valdés.
- Lingren, H.C. (1986). Problemas y métodos de la psicología social. Introducción a la psicología social. México. Trillas
- López, F. (1995). Educación sexual de adolescentes y jóvenes. Madrid: Siglo XXI.
- López (S-F). La encrucijada de la adolescencia. México: Hispánicas
- MacCary, L. (1969) Sexualidad Humana: factores fisiológicos y psicológicos de la conducta sexual. México: Manual Moderno.
- Martínez, M. (2004), La Psicología Humanista. Un nuevo enfoque Psicológico, México, Trillas.
- Maslow, A (1971). La amplitud potencial de la Naturaleza Humana. México: Trillas
- Maslow, A. (1979). El Hombre Autorrealizado. Barcelona: Kairós.
- Master; Jonson, Kolodny (1987), Sexualidad Humana. Grijalbo Barcelona
- Moscovici, S. (1986) Psicología Social. Introducción: el campo de la psicología social Paidós Barcelona
- Papalia, D. (1978) Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia. México: McGraw-Hill.
- Papalia, D. (1997). Desarrollo humano: con aportaciones para Iberoamérica. México: McGraw-Hill.
- Phares (1979). Diccionario de Psicología. Barcelona: Grijalbo.
- Piaget, J. (1992). Seis estudios de Psicología. Lima: Blacavo.
- Piaget, J. (1992). Psicología y Epistemología. Buenos Aires: Embeccé.
- Piaget, J. (1970). Psicología de la Inteligencia. Buenos Aires: Ateneo.
- Pick, S. y Aguilar, J. (1993) Planeando tu vida. México: Limusa
- Pick, S. y Vargas, E. (1991) Soy importante. México: Instituto Mexicano

- Quitmann, H. (1989), Psicología Humanista, Barcelona, Heder.
- Reyes, V. (2000). La psicología social. Buenos aires. Paidós
- Rogers, C. (1986), El Proceso de Convertirse en Persona, Buenos Aires, Paidós,
- Rogers, C. y Kinget, M. (1967), Psicoterapia y Relaciones Humanas, México, Alfaguara
- Rogers, C. y Kinget, M. (1971), Psicoterapia y Relaciones Humanas. Teoría y Práctica de la Terapia no directiva, México, Alfaguara.
- Rogers, C. (1972) Psicoterapia centrada en el cliente. Buenos Aires: Paidós.
- Rogers, C (1982). Libertad Creatividad en la educación. México: Paidos
- Rubio, (1998) Conceptos, características metodológicas de la psicología social. España Kronos
- Salazar, J.M. (2003). La psicología social: una panorámica general. Psicología social. México. Trillas
- Sampieri, Fernandez, (2003) Metodología de la Investigación. México: McGraw Hill; 3ra edición
- Satir, V.(1991) Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar. México.:Pax.
- Schonfeld, W. (1973). Psicología de la Adolescencia El cuerpo y la imagen corporal en los adolescentes. Buenos Aires: Paidos
- Silo (1996) Empresa Sociedad del Nuevo Humanismo. España: Diccionario
- Selser C. (2000) Revista Viva. Buenos Aires.
- Sotillo, R (2000). El Nuevo Humanismo en las Empresas. Argentina: Freterna
- Stone y J. Church. (1973) Niñez y Adolescencia. Buenos Aires: Hormé.
- Vernon, N y Calvin, H. (1999). Vida y Conceptos de Psicólogos más importantes. México: Trillas.
- Wolf, W. (1965). Introducción a la Psicología. México: Trillas.