

SI-E2-20  
C746

UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Licenciatura en Psicopedagogía



**Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima**  
(Seminario de Integración)

Guatemala, noviembre del 2009



**Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima  
(Seminario de Integración)**

**Mónica Gabriela Archer Rosales  
Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez  
Sonia Ludiveth Cordón y Cordón  
Dora Mirthala Cuéllar Gómez  
Estella Mazariegos Contreras  
Nancy Fabiola Rodas Sandoval  
Dalma Zuleida Valdés Jarquín**

**Licda. Elisaida de Andrino  
(Asesora)**

**Guatemala, noviembre del 2009**



**DICTAMEN APROBACIÓN  
SEMINARIO DE INTEGRACIÓN**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
UNIVERSIDAD PANAMERICANA**

**ASUNTO:** Mónica Gabriela Archer Rodales,  
Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez,  
Sonia Ludivet Cordón y Cordón,  
Dora Mirthala Cuéllar Gómez,  
Estella Mazariegos Contreras,  
Nancy Fabiola Rodas Sandoval,  
Dalma Zuleida Valdés Sandoval,  
estudiantes de la carrera de Licenciatura en  
Psicopedagogía solicitan autorización para  
realizar Seminario de Integración para completar  
requisitos de Cierre de Pensum.

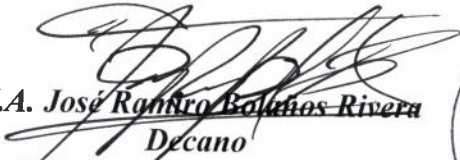
**Guatemala 29 de agosto de 2,009.**


En atención a solicitud recibida en esta Decanatura en la cual solicitan autorización para realizar Seminario de Integración como requisito para Cierre de Pensum de la Licenciatura en Psicopedagogía, se resuelve:

1. Habiendo cumplido con lo descrito en el reglamento académico de la Universidad Panamericana en opciones de egreso, artículo No.5 incisos del a) al g).
2. Se aprueba a los estudiantes Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín, para realizar Seminario de Integración, solicitado para completar requisitos de Cierre de Pensum.



3. Se autoriza el nombramiento de la Licenciada Elisaida de Andrino como Asesor-Tutor, de conformidad con lo establecido en la normativa para el desarrollo de trabajos de graduación.

  
*M.A. José Rodrigo Bolaños Rivera*  
Decano  
*Facultad de Ciencias de la Educación*



C.c. Archivo



UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA FACULTAD DE CIENCIAS

DE LA EDUCACION, Guatemala diecisiete de octubre del dos mil nueva.-----

En virtud de que el Seminario de Integración con la temática **“Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima”**. Presentado por los estudiantes: **Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordon y Cordon, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín**, previo a optar al grado Académico de Licenciatura Psicopedagogía, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que se continúe con el proceso correspondiente.

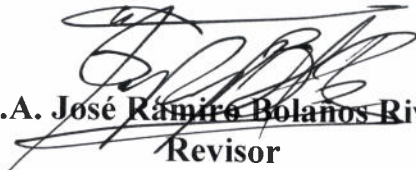
  
**Licda. Elisaida de Andrino**  
Asesora



UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA FACULTAD DE CIENCIAS

DE LA EDUCACION, Guatemala catorce de noviembre de dos mil nueve. -----


En virtud de que Seminario de Integración con la temática: **“Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima”**. Presentado por los estudiantes: **Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín**, previo a optar al grado Académico de Licenciatura Psicopedagogía, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que se continúe con el proceso correspondiente.

  
M.A. José Ramiro Bolaños Rivera  
Revisor



UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA, FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION. Guatemala a los veintiocho días del mes de noviembre del dos mil nueve.-----

En virtud que el Seminario de Integración "**Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima**", presentado por los estudiantes **Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín**, previo a optar al Grado Académico de Licenciatura en Psicopedagogía, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, y con el requisito de Dictamen del Asesor (a) y del Revisor (a), se autoriza la impresión del Seminario de Integración.

  
M.A. José Ramiro Bolaños Rivera  
Decano  
Facultad de Ciencias de la Educación



## **Contenido**

<b>Resumen</b>	<b>1</b>
<b>Introducción</b>	<b>2</b>
<b>Capítulo 1</b>	
<b>Conductas Inadecuadas por falta de Autoestima</b>	
<b>1. Área Psicológica</b>	<b>3</b>
<b>1.1 Consejería y Orientación</b>	<b>7</b>
<b>1.1.1 Terapia Conductual</b>	<b>7</b>
<b>1.1.2 Terapia Familiar</b>	<b>8</b>
<b>1.1.3 Terapia Psicológica</b>	<b>9</b>
<b>1.1.4 Terapia Ocupacional</b>	<b>9</b>
<b>1.2 Análisis Psicopatológico de las conductas Inadecuadas por baja autoestima</b>	<b>9</b>
<b>Capítulo 2</b>	
<b>2. Área Pedagógica</b>	<b>12</b>
<b>2.1 Comunicación Enseñanza – Aprendizaje</b>	<b>13</b>
<b>2.2 Proyectos Educativos</b>	<b>14</b>
<b>2.3 Administración del Aula</b>	<b>15</b>
<b>2.4 Integración Escolar</b>	<b>16</b>
<b>Capítulo 3</b>	
<b>3. Área General</b>	<b>18</b>
<b>3.1 Estadística</b>	<b>18</b>
<b>3.2 Ética y Valores en el Desempeño</b>	<b>19</b>
<b>Capítulo 4</b>	
<b>Metodología</b>	<b>22</b>
<b>Capítulo 5</b>	
<b>Resultados</b>	<b>25</b>



<b>Conclusiones</b>	<b>28</b>
<b>Referencias</b>	<b>29</b>
<b>Anexos</b>	<b>30</b>

## **Lista de Tablas**

<b>Anexo 1</b>	
<b>Encuesta</b>	<b>31</b>
<b>Anexo 2</b>	
<b>Evaluación de la Acción de Intervención</b>	<b>33</b>
<b>Listado de Gráficas</b>	
<b>Anexo 3</b>	
<b>Gráfica # 1 Problemas que perjudican la Educación</b>	<b>35</b>
<b>Anexo 4</b>	
<b>Gráfica # 2 Participación en las soluciones</b>	<b>36</b>
<b>Gráfica # 3 Involucrados en la Solución de Problemas</b>	<b>36</b>
<b>Anexo 5</b>	
<b>Gráfica # 4 Resultado de la Pregunta 1 de la Evaluación del Plan de Acción</b>	<b>37</b>
<b>Gráfica # 5 Resultado de la Pregunta 2 de la Evaluación del Plan de Acción</b>	<b>37</b>
<b>Anexo 6</b>	
<b>Gráfica # 6 Resultado de la Pregunta 3 de la Evaluación del Plan de Acción</b>	<b>38</b>
<b>Gráfica # 7 Resultado de la Pregunta 4 de la Evaluación del Plan de Acción</b>	<b>38</b>
<b>Anexo 7</b>	
<b>Gráfica # 8 Resultado de la Pregunta 5 de la Evaluación del Plan de Acción</b>	<b>39</b>
<b>Anexo 8</b>	
<b>Fotografías del Plan de Acción</b>	<b>40</b>
<b>Anexo 9</b>	
<b>Fotografías del Plan de Acción</b>	<b>41</b>
<b>Anexo 10</b>	
<b>Fotografías del Plan de Acción</b>	<b>42</b>
<b>Anexo 11</b>	
<b>Fotografías del Plan de Acción</b>	<b>43</b>

Anexo 12	
Invitación al Plan de Acción	44
Anexo 13	
Documento Adjunto del “Manual de Educación Preventiva”	45

## **Resumen**

*La sociedad actual está invadida de información, se cuenta con el internet, la telecomunicación, la televisión, los medios en general, los cuales transmiten un sinfín de mensajes que llegan a niños y jóvenes, muchos de los cuales intervienen en la autoestima y por ende en la conducta de los mismos. Sin dejar a un lado la influencia familiar, institución educativa y sociedad en general.*

*Es esa conducta que preocupa, la que ha sido el elemento motivacional clave para la realización de un análisis que aborda diversos aspectos del comportamiento del joven, desde el punto de vista de diversas disciplinas, como lo es la Psicología y la Pedagogía entre otras.*

*Considerando a la Psicología como el elemento principal en la intervención para el tratamiento de problemas de pensamiento, estados de ánimo y problemas de conducta que afectan al ser humano y a la Pedagogía como elemento de intervención educativo – formativo, valiéndose de las diferentes ramas como la comunicación, enseñanza – aprendizaje, la integración escolar y la administración del aula, entre otros.*

*El lector podrá contar con un panorama general que aborda la problemática de las Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima, desde las perspectivas mencionadas, además de contar con el punto de vista moral, por medio de los valores y la ética, como eje transversal para enriquecer aún más el contenido y utilidad del documento.*

## **Introducción**

En el siguiente trabajo se aborda la problemática de las “Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima” desde el punto de vista Psicológico, Pedagógico y otras disciplinas.

Se inicia con el área Psicológica considerada como la ciencia que estudia la conducta observable de los individuos y sus procesos mentales, se incluyen los procesos internos y las influencias que se ejercen desde su entorno físico y social. Al mismo tiempo se analiza la autoestima como precursor de cambios en la conducta por distintos factores, como los familiares, escolares y sociales.

Claro está que la Pedagogía viene hacer un enlace con la Psicología para abordar dicha problemática. Ésta es considerada no sólo como arte o ciencia de enseñar, sino como un valioso instrumento para ayudar a mejorar comportamientos de los jóvenes, así como también al igual que la Psicología analiza cómo la falta de autoestima repercute en dicha conducta.

Seguido del aporte que las diferentes disciplinas como los valores y la ética pueden brindar al ser humano en el mejoramiento de la conducta que utiliza en su diario vivir y mejoramiento de la autoestima.

Cabe mencionar que se incluye la metodología empleada, es decir la narración del cómo se abordó el problema, en dónde se hizo el estudio, porqué se hizo. Seguido del análisis de resultados y anexos.

Siendo quizá el más importante de los anexos el “Manual de Educación Preventiva” documento que sin duda será un instrumento útil, valioso, representativo y funcional en el abordaje del mejoramiento de las conducta, desarrollo y fomento de la autoestima, para que muchos maestros y establecimientos educativos lo utilicen como complemento formativo o Curriculum Agregado en el proceso de enseñanza – aprendizaje.

## **Capítulo 1**

### **Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima**

#### **1. Área Psicológica**

La Psicología juega un papel primordial en la intervención para el tratamiento del ser humano cuando existen problemas del pensamiento, estados de ánimo y problemas de conductas.

Una conducta inadecuada es cuando se detecta que existe un problema de comportamiento que afecta no sólo al sujeto en cuestión, sino también a la familia, o las personas de su entorno, por ejemplo si hablamos de estudiantes, en su ámbito escolar o en el caso de adultos en lo laboral, social, entre otras cosas.

Los estudiosos de la conducta humana han descubierto que existen casos en que el origen de estas conductas pueden ser orgánicas, o sea que existe un problema en el sistema neurológico o daño cerebral, a veces puede ser combinado, es decir que existe una predisposición en el individuo y lo puede desencadenar un acontecimiento estresante. También existen traumas o temores que no le impidan ser funcional o hasta casos en que distorsionan la realidad y no logran ser independientes.

La preocupación para el paciente o los familiares o los docentes implicados en estas situaciones surge cuando se observan en forma repetitiva ciertas conductas que no encajan en su desenvolvimiento, ocasionando inestabilidad en el contexto. Tan simple como que no pueda desenvolverse en su desempeño cotidiano. Es cuando amerita la intervención de profesionales para orientar o rehabilitar a las personas para lograr un equilibrio así como también superar el problema, que sea funcional en lo que se proponga.

El mayor de los problemas en nuestro medio es que no existen instituciones gratuitas para proporcionar la ayuda rápida y eficaz en estos casos, para solucionarlos se debe recurrir al servicio clínico privado pero que la mayoría están fuera de las posibilidades de los necesitados.

En el caso de las instituciones escolares, existe un profesional para todo el alumnado hablando de establecimientos privados.

Los especialistas para ayudar a este tipo de pacientes son las y los Psicólogos clínicos, que tienen un grado de licenciatura que los faculta para atender las conductas anormales del ser humano. Está la o el Psicólogo terapeuta que puede tener un doctorado. Ambos están capacitados para diagnosticar y dar tratamiento a los trastornos o problemas de personalidad que tengan descartadas las causas médicas u orgánicas.

También está la o el Psiquiatra que es un médico con posgrado y experiencia en el tratamiento de trastornos emocionales. Estos especialistas tienen responsabilidades legales para poder recluir o supervisar hospitales de salud mental.

Cabe mencionar también el papel que desempeña un trabajador o trabajadora social que tiene un grado profesional y está capacitada para ser la intermediaria de personas con conducta problemática y el ambiente de su hogar, trabaja con la familia y es el enlace con las instituciones sociales para solucionar su caso específico.

Y más reciente ha surgido la necesidad de la profesión del Psicopedagogo con un grado de licenciatura que lo acredita para ser especialista en la intervención específica del educando, capacitándose para atención de trastornos emocionales que afectan el aprendizaje en el ámbito escolar así como en la función orientadora para que el adolescente descubra sus capacidades y aptitudes vocacionales.

La psicología es una rama que permitirá al alumno conocerse y auto valorarse puesto que si se llega a conocer, tendrá un concepto diferente y consecuentemente se valorizará como persona y sus actitudes serán diferentes. Las personas se desvalorizan de manera muy especial cuando son comparadas negativamente con respecto a las demás. Se debe ser escrupuloso en la aplicación de comparaciones de esta clase, que podrían ser convenientes cuando se realizaran en el momento y lugar debido, pero absolutamente inconvenientes cuando se procede a ellas sin control alguno y de forma indiscriminada. Sienten entonces que no llegan a los niveles de rendimiento que otros

alcanzan; creen que su existencia no tiene una finalidad, un sentido y se consideran incapaces de otorgárselo. No llegan a comprender que todas las personas son diferentes, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás y, peor todavía, menos de lo que son.

Dentro de la psicología se toman aspectos del individuo que ayudarán a saber el por qué de su comportamiento, se conoce que la persona, va creciendo y formándose dentro del ambiente familiar, que es el principal factor de socialización primaria que le abre al mundo de los valores, reglas y costumbres. A veces esta socialización es incompleta, perversa y se convierte en un elemento contraproducente. Algunos de los aspectos mencionados son incorporados a la familia por medio del "modelo" que la sociedad nos presenta, modelo que es asimilado por todos los grupos sociales. Pero la personalidad de cada individuo no sólo se forma a través de la familia, sino también mediante las relaciones externas que establece paulatinamente y lo que cree que los demás piensan de él así como, mediante las ideas que elabora acerca de sí mismo durante dicho proceso de relaciones progresivas.

Dentro de los aspectos que llegan a conocerse dentro de la psicología, la autoestima es una actitud básica que determina el comportamiento y el rendimiento escolar del estudiante en general. El desarrollo de la autoestima está estrechamente relacionado con la consideración, valorización y crítica recibida de parte de las demás personas, cuando un estudiante fracasa en un área específica del rendimiento escolar su autoestima será amenazada, en cambio cuando el estudiante tiene éxito, se siente aprobado, aceptado y valorizado; los sentimientos asociados a esas situaciones de éxito van a ir modificando positivamente las percepciones que tiene de sí mismo.

La psicología tiene como fin dentro de los aspectos culturales conocer la importancia que tiene la autoestima en la educación es porque tiene que ver con el rendimiento escolar, con la motivación, con el desarrollo de la personalidad, con las relaciones sociales y con el contacto afectivo del estudiante consigo mismo.



Ya en los aspectos educativos, cada vez que se establece una relación, se está transmitiendo aprobación o desaprobación y en esa misma medida, se van devolviendo o entregando características personales que pasan a integrar la autoimagen del estudiante.

De este modo, la interacción con el profesor va teniendo repercusiones en el sentimiento de confianza de si mismo que va desarrollando la persona, es decir, se siente que lo hacen bien o mal, como un sujeto capaz.

Si el estudiante percibe que el profesor es cercano, acogedor y valorativo con los alumnos, va a tratar de establecer relaciones, interiorizará en forma casi automática este tipo de interacciones.

Se puede apreciar que existe una relación circular; si el estudiante tiene una autoestima alta se comportará en forma agradable, será cooperador, responsable, rendirá mejor y facilitará el trabajo escolar. Por lo tanto el profesor positivamente será reforzante, estimulante y entregará realimentación positiva; lo que hará que el estudiante se comporte mejor, y así sucesivamente generándose un círculo virtuoso.

Si su autoestima es baja se pondrá agresivo-irritable, poco cooperador y poco responsable. Con esta situación es altamente probable que el profesor tienda a asumir una postura más crítica y rechazante frente al estudiante, quien a su vez, se pondrá más negativo y desafiante, creándose así un círculo vicioso.

Por otro lado, se ha encontrado una relación entre la autoestima de los profesores y la autoestima de los estudiantes. Los profesores con una buena autoestima son más reforzadores, dan más seguridad a los estudiantes, están más satisfechos con su rendimiento escolar, desarrollan un clima emocional más positivo y sus alumnos se aprecian más contentos en la sala de clases.

Los profesores con baja autoestima tienden a tener miedo de perder autoridad, por lo tanto usan una disciplina mucho más represiva y sus alumnos son menos creativos, no saben trabajar solos, son más tensos e irritables y dependen del control que el adulto ejerce sobre ellos.

La psicología presenta opciones que restaurarán o colaborarán en el desempeño individual de las personas, sean niños, jóvenes o adultos.

## **1.1 Consejería y Orientación**

En el caso de las conductas inadecuadas por falta de autoestima, la psicología ofrece diferentes terapias tales como: terapia conductual, que consiste en un conjunto de métodos y tratamiento psicológicos, basados en el aprendizaje y dirigidos a sustituir las conductas inadecuadas por otras más adaptadas. El objetivo último de esta terapia es la modificación de la conducta.

### **1.1.1 Terapia Conductual**

Para conocer la terapia conductual es preciso conocer como se integró a la psicología, es decir de donde proviene. Los trabajos realizados por el fisiólogo ruso Iván P. Pavlov y de la psicología de la conducta. En la década de 1920, con la aplicación de los principios del condicionamiento animal a los seres humanos realizada por el psicólogo John B. Watson, comienzan a utilizarse algunos métodos de modificación de conducta.

Hoy, las técnicas de modificación de conducta más utilizadas son la: desensibilización sistemática (permite tratar trastornos de los que conocemos la causa), así como la terapia inversiva (para desactivar malas costumbres) y el *biofeedback* (trastornos de origen físico). Sin embargo, al estar orientadas hacia las conductas observables y no tanto al análisis de sus causas, estas técnicas son rechazadas por numerosos psicólogos.

Las conductas inadecuadas, pueden provenir, como se mencionó anteriormente, de la baja autoestima de los jóvenes, debido a un sinfín de circunstancias, sin embargo la terapia conductual le ayudará a conocer su origen así como a desactivar las malas costumbres que se tengan arraigadas en él.

### **1.1.2 Terapia Familiar**

La terapia familiar, la cual, es concepto global de procesos sociales y psicoterapéuticos cuyo objetivo es tratar problemas de comunicación familiar y desajustes emocionales dentro de la familia. La comunicación problemática dentro de la familia está considerada como una de las causas más frecuentes de problemas psíquicos y especialmente de desviación de conducta en los niños.

Al igual que en las demás terapias, en la de familia resulta decisivo para el éxito final establecer al comienzo un diagnóstico cuidadoso. El objetivo es mejorar la estructura de comunicación y el ambiente emocional. Los conflictos entre hermanos son uno de los principales problemas familiares y a menudo los padres no logran entender sus causas, por lo que no cabe esperar gran ayuda por su parte para la resolución.

Al contrario, la situación familiar puede empeorar por reacciones inadecuadas frente a las rivalidades entre hermanos, dando lugar al agravamiento de los problemas e incluso a la aparición de conflictos entre los padres, causando bajo autoestima tanto en los niños como en los padres.

Por lo tanto, resulta fundamental analizar en primer lugar la situación de la familia. Es importante que todos sus miembros tengan la oportunidad de presentar sus expectativas a los demás, comentar sus experiencias emocionales conflictivas y expresar su concepto de convivencia positiva. Bajo la dirección experta del terapeuta familiar, éste puede intentar crear un ambiente familiar abierto desde el punto de vista de la comunicación y positivo desde el punto de vista emocional, en el que resulte posible entender y solucionar los posibles conflictos.

### **1.1.3 Terapia Psicológica**

Para completar las terapias podemos mencionar: la terapia psicológica, la cual especifica que la rehabilitación psicológica del paciente es importante. La terapia ocupacional se centra en la realización de actividades planificadas útiles que proporcionen al paciente triunfos escalonados que le ayudarán a vencer la falta de confianza en sí mismo, la escasa autoestima, la dificultad de enfrentarse al estrés y la depresión.

### **1.1.4 Terapia Ocupacional**

La terapia ocupacional se centra en obtener un equilibrio entre el trabajo, el juego y el descanso, en maximizar la función independiente y en considerar al paciente.

La autoestima es nuestra manera de percibirnos y valorarnos y, en consecuencia, da color y moldea nuestras vidas. Cuando una persona ha perdido la confianza en sí misma y en sus propias posibilidades, suele deberse a mensajes de confirmación o negación de ciertas ideas sobre sí misma que le son transmitidas por otros a quienes considera importantes. Por ello es vital para padres, educadores o jefes, saber alentar o corregir, premiar o censurar, oportunamente.

## **1.2 Análisis Psicopatológico de las conductas inadecuadas por baja autoestima**

El ser humano para su desarrollo personal involucra aspectos importantes que implican áreas de desarrollo espiritual, personal, salud, desarrollo mental, profesional, entre otros. Para muchos autores el implicar la autoestima en el desarrollo de una vida plena y con virtudes, conlleva a un solo punto ya que todos poseen valores y actitudes que influyen en las conductas del ser humano y su racionalidad.

Una de las cosas más importantes como virtud del ser humano es la autoestima, la cual se podría decir que es la autovaloración de uno mismo; en lo que nos rodea, a medida que nos desarrollamos desde que somos niños, la sociedad enseña a poner etiquetas de lo que está bien y de lo que no está, en muchos casos, sin tener en cuenta los verdaderos valores que como seres humanos debemos practicar.

La autoestima no es convencernos a nosotros mismos de que somos valiosos, no es un tema de ser seguro de sí o sentirse bien cuando otra persona nos halaga. Tampoco es tener el mejor cuerpo o la mejor carrera laboral. Autoestima es saber que uno es valioso, lleno de virtudes y defectos aprender a valorar cada cualidad y a sacar provecho de cada momento de la vida.

Muchas veces ser como somos no es satisfactorio, la pérdida de la personalidad y autovaloración se manifiestan en los niños y niñas con inconformidad y se hacen notorios en sus conductas inadecuadas en el comportamiento ante sus compañeros y las personas de su alrededor, otras ocasiones con su bajo rendimiento escolar.

Sentirse en ocasiones insatisfecho es normal, lo anormal, es no hacer nada para cambiar y adoptar posturas que no deterioren más la autoestima.

Los niños y niñas son muy sensibles y necesitan de incentivos que los estimulen y los hagan sentirse útiles y valorados por los demás, la falta de una autoestima alta puede llegar a modificar sus conductas y convertirlas en un problema psicopatológico que afecte su desarrollo personal, modificando su conducta ya que no tiene control de sus emociones, ni es capaz de auto regular su comportamiento. Además no se puede olvidar que las conductas inadecuadas de los niños y niñas son pautas de pensamientos erróneos y contenidos cognitivos anómalos que constituyen la base de muchos trastornos emocionales y de conducta; que se desarrollan por la baja autoestima causada por problemas en la casa o en la escuela poniendo en riesgo su rendimiento escolar y personal.

Por un lado el alumno con comportamiento inadecuado no pone en práctica las habilidades necesarias que se requieren para el aprendizaje escolar, como pueden ser la atención o la permanencia en el sitio, y por el otro el comportamiento socio- escolar adaptado necesita de las habilidades motrices, perceptivas, de lenguaje y cognoscitivas.

El alumno con dificultades personales de autoestima tendrá por tanto dificultades para manifestar su propia conducta de autovaloración.

La Psicopatología juega un papel importante como herramienta y apoyo de la Psicología en la intervención para modificar conductas inadecuadas que pueden dar como resultado problemas de autoestima provocando malas relaciones sociales, por lo que ésta rama al igual que la pedagogía, como ciencias tratan estas dificultades con sus distintas terapias alternativas.

## Capítulo 2

### 2. Área Pedagógica

Conociendo que la disciplina puede ser causada por conductas inadecuadas, relacionadas con la baja autoestima, dentro del salón de clases, se puede estudiar como parte importante a la pedagogía como tal, teniendo en cuenta su significado, conociendo entonces que la pedagogía es un conjunto de saberes que buscan tener impacto en el proceso educativo, en cualquiera de las dimensiones que este tenga, así como en la comprensión y organización de la cultura y la construcción del sujeto.

A pesar de que se piensa que es una ciencia de carácter psicosocial que tiene por objeto el estudio de la educación con el fin de conocerla, analizarla y perfeccionarla, y de que la pedagogía es una ciencia que se nutre de disciplinas como la sociología, la economía, la antropología, la psicología, la historia, la medicina, etc., es preciso señalar que es fundamentalmente filosófica y que su objeto de estudio es la educación y donde el sujeto reconoce el lugar que ocupa en el mundo y se reconoce como constructor y transformador de éste.

Es decir que la Pedagogía tiene un papel primordial, de esa transformación del individuo. Y es ésta transformación la que se busca, para que los educandos puedan desempeñar una adecuada función en el hecho educativo.

Pero sin duda alguna, los alumnos muchas veces son afectados por un sinfín de aspectos internos y externos que influyen en su desempeño escolar. Entonces esta transformación que está a cargo de la Pedagogía se ve afectada. Se puede mencionar como uno de estos aspectos que influyen en el proceso de enseñanza – aprendizaje, la baja autoestima, que se muestra muchas veces en conductas inadecuadas.

Cuando se habla de conductas inadecuadas generalmente se habla de conductas que no están dentro de lo que establece la norma, de lo que se conoce como socialmente aceptadas. También son llamadas así porque interfieren en el aprendizaje, como se dijo anteriormente y se presentan con frecuencia o cierta intensidad.

Otra forma de definir una conducta inadecuada es como el lenguaje que utilizan los alumnos para decir algo que para ellos es importante y el docente debe prestar atención y dar la importancia que merece, ya que muchas veces los alumnos dicen así que no se sienten bien de salud, o que algo les incomoda, o están tristes y desanimados y que necesitan atención o tienen frustraciones.

Hay que aprender a tomar dichas conductas como una forma en que los alumnos tienen de comunicarse y a través de la cual se les puede enseñar. Teniendo claro que son socialmente inaceptables y que pueden poner en riesgo su vida. Entonces es allí donde la Pedagogía contribuye para ayudar a esos alumnos con dichos problemas.

Una de las formas como contribuye la pedagogía es con las diferentes herramientas que pueden intervenir a que estas conductas inadecuadas se extingan y que los alumnos puedan experimentar ciertamente una transformación de vida.

Se pueden mencionar entre esas herramientas la comunicación enseñanza – aprendizaje, proyectos educativos, administración del aula y la integración escolar, que trabajando al unísono se complementan para dar alternativas de solución a los problemas que presentan los alumnos.

Entonces, se abordará el tema de las conductas inadecuadas por falta de autoestima desde cada una de estas herramientas, antes mencionadas, considerando que sí bien es cierto que la Psicología actúa directamente en la conducta, la Pedagogía es una ciencia que puede ayudar enormemente en dicho problema, ya dentro de sus finalidades es dar soluciones a dichos problemas que aquejan a la educación.

## **2.1 Comunicación Enseñanza – Aprendizaje**

Se cuenta con la Comunicación, Enseñanza – Aprendizaje como la primera herramienta que el docente puede utilizar empleando los diferentes enfoques para dirigirse hacia sus alumnos con problemas de conducta. Es decir que, hay un enfoque interpersonal que es la empatía, cuya repercusión en el aprendizaje es sorprendente, ya que los alumnos *mantienen una motivación e interés constante* y esto contribuye a que ellos se sientan que forman parte de la familia educativa e incrementa su autoestima.



Otro enfoque es, el enfoque verbal el cual es un recurso con el que se cuenta para comunicarse de forma oral y escrita, en cualquier plano en que se socialice, y el docente puede emplear formas mágicas que la vida proporciona para la transmisión de ideas que sigan contribuyendo para aquellos alumnos que con dificultades puedan aprender a expresar sus inconformidades sin necesidad de llegar a conductas inadecuadas.

Sin olvidar por supuesto el enfoque no – verbal, pues bien, por allí se dice que un gesto dice más que mil palabras, es total y profundamente cierto. Ya que el mensaje que se les transmite a los alumnos por medio de la gesticulación puede dar como resultado, felicidad, tristeza, enojo, subir la autoestima, disminuir la probabilidad de conductas inadecuadas, transmisión de seguridad, por mencionar algunas. Entonces queda claro que esta herramienta puede ser de gran utilidad para que los docentes se valgan de ella para ayudar a la extinción de estas conductas por falta de autoestima.

## **2.2 Proyectos Educativos**

Pasando a otra herramienta está Proyectos, la cual se define como la mínima acción de intervención para ayudar a los problemas o necesidades de una población.

Los proyectos pueden ser: educativos y psicopedagógicos. Al hablar de los proyectos educativos se está hablando de aquella acción de intervención amplia, ya que puede ayudar a resolver una problemática de la comunidad.

A diferencia de un Proyecto Psicopedagógico cuya intervención es mucho más estrecha ya que es para ayudar a resolver problemas de los educandos considerando sus diferencias para dar soluciones.

El crear un proyecto anual para una institución educativa enfocada a mejorar o anular las conductas inadecuadas por falta de autoestima, se puede realizar desde tres perspectivas, dirigida a los padres de familia, a los alumnos y a los docentes, por medio de la realización de talleres, empleando material didáctico adecuado, metodología según las necesidades, técnicas, etc.

Esto sin duda va a fortalecer los lazos afectivos entre estos tres agentes de la educación, lo cual se enfocará a mejorar la autoestima de los alumnos y por ende mejorar las conductas.

Resumiendo el Proyecto Psicopedagógico es una guía estructurada de diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación-monitoreo que beneficia grandemente a los educandos y a la modificación de la conducta de estos por medio de módulos o talleres.

### **2.3 Administración del Aula**

La administración educativa se puede enfocar hacia la adecuada organización y planeamiento de actividades que contribuyan en el desarrollo de la autoestima de los alumnos y alumnas, así como también la distribución adecuada del tiempo dentro aula para brindar educación de calidad.

El proceso de enseñanza – aprendizaje debe realizarse de forma activa y participativa tanto por parte de los docentes, como de los alumnos para que estos se sientan parte de este, es por eso que todo profesional en el área educativa debe de planificar, organizar, dirigir y controlar dicho proceso, realizando a tiempo los cambios que se requieran al evaluar las conductas y competencias que se forman en los estudiantes.

Dentro de la planificación de actividades se debe tener presente en todo momento el objetivo que se pretende alcanzar con cada una de ellas y estar conscientes del impacto que estas tendrán en cada uno de los alumnos al igual que la reacción del grupo ya que estas también favorecen el desarrollo de la autoestima y la prevención de conductas inadecuadas por parte de estos.

Los talleres, laboratorios, mesas redondas, etc., promueven en los estudiantes confianza en sí mismos, al igual que el trabajo en equipo, puesto que son actividades integradoras que brindan cierto tipo de identidad dentro del grupo de alumnos, lo cual, desde el punto de vista individual desarrolla la autoestima.

El adecuado uso de los recursos materiales tanto en el establecimiento educativo como en el salón de clases proporciona al docente un mejor desempeño en su labor, lo que permite que el proceso de enseñanza – aprendizaje se lleve a cabo en un ambiente confiable y agradable para los alumnos logrando así una respuesta positiva hacia el proceso.

Tal es el caso de la tecnología, la cual es una herramienta que puede ser de mucha utilidad pues su uso es innovador dentro del ambiente educativo y desarrolla cierto tipo de competencias en los alumnos, pero de igual forma, puede contribuir en el desarrollo de conductas inadecuadas por parte de los estudiantes, si no se le emplea con una buena organización y planificación de actividades.

La ubicación física de todos los elementos dentro de un salón de clases, es algo que también le compete a la administración educativa y esta se enlaza con el desarrollo de la autoestima puesto que una apropiada distribución de los materiales propiciará un mejor ambiente de trabajo que colaborará con el hecho educativo.

Debemos recordar que nuestro país se caracteriza por la diversidad de culturas que posee, las cuales directa e indirectamente se ven influenciadas por los movimientos que se suscitan fuera de nuestras fronteras, logrando así una modificación en la forma de actuar de los ciudadanos, por tal motivo la administración educativa desde el punto de vista de la planificación, debe proporcionar a todo docente una amplia gama de actividades para satisfacer las necesidades de los estudiantes, permitiendo un adecuado desarrollo integral.

Entre estas podemos mencionar las actividades de introducción y motivación, las de conocimientos previos, las de desarrollo y fijación de conocimientos y las de recuperación así como también las actividades de ampliación de conocimientos.

## **2.4 Integración Escolar**

Por otra parte la integración escolar colabora en la sensibilización de los estudiantes a circunstancias ajenas a ellos, puesto que les brinda un panorama más amplio de su

realidad, promoviendo la comprensión de las conductas inadecuadas de sus iguales y al mismo tiempo propiciando el apoyo mutuo y el trabajo en equipo.

Todo docente debe promover la unión en su grupo de estudiantes para que el ambiente de trabajo sea el ideal y el proceso de enseñanza – aprendizaje se lleve a cabo de la mejor manera posible, además, se crean lazos afectivos que favorecen en el desarrollo de la autoestima de los alumnos y alumnas.

La buena y cordial convivencia dentro del salón de clases se debe lograr en base a la aceptación de los estudiantes con sus fortalezas y debilidades, lo cual se logra a través de actividades integradoras que promuevan la práctica de valores morales, tales como la tolerancia, cortesía, amigabilidad, etc.

Educar en valores es participar en un auténtico proceso de desarrollo y construcción personal. Una participación que en lenguaje educativo consiste en crear condiciones pedagógicas y sociales para que dicha construcción se lleve a cabo de una manera adecuada.

Para lograr que los resultados dentro de un clima de convivencia sean dados en forma clara y precisa y poder lograr que los métodos y técnicas dentro del aula lleguen a darnos una verdadera enseñanza-aprendizaje, debemos recurrir a la estadística como medio para cuantificar los resultados que se obtengan y facilitar el análisis de las diferentes situaciones que se dan en el entorno académico.

## Capítulo 3

### 3. Área General

#### 3.1 Estadística

Al dar un vistazo dentro de la estadística podremos decir que ésta es esencial en el estudio de los métodos, técnicas y formas de establecer cómo se evalúa el proceso de aprendizaje, así como las formas de trabajar de una manera equitativa respetando las individualidades de cada persona para lograr resultados exitosos.

La estadística en el manejo de datos y el inadecuado uso de los mismos pueden llegar a afectar de manera significativa la autoestima de las personas. Las conductas inadecuadas por falta de autoestima se podrían definir como una reacción del organismo cuando ocurre alguna alteración en su medio ambiente o dentro de sí mismo; por lo que podemos encontrar varios tipos de conductas que pueden dar pautas para conocer en determinado momento la relación de una persona, por lo que podemos hablar de algunas conductas.

La conducta estereotipada; podemos ver que es innata, puede ser un tactismo por el que todo el órgano se mueve en relación con un determinado estímulo externo. Si se mueve en dirección al estímulo diremos que es tactismo positivo si se aparta es negativo. Los reflejos son considerados como conductas estereotipadas y se distinguen de los tactismos en que los primeros suelen extender el movimiento a una parte del organismo.

En la conducta aprendida, el aprendizaje es la modificación de la conducta estereotipada o adquisición de nuevos tipos de conducta, los criterios para distinguir la conducta aprendida de las modificaciones de la estereotipada: *el aprendizaje debe ser permanente, no será alteración permanente en la conducta.*

La conducta compleja; el razonamiento es la facultad de utilizar experiencias pasadas, con deducción lógica, para resolver problemas nuevos más o menos complicados.

Por lo tanto podemos decir que la percepción que las personas tienen de sí mismas, puede expresarse como amor hacia uno mismo. Entonces diremos que la autoestima es una o la mejor base de asentamiento de los sentimientos, desde el punto de vista racional, y lo que siempre debe fomentarse es la capacidad del individuo de sentirse como tal y la ausencia de sentimientos negativos sobre su capacidad y de sentimiento de inseguridad.

Al hablar de autoestima y sus diferentes conductas podemos llegar a la conclusión que la Ética es una parte importante del autoestima, pues involucra los hechos humanos, su relación moral y la ley moral.

### **3.2 Ética y Valores en el Desempeño**

La Ética especial involucra en todos sus ámbitos a la sociedad como en lo profesional, familiar, social y cultural así como en el proceso educativo.

*La misma Ética es importante dentro del desempeño de las labores educativas puesto que los valores perdidos en la sociedad nos muestra la necesidad de una buena convivencia dentro de la comunidad para lograr mejorar la comunicación y los valores que deben de ser puestos en práctica dentro de la familia, escuela y comunidad.*

La Ética y valores son una muestra del carácter que debe de tener todo docente para establecer una comunicación adecuada con sus alumnos, los cuales se verán beneficiados si los docentes demuestran un carácter firme y radical, durante el proceso de aprendizaje; de esta forma se logra crecer de forma integral en cada accionar de la vida cotidiana.

La Ética que estudia los actos humanos en la relación moral, con normas de justicia natural, los deberes y derechos de cada hombre como miembros de la sociedad en donde se desenvuelven. Las personas deben de actuar de acuerdo a normas establecidas en la que existen reglas determinadas. Para que una persona sea exitosa, en este contexto debe ser positivo, emprendedor y líder. Cada persona tiene cualidades y habilidades que puede explotar, dentro de un grupo de trabajo, por lo que el fomentar el liderazgo dentro de un grupo ayuda a desarrollar el potencial que cada individuo tiene innato. El líder por

naturaleza ayudará a desarrollar habilidades a los miembros del grupo, siempre y cuando el liderazgo sea positivo y haga crecer a cada uno como persona.

Ser auténtico, enfrentar los temores, alejar los miedos, crear una imagen positiva de cada uno ayudará a crecer la autoestima de cada persona, lo que propiciará a que el trabajo realizado sea eficiente y se realice en un ambiente cordial.

Las conductas inadecuadas que vemos dentro de un salón de clases pueden ser por la falta de autoestima.

Las conductas inadecuadas pueden ser causa de imagen distorsionada de su persona, maltrato infantil, carencia de afecto ante los logros alcanzados, falta de motivación, falta de comunicación, discriminación, etc.

Dentro de estas conductas podemos encontrar una serie de factores que influirán en el desempeño de la labor educativa, por lo que el docente tendrá que esforzarse en el que hacer educativo para lograr integrar al grupo de estudiantes dentro del aula, involucrando a los que tienen conductas inadecuadas dentro de esta.

El docente dentro del aula y fuera de ella deberá tomar en cuenta la individualidad de cada uno para lograr establecer la forma de enseñanza que debe adoptar ante el grupo, de la misma manera tendrá que encontrar mecanismos, métodos y técnicas para que este aprendizaje sea de buena calidad, logrando establecer una comunicación abierta, en donde tanto docente como alumno crezca en la convivencia y se logren los resultados esperados dentro y fuera del centro de estudio.

Los docentes hoy en día deben conocer los nuevos paradigmas educativos para establecer cómo, cuándo, y dónde es la mejor manera de visualizar una educación de calidad. Para esto se debe tomar en cuenta las herramientas necesarias para lograr un parámetro de estudio, por lo que la estadística se ve involucrada directamente, ya que con este método de estudio se podrá encontrar la forma de visualizar parámetros que servirán más adelante dentro del campo de estudio, como lo es un cuestionario, una encuesta, entrevistas, lo que servirá de apoyo en el proceso, esto se realizará de forma cualitativa y cuantitativa, en

donde los datos obtenidos darán la muestra para las mediciones que posteriormente se realizarán dentro del campo de estudio. Actualmente la estadística es una herramienta esencial en el estudio de los métodos, técnica y formas de cómo se evalúa el proceso de aprendizaje. Estadística deriva del latín *staat* que significa estado (organización de un pueblo o nación) y fue utilizada por primera vez por Godofredo Achenwall. Para el estudio de los aprendizajes utilizamos a los centros educativos como población y a los estudiantes como muestra. La definición de estadística nos dice que es una ciencia que estudia los fenómenos colectivos, mediante la observación numérica. Es un método de operar y ordenar datos. Actualmente es difícil indicar profesiones que no utilicen la estadística, está se trabaja por medio de población que es un conjunto de medidas u objetos que posee una característica común observable. Este término se usa para denotar el conjunto de elementos del cual se extrae una muestra, que es un recuento de los elementos pertenecientes a la población, cuando hacemos una investigación tomamos muestras para extraer conclusiones sobre toda una población.

En educación se utiliza la estadística para hacer investigaciones en la que planeamos una investigación, observamos, recolectamos datos (encuesta, entrevista), obtenemos resultados y graficamos la información.



## Capítulo 4

### Metodología

El educando se enfrenta con un sinnúmero de problemas emocionales, sociales, culturales y económicos entre otros, los cuales influyen en su proceso de enseñanza-aprendizaje y la calidad educativa. Determinar cuál es el problema central que afecta a los alumnos, no es tarea fácil, por eso los alumnos del 5to año de Licenciatura en Psicopedagogía, realizaron una investigación para contribuir en alguna medida a solucionar los problemas que aquejan a los educandos en su desempeño escolar.

Se inicia con sesiones de trabajo donde se elabora una encuesta la cual deberá ser pasada en algunos centros educativos (de muestra) para establecer qué problemas comúnmente interfieren en el proceso educativo. En dichas sesiones se determinó abarcar el ciclo básico, puesto que la adolescencia es una de las etapas del crecimiento donde se desarrolla la personalidad, pero también es una de las más vulnerables ante los cambios físicos, cognitivos y emocionales que se deben afrontar.

Tomando en consideración la información obtenida del personal docente de los centros educativos encuestados se logró identificar el problema con mayor frecuencia en los adolescentes, cuyo nombre es: “Conductas Inadecuadas por falta de Autoestima”, por lo cual se determinó trabajar en la propuesta de posibles intervenciones que este problema puede tener desde el punto de vista pedagógico, psicológico y general.

Para dicha propuesta se realiza un informe que incluye la información que permite tener una visión general de cómo la falta de autoestima influye en las conductas de los jóvenes.

Sin lugar a duda el informe confirma la importancia del desarrollo de la autoestima en el buen rendimiento académico de los adolescentes, en la formación de su personalidad y en su proyecto de vida. Pero sólo ese análisis no es suficiente, es necesario hacer un plan de acción.

El propósito general del plan de acción es mejorar las conductas de los jóvenes estudiantes por medio del fortalecimiento de la autoestima, contribuyendo así al desarrollo integral esperado por la familia, la comunidad educativa y la sociedad.

Siendo el principal protagonista de dicho plan, la ejecución de un manual, tomado éste como estrategia psicopedagógica, al cual se le denominó: “Manual de Educación Preventiva”, dividido en dos partes una teórica y una práctica, en la parte teórica se incluyen los aspectos generales del adolescente y en la segunda parte se presenta una serie de actividades dinámicas para realizar en el salón de clases con el objetivo de informar y formar a los adolescentes.

El propósito del manual es ser una herramienta de intervención asertiva – preventiva, que ayude a mejorar la autoestima de los alumnos y por ende las conductas que éste utilice en su diario vivir, así como proporcionar a los docentes las herramientas necesarias para que sean utilizadas en el mejoramiento de las conductas y autoestima de los jóvenes estudiantes.

Concluido el trabajo de levantado de texto y reproducción de los manuales se realizó una pequeña charla como parte del plan de acción, a la que se invitó a directores, docentes y representantes de los establecimientos educativos encuestados, con el propósito de presentar el trabajo realizado, entrega de manuales y diplomas en reconocimiento de la colaboración y participación recibida de parte de las autoridades educativas invitadas.

Se contó con la asistencia del Decano de la Facultad de Educación, el cual se mostró muy motivado e interesado en el contenido del manual, así como en la funcionalidad del mismo.

La Charla se llevo a cabo de la siguiente forma:

- Bienvenida a los invitados y autoridades de la Universidad.
- Dinámica “Conociéndonos”
- Exposición de la parte teórica del manual
- Dinámica “Tu Opinión Cuenta”
- Exposición de la parte práctica del manual
- Taller 1

- **Taller 2**
- **Reflexión**
- **Conclusiones**
- **Agradecimientos y entrega de diplomas**
- **Refrigerio**

***Esta acción se realizó satisfactoriamente al tabular los resultados de las hojas de evaluación que llenaron los participantes y las autoridades de la Universidad incluyendo los comentarios recibidos.***

## Capítulo 5

### Resultados

Luego de recabar información por medio de la encuesta realizada a los siguientes establecimientos:

Escuela Oficial Rural Mixta Aldea Rancho Grande, Morales Izabal.

Complejo Educativo para la Paz N° 4 Alberto Masferrer

Liceo Mixto Cultura

Instituto Tecnológico Centro Americano

Colegio El Sagrado Corazón de Jesús 16

Colegio El Sagrado Corazón “El Naranja”

Instituto Nacional Mixto de Educación Básica “Primero de Julio”

Se obtuvieron los siguientes resultados:

- El aspecto con mayor repetición fue la falta de autoestima y valores con un 27.69%.
- Seguimiento de la desintegración familiar, falta de disciplina y la falta de recursos didácticos, con un 12.31%.
- La falta de comunicación, el desinterés por el rendimiento de parte de los padres de familia a sus hijos y la falta de capacitación docente con un 9.23%.
- El 95% de los docentes encuestados estarían dispuestos a colaborar en las soluciones que se propongan a los problemas establecidos.
- Del 100% de los maestros encuestados el 11% creen que las autoridades del plantel deben involucrarse en la solución del problema, el 24% consideran que son los padres de familia y el 65% consideran que son los catedráticos los interesados en dar solución a dichos problemas.



En la evaluación realizada en el plan de acción, como muestra del trabajo realizado por los alumnos del 5to año en Licenciatura en Psicopedagogía (realización del manual, charla informativa y entrega del mismo) se obtuvieron los siguientes resultados:

- De la primera pregunta ¿Considera que el taller recibido cumplió con sus objetivos? El 100 % de los asistentes respondieron que Sí.
- A la pregunta ¿Cuál fue la dinámica que más gustó? El 45% respondió “Tu opinión cuenta”
- Para la pregunta número 3 ¿El trabajo que la asesora realizó fue? El 67% respondió Excelente.
- El 56% recomienda impulsar el uso del manual a nivel nacional.
- El 67% “Felicitó el trabajo realizado por el grupo de alumnos con el manual realizado”.
- El 11% dijo que “Excelente trabajo”.
- El otro 11% dijo “Hora de empezar a trabajar como pedagogos”

### **Discusión de Resultados**

Sin lugar a dudas las problemáticas identificadas como la desintegración familiar y la falta de recursos didácticos, influyen grandemente en la educación.

Los docentes de las diferentes Instituciones Educativas muestran mayor preocupación por la falta de autoestima y valores de los jóvenes, ya que según ellos estos aspectos son cruciales para el adecuado desarrollo tanto individual, como familiar y social.

Es realmente gratificante observar que el 95% de los docentes están dispuestos a colaborar en la solución de los problemas identificados.

Ahora bien de los resultados obtenidos en la evaluación del plan de acción se puede resaltar que las personas que asistieron a la charla – taller, participaron constante, demostraron un gran interés por la información y los talleres realizados, coincidían que la acción fue Excelente y significativa

en cuanto a la funcionalidad que el manual puede brindar en los distintos establecimientos en donde será utilizado.

## **Conclusiones**

De acuerdo a los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a las diferentes autoridades de los centros educativos que participaron, se llega a las siguientes conclusiones:

1. Los docentes muestran una actitud positiva para poder colaborar en la solución que se proponga para la solución de los problemas que aquejan a los jóvenes estudiantes.
2. Los contenidos del “Manual de Educación Preventiva” permite al docente contar con una herramienta específica para el adecuado manejo de las actitudes y autoestima de los alumnos.
3. El 65% de los docentes encuestados consideran que deben involucrarse directamente con los problemas que perjudican al educando.
4. La adolescencia es una etapa de transición en donde deben trabajarse los aspectos emocionales (actitudes – autoestima) como un elemento fundamental en el desarrollo integral del mismo.

## Referencias

- Ávila, Wilda. (2002). *Compendio de Orientación*. Maracaibo. Editorial McCaffrey
- Bonet, Vincente. (1997). *Sé amigo de ti mismo: Manual de autoestima*. Francia. Editorial Sal Terrae.
- Bonet, Vicente. (2001). *El diario íntimo: Buceando hacia el Yo profundo*. Francia. Editorial Desclée de Brouwer.
- Cornejo, Miguel Ángel. (1999). *Todos los secretos de la excelencia*. México. Editorial Salomé. Cuarta Edición Morata.
- Hegarty A. Clunies Roos. (1988). *“Aprender juntos. La integración escolar”*. México. Editorial McGraw-Hill.
- Koontz, Harold, Oidonell y Heinz Wiehrich. (1983). *Elementos de Administración*. México. Editorial McGraw Hill.
- Nassif, Ricardo. (1975). *Pedagogía General*. Argentina. Editorial Kapeluz.
- Porlán, Rafael. (1995). *Constructivismo y escuela: hacia un modelo de enseñanza-aprendizaje basado en la comunicación*. España. Editorial Diáda. Sevilla.
- Rodas, Iris. (2002). *Estadística*. Guatemala editorial Zantmaro.
- Sair, Virginia. (1980). *Relaciones Humanas*. México. Editorial América.
- Sarason, Irwin y Bárbara R. (2006) *Psicopatología: Psicología anormal, el problema de la conducta inadaptada*. México. Editor Pearson.
- Solar, Suryavan. (2002). *Manual para triunfadores*. Venezuela. Editorial Salomé
- Terry, George. (1973). *Principios de Administración*. México. Editorial El Ateneo.
- Zambrano, Jazmín. (1991). *Súper Aprendizaje Total*. México. Editorial Pearson.
- Tipos de terapia  
[www.fortunecity.com/](http://www.fortunecity.com/) recuperado/01/08/09



# **ANEXOS**

## Anexo 1

**Universidad Panamericana**

**Facultad de Ciencias de la Educación**

**Licenciatura en Psicopedagogía**



### Encuesta

Los estudiantes del quinto año de la Licenciatura en Psicopedagogía están realizando un estudio sobre calidad educativa. Su opinión es muy importante por favor dedique unos minutos a completar esta encuesta. Sus respuestas serán tratadas de forma confidencial y serán utilizadas únicamente para mejorar y optimizar el desarrollo de la educación.

Nivel:                      Preprimaria                      Primaria                      Secundaria

1. Escriba 10 problemas de orden educativo que perjudiquen la calidad educativa en el establecimiento donde usted trabaja.

1) \_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

4) \_\_\_\_\_

5) \_\_\_\_\_

6) \_\_\_\_\_

7) \_\_\_\_\_

8) \_\_\_\_\_

9) \_\_\_\_\_

10) \_\_\_\_\_

2. De los anteriores, seleccione 5 problemas que su juicio son las más importantes y ordénelas de mayor a menor.

1) \_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

4) \_\_\_\_\_

5) \_\_\_\_\_

3. ¿Quiénes cree que estarían involucrados (en la solución de dichos problemas)?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. ¿Estaría dispuesto/a a participar en las soluciones que se propongan a los problemas?

\_\_\_\_\_ SI                      \_\_\_\_\_ NO

**Gracias por su colaboración.**

## Anexo 2

**Universidad Panamericana**

**Facultad de Educación**

**Licenciatura en Psicopedagogía**



### **Evaluación de la Acción de Intervención**

Instrucciones: a continuación se le presentan un conjunto de preguntas, conteste utilizando una X en los espacios en donde considere que está la respuesta que más se acerque a su opinión. De antemano agradecemos su colaboración y participación.

1. Considera que el taller recibido cumplió con sus objetivos

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

2. ¿Cuál fue la dinámica que más le gustó?

Tu opinión cuenta \_\_\_\_\_

¿Quién Soy Yo? \_\_\_\_\_

Rompiendo el hielo \_\_\_\_\_

Todas \_\_\_\_\_

No Responde \_\_\_\_\_

3. El trabajo que la asesora realizó fue:

Excelente \_\_\_\_\_

Muy valioso \_\_\_\_\_

Significativo y Pertinente \_\_\_\_\_

No responde \_\_\_\_\_

4. ¿Qué recomendación consideraría?

No responde \_\_\_\_\_

Impulsar el uso del manual a nivel nacional \_\_\_\_\_

Sigan Adelante \_\_\_\_\_

5. A su consideración su comentario final puede ser:

Felicitaciones \_\_\_\_\_

Excelente Trabajo \_\_\_\_\_

Hora de Empezar a aplicarse

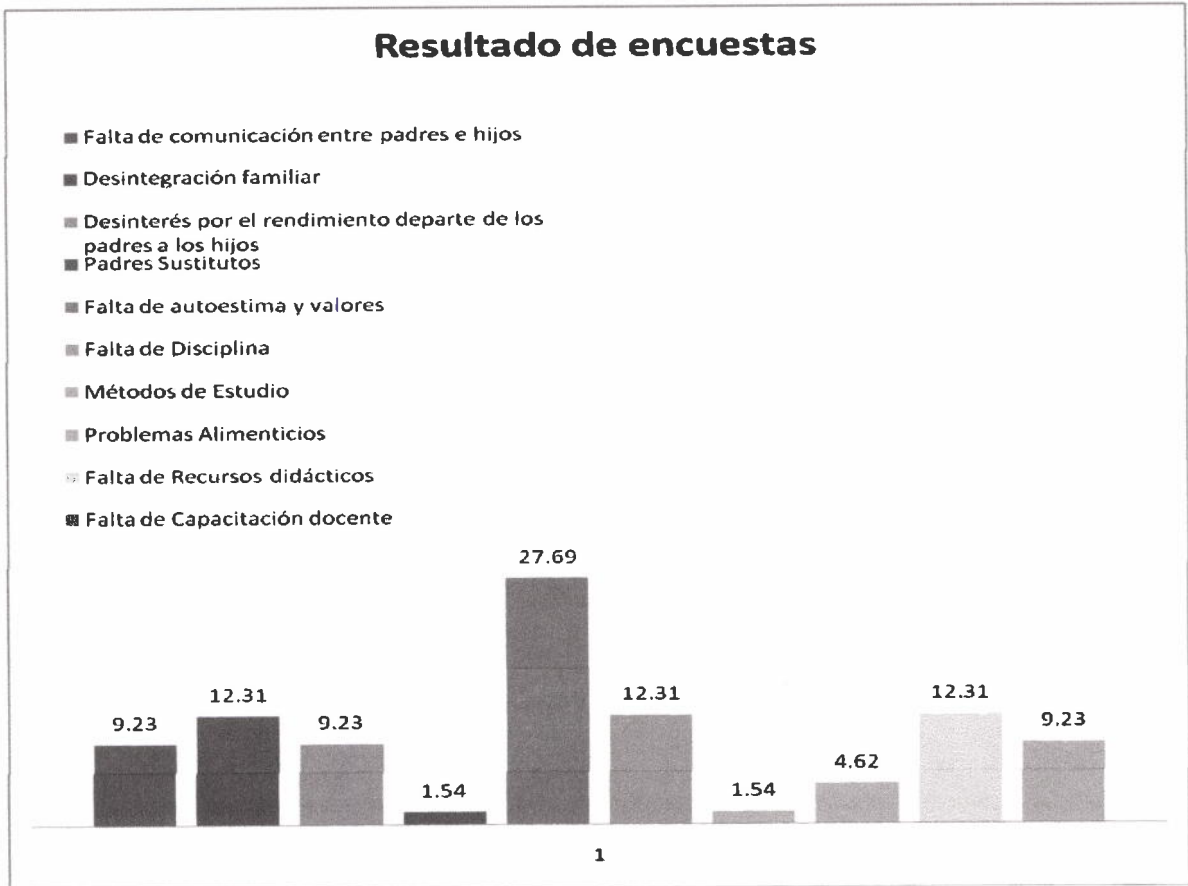
Como Psicopedagogos \_\_\_\_\_

No responde \_\_\_\_\_

### Anexo 3

#### Listado de Gráficas

**Gráfica # 1 Problemas que perjudican la Educación**

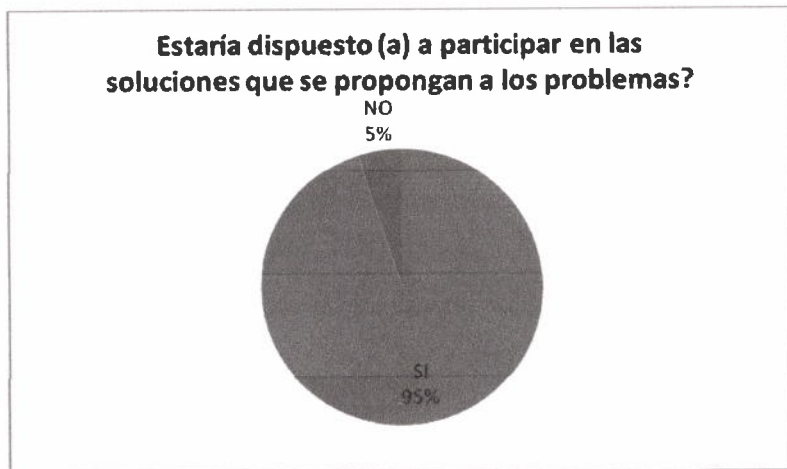


Fuente (Creación Propia).

La encuesta muestra que la falta de autoestima y valores es el problema que a consideración de los docentes perjudica mayormente a la educación de los jóvenes estudiantes.

## Anexo 4

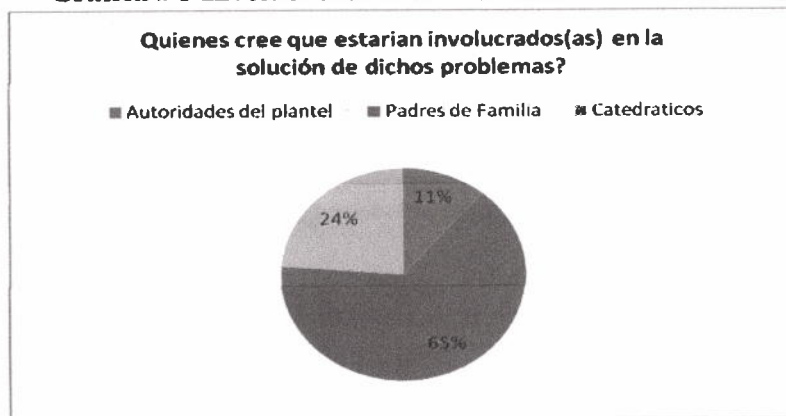
### Gráfica # 2 Participación en las soluciones



Fuente (Creación Propia)

Al observar el resultado de la encuesta se pudo determinar que se cuenta con la participación del 95% de los docentes para ayudar en las posibles soluciones a los problemas.

### Gráfica # 3 Involucrados en la Solución de Problemas

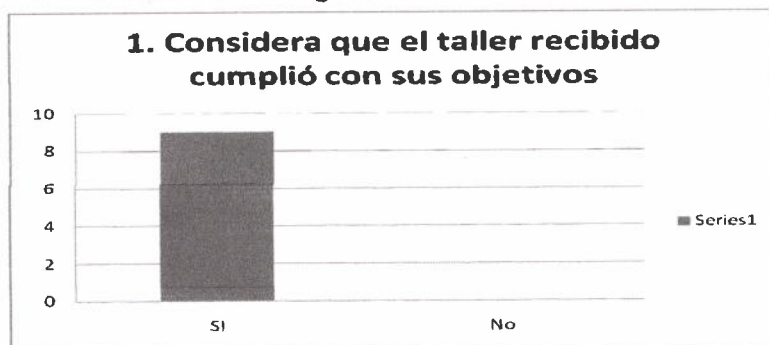


Fuente (Creación Propia)

Los docentes están convencidos que son ellos los que están involucrados directamente en la solución de problemas de índole educativo.

## Anexo 5

**Gráfica # 4. Resultado de la Pregunta 1 de la Evaluación del Plan de Acción**



Fuente (Creación Propia)

Según los datos obtenidos los participantes del plan de acción opinan que el taller Sí cumplió con los objetivos establecidos en la entrega del Manual.

**Gráfica # 5 Resultado de la Pregunta 2 de la Evaluación del Plan de Acción**



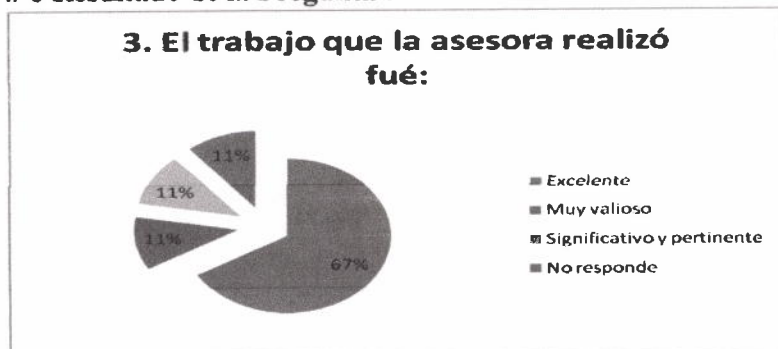
Fuente (Creación Propia)

La dinámica que más gusto a los participantes en el momento del taller fue a “Tu opinión Cuenta”, en donde se hizo una disertación de la importancia del manual en la aplicación de técnicas para cambiar las actitudes y mejora la autoestima de los jóvenes estudiantes.



## Anexo 6

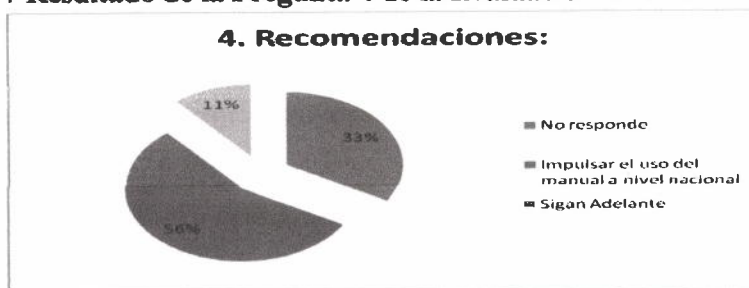
**Gráfica # 6 Resultado de la Pregunta 3 de la Evaluación del Plan de Acción**



Fuente (Creación Propia)

Cabe mencionar que la asesoría recibida por la Licenciada Elisaída de Andrino fue significativa para todo el grupo de estudiantes, lo cual pudo ser percibido por los participantes de las diferentes instituciones educativas que participaron en el Plan de Acción.

**Gráfica # 7 Resultado de la Pregunta 4 de la Evaluación del Plan de Acción**

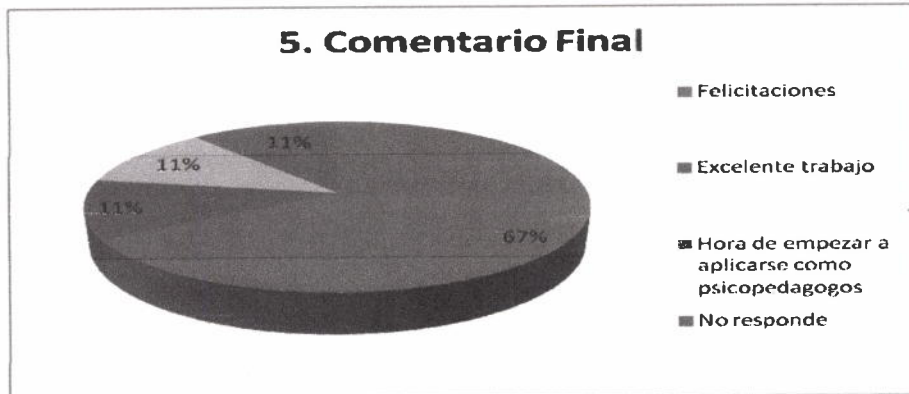


Fuente (Creación Propia)

Las recomendaciones recibidas por los participantes se inclinan a impulsar el uso del manual a nivel nacional, considerando que el mismo puede de ser de gran utilidad para muchos jóvenes de todo el país.

## Anexo 7

**Gráfica # 8 Resultado de la Pregunta 5 de la Evaluación del Plan de Acción**



Fuente (Creación Propia)

En su mayoría las autoridades que asistieron al Plan de Acción Felicitaron al grupo que conforman los estudiantes del 5to. Año en Licenciatura en Psicopedagogía, por el esfuerzo y trabajo realizado

## Anexo 8

### Fotografías del Plan de Acción



## Anexo 9

### Fotografías del Plan de Acción



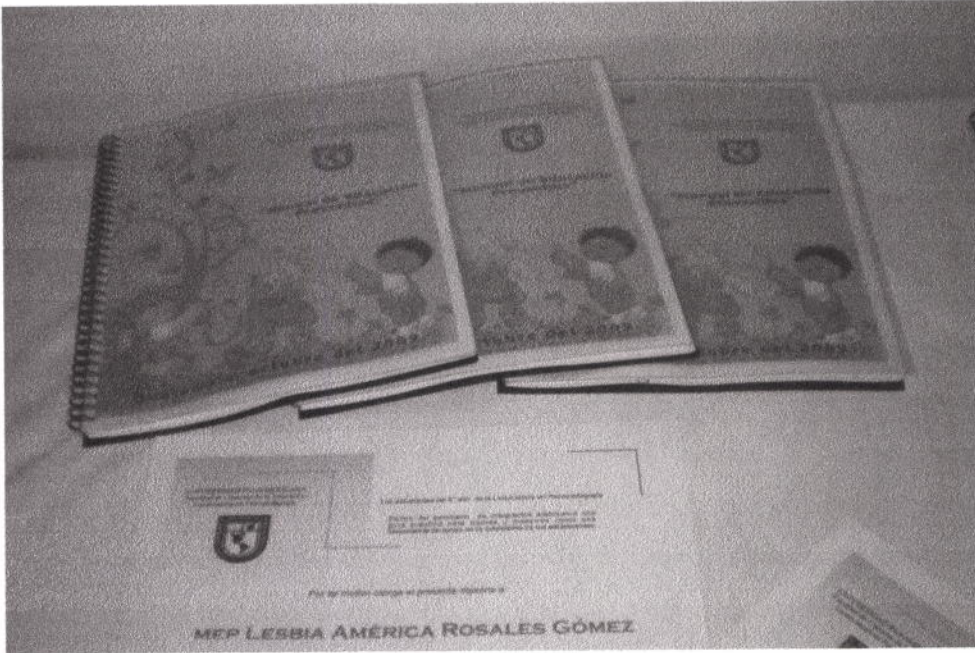
## Anexo 10

### Fotografías del Plan de Acción



## Anexo 11

### Fotografías del Plan de Acción



## **Anexo 12**

### **Invitación al Plan de Acción**



Universidad Panamericana  
**Facultad de Ciencias de la Educación**

Los estudiantes del quinto año de la carrera en

### **Licenciatura en Psicopedagogía**

Tienen el agrado de invitarle a usted a la "Charla y entrega del Manual Educativo".

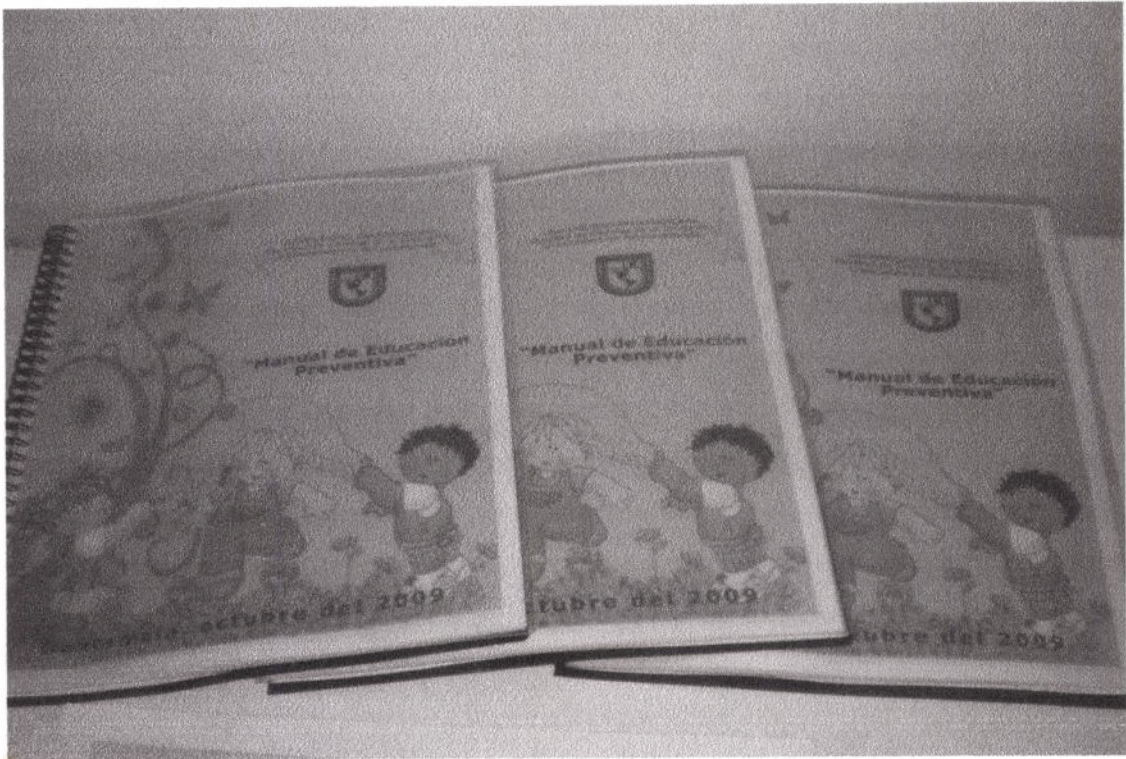
El cual se llevará a cabo en salón 206 del edificio B, en las instalaciones de la UPANA; el día sábado 10 de octubre del presente año, de las 15:00 a las 17:00 horas, incluye Coffee Break

**"Sabiduría, ante todo adquiere Sabiduría"**

Guatemala de la Asunción, Octubre 2009

**Anexo 13**

**Documento Adjunto del “Manual de Educación Preventiva”**





**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**  
**Facultad de Ciencias de la Educación**  
**Licenciatura en Psicopedagogía**



**"Manual Educativo"**

**Guatemala, noviembre del 2009**

## **“Manual Educativo ”**

### **Por:**

**Mónica Gabriela Archer Rosales  
Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez  
Sonia Ludiveth Cordón y Cordón  
Dora Mirthala Cuéllar Gómez  
Estella Mazariegos Contreras  
Nancy Fabiola Rodas Sandoval  
Dalma Zuleida Valdés Jarquín**

**Licda. Elisaida de Andrino  
(Asesora)**

**Guatemala, noviembre del 2009.**

## CONTENIDO

Introducción	1
Capítulo 1	
1. Adolescencia	2
1.1. Generalidades en las etapas de la adolescencia	4
1.1.1 La pre-adolescencia, desde los 8 hasta los 11 años	4
1.1.2 Segunda etapa de la adolescencia, desde los 11 hasta los 15 años	5
1.1.3 Tercera etapa de la adolescencia, desde los 15 hasta los 18 años	5
1.1.4 Conducta y adaptación social del adolescente	6
1.1.5 Desarrollo social del adolescente	6
1.1.6 Tipos de personalidad del adolescente	6
Capítulo 2	
2. Factores que influyen en la Conducta del Adolescente	7
2.1. Desde el punto de vista Familiar	7
2.1.1 Familia	7
2.2. Desde el punto de vista Escolar	8
2.3. Desde el punto de vista Emocional	8
2.3.1 Los cambios de humor	10
2.3.2 Conseguir un clima de libertad	10
2.3.3 Hacer frente a los problemas cotidianos	11
2.3.4 El traspaso gradual de responsabilidades	11
2.3.5 Autoridad y disciplina	12
2.3.6 ¿Cómo negociar con nuestro hijo?	13
2.4. Desde el punto de vista Social	13
2.4.1 El adolescente y la toxicomanía	15
2.4.2 Adolescente y delincuencia juvenil	15
2.4.3 El suicidio en la adolescencia	16
2.4.4 Fracaso escolar	16

## Capítulo 3

<b>3. Intervención Asertiva – Actividades prácticas dirigida a adolescentes</b>	<b>17</b>
3.1 Valorando el afecto	17
3.2 Expresa tus sentimientos	21
3.3 Los Valores – ACTIVIDADES SUGERIDAS	24
3.3.1 Descubre los Valores	24
3.3.2 Dinámica de Valores y Contravalores	24
3.3.3 Moral (dilemas)	25
3.3.4 Imitaciones y Modelos a seguir	27
3.4 Autoestima- ACTIVIDADES SUGERIDAS	30
3.4.1 ¿Quién soy yo?	32
3.4.2 ¿Cómo calificarías tu nivel de Autoestima?	33
3.4.3 Acéptate a ti mismo. Las partes de mi cuerpo	35
3.4.4 Conocerse y Valorarse a través de las demás personas	36
3.4.5 Cimientos Autoestima	37
3.4.6 El Perfil	40
3.4.7 El rol de la familia y la escuela en la formación de la autoestima	41
3.4.8 Golpes a la Autoestima	43
3.4.9 Piensa positivamente acerca de ti mismo	50
3.5 Toma de Decisiones ACTIVIDADES SUGERIDAS	52
3.5.1 Fundamentos Teóricos	52
3.5.2 Instrumentos para la toma de decisiones CTF	54
3.5.3 Instrumentos para tomar decisiones PNI	60
3.5.4 Instrumentos para tomar decisiones C y S	62
3.6 Presión de Grupo ACTIVIDADES SUGERIDAS	64
3.6.1 Poder Personal	64
3.6.2 ¿Qué hacer ante un grupo?	65
3.6.3 Las clases de poder	68
3.7 Proyección de Vida	71
3.7.1 ¿Cómo hacer planes para el éxito?	71

<b>Capítulo 4</b>	
<b>Conclusiones</b>	<b>75</b>
<b>Capítulo 5</b>	
<b>Referencias Bibliográficas</b>	<b>76</b>

## **Introducción**

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, implica cambios físicos y emocionales para los propios adolescentes y también cambios en la organización y relaciones familiares.

La evolución que los (as) jóvenes viven en esa etapa, los hace entrar en crisis pues se encuentran en la búsqueda de su propia identidad, en el proceso de configurar su personalidad, la confusión de los roles que se le ofrecen y conocen. El desarrollo de su personalidad dependerá en gran medida de los aspectos personales que se hayan estructurado en las etapas preescolar y escolar y de las condiciones sociales, familiares y ambientales que se les ofrezcan.

En ocasiones los educadores, la familia o el propio adolescente se verán desbordados y precisarán de ayuda externa, por lo que este tipo de material que a continuación se presenta, se enfoca de manera exclusiva a este período, se ocupa de las vinculaciones que existen entre las generalidades y factores que influyen en la conducta y de algunas implicaciones metodológicas que se deben tomar en cuenta al trabajar psicológica y pedagógicamente con adolescentes.

Este manual está dirigido a quienes gustan de trabajar con jóvenes y muestran deseos de colaborar con ellos en las dimensiones emocional, social e intelectual, en la condición de niño (a) a la de adulto (a).

Esta es una intervención asertiva desde el punto de vista familiar, escolar, emocional y social, de acuerdo al tema específico seleccionado, ofrece actividades de aplicación prácticas dirigidas a adolescentes y sugeridas con su respectivo objetivo, procedimiento y materiales necesarios.

## Capítulo 1

### 1. Adolescencia

La raíz de la palabra adolescencia viene del latín *adolescere* (carecer o no tener suficiente). En esta etapa se adolece de experiencias, madurez y otras facultades para pensar y actuar de la manera que lo haría un adulto con experiencia. En la adolescencia los hijos dependen menos de los padres en el aspecto socio-emocional. Es aquí donde inician su camino a la vida adulta.

Es una etapa de la vida en la que se presentan cambios rápidos en el desarrollo físico, mental y emocional, que influyen de manera importante en la relación de los adolescentes con su familia, amigos, pareja, compañeros de escuela. En esta etapa, los jóvenes comienzan la búsqueda que les ayudará a ser personas independientes, por ello entran en procesos de autoafirmación sumamente importantes para conseguir independizarse emocionalmente de sus padres. En muchas ocasiones tenemos la sensación de que rechazan absolutamente todo lo que se les enseñó de pequeños, esto lejos de ser algo negativo, es un paso necesario para el desarrollo emocional de los adolescentes, siempre que se le marquen unos límites, donde el respeto debe prevalecer sobre todo lo demás.

Ya que es el proceso de transformación del niño en adulto, es un período de transición que tiene características peculiares. La evolución que los muchachos viven en esa etapa, los hace entrar en crisis, pues se encuentran en la búsqueda de su propia identidad, en el proceso de configurar su personalidad. En ocasiones, la familia o el adolescente se verán desbordados y precisarán de ayuda externa a la familia.

Por consiguiente la adolescencia implica cambios físicos y emocionales para los propios adolescentes y también cambios en la organización y relaciones familiares, es la transición entre el infante o niño de edad escolar y el adulto. Esta transición de cuerpo y mente, proviene no solamente de sí mismo, sino que se conjuga con su entorno, el cual es trascendental para que los grandes cambios fisiológicos que se produce en el individuo lo hagan llegar a la edad adulta. La adolescencia es un fenómeno biológico, cultural y social, por lo tanto sus límites no se asocian solamente a características físicas.

A diferencia de la pubertad, que comienza a una edad determinada a los doce o trece años debido a cambios hormonales, la adolescencia puede variar mucho en edad y en duración en cada individuo pues está relacionada no solamente con la maduración de la psiquis del individuo sino que depende de factores psico-sociales más amplios y complejos, originados principalmente en el seno familiar.

La adolescencia según la organización mundial para la salud, define la adolescencia como: la etapa que va de los 11 los 19 años.

Todos los individuos, durante el período de la adolescencia, presentan un mayor o menor grado de crisis de desarrollo. Desde el punto de vista práctico, el perfil psicológico es transitorio, cambiante y emocionalmente inestable. El desarrollo de su personalidad dependerá en gran medida de la personalidad que se haya estructurado en las etapas preescolar y escolar y de las condiciones sociales, familiares y ambientales que se les ofrezcan. Los cambios y

transformaciones que cubre el individuo en esta etapa son considerablemente acusados tanto en la esfera psíquica como en la orgánica. Algunas de las tareas que se imponen a un adolescente, incluyen:

Aceptar cambios puberales; o que puedan hacerle un cambio al ser que esperamos que llegue;

Desarrollo del pensamiento abstracto y formal;

Identificación y solidificación de amistades afectivas con probable experimentación grupal con el alcohol, el cigarro e incluso drogas.

Establecimiento de la identidad sexual, mostrando timidez, moralidad y preocupación por su atractivo físico.

Lucha por la identificación del yo, incluyendo la estructuración de su existencia basado en esa identidad.

Alcanzar la independencia, es un proceso de autoafirmación, imprescindible para la madurez social y la independencia

Logros cognitivos y vocacionales; fuerte interés en el presente y limitado enfoque en el futuro.

Capacidad de controlar los períodos de depresión y facultad de expresar necesidades personales y grupales.

En las fases más avanzadas, la capacidad de juicio crítico se extiende a sí mismo, de ahí el sentimiento de culpabilidad como característico de la esfera afectiva y por el cual nacen deseos de rectificación por mecanismos de sublimación y racionalización. Las relaciones con el sexo opuesto se hacen más serias, aumenta su capacidad para establecer sus propias metas, disminuyen los conflictos y aumenta su estabilidad emocional.

Durante el crecimiento, desde el punto de vista práctico, los cambios normales del crecimiento tienen tres grandes características:

Se realizan en forma secuencial, es decir, aparecen unas características antes de que aparezcan otras, como es el caso del crecimiento de los senos antes de la aparición de la menstruación, el vello pubiano antes que el axilar, los miembros inferiores crecen primero que el tronco, los testículos se incrementan antes que el pene, etc.

El tiempo de comienzo, la magnitud y la velocidad de cada evento es considerablemente variable entre las edades, por lo que algunos maduran antes que otros.

Cada evento del crecimiento sigue la ley de la variabilidad individual del desarrollo. Cada individuo tiene una propia manera de ser y la conserva a través de los años de la adolescencia y en el que influyen diversos factores, como su raza, constitución genética o familiar, nutrición, funcionamiento endocrino y ambiente socio-cultural. Basado en ello, la evaluación de la maduración sexual suele ser más valiosa desde el punto de vista clínico, que la edad cronológica, que es la correlación que por lo general preocupa a los padres y al mismo adolescente.





## **1.1 Generalidades en las etapas de la adolescencia:**

Se suele dividir las etapas de la adolescencia en tres. Cada etapa trae sus propios cambios físicos, emocionales, psicológicos y de comportamiento. El desarrollo de los niños entre 8 y 18 años no está solamente determinado por el crecimiento y los cambios biológicos que experimentan su cuerpo, sino también por su propio temperamento y personalidad, las expectativas puestas en ellos por los adultos con los que conviven, y las influencias sociales.

### **1.1.1 La pre-adolescencia: desde los 8 hasta los 11 años**

Crecimiento desigual de huesos, músculos y órganos puede dar una apariencia algo torpe. Supone el inicio de la pubertad para la mayoría.

Pensamientos lógicos y tendencia a despreciar pensamientos imaginativos de la infancia. Capacidad para acumular grandes conocimientos y aplicar nuevos conceptos. Mayor interés para aprender habilidades de vida, como cocinar, ordenar.

Egocéntrico en general, aunque ya tiene conciencia. Comprende los conceptos lo que es justo y la negociación. No siempre se ve reflejada su capacidad moral en su comportamiento.

En gran medida influido por las relaciones con los miembros de su familia, profesores y cada vez más, por sus compañeros. Muchos niños tienden a imitar el estereotipo masculino. El auto-imagen de muchas niñas puede sufrir con la llegada de la pubertad. Mayor afán de hacer planes y cumplir con objetivos. Tendencia a ser desorganizados.

Relación de afecto y dependencia de ambos padres. Deseo de participar más en decisiones que les afecta. Tendencia a discutir sobre tareas, deberes, y orden. Conflictos con hermanos.

Eligen amigos con mismos gustos y aficiones. Niñas tienden a tener menos amigas más íntimas que niños. En esta etapa se forman pandillas de amigos que pueden excluir a otros niños

### **1.1.2 Segunda etapa de la adolescencia: desde los 11 hasta los 15 años**

Llegada de la pubertad con velocidad distinta dependiendo de cada adolescente. Aumento de apetito en épocas de crecimiento. Necesitan dormir más. Desarrollo de los órganos sexuales, cambios en la voz, posible olor corporal.

Desarrollo de nuevas capacidades para ver las cosas en términos relativos y abstractos y para pensar. Sentido de humor puede estar más centrado en la ironía y el sexo. Época de mayor conflicto con padres.

Tendencia hacia el egocentrismo. Buscan la aprobación social de sus compañeros. Aunque entienden los conceptos relacionados con el orden social, a esta edad suelen cuestionar ciertos principios sociales, morales y/o éticos, a veces sobre todo los que tienen los padres.

Depende de cómo aceptan los cambios que ocurren durante la pubertad. Tendencia a conformarse con estereotipos de hombre o mujer. Preocupación con problemas de peso, piel, altura y el aspecto físico en general.

Atención centrada en sí mismo. Preocupación por la opinión de otros. Necesitan más intimidad en el hogar. Sufren cambios muy fuertes de humor y pueden pasar de la tristeza absoluta a la alegría desbordada en cuestión de horas, sin saber muy bien por qué. Tendencia a olvidar todo.

Suele ser la etapa de mayor conflicto con los padres mientras buscan una identidad propia dentro de la familia más allá que la del niño o la niña de antes. Busca más compañía de sus compañeros.

Rechaza a veces muestras de cariño, aunque las sigue necesitando. Deseo de tomar sus propias decisiones y rebelar contra las limitaciones de la disciplina de padres aunque la siguen necesitando.

Los cambios de la pubertad y cómo reaccionan los compañeros pueden condicionar las amistades. Mayor tendencia a compartir confidencialidades y formar grupos de 2 a 6 amigos. Se despierta el deseo sexual y algunos empiezan ya a formar parejas

### **1.1.3 Tercera etapa de la adolescencia: desde los 15 hasta los 18 años**

Mayor homogeneidad entre sus compañeros porque la mayoría ya ha pasado por la pubertad y durante esta etapa llega a su altura y peso de adulto

Mayor capacidad para pensar de forma abstracta e hipotética sobre el presente y el futuro. Al poder entender y compartir mejor los acontecimientos que les rodean y que ocurren más allá de su círculo social inmediato, pueden adoptar una nueva conciencia social.

Menos egocentrismo y mayor énfasis sobre valores abstractos y principios morales. Como el desarrollo emocional y el desarrollo cognitivo no van al mismo paso, es posible que los mismos adolescentes que reivindican ciertos valores, los violan a la vez. En este sentido es una etapa algo contradictoria.

Es la etapa en la que los adolescentes forman su propia identidad. Experimentan con distintos aspectos, papeles, valores, amigos, aficiones... Niñas con problemas de peso pueden tener tendencia a la depresión.

Cierta vulnerabilidad ante posibles preocupaciones, depresiones y trastornos como la anorexia. Conforme se van avanzando por esta última etapa de la adolescencia, suele haber menos conflictos entre hijos y padres y mayor respeto porque los hijos ya pueden ver sus padres como individuos y comprender que sus opiniones se basan en ciertos valores y esto produce una mejoría en las relaciones familiares. Siguen discrepando con algunos límites impuestos por los padres (como dinero, tareas en casa, hora de llegar a casa, apariencia...), aunque la existencia de estos límites les beneficiarán mucho a largo plazo.

Las amistades entre chicos y chicas empiezan a ser más frecuentes y la influencia de los amigos sigue siendo clave en el desarrollo personal de una identidad propia. Los amigos anti-sociales pueden aumentar un comportamiento antisocial en el adolescente.

#### **1.1.4 Conducta y adaptación social del adolescente:**

La conducta social del adolescente acompaña a las modificaciones orgánicas. A medida que el adolescente madura, pasa del estado de subordinación al adulto, a la adquisición de un grado de igualdad.

- 5 años: etapa de expansión, se relaciona con todos (rico, feo, pobre, etc.)
- 6-8 años; Criterio selectivo.
- 8-9 años: Formación de grupos.
- 9-12-13: Años: Agrupación de pandillas.
- 13-14 años: 2 o 3 amigos íntimos a quien le consultan todo antes que a nadie.
- 14-18 años: Grupos formales organizados para bien o para mal.

#### **1.1.5 Desarrollo social del adolescente:**

- Conocimiento de la urbanidad (buenas maneras).
- Seguridad e independencia.
- Sentido de responsabilidad.
- Participación en comités y reuniones.
- Colaboración en los aspectos religiosos, políticos y profesionales.
- Actitud positiva hacia los vecinos.
- Actitud positiva ante problemas sociales, nacionales e internacionales.
- Cambio en las actitudes negativas.

#### **1.1.6 Tipos de personalidad del adolescente:**

- Con concepto de sí mismo: (por su desarrollo social, ropa, éxitos, fracasos).
- Auto dirigido: inaguantable, superaba, resuelve lo que deben hacer los demás.
- Adaptativo: se adapta a todo.
- Sumiso: con personalidad deteriorada por las presiones.
- Desafiante: Hay que centrarlo, es fácil orientarlo.
- Desajustado: Por neurosis, crisis o por frustración.

## Capítulo 2

### 1. Factores que influyen en la conducta del adolescente:

- Ambientales: ecológico, físico, ambiente cultural.
- Proximidad: Escolar (compañeros) y de vecindad (vecinos).
- Posición económico-social: tiende a buscar amigos de la misma o parecida posición socio-económica. Hay rechazo inconsciente hacia los grupos inferiores.
- Tradiciones: (se agrupan con los mismos intereses o religiones).
- Edad Cronológica, raza, sexo, el aspecto físico, apariencia, inteligencia, personalidad, vicios.

Tipos de grupos sociales:

- Íntimos: 2 a 3 amigos quienes consultan y de quienes aceptan todo.
- Camarillas: grupos mayores.
- Barras: grupos menos exclusivos (porras).
- Grupos finalmente organizados: unido por cuestiones de orden emocional (intereses amorosos, estudiantiles, etc.)

### 2.1 Desde el punto de vista familiar:

#### 2.1.1 Familia

La familia es la más pequeña institución social, sin embargo su fin primordial es amplio, la mutua protección y superación, los factores que determinan la evolución de la familia son:

- Culturales.
- Históricos.
- Sociales.

Por lo tanto podemos decir que la familia ha sido tradicionalmente la comunidad básica en el contexto social y cultural de la humanidad, insustituible y necesario, que impone en forma indeleble el modelo sociocultural y el nivel de salud mental a las generaciones sucesivas.

La vida en familia proporciona la influencia más temprana para la educación de los hijos. Es determinante en las respuestas Conductuales entre ellos y la sociedad, organizando sus formas de relacionarse de manera recíproca, reiterativa y dinámica que son las interacciones más importantes en familia.

La familia se percibe como entidad positiva que beneficia a sus miembros; de lo contrario, si el ambiente es negativo, existe menor control sobre ellos mismos. El adolescente es muy sensible a su entorno cultural; si su desarrollo es anormal, aparecerán dificultades en sus relaciones (familia, escuela, sociedad). Las dificultades entre los padres-hijos adolescentes se presentan, por lo general, alrededor de la autoridad, sexualidad y valores. La pobre habilidad de los padres para manejar esta etapa del desarrollo de sus hijos se demuestra cuando hay hostilidad e indiferencia por parte del adolescente. Lo principal puede ser conducta evasiva, agresión y rechazo de los valores de los padres con el consecuente pobre o nulo esfuerzo escolar, descuido de los atributos e higiene personal.

## 2.2 Desde el punto de vista Escolar.

La conducta surge cuando el individuo en situación reduce las tensiones internas buscando la satisfacción del impulso. Toda conducta es el resultante de numerosos procesos biológicos, psicoafectivos, y socio afectivos.

El comportamiento de los alumnos en la escuela, cuando éste no responde a lo esperado, suele ser el punto de inicio de conflictos dentro de la Institución Escolar en relación a la familia y a la comunidad. La problemática conductual de los alumnos suele ser productora de numerosas preguntas sin respuestas.

Genera en los docentes incertidumbre, los enfrenta con limitaciones, con dudas, con interrogantes. En muchas oportunidades, se implementan estrategias que dan respuesta a la urgencia, que no resuelven el problema de base, sin lograr sostener un proceso reflexivo de articulación teoría práctica que de luz y dimensione la real trascendencia de estas manifestaciones.



Entre los factores que influyen en la Conducta desde el punto de vista escolar están:

- Docentes carentes de conocimiento o sin la preparación adecuada.
- Falta de interés y motivación (del Docente y Alumnos)
- Carencia de límites claramente establecidos dentro y fuera del aula.
- Ambiente hostil o no adecuado a las necesidades del alumno.
- La no utilización de estrategias preventivas para evitar riñas o discusiones en los alumnos.
- Incomprensión a los cambios emocionales (autoestima) en el adolescente de parte del docente.
- Influencia negativa de los algunos compañeros a sus iguales.

## 2.3 Desde el punto de vista Emocional

Los adolescentes cambian repentinamente de estado emocional, esta es una edad llena de cambios rápidos, el mal genio y una gran necesidad por la privacidad, así como la tendencia a ser

temperamentales. Las emociones del adolescente a veces parecen exageradas y sus acciones son inconsistentes.

Es normal que los adolescentes cambien repentinamente de estado emocional, entre la felicidad y la tristeza, entre sentirse inteligentes o no. De hecho, algunos expertos consideran que la adolescencia es como una segunda niñez temprana. Como explica Carol Bleifield, una consejera escolar de nivel secundario en Wisconsin, "De momento quieren que se les trate y les cuide como a un niño pequeño. Pero cinco minutos más tarde quieren que los adultos se alejen de ellos, diciendo, 'Déjame hacerlo sólo'".

Además de los cambios emocionales que ellos sienten, los adolescentes exploran varias formas de expresar sus emociones. Por ejemplo, un joven que anteriormente saludaba a sus amigos y visitas con abrazos afectuosos, puede de repente cambiar a un adolescente que saluda con el más leve reconocimiento. Similarmente, los abrazos y besos que antes expresaban su amor por sus padres ahora se convierten en un alejamiento y una expresión de, "Ya déjame, mamá".

Es importante recordar que estos son cambios a las formas en que ellos expresan sus sentimientos, y no cambios a los sentimientos en sí por sus amigos, sus padres y otros familiares.

Los niños pequeños no pueden pensar en el futuro demasiado, pero los adolescentes sí pueden y suelen hacerlo con frecuencia lo que resulta en que se preocupen por el futuro.

Algunos podrían preocuparse excesivamente de:

- su rendimiento en la escuela;
- su apariencia, su desarrollo físico y su popularidad;
- la posibilidad de que uno de sus padres fallezca;
- ser hostigados en la escuela;
- la violencia escolar;
- no tener amigos;
- las drogas y el alcohol;
- hambre y pobreza en el país;
- fracaso en obtener empleo;
- bombas nucleares o ataques terroristas en el país;
- el divorcio de sus padres; y
- la muerte.

Muchos adolescentes son un poco cohibidos. Y dado que los cambios físicos y emocionales son drásticos, también suelen ser muy sensibles sobre sí mismos. Quizás se preocupen por algunas cualidades personales o "defectos" que para ellos son algo muy importante, pero que para otros son inconsecuentes. (Ellos piensan: "No puedo ir a la fiesta esta noche porque todos se van a reír de la espinilla tamaño pelota que traigo en la frente." Realidad: La espinilla es pequeñita y la esconde el cabello.) Un adolescente también puede estar bastante absorto en sí mismo. Puede creer que él es la única persona en el mundo que siente como él, o que tiene las mismas experiencias, o que es tan especial que nadie más, especialmente su familia, lo puede comprender.

Esta creencia puede contribuir a los sentimientos de soledad y aislamiento. Además, el enfoque en sí mismo puede afectar la manera en que el adolescente se relaciona con familiares y amigos. ("¡No puedo soportar que me vean salir al cine con mi mamá!")

Los adolescentes se encuentran ante un dilema, el deseo de ser independientes y el miedo a soltarse de la mano de sus padres. Es un periodo de malestar, en el que se plantean grandes dudas, contradicciones, tanteos, excesos de todo tipo, que son necesarios en esta etapa que sirve para afirmarse.

El joven tiene que asumir dos aspectos importantísimos para su desarrollo madurativo posterior:

1. Las transformaciones físicas de su cuerpo. (Adaptación a la nueva imagen corporal).
2. Hacerse cargo de su vida personal.

El adolescente ya no es un niño pero tampoco un adulto; esta situación, poco definida para él, provoca una crisis de identidad porque no sabe quién es; le hace falta descubrir cuáles son sus puntos de referencia y para ello pasará por varias etapas como la duda, el rechazo, la provocación, las experiencias, la ansiedad, etc.

En este proceso tan complicado de identidad personal, hay dos aspectos que le preocupan más al adolescente:

- a) Preocupación por el físico. (Ansiedad ante la necesidad de tener un cuerpo perfecto y atractivo. Presión social).
- b) Preocupación por el rol sexual. Necesidad de reconocimiento y aceptación por parte de las personas significativas para ellos. Este reconocimiento y aceptación le proporciona un concepto positivo de sí mismo y de su autoestima.

La autoestima es uno de los indicadores más significativos en la construcción de la propia identidad del adolescente.

### **2.3.1 Los cambios de humor**

Los adolescentes suelen ser malhumorados y regañones, por cualquier cosa se vuelven coléricos, furiosos y no hay quien los entienda. Los adultos no saben que decirles y, de repente, ya están risueños, simpáticos, cariñosos, etc.

Los cambios frecuentes de humor tienen una raíz fisiológica debida a las descargas de hormonas que se vierten en el organismo y también se deben a causas psicológicas, reflejo de cómo viven en su interior problemas relacionados con el amor, decepciones, malas calificaciones.

Les sacan de quicio todas esas razones tan convencionales sobre las que se apoyan tantos padres. Los adolescentes son seres insatisfechos y se pueden comprender por qué: están descontentos con ellos mismos, cuando no logran saber qué hacer, ni que pensar o decir, cuando no logran organizar sus propios impulsos o deseos.

Son bastante egocéntricos (que creen que ellos son el centro de atracción) y no les gusta que se les moleste en su manera de vivir.

### **2.3.2 Conseguir un clima de libertad**

La libertad supone capacidad para poder decidir y elegir. En los hijos es importante crear un clima de libertad desde edades muy tempranas:

- Desarrollando la capacidad de elegir cosas pequeñas y razonando por qué deciden una cosa u otra.
- Participando en actividades caseras.
- Reforzando, siempre, las elecciones acertadas.
- Pasando por alto los pequeños errores al realizar una elección incorrecta. (Con afecto volver a retomar decisiones nuevas)

Con esto se consigue que vea los errores como algo natural y no como un castigo (podría producir miedo y rechazo a volver a tomar decisiones)

Crear una relación de dependencia hacia los padres es nocivo para el desarrollo del adolescente. Si los padres siempre toman las decisiones e imponen sus criterios por temor a que su hijo se equivoque al decidir por sí mismo dificulta que:

1. Aprendan a tomar sus propias decisiones.
2. Vayan conformando sus propios criterios.
3. Ejercen su responsabilidad personal.

Por tanto, es importante desarrollar la independencia de nuestros hijos para que su paso por la adolescencia y primera juventud le permita saltar todos los obstáculos que encuentre por el camino.

### **2.3.3 Hacer frente a los problemas cotidianos**

Es muy importante que los padres transmitan a sus hijos que el tener problemas y enfrentarse a ellos forma parte de la vida diaria. A veces los adultos los resolvemos de forma adecuada, pero en otras ocasiones nos equivocamos y debemos retomar el problema para intentar solucionarlo de forma adecuada. Por ello, para evitar problemas en el desarrollo adecuado de los adolescentes es fundamental que sean capaces de enfrentarse y buscar las alternativas más adecuadas ante los obstáculos que van a tropezar.

Una orientación posible para enseñarles a resolver problemas sería llevando a cabo los siguientes pasos:

1. Darse cuenta de que hay un problema.
2. Pararse y pensar. Decidir cuál es el problema.
3. Fijar un objetivo. ¿Cuál es el resultado deseado de esta situación?
4. Pensar en la mayoría de soluciones posibles.
5. Analizar las consecuencias probables de cada solución.



6. Escoger una, o combinación de varias, según la facilidad o dificultad de llevarla a cabo y las consecuencias deseadas.
7. Hacer un plan paso a paso para llevar a cabo la solución.

### **2.3.4 El traspaso gradual de responsabilidades**

Una estrategia positiva de prevención de conflictos futuros consiste en:

1. Aprender a confiar en que vuestro hijo puede tomar y tomará decisiones correctas.
2. Comunicarle que confiamos en él y que es el responsable de su conducta.
3. Reforzarle y alabarle cuando se comporte correctamente y tome decisiones correctas.

Es importante deshacer de forma gradual algunos hábitos de control sobre nuestros hijos, pues ya no son adecuados. Están bloqueando su capacidad personal de tomar decisiones.

Es fundamental iniciar un aprendizaje de toma de responsabilidades, de forma progresiva:

- Proporcionándoles oportunidades para aprender. Para desarrollar su personalidad: ser el mismo, tomar decisiones, equivocarse,...
- Los pensamientos que tienen los padres sobre los hijos influyen directamente en todo lo que éstos son capaces de hacer. Incluso aunque no le digan nada, el hijo percibe la opinión que tiene de él y de sus capacidades.
- Es un error pensar que se aprende a ser responsable con la edad (todos sabemos que hay adultos que siguen siendo irresponsables).
- Se aprende a ser responsable encontrándose en situaciones en las que deban tomar decisiones por sí mismos (por eso, cuando antes se empiece mejor).
- Si se les intenta proteger contra los peligros de la vida se les está impidiendo desarrollar las fuerzas necesarias para hacerles frente.

### **2.3.5 Autoridad y disciplina**

La autoridad y disciplina se basan en el razonamiento; no en el temor y en el miedo, porque: No son formativos.

A largo plazo, producen rebeldía.

Inhiben la capacidad de iniciativa del joven y debilitan su personalidad.

¿Qué se puede hacer para alcanzar esa respetabilidad?

1. Sentar normas siempre siguiendo las mismas razones. (Perderemos credibilidad si hoy mantenemos una norma y mañana no vale).
2. Si se toma una decisión hay que mantenerla. Previamente habrá que razonarla, pero una vez tomada debemos mantenerla aunque cueste algún esfuerzo.  
Si consideramos que nos hemos equivocado, podemos reconsiderar nuestra postura, explicando nuestros motivos.
3. Exigir a los demás lo que nosotros somos capaces de hacer. Debemos ser congruentes ante nuestros hijos (ahora se lo cuestionan todo).

4. Demostrarles que, aún siendo adultos, también nos esforzamos en mejorar, aprender y corregir nuestros hábitos inadecuados.
5. Mostrarnos como personas que sabemos controlar nuestras emociones.
6. Ser tolerantes en las pequeñas cosas para poder exigir en las fundamentales. (Así evitaremos caer en el error de estar continuamente haciendo reproches a nuestros hijos, lo que nos puede hacer perder su confianza).
7. Mostrar interés por el resultado de las acciones, no quedarnos sólo en el “mandar por mandar”.
8. Disponer de una gran dosis de paciencia (es importante la perseverancia).
9. Incorporar a los hijos en el proceso de tomar una decisión, así le mostramos lo difícil que resulta a veces decidir y acertar en la decisión.

### **2.3.6 ¿Cómo negociar con nuestro hijo?**

1. Comenzar siempre por algo positivo facilita que el otro sea más receptivo y coopere. Si se empieza criticando sus conductas su actitud será ponerse a la defensiva y contraatacando con lo cual no se llegará al objetivo de la negociación.

Toda crítica si va precedida de algún aspecto positivo es mejor aceptada.

2. Describir con claridad el problema que queremos tratar, que se sepa de que se está hablando. Discutir un problema solo a la vez y de forma breve y clara.
3. Expresar tus sentimientos. Para que haya una buena comunicación entre personas hay que compartir sentimientos y admitir con claridad que conducta del otro los produce.
4. Aceptar la responsabilidad que cada uno pueda tener en el problema existente.
5. Centrarnos en buscar soluciones al problema planteado y de todas las alternativas planteadas elegir las más beneficiosa para las dos partes.
6. Ofrecer ayuda en el proceso de cambio de la conducta del otro. Tiene que haber cooperación y compromiso por las dos partes.

## **2.4 Desde el punto de vista Social**

Los años de la adolescencia son años de creatividad y ensayo. La ausencia de responsabilidades permite actividades exploratorias. Ahora bien, como todo emprendimiento nuevo, genera incertidumbre y dudas.

En un mundo cada vez más complejo, en el cual prevalece el “culto a la imagen”, los adolescentes valoran más la estética que ética; la popularidad que la verdad; la satisfacción del deseo y la búsqueda del placer inmediato, a los esfuerzos y la constancia por alcanzar los logros.

Transgredir las normas ha sido una característica de la adolescencia en todas las épocas, pero tal vez hoy sorprende la insensibilidad frente al otro y los actos de violencia que conllevan esas transgresiones adolescentes, y la capacidad de repetir las una y otra vez incansablemente del mismo modo en que escuchan su canción preferida en su MP 3.

Hoy los adolescentes han encontrado nuevas formas de agruparse, formando verdaderas tribus con características culturales propias. Culturas adolescentes que están plagadas de símbolos en los cuales la influencia del mercado comercial es muy grande. Por ello adquieren elementos por

su valor estético, es decir porque les gustan, sin considerar su valor simbólico, o aquello que representan.

Culturas adolescentes que tienden a construir modas, generando grupos y subgrupos que se diferencian entre sí por su manera de vestirse, el tipo de música que escuchan, la manera de peinarse, los lugares que frecuentan, los hábitos. En suma, por un estilo de ver la vida que los caracteriza. Punks, rolingas, skaters, darks, pibes chorros, alternativos, ciudadinas, floggers, entre otros son estilos de culturas adolescentes o tribus urbanas. Estilos que constituyen un fin en sí mismo, sin representación política, ideales sociales o ideología. Estilos que suponen también la apropiación de símbolos y máscaras que reafirman la pertenencia a un grupo y marcan límites con el resto de la sociedad.

Los jóvenes usan el recurso estético para expresar desde tendencias musicales, hasta ideas políticas.

Los Hip-Hoperos por ejemplo comunican descontento y rebeldía. La ropa ancha se puede leer como ampliación del límite, un disfraz del cuerpo real. Los góticos través del color negro expresan una vinculación con lo oscuro, con lo prohibido, los hombres, de esta tribu se maquillan, lo cual los acerca a las mujeres, acortando así la brecha de la diferencia de género.

Pero qué pasa con los jóvenes que no pertenecen a las tribus, acaso ellos no quieren plasmar su Yo. En la aparente normalidad es donde se ubica el Yo, aparente porque siempre es una exageración de la norma, la ropa es más corta, más ajustada, se elige con cuidado y se combinan los detalles meticulosamente. El azar no forma parte de la estética juvenil.

En estas culturas de la adolescencia predominan las experiencias emotivas y sensoriales (lo corporal, lo táctil, lo visual, la imagen, lo auditivo, etc.) Por ello no hay reflexión ética sobre si están bien o mal comportamientos como utilizar blogs para acusar y difamar a sus compañeros de colegio, grabar a la profesora en la clase sin su consentimiento y luego sacar de contexto sus palabras para acusarla de cosas que no hizo, sacar fotos a los profesores y subirlas a distintas páginas de Internet, robar objetos a los profesores u otros compañeros de curso, repetir y repetir el mismo año del secundario en distintos colegios, etc.

Experiencias como las indicadas no son objeto de la reflexión ética de muchos adolescentes, son sólo experiencias que les permiten pasar el momento de una manera más entretenida, sin esfuerzo, y por ello valen en sí mismas. Ver a los adolescentes como insensibles, violentos, con miedos y odios, plantea preguntas sobre la situación que viven los adolescentes y sobre las vivencias que tienen esos adolescentes de esas situaciones de vida.

Estar con miedo, sentir miedo lleva a estar bloqueados, a someterse, a consumir drogas. Ser víctimas de violencia, lleva a reaccionar con más violencia. Por eso los accidentes, la criminalidad temprana, la competencia despiadada y los suicidios. Se podría seguir enumerando conductas adolescentes de hoy. Los riesgos, pero no cualquier riesgo; sino el riesgo de vida que comprometen en cada uno de esos actos. Sumarse a algo porque "todos lo hacen" es la moda adolescente que lleva a confusiones y ocultamientos.

Adolescencia como momento de ruptura acompañado de angustia y fragilidad: hoy más que nunca porque está enmascarada bajo la idea de una etapa feliz. Adolescentes solos sin contención por parte de los adultos.

Existen factores de riesgo que influyen en los comportamientos de los adolescentes entre ellos se puede mencionar:

- incomprensión de los padres de los cambios del adolescente.
- crisis de autoridad de los padres.
- carencias emocionales o inapropiadas formas de expresión afectivas.
- inadecuada disponibilidad del tiempo libre.
- dependencia económica del adolescente.
- manifestaciones de insatisfacción en los adolescentes adoptan diferentes modalidades  
Conductas: violentas, rebeldes, depresivas, delictivas, apáticas, autodestructivas.
- uso de medios compensativos incorporándose a instituciones, adhiriéndose a ideologías o grupos particulares o vestimentas y apariencias extravagantes.
- recursos para evadir la realidad como drogas, ritos, comunas seudoreligiosas.

Los factores desencadenantes de los problemas de los adolescentes, la influencia de la sociedad en su conjunto son comprendidos como los causantes del riesgo que los adolescentes actuales viven cotidianamente.

#### **2.4.1 El adolescente y la toxicomanía.**

El empleo de las drogas 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.

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.

Se subraya la responsabilidad que asume 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.

## **2.4.2 Adolescente y delincuencia juvenil.**

El problema de la delincuencia juvenil se aborda desde diversas perspectivas: psicosocial, sociológica, jurídica, criminalística, política. En las últimas décadas se observa un incremento marcado de la delincuencia juvenil. El aumento no está asociado a un género en particular, sino que se manifiesta en varones y en mujeres adolescentes.

Estos resultan del ambiente social. Se hace referencia al medio escolar y al medio profesional a tratar de los derechos del niño, bien a ser educado, ya a no ser sometido a trabajos ni empleos que destruyan su salud física y su moralidad

El ataque a la delincuencia juvenil pasa por soluciones o alternativas sociales. No bastan, y la experiencia las confirma como claramente insuficientes,

## **2.4.3 El suicidio en la adolescencia**

Otra conducta autodestructiva en los adolescentes es el suicidio. La frecuencia de los suicidios y de los intentos suicida en los adolescentes indican la importancia de este problema y la necesidad de un enfoque psicosocial

En la etapa final de la adolescencia la depresión puede manifestarse a través de la sintomatología adulta o formas indirectas como el consumo de droga, promiscuidad sexual y los intentos suicidas.

La adolescencia es un período del desarrollo de mucho estrés lleno de cambios muy importantes: cambios en el cuerpo, cambios en las ideas y cambios en los sentimientos. El intenso estrés, confusión, miedo e incertidumbre, así como la presión por el éxito, y la capacidad de pensar acerca de las cosas desde un nuevo punto de vista influye en las capacidades del adolescente para resolver problemas y tomar decisiones. Para algunos adolescentes, los cambios normales del desarrollo, a veces acompañados por otros hechos o cambios en la familia como el divorcio o la mudanza a una nueva comunidad, cambios de amistades, dificultades en la escuela u otras pérdidas, pueden causar gran perturbación y resultar abrumadoras. Los problemas pueden apreciarse como demasiado violentos o difíciles de sobrellevar. Para algunos, el suicidio puede parecer una solución. Del 12 al 25 por ciento de los niños mayores y adolescentes experimentan algún tipo de idea acerca del suicidio (pensamiento suicida) en algún momento. Cuando los sentimientos o pensamientos se vuelven más persistentes y vienen acompañados de cambios en el comportamiento o planes específicos de suicidio, el riesgo de un intento de suicidio se incrementa

## **2.4.4 Fracaso escolar.**

El concepto de fracaso escolar varía de acuerdo con las diferencias individuales, las expectativas de los padres y maestros y la filosofía y metas del sistema educativo. La noción de fracaso escolar está referida al lograr dominar los programas del año o cuando no hay ajuste emocional a pesar de la adquisición de conocimientos o de la promoción.

El fracaso escolar no es una "etiqueta" que se le acuña al alumno, es una gradación de dificultades de la escolaridad en diversos aspectos variable en cada adolescente que debe ser

analizado y valorado objetivamente para su orientación. Lo que es un fracaso para un adolescente puede carecer de significación para otro. Lo que algunos padres podrían considerar como retraso o pobre rendimiento puede ser normal para otro.

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.

Es de mucha importancia resaltar que la adolescencia es una etapa crucial en la vida, ya que se generan importantes cambios corporales, psicológicos y sociales. El conocimiento de los riesgos y factores de riesgo es importante para la promoción y prevención de la salud en el adolescente dándoselas a conocer. Dando a conocer los factores protectores como atributos para la salud integral del adolescente dentro de una sociedad con oportunidades para los actuales adolescentes.

## Capítulo 3

### 3. Intervención Asertiva – Actividades prácticas dirigidas a adolescentes.

#### 3.1 Valorando el afecto

##### Procedimiento:

1. Inicie la unidad con una charla en la que se permita la participación de todos los miembros del grupo, procurando ganar su confianza, permitiéndoles que expresen sus sentimientos y adquieran confianza que lo que digan se les respetará y no estarán obligados a participar si no lo desean.
2. A continuación, realice con ellos el juego de “Expresando los sentimientos”.
3. Para terminar, realice una plenaria donde puedan exponer sus ideas y sentimientos
4. Para finalizar, repártales la hoja del poema: “Todo el mundo tiene sentimientos”.

##### Materiales

- Ilustraciones 1, 2, 3, y 4 según modelo.
- Copia del tema “Todo el mundo tiene sentimientos”.
- Pañuelos para la cabeza de los gatos.

##### Material informativo

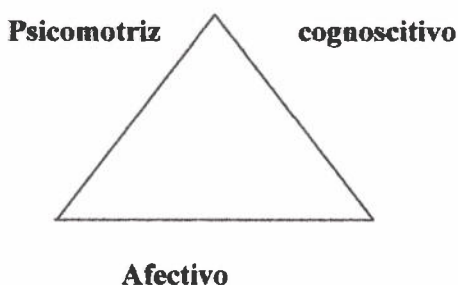
Es muy común en las familias que cuando un niño se lastima o se cae, los padres le dicen que no llore, que sea valiente, que no sea marica, que los hombres no lloran, y crecer con la idea que las mujeres deben llorar. Cuando son mayorcitos y sienten penas y tristezas las esconden o tratan de superar con un trago de licor, cigarrillos o cualquier otra actividad que consideran digna de un

hombre, pero que en ningún momento les ayuda a expresar en forma adecuada lo que sienten y lógicamente a enfocar el problema en forma integral.

La educación afectiva tiene su razón de ser, si partimos de la interpretación de esta ilustración en la que se enfatiza la integración del ser humano en todos sus elementos, pero quizás, el aspecto más descuidado, desde el punto de vista educativo, ha sido afectivo.

### **Muestre la ilustración no. 1**

Tomemos como ejemplo, la importancia que se le ha dado al aspecto cognoscitivo a los acontecimientos. Se estudia casi 20 años para obtener una carrera, unos 3 o 4 años para aprender un oficio y para ser estables emocionalmente. **NUNCA. NO HAY DONDE APRENDERLO.** Esto se considera perder el tiempo y lo más controversial es que los hilos del mundo se mueven por los sentimientos. Mucha gente insiste que uno debe dejar sus problemas en la casa y no lo lleve al trabajo o a la escuela o con los amigos y viceversa, pero esto nunca se da.



El fracaso de muchos hogares se ha debido al descuido de este aspecto muy importante.

La educación afectiva entonces, tiene que ver con la educación de las emociones, sentimientos y la búsqueda de satisfacción de estas necesidades, en busca de una autoestima. Este término se ha relacionado con auto aceptación, desarrollo de sí mismo, conocimiento de sí mismo, pero que expresan la actitud de valoración e importancia que debemos darnos a nosotros mismos.

### **Muestre la ilustración no. 2**



## Autoestima:

Este es un proceso que se va dando en etapas a lo largo de la vida, pero que tiene su inicio en la niñez, en donde ponemos las primeras piedras que nos acompañarán toda la vida, y en cada etapa vamos consolidando las reservas de energía que nos acompañarán siempre. Si los fundamentos han sido bien colocados, este proceso nunca se acaba, y las personas así, tienen las energías suficientes para poder defenderse solas en la vida con madurez y tranquilidad. Pero cuando hemos tenido carencias, que es donde estamos ubicadas(os) la mayoría de personas, vamos toda la vida tratando de llenar los huecos o grandes lagunas que tenemos y si no estamos dispuestos a hacer un alto en el camino, a revisarnos con seriedad y trabajar en nosotros mismos, dándonos como los carros un Tune-up o un overhall, es decir darnos lo que en alguna etapa no tuvimos, iremos arrastrando ese lastre toda la vida.

Si nosotros fuéramos a vivir solos como ermitaños toda la vida, sin hijos sin nadie que dependa de nosotros, no importaría que siguiéramos con nuestras miserias. Pero el caso es que estamos rodeados de personas, compañeros, hermanos menores o hijos.

Todas las personas tenemos la inclinación de imitar a las personas que admiramos. Pero se ha descubierto que TODAS LAS PERSONAS QUE NOS BRINDAN ACEPTACION, ES DECIR QUE NOS ACEPTAN COMO SOMOS, SE CONVIERTEN EN NUESTROS ASOCIADOS, Y TODOS TERMINAMOS PARECIENDONOS A NUESTROS ASOCIADOS. Nos parecemos en todo, en la forma de habla, reír, vestir, vocabulario, metas, hábitos. El padre quiere que su hijo se parezca a él, pero si no le ha demostrado aceptación y cariño, el hijo lo que menos quiere es ser como su padre, sino que todo lo contrario.


La importancia de este aspecto también la veremos indicada por Carlos Cuauhtémoc Sánchez en este esquema, en que ubica el aspecto emocional como la 2ª zona de atención básica. Si consideramos estas zonas como peldaño para una escalera, no podemos subir con facilidad al peldaño superior, sino que hemos puesto con firmeza nuestros pies en el más bajo. Es decir, debemos ir haciendo reservas, adquiriendo energía en cada zona, para pasar a la siguiente.

### MUESTRE LA ILUSTRACION No. 3

#### ZONAS DE ATENCIÓN SUPERIORES

- 
8. DE MISIÓN
  7. DE SERVICIO
  6. DE CREACIÓN
  5. DE APRENDIZAJE

#### ZONAS DE ATENCIÓN INFERIOR

- 
4. PREVENTIVA
  3. APROBATORIA
  2. EMOCIONAL
  1. CORPORAL

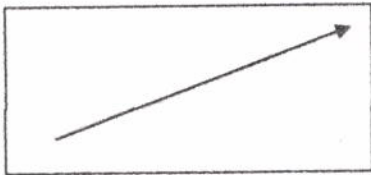


En realidad, no es factible ver la superación personal de ningún ser humano separada de estos conceptos. Es importante porque nos proporciona un panorama muy claro del lugar en el que estamos atrapados en determinadas zonas, lo que nos impide atender en forma adecuada las otras zonas superiores, si no tenemos las básicas. Más adelante veremos que si una persona no ha logrado satisfacer las necesidades corporales mínimas no está en capacidad de aprender, ni de servir a los demás, ni de compartir con ellos, menos de elegir metas adecuadas que permitan su desarrollo con éxito como persona.

**MUESTRE LA ILUSTRACION No. 4**

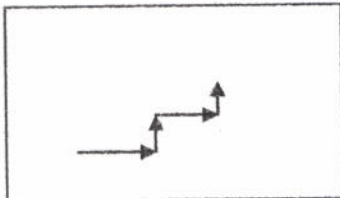
**DINÁMICA DE LOS SENTIMIENTOS**

1.

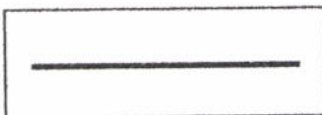


La mayoría de las personas quieren que sus sentimientos sean como una diagonal que va hacia arriba, pero regularmente piensan que se realiza en una forma de gradas. Lo ideal, no obstante es ir siempre para arriba.

2.

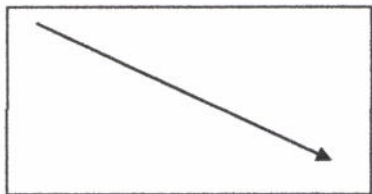


3.



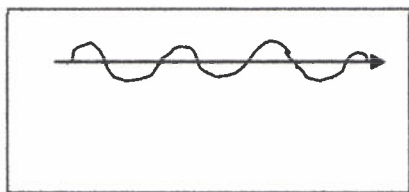
Esta es la posición oriental: los sentimientos deben mantenerse como una línea horizontal, sin altibajos, es decir sin enojarse, sin apegarse a lo material.

4.



Posición existencialista radical: considera que en la vida los sentimientos van para abajo, ya que desde que nacemos empezamos a envejecer y todo se va deteriorando.

5.



Posición humanista-existencialista: los sentimientos van como una línea ondulada con sus alzas y sus bajas que se dan a cada momento que nos toca vivir. No son parejas. Regularmente se nos educa y se nos dice que los sentimientos negativos “no son buenos”, ejemplo: la tristeza, la soledad, cólera, odio. Pero no hay sentimientos buenos y malos. Sencillamente, hay sentimientos que provocan en nosotros un agrado o desagrado. En consecuencia, ¿cómo se trata la persona que siente uno de esos sentimientos? Mal, muy mal. Pero no hemos tomado en cuenta que la tristeza es un recurso humano que nos para recuperar energías y de esta manera se protege del estrés o continuo desgaste emocional. La riqueza de sentimientos con que cuenta el ser humano es suficiente para seguir viviendo. Es como una carga positiva eléctrica. La idea es que aprendamos a manejar los sentimientos desde el punto de vista humano.

Ahora bien, tenemos a nuestro alcance una guía infalible para navegar por la vida. Esta guía conformada exclusivamente por nuestros sentimientos, nos indica cuando nos hemos descarrilado y nos dirigimos hacia la infelicidad y el conflicto, lejos del funcionamiento psicológico sano. Los sentimientos actúan como un barómetro que nos indica cual es nuestro clima interno.

A continuación lleve a cabo la siguiente dinámica para que cada uno tenga oportunidad de expresar sus sentimientos.

### 3.2 Expresa tus sentimientos

#### Procedimiento:

1. Se llevan los jóvenes al patio o se hace un espacio en el salón donde se hace un círculo de 3 metros de diámetro. Se escogen 7 alumnos que serán gatos, los que llevarán un pañuelo en la cabeza y se les sujetará una mano a la espalda. Estos gatos estarán fuera del círculo.
2. Se selecciona otro alumno ágil que será el tigre.

3. Se coloca una silla al centro del círculo donde se amarrara un gato, ya que será prisionero del tigre (este no puede librarse solo, ni levantarse con la silla y salir del círculo).
4. Los gatos deben cuidar que el tigre no les quite el pañuelo de la cabeza pues representa su vida. Si le quitan el pañuelo muere y sale de la dinámica.
5. Los gatos no pueden ni agarrar, ni golpear al tigre, solo lo pueden empujar, si algún gato golpea o agarra al tigre todos pierden.
6. El tigre debe cuidar que los gatos no liberen al amarrado, y debe procurar quitarles los pañuelos, sin salirse del círculo.
7. Se les va indicando con el maestro con una palmada o silbido cuando un gato puede liberar al prisionero de uno por uno y dos o tres palmadas o silbidos cuando lo pueden hacer todos.
8. El gato prisionero debe correr cuando haya sido desamarrado o bien los gatos lo pueden liberar con todo y silla. Si el tigre mata a todos los gatos, estos pierden entonces se repite la dinámica hasta que logren su objetivo.
9. El juego se repite seleccionando otros gatos para que participen todos los alumnos.
10. Se inicia una discusión donde cada participante expondrá que le pareció la dinámica, como se sintió, y que sentimientos experimento.
11. Luego el moderador escribe en el pizarrón o les reparte las hojas del poema: “TODO EL MUNDO TIENE SENTIMIENTOS” que aparece a continuación.
12. El moderador dirige una discusión sobre el contenido del poema.

### **3.3 Los valores – ACTIVIDADES SUGERIDAS**

#### **3.3.1 Descubre los valores:**

##### **Procedimiento:**

1. Lleve una cajita cofrecito al grupo, y dígales que allí se guardan las cosas valiosas y que cada uno tendrá que poner lo más valioso que tiene en ese momento y al depositarlo deben explicar porque lo colocan allí, porque es valioso para él.
2. Tome la cajita y valla preguntando de quién es y porque pusieron ese objeto y no otro. Se debe hacer hincapié en el valor que tiene cada objeto.
3. Dígales que como es un cofrecito muy valioso, usted lo va a regalar a un miembro del grupo y que va a poder hacer lo que quiera con él. Entrégueselo a esa persona diciéndole que es algo muy valioso y que puede hacer lo que quiera con él. Le pregunta que va a hacer.

4. Naturalmente, que la gente protesta, entonces usted debe decirles que así como ellos valoran adentro del cofre, debemos valorar nuestra comunidad.

5. Deles la indicación de discutir libremente sobre el tema de los valores que tiene su grupo, su sociedad, su familia, su grupo de pares y los contravalores que tienen y que visualizan la magnitud del problema.

6. Realice algunos comentarios sobre los aspectos tratados del tema y sobre cómo se sintió cada uno del grupo. Al final obtenga la síntesis de la opinión grupal.

### **Material:**

➤ Cajita o cofrecito.

### **3.3.2 Dinámica de valores y contravalores:**

Extractado y adaptado de Estrategias de Educación en Valores de Ma. Rosa Buxarrais y Técnicas de Educación Participativa.

### **Procedimiento:**

Se trata de poner a un grupo de compañeros en determinadas posiciones, para que nos transmitan un mensaje. Esta técnica se caracteriza porque todos los asistentes participan en su elaboración.

1. En primer lugar, todos deberán analizar los valores que tiene la sociedad o el grupo social a que pertenecen, así como aquellos contravalores que pueden observarse.

Díales que el tema relacionado a valores ocupa un lugar predominante en nuestra sociedad. Cada problema o situación problemática que vivimos en el país, robos, secuestros, narcotráfico, abuso sexual o maltrato infantil entre otros, nos hace volver a hablar del tema y enfatizar que vivimos en crisis de valores.

La educación es una acción para recuperar a la sociedad de los valores de los cuales se carece. Cada día nos invade una serie de contravalores que vienen de diferentes países y que provocan oposición y contradicción de ideas y reflejan la descomposición de la sociedad. ¿Podría alguien mencionar algunos de estos contravalores? (por ejemplo, la discriminación de razas, de sexo, de religión, la destrucción de la familia, las ideas de la nueva era, de acuario, etc.). Los valores son socialmente compartidos aunque también suelen ser individuales. Se valoran objetos, conductas, actitudes, religiones, rasgos psicológicos y otros. Desde ese punto de vista, los valores son subjetivos y relativos.

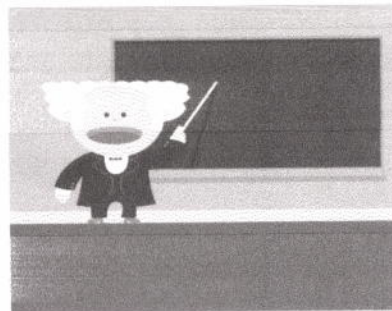
Son los valores los que van a determinar nuestro comportamiento, nuestras actitudes, nos van a permitir vivir con comodidad, satisfacción y aceptación en un grupo determinado. Cada sociedad tiene sus propios valores y ahora vamos a mencionar algunos de ellos que vivimos.

AQUÍ ALGUNOS EJEMPLOS DE VALORES: LIBERTAD, TOLERANCIA, RESPETO, SOLIDARIDAD, JUSTICIA, RESPONSABILIDAD, HONESTIDAD, SERVICIO, DEMOCRACIA, PAZ, EDUCACION.

2. El facilitador pide a algún compañero que ponga en estatuas su idea del tema.

3. El compañero llama a algunos del grupo (los que necesite) y los coloca en las posiciones que el crea representa mejor su idea de los valores, por ejemplo, de la paz, de la libertad, y explica porque los puso así.
4. La persona que coordina, pide a los otros participantes que opinen y si hay alguien que quisiera añadir o cambiar algo a la figura.
5. Sale otro compañero que agrega otras estatuas y explica porque las añadió.
6. Se pide nuevamente si hay alguien que quiera cambiar o añadir algo más a la figura.
7. Sale otro compañero que añade otros elementos y explica porque lo hace.
8. Otra vez se pregunta si todos están de acuerdo o hay alguien que quiere aportar algo mas a la idea de la burocracia o lo que este representando.
9. Y así se sigue hasta que al final todos están de acuerdo con la idea de los que se esté hablando o que expresando en las estatuas.  
Se inicia entonces la discusión, igual que en las otras técnicas, analizando como fue que se empezó, y porque estuvieron de acuerdo o no con los cambios que se hacía. También se analiza porque todos estuvieron con la figura final y que significa esta idea en la vida cotidiana del grupo.
10. Se pueden hacer distintos tipos de cambios a las figuras que se van formando:
  - Cambio de posición de las estatuas.
  - Cambio que añaden nuevas estatuas.
  - Cambio de gestos en las estatuas.
11. La figura fina es hecha por el trabajo colectivo de todos.
12. Lo mismo puede hacerse con los contravalores.

**ALGUNOS  
EJEMPLOS**



### 3.3.3 Moral (dilemas):

**Procedimiento:**

1. El facilitador debe preparar al grupo, explicarles la necesidad de tener unas reglas para la discusión; es decir dar la oportunidad a todos de participar, respetar todas las opiniones, pedir la palabra antes de hablar.
2. Presente el dilema, leyéndoselo al grupo, para aclarar las palabras, definir de quien es el problema o conflicto, dejándoles muy claro que el dilema es un problema en el que hay que tomar una decisión.
3. Postura personal. Después de presentar y recapitular el dilema, el alumno tiene que hacer una reflexión individual para aclarar las propias ideas y el porqué de estas. Es decir cada

alumno reflexiona individualmente sobre el dilema y selecciona una alternativa. La decisión adoptada, así como las razones de la misma, se expresa por escrito.

4. **Discusión del dilema.** Se discute en pequeños grupos el conflicto que plantea el dilema. Un secretario toma nota del resultado del grupo y lo expone en la general. A partir de aquí se inicia la discusión general dirigida por el profesor, orientador o encargado. Esta discusión general se puede ampliar aportando argumentos diferentes a los expuestos. Haciendo relación con otros dilemas que conozca el alumno, analizando las consecuencias de las acciones. Etc.
5. **Final de la actividad.** El que dirige a de planificar el final de la discusión (no se debe finalizar porque ya es hora o por que se acaba la discusión). Puede plantear volver a hacer una reflexión personal y explicar razones importantes que no se habían pensado o hacer un resumen de lo que se ha hablado.
6. Se pueden dejar tareas para continuar la discusión del dilema fuera de la sesión. Con el objetivo de profundizar en la temática planteada del dilema, se pueden hacer otras actividades complementarias como, por ejemplo, hacer entrevistas a personas de la calle sobre el dilema y analizar la información obtenida, buscar ejemplos de la vida real, redactar el final del dilema, buscar conflictos similares en la prensa etc.

Puede seleccionar uno de los siguientes o escoger el tema que le interesa especialmente, de acuerdo al grupo.

### **EL DILEMA No. 1: EL ABORTO**



Laura es una joven enamorada de su novio que por amor se entregó a él, al cabo de un tiempo quedó embarazada. Sus padres no aceptan al novio y son muy estrictos y severos. Laura no sabe qué hacer, se lo dijo al novio y él no quiso asumir ninguna responsabilidad. Laura decidió abortar y no decirles nada a sus padres.

¿Te parece correcta la decisión de Laura?

Piensa los motivos a favor y en contra de esta decisión.

¿Qué harías tú en su lugar?

### **DILEMA No. 2: EL DESIERTO.**

Dos personas tenían que cruzar el desierto. Cuando empezaron a hacerlo, las dos tenían la misma cantidad de agua y comida. En medio del desierto se rompió la cantimplora de una de ellas perdiéndose toda el agua. Las dos sabían que si compartían el agua, probablemente perecerían. Si, solo una se la quedaba, sobreviviría. ¿Qué deberían hacer? Justifica tu respuesta

### 3.3.4 Imitaciones y Modelos a seguir

#### **Procedimiento:**

Explíqueles algunos puntos teóricos importantes para que puedan realizar a continuación la dinámica. Permita que participen haciendo preguntas, manifestando su parecer para motivar la reflexión y el análisis de los modelos que tienen los jóvenes.

#### **Material informativo:**

Para tener una buena autoestima el adolescente debe disponer de ejemplos o modelos humanos, filosóficos y prácticos, que le sirvan de punto de referencia para desarrollar valores significativos, objetivos, ideales y exigencias personales.

Los modelos humanos adecuados ayudan a los adolescentes a responderse preguntas como estas: ¿Cómo debe ser? ¿Cómo papa o mama o como mi profesor preferido? o el modelo ¿debe ser mi hermano mayor? ¿Cómo debo actuar? ¿A quien respeto? ¿A quién debo pedir ayuda/ ¿Qué se espera de mí?

Los modelos humanos adecuados, padre, maestros, sacerdotes, y líderes políticos y sociales pueden servir de guía a los adolescentes para encontrar respuestas, y también para formularse preguntas adecuadas, que le permitan reflexionar. Mediante este proceso el adolescente será capaz de comenzar a exigirse y a exigirles a otros, de aprender cómo resolver problemas y de afrontar nuevas situaciones.

Los héroes y los ideales son muy importantes para los adolescentes. Estos se apropian de caracteres dramáticos, de estrellas del cine, rockeras, exploradores, inventores, atletas, y los eligen como modelos, situándolos en un pedestal. Se rodean de cosas de esos modelos, carteles, autógrafos, artículos, discos y tratan de imitar su vestimenta y su comportamiento, o eligen adultos que les impresionan dentro de su ámbito vital, un profesor, el entrenador o un hermano mayor, y le convierte en héroe en cual mirarse. Hasta los propios compañeros pueden convertirse en héroes: el futbolista del curso, un indisciplinado, un pandillero. Los padres generalmente sienten celos se sienten desplazados, pues la adoración puede llegar hacer de tal modo que lo convierten en un súper hombre y un modelo que imitar.

Los adultos consideramos a los adolescentes como muy idealistas, ya que pueden soñar con resolver el problema del hambre en el mundo, la paz o vivir una vida idílica en algún paraíso fuera de la tierra. El adolescente suele despreciar a los adultos que están con los pies sobre la tierra y que solo se ocupan de las cosas cotidianas pudiendo llegar a anunciar que nunca malgastaran su vida en semejantes insignificancias. Puede convertirse también en un fanático religioso.

Usted puede ayudar al adolescente a desarrollar modelos humanos, filosóficos y prácticos si le proporciona la oportunidad de que tengan contactos con diferentes personas y una mayor influencia de las personas que participan activamente en la conducción de actividades que incluyan la formación de habilidades y sistemas de trabajo que necesita el grupo.

**ESTRATEGIA DEL MODELADO.** Extractado de estrategia de educación de valores de Ma.Rosa Buxarrais.

Es importante que se tome en cuenta lo siguiente:

1. Para imitar los modelos es preciso que contemos con la atención y observación del muchacho(a). Conviene pues, advertirles sobre los aspectos que deben llamar su atención. Puede ser útil predisponerles con un breve cuestionario que les interrogue sobre algunos puntos precisos.
2. La presentación del modelo debe ser novedosa, viva, intensa, llamativa e insistente.
3. El factor efectivo interviene en el modelado. A mayor motivación mejor imitación. Sin ella el modelo es poco duradero.
4. El modelado se refuerza procurando que no falte en nuestras sesiones, ya sea un alumno, un profesor, una madre, un padre, una persona invitada, etc.
5. Las cualidades del modelo: debe ser real y presente mejor que representado y simbólico. Admirado por el alumno o por las personas que gozan de su confianza. Poderoso por su capacidad de otorgar recompensas. Afectuoso con el educando. Que desarrolle unos vínculos afectivos con el alumno.
6. Los modelos pueden ser un adulto, un líder de comunidad o un alumno de curso superior, o mayor que ellos, o puede ser una pareja.

El esquema de presentación puede ser el siguiente:

- A. Presentación a cargo de un joven preparado.
- B. Saludo de la persona invitada.
- C. Lluvia de preguntas de parte de los jóvenes acerca de su vida, sus experiencias, su biografía, sus opiniones, etc.
- D. Intervención del dirigente resaltando los éxitos, el prestigio, la felicidad del invitado. Sin presunción o exhibicionismo.

Si se ha escogido un modelo inaccesible en su presencia, utilizaremos la palabra escrita o los audiovisuales. Esto puede ser:

1. Exposición hablada de los rasgos más valiosos del modelado.
2. Explicación de las consecuencias favorables de fama, felicidad e influencia que obtuvo el modelo.
3. Decirles que ellos son capaces de imitarles, que son portadores potenciales de las virtudes y cualidades que admiran.
4. Se lee la biografía del personaje.
5. Se pueden proyectar una película, documental, diapositiva, fotografía, poster o pintura que consigamos sobre el modelo.
6. Comentamos sus impresiones y sobre todo sus impulsos y sus cualidades de reproducción, aunque sea una mínima parte en lo actual.





También se puede seguir este esquema:

1. Pedimos al joven que busque un modelo prestigioso para él.
2. Le sugerimos que entorne los ojos e imagine a su modelo realizando la actitud o conducta que queremos educar. Que lo situé en un lugar con detalles ambientales bien concreto. Que observe con la imaginación el comportamiento ideal del modelo.
3. Finalmente el joven imaginara que se acerca al modelo y que recibe las alabanzas y los elogios que el modelo ha recibido.
4. Es importante que se imagine al modelo en su casa, en su vida y que imagine como se comportaría su modelo en esta situación.

Una técnica muy efectiva puede ser el role-model, que consiste en representar por medio de una dramatización la vida de un personaje determinado y que el público le haga preguntas, lo entreviste, lo cuestione, analice su vida, etc. O también puede darse un debate, dividiendo al grupo en dos y que un grupo esté a favor o defienda la vida de un personaje y otro lo acuse o rebata su actuación. Al final debe hacerse un resumen o comentario final.

### **3.4. La autoestima – ACTIVIDADES SUGERIDAS**

#### **Material informativo:**

La palabra “autoestima” proviene “auto “que significa por sí mismo, lo propio y “estima” que es consideración y aprecio, por lo tanto se define a la autoestima como el aprecio y la consideración que las personas tienen por sí mismas. La autoestima es la importancia que una persona le da a su propia valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que la misma persona ha ido recogiendo durante su vida sumando a esto una actitud propia.

Toda persona tiene una opinión sobre sí misma, que constituye el auto concepto o ideas referentes al valor personal. En situaciones normales, el hombre es consciente de sus características tanto positivas como negativas y comienza a preciarse o despreciarse a sí mismo. Este sentimiento que acompaña el auto concepto, se denomina autoestima.

La autoestima de un individuo nace del concepto que se forma a partir de los comentarios (comunicación verbal) y actitudes( comunicación no verbal) de las demás personas hacia él, al igual que de la forma como el individuo perciba dichos niveles de comunicación. Si una niña, por ejemplo, escucha de su madre comentarios como no le da la cabeza, etc.; es probable que la niña adquiera un auto concepto de su inteligencia no muy favorable, diciéndose a sí misma: yo soy tonta. Ella puede sentirse mal, inadecuada y triste con este concepto, lo que significa que sobre su inteligencia tiene un bajo nivel de autoestima.

La palabra autoimagen se refiere al perfil que una persona moldea sobre sí mismo el cual puede estar basado en comentarios de segundas personas o por una deducción propia. Una persona le da cierta importancia a su aspecto físico, es decir, a la parte de sí misma que es visible para las demás personas y que por lo tanto influye en la relación con ellas. Muchas personas tienden a

etiquetarse bajo una palabra que puede describir su aspecto, esta autoimagen puede influenciar sobre la forma en que la persona se relaciona con otras.

Cuando se habla del respeto y la aceptación que una persona desarrolla sobre ella misma, se está hablando de su autovaloración. La autovaloración es un componente importante para el desarrollo de una alta autoestima. El valor que una persona se da está íntimamente ligado al auto concepto y a la autoimagen pudiéndose llamar a estos “reguladores de la autovaloración”. El modo que una persona se siente con respecto a ella misma afecta en forma decisiva todos los aspectos de su vida, desde la manera en que funciona en el trabajo hasta su proceder como padre y sus posibilidades de progresar en cualquier ámbito. Las problemáticas internas de cada persona son los reflejos de su visión íntima. Por lo tanto, la autoestima es el fundamento para que una persona se realice como tal.

Están relacionados con la autoestima problemas como la angustia, depresión, abusos del alcohol o drogas, bajo rendimiento en el estudio o trabajo, inmadurez emocional, suicidio o crímenes violentos, etc. Por esto, el desarrollo de la autoestima es fundamental para cualquier persona.

En la medida que cada uno de nosotros aprenda a amarse a sí mismo y trasmita dentro de su familia mensajes de amor y estima por los demás miembros de ella, en esta misma medida se facilitara la salud mental del núcleo familiar y se expandirá a los lugares y a las personas que frecuenten quienes conformen dicha familia.

### 3.4.1 ¿Quién soy yo?

#### Instrucciones:

1. Escriba tres palabras positivas que lo describa.

1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_ 3. \_\_\_\_\_

2. ¿Cuál es el factor que contribuye más a su autoestima?

\_\_\_\_\_

3. ¿Cuál considera su mayor logro?

\_\_\_\_\_

4. ¿Cual diría su mejor amigo que es su atributo más positivo?

\_\_\_\_\_

5. ¿Cuál fue el mensaje más positivo que le dieron sus padres?

\_\_\_\_\_

6. ¿Que sería aquello por lo que le gustaría ser recordado en su vida?

\_\_\_\_\_

### Reflexión en grupo pequeño o por parejas.

Cada participantes, con entera libertad, debe comentar sus respuestas en el interior de cada grupo, los demás participantes pueden intervenir haciendo preguntas, pero nunca deben decir: “eso que dices es mentira”, o “no te lo creo”, pues lo que cada uno dice es lo que siente, y si está equivocado, posteriormente lo sabrá, esta actividad es importante, pues es la expresión simple y clara de lo que uno piensa de sí mismo en algunos aspectos.

### 3.4.2 ¿Cómo calificarías tu nivel de Autoestima?

**Por Eduardo Aguilar Kubli**

Contesta solo si o no a cada pregunta, basándose en tu realidad. Si cumples parcialmente con uno de los planteamientos, orienta tu respuesta a la letra B, luego explicaré porque.

1. Me siento atractivo(a) (no necesariamente en el aspecto físico sino general).  
A. SI  
B. NO
2. Creo que tengo una personalidad interesante.  
A. SI  
B. NO
3. Tengo mucha seguridad en mi mismo(a)  
A. SI  
B. NO
4. Mi relación con los demás es generalmente satisfactoria.  
A. SI  
B. NO
5. Sinceramente pienso que puedo ser tan bueno como el mejor en mi actividad.  
A. SI  
B. NO
6. Me siento cómodo respecto a mi imagen física.  
A. SI  
B. NO
7. Siento que doy buena impresión en general.  
A. SI  
B. NO
8. Si alguien me elogia lo acepto con gusto y me alegro en el fondo.  
A. SI  
B. NO
9. Me es fácil relacionarme con personas atractivas al sexo opuesto.  
A. SI  
B. NO
10. Puedo tratar con extraños con toda seguridad en mi misma(o).  
A. SI  
B. NO
11. Siento realmente que soy mi mejor amigo(a)  
A. SI  
B. NO

12. Si volviese a nacer seria exactamente como he sido hasta ahora.  
A. SI  
B. NO
13. Admito mis errores y no me hiere que me critiquen por ellos.  
A. SI  
B. NO
14. Siento que nadie es más que yo como persona.  
A. SI  
B. NO
15. Casi siempre tengo una actitud amigable con los demás; los acepto sin juzgarlos.  
A. SI  
B. NO
16. Siento que tengo control de mi vida.  
A. SI  
B. NO
17. Realizo mis metas con facilidad.  
A. SI  
B. NO
18. Se cuales son mis principales virtudes.  
A. SI  
B. NO
19. Me gusta lo que hago.  
A. SI  
B. NO
20. Me siento feliz y plenamente a gusto conmigo mismo(a).  
A. SI  
B. NO
21. Cuido activamente mi salud.  
A. SI  
B. NO
22. Puedo ser creativo sin dificultad alguna.  
A. SI  
B. NO
23. Me considero muy optimista.  
A. SI  
B. NO
24. Doy lo mejor de mí mismo.  
A. SI  
B. NO
25. Siento merecer, como todos los seres humanos, lo mejor posible para satisfacer mis necesidades.  
A. SI  
B. NO

## RESULTADOS

Cualquier pregunta contestada con la opción B puede indicar un área de oportunidad de revisar el concepto de autoestima.

No existen términos medios para las respuestas pues el hecho de que haya alguna falla en los comportamientos descritos quiere decir que probablemente exista un factor negativo para la autoestima. A mayor cantidad de será letras B elegidas, más urgente será procurar superarte en esta área.

Después de la reflexión por grupo, se realiza una plenaria para escuchar los comentarios que voluntariamente los participantes de los grupos quieran decir, sin mencionar nombres pueden decir lo que les impactó de los resultados, de las resultados parecen semejantes entre ellos, etc. Lo que es necesario mencionar es que lo más importante es que digan cómo se sienten, que piensan, que aprendieron. Para terminar, el conductor debe concluir con el siguiente contenido teórico.

### 3.4.3 Acéptate a ti mismo. Las partes de mi cuerpo.

#### Procedimiento:

1. Introdúzcales el tema con una charla expositiva, en la que se permita la participación de todos los integrantes.
2. Posteriormente realice la dinámica “Las partes de mi cuerpo”.
3. Indíqueles que deben pensar en dos partes de su cuerpo que más les agraden y dos partes que menos les agraden o gusten.
4. Se debe insistir en que piensen en el porqué de su gusto o rechazo.
5. siempre nos atrevemos a decirlas. El grupo debe facilitar la confianza y no ponerse a discutir con los miembros por lo que dicen.
6. Tienen 30 minutos para compartir.
7. Al final debe organizar una plenaria en donde todos manifiesten como se sintieron, que pensamientos pasaron por su mente; no tanto en decir las partes, sino enfatizar en su sentimiento. De esta manera se darán cuenta que, por lo general, todos pensamos en forma semejante y que la mayoría de veces estamos equivocados. A esta parte hay que darle el tiempo necesario para que expresen sentimientos, solo así les daremos oportunidad de ir trabajando en su propia aceptación.

#### Materiales:

Una copia de material informativo que se presenta a continuación, para usted.

#### Material informativo:

Aparentemente, el objetivo más deseable para el individuo, la meta que persigue a sabiendas inconscientemente, es llegar a ser el mismo. Esto es sumamente difícil, ya que en el hogar, sus padres le han inculcado “el deberías ser”, “Deberías ser bueno”, “Deberías ser ingeniero”, “Deberías ser paciente, sincero, inteligente, bello, etc.”, que solo por medio de una intensa lucha interior puede abandonarse esa meta.

Si uno desde pequeño ha escuchado de sus padres o las personas que más lo quieren o deberían quererlo, le dicen constantemente que uno parece cerdito por ser tan gordo, o Dumbo por tener las orejas grandes o cualquier otro apodo o mote y siente, además, que otras personas o los hermanos son apreciados o estimados por tener alguna otra cualidad, o por no tener el defecto de que uno padece, cuesta entonces sentirse a gusto con uno mismo, cómodo, aceptarse tal como uno es.

A las demás personas se nos olvida como nos sentíamos cuando niños y nos sucedido lo anteriormente expuesto y permitimos que esto se repita con los hijos, hermanos o alumnos, ya sea que sean los adultos los que realicen estas tareas o los mismos compañeros o hermanos. Si las personas en las que el confía, no lo quieren o no lo aceptan como él es, tampoco está este niño o joven en condiciones de aceptarse o amarse a sí mismo.

Este sentimiento de aceptación se puede facilitar en las demás personas cuando yo les doy la posibilidad de pensar sentir y ser, sin ser rechazados. Nos sentimos bien con aquellas personas que nos permiten hablar, expresarnos sin tener la sensación de que nos están juzgando o criticando, sino que, al revés, nos sentimos amados, queridos y aceptados.

### **3.4.4 Conocerse y Valorarse a través de las demás personas**

#### **Procedimiento:**

1. Grupo de seis personas, cada uno debe tener una hoja.
2. El ejercicio consiste en que cada uno debe escoger para cada uno de los otros cinco compañeros de un grupo un SIMBOLO QUE REPRESENTA SU MANERA DE SER, POR SUS CUALIDADES, indicando el motivo por el que lo representa así, y dibujarlos en su hoja, por ejemplo: una estrella, porque suele acompañar en los momentos difíciles, como las estrellas en la noche. Una rosa, porque eres muy suave.

**Solo pueden ser cualidades o cosas positivas.**

#### **Pasos del ejercicio:**

Durante unos minutos están todos en silencio mientras cada uno escoge los símbolos que mejor representan a cada uno de sus compañeros.

#### **PUESTA EN COMUN:**

Todos van diciendo el símbolo con que han representado a cada uno de los miembros del grupo. El interesado toma nota y hace su propia constelación o grupo de símbolos con las notas que han tomado. Luego se procede con los demás.



Es importante que todos digan sus sentimientos en relación a lo que le dijeron. Si está de acuerdo o no, si le han dicho cosas que nunca había pensado, etc. A esta parte se le debe dar tiempo suficiente para que todos comprendan que todos tenemos cualidades y somos valorados por los demás. Que lo merecemos, y no nos hacen el favor.

### 3.4.5 Cimientos de autoestima

#### **Procedimiento:**

Introduzca el tema a través de una charla en la que se permita la participación de todos los miembros del grupo.

#### **Materiales:**

Copia del material informativo para usted. Puede escribir los títulos de las ideas principales en cartulinas o acetatos.

#### **Material informativo: exposición dialogada**

La autoestima está compuesta de cinco componentes que son: seguridad, motivación, auto concepto, integración y competencia. Estos se van formando y desarrollando desde la infancia. Cuando la persona no los adquiere del todo, demuestra algunas diferencias en su vida. Por lo tanto, reforzando cada uno de ellos se refuerza la autoestima y por lo tanto, se refuerzan de forma automática los otros y viceversa.

#### **Seguridad:**

Este es un factor que se cree hace posible reconocer el nivel de la autoestima con mayor facilidad. Por ejemplo, si una persona muestra seguridad en sí misma, da la impresión de que tiene sus problemas resueltos, aunque esto no sea cierto, ya que es posible que tenga seguridad en determinadas situaciones y en otras no. Esto no impide que la seguridad sea en efecto uno de los factores que más se necesita en el mundo en que vivimos y que más se echa de menos si no la tenemos. La falta de seguridad puede tener su origen en un sinnúmero de situaciones infantiles, educacionales y de los entornos más variados.

La persona con escasa seguridad puede reconocerse por medio de las siguientes características:

1. Manifiesta timidez excesiva.
2. Tiene dificultad para separarse de personas o situaciones que le amparan.
3. Exterioriza síntomas de nerviosismo delante de situaciones que, desde su subconsciente, se conectan con recuerdo de sufrimiento físico o emocional.
4. Cuando se enfrenta a una situación que requiere una acción inmediata, presenta síntomas de estrés.
5. Manifiesta desacuerdo con cualquier autoridad que no cumple con lo que él espera.
6. Considera que no hay justicia hacia el o “cualquier cosa que el haga”.
7. Se resiste a probar nuevas experiencias.
8. Tiene dificultad para aceptar cambios de cualquier tipo.
9. Tiene dificultad para ser espontáneo, en tener contacto con los ojos o tener contacto físico con los demás.
10. No acepta el son de gratificación retrasada en su actuación existencial.

### **Auto concepto:**

La forma como nos vemos o nos percibimos como personas o individuos se llama auto concepto. En general, la formación del auto concepto del individuo comienza a delinearse desde el nacimiento, en relación a la forma en que lo perciben y tratan sus padres. En relación, al auto concepto, también pueden denotarse ciertas características que varían según los distintos factores vivenciales y anímicos del individuo.

Cuando el individuo tiene su auto concepto limitado presta ciertas actitudes que lo caracterizan, tales como:

1. Muestra un deseo excesivo por complacer a los demás.
2. Acostumbra sentirse incomodo con su apariencia física.
3. Utiliza excusas y mentiras para justificar un comportamiento determinado.
4. Se siente incomodo cuando le hacen cumplidos.
5. Tiene dificultad para expresar sus sentimientos y emociones.
6. Da excesiva o poca importancia, a su forma de vestir y a su estética en general.
7. Se queja de los demás y darles a ellos la responsabilidad de situaciones o contextos en que él o ella no ha podido actuar de la forma adecuada.
8. Se siente víctima de las situaciones, es hipersensible, se siente atacado y agobiado por cualquier cosa.
9. Siente que el trabajo es demasiado y que él no puede con ello sin hacer un esfuerzo.
10. Critica a los demás como a él mismo.

### **Sentido de pertenencia e integración:**

Esto quiere decir sentirse cómodo y a gusto con las demás personas, sentir que se forma parte de un grupo familiar, de amigos, de trabajo, de diversión, de estudio, etc., y que aportamos algo al mismo. La autoestima es una característica que se desarrolla socialmente, aunque sea desde el interior de la persona. Todos vivimos en una sociedad y nos relacionamos con los demás. La



persona con facilidad de integrarse se siente a gusto, capacitada y motivada para involucrarse y crear entornos de pertenencia para todos en esta situación, y para entablar amistades por el hecho de la formación personal que ha llevado. Para la persona que acostumbra discriminar, la integración le resulta difícil y debe trabajar con sí mismo para elevar su autoestima.

La persona con escaso sentido de pertenencia presenta las siguientes características:

1. Se aísla de los demás.
2. Tiene dificultad de iniciar y mantener amistades.
3. Tiende a entenderse con animales o plantas en lugar de personas.
4. No está dispuesto a compartir.
5. Se jacta a menudo para llamar la atención.
6. Se deja influir fácilmente por los demás.
7. No se atreve a tomar iniciativas para entrar a un grupo.
8. Tiende a actuar desde la competitividad más que desde la cooperación o la colaboración.
9. Tiende a la crítica destructiva.

### **Finalidad o motivación.**

Todo individuo actúa en base a la motivación que hace que la actuación parezca oportuna necesaria o inevitable. Cuando se consigue crear motivaciones suficientes para modificar un comportamiento determinado se hace todo lo necesario para conseguirlo. El principal elemento de motivación es el de apreciar y tener fe en que podemos hacer lo que nos proponemos, ya que estamos convencidos de que nos sirve. Si me interesa algo y sé que puedo conseguirlo, me pondré a la obra con confianza de éxito. Si al contrario no creo que yo pueda, la motivación para conseguir lo que quiero probablemente no sea suficiente para que yo entre en acción. De allí que para consecución de cualquier actuación personal necesitamos creer en su posibilidad.

Para motivarnos a cambiar de hábitos o comportamientos es necesario dejar ir esquemas o formaciones mentales viejas que no sirven, es decir, “darnos permiso “de hacer algo. Así como también es necesario hacer un inventario de los hábitos que se tienen para saber cuáles sirven y cuáles no.

### **Competencia:**

Tenemos que tener la conciencia de lo que hemos aprendido, somos capaces de aprender, que estamos aprendiendo continuamente y tenemos un potencial sin límites de aprendizaje. El sentirse competente forma parte de la conciencia de la propia valía e importancia y el llegar a aumentar esta competencia de forma continua es una decisión de cada uno en función de su propia autoestima.

La competencia no se refiere a competir con otros sino hacer capaces en todos los aspectos de la vida, no solo el profesional, o mi propia asignatura, sino extender el sentido de competencia aun campo vivencial más amplio y de perspectivas extra profesionales que ensanchen la visión de sí mismo y de la vida. La profesión es solo una parte de la vida y la actuación vivencial de cada

uno tiene que ser suficientemente amplia y libre como para poder tener horizontes lo más amplio posibles de experiencia y competencia. Esto ensalza la seguridad, auto concepto, pertenencia y motivación del individuo.

### **3.4.6 El Perfil**

#### **Procedimiento;**

Organiza a los participantes en parejas. A cada uno entregue dos pliegos de papel paleógrafo y cinta, con el fin de unirlos en forma vertical. Cada uno debe acostarse sobre el papel en la posición que prefiera para que su compañero dibuje con un marcador su silueta. Después inviertes los papeles hasta que cada uno tenga su propio perfil.

Sugiere que lo peguen en algún lugar del salón y se ubiquen frente a él, mientras que escuchan determinadamente las instrucciones que usted les da, para que vayan plasmando en su silueta. Así cada uno ira logrando ilustrar su autoimagen.

Cuando concluya las instrucciones organice una sesión plenaria, en la que los participantes voluntariamente puedan expresar como se sintieron y que conclusiones se puedan sacar de esta actividad.

#### **Materiales:**

Dos pliegos de papel periódico o bond para cada participante, maskin tape, marcadores de colores.

#### **El perfil**

Destaque en su perfil las siguientes partes:

1. La que más le gusta.
2. La que más le admiran.
3. La que más temor le genera.
4. La que produce mayor seguridad.
5. La que le permita comunicarse mejor con los demás.
6. La que más lo identifica.

#### **Ilustre en su perfil:**

1. Su principal aspiración.
2. Una vivencia negativa que recuerde muy especialmente y que pueda modificar.
3. Lo que más insistentemente le pidan los otros que cambie.

Nota: La descripción puede hacerse usando colores, símbolos, palabra

### **3.4.7 El rol de la familia y de la escuela en la formación de la autoestima**

#### **Procedimiento:**

1. Solicite que los participantes lean el tema que a continuación se presenta, para que reflexionen en grupos pequeños para que obtengan conclusiones precisas para montar una dramatización sobre el mismo.
2. Deles el tiempo necesario para que se pongan de acuerdo en la manera de representar la dramatización.
3. Al final es importante que en plenario se reflexione sobre la importancia que tiene la familia y los maestros en la formación de la autoestima de los jóvenes.

#### **Materiales:**

Darle a cada participante una copia del material informativo.

#### **Material informativo:**

La familia es la institución universal, de ella depende la supervivencia de la sociedad. Su función principal es reproducir nuevos (reclutas) para la sociedad, a través de la socialización de los individuos aprenden los papeles que de adultos deberán desempeñar.

Los padres con sus actitudes educativas favorecen o dificultan el desarrollo de una imagen positiva en los hijos: padres autoritarios originan hijos inseguros, con baja estima de sí y sin capacidad de iniciativa.

Los jóvenes con alta autoestima de sí suelen proceder de familias adultas, en cuyo matrimonio tiene también un alto grado de estima que transmiten a sus hijos; estos padres son capaces de proponer metas realistas a sus hijos.

Los padres incongruentes parecen ser quienes crean problemas más serios: si uno dice o hace sentir una cosa al hijo y el otro procura sensaciones difíciles, el sujeto mantendrá opiniones contradictorias hacia el mismo.

Así mismo, el auto concepto está relacionado con el número de hijos, el sexo, y el orden de nacimiento. En general, el primer hijo sobresale con frecuencia en la vida intelectual porque se han colocado en él todas las expectativas, es el más serio y responsable (desde pequeño fue desplazado o relegado a otro lugar por los otros hermanos, a los que se le encargó cuidar) y suelen someterse más fácilmente a las presiones del grupo. Suelen ser más ambiciosos y se identifican más con los padres.

Los hijos deben sentir que viven entre amigos, entre personas que quieren y que los quieren y en quienes pueden confiar. Existen familias en que los miembros encuentran en el hogar uno de los lugares más interesantes y placenteros del mundo. Pero mucha gente piensa en su familia como una amenaza, una carga, o simplemente algo aburrido.

Después de la familia, la escuela es la institución de socialización del niño y adolescente más importante, pues amplía la obra educativa de los padres, ejerce mayor influencia en la transmisión de los valores de la cultura y de las tradiciones sociales. El colegio o escuela ha venido a tomar parte en el desarrollo de la personalidad. La mayor parte de la infancia se pasa en el colegio.

Desde que se empieza a tomar conciencia, el individuo empieza a tomar conciencia, en individuo empieza a desenvolverse en este ambiente. Es aquí donde el papel del maestro adquiere especial importancia. Además de los padres y la familia, son pocas las personas que llegan a tener una relación de formación con los niños, y una de esas personas es el maestro.

El acercamiento alumno-maestro puede fortalecer los aspectos que ya se tratan de desarrollar en la casa, como por ejemplo, la individualidad, la independencia y el amor a sí mismo. Pudiendo incluso, no solo fortalecer estas facetas, sino empezar a desarrollarlas. No obstante, existen varios factores que pueden producir una división entre el maestro y su alumno.

Algunos de los problemas que más aquejan a los alumnos son la escasa o nula aprobación por parte del maestro, el poco o nulo reconocimiento a sus esfuerzos, no recibir una compensación justa, una metodología poco constructiva o que no se adapta a las necesidades y formas de aprender propias del alumno, etc. Estas situaciones producen en el alumno distintos grados de frustración y ansiedad.

Además si este alumno no tiene bases sólidas de autoestima, es muy probable que se deprima y disminuya a un más la poca que tenía.

El maestro sin embargo, puede favorecer enormemente al desarrollo de la autoestima por medio de actividades que fomenten el amor propio, la importancia de cada alumno en el aula, permitir que sus alumnos se acerquen a él, tomarse el tiempo de conocer a cada uno de ellos, etc. Es decir, no solo preocuparse por los niveles académicos, sino también por los emocionales.

El reconocimiento del esfuerzo es fundamental y cuando se da el caso de requerir mayor rendimiento por parte del alumno, debe existir la libertad de comunicarse con confianza. Se deben expresar las faltas cometidas por el alumno, pero al mismo tiempo, reconocer el área y los aspectos positivos de su trabajo. La motivación por parte del maestro es uno de los mejores reconocimientos que el alumno puede recibir y lo ayuda a tomar seguridad de sí mismo y a confiar en lo positivo de su personalidad.

### **3.4.8 Golpes a la autoestima**

#### **Procedimiento:**

Siga las indicaciones que a continuación se presentan para hacer una reflexión previa, que preparará a las personas para poder efectuar la dinámica en forma individual sobre las Heridas a la Autoestima. A continuación deben reflexionar en pequeños grupos, efectuar una puesta en común, sobre sus sentimientos y terminar la actividad con una exposición sobre el tema.

Por último, dele las instrucciones de una dinámica con “El Espejo” que cada participante debe realizar en su casa a solas.

## **Materiales:**

Dé una hoja (según modelo “Golpes a la Autoestima”) a cada participante y copia de la dinámica “El trabajo con el espejo”.

## **Reflexión previa:**

Recuérdelos que la autoestima aumenta o disminuye cuando interactuamos con otros. Alguna clase de mensajes hacen que nos sintamos bien; otros hacen que nos sintamos mal. Todos estamos felices y nos relacionamos mejor cuando nos sentimos bien acerca de nosotros mismos.

La siguiente actividad puede ayudarnos a recordar lo que nos gusta. Cada persona debe usar una copia de “Golpes a la autoestima” para esta actividad. Pídales que anoten su nombre en el lugar indicado.

Cuando lean las preguntas que aparecerán a continuación y su respuesta sea SI, pídale que rompan un pedazo de “Golpes a la Autoestima” y que lo guarden para la segunda parte de la actividad.

¿ALGUIEN LE HA DEJADO DE ELOGIAR POR ALGUN TRABAJO QUE HA HECHO BIEN?

¿SE SIENTE CULPABLE POR ALGO QUE NO HA HECHO?

¿ALGUIEN LE HA DICHO QUE USTED ES UN TONTO?

¿ALGUIEN CONSTANTEMENTE LE HA DICHO QUE USTED ES UN IRRESPONSABLE?

¿LE HAN DEJADO POR FUERA SUS AMIGOS CUANDO VAN A HACER ALGO?

¿HA TENIDO UNA DISCUSION CON ALGUIEN A QUIEN ESTIMA MUCHO?

Pídales que reflexionen mientras usted les pregunta:

¿Qué han descado, sentido o pensado mientras hacían esto? ¿Revivieron algunos de los sentimientos que tuvieron cuando realmente ocurrió el incidente?

Después usted desarrollará la segunda parte del ejercicio. Leerá una serie de preguntas y cada vez que las respuestas sean positivas, usted solicita que los participantes repongan un pedazo de “Heridas a la autoestima”. Observe si se reducen ansiedades a medida que adelanta el ejercicio. Las preguntas son las siguientes:

¿SIEMPRE SE HA SENTIDO CONFIADO ACERCA DE LAS DECISIONES QUE TOMA?

¿ALGUNAS PERSONAS LE HAN DICHO QUE LO AMAN?

¿HA LOGRADO ALGUNA META QUE DESEABA ALCANZAR?

¿LE HAN DICHO CONSTANTEMENTE QUE USTED ES UN BUEN ESTUDIANTE?

¿LE HAN DICHO QUE USTED TIENE UNA PERSONALIDAD AGRADABLE?

¿ALGUIEN LE HA DICHO ALGUNA VEZ QUE PUEDE CONFIAR EN USTED PORQUE ES RESPONSABLE?

¿ALGUIEN LE HA DICHO QUE LE APRECIA?

## ¿ALGUIEN LE HA DICHO QUE TIENE FE EN USTED?

Hechas estas preguntas, interrogue a los participantes sobre lo que han deseado, sentido o pensado esta vez.

¿Redujo ansiedades? ¿Sintió algo cálido y sentimientos similares a los que sintió cuando estas cosas sucedieron realmente?

Finalmente permita que los participantes expresen voluntariamente sus conclusiones sobre la experiencia vivida.

### **Material informativo: exposición dialogada** **Los enemigos ocultos de mi autoestima**

Si pudiéramos observar a las personas cuando viajamos en la camioneta o autobús, y escucháramos su conversación, nos daríamos cuenta de que ellos son sus propios enemigos. Nos afanamos luchando contra los demás, por ganarnos su aprecio, su compañía, por tener más que ellos, por el qué dirán y otras ideas, los convertimos fácilmente en opositores nuestros o nuestros aliados, pero nunca nos hemos detenido a pensar que el peor enemigo está dentro de mí. Ese enemigo se manifiesta de varias maneras.

SEGÚN Eduardo Kubli, EL  
ERROR es una PRUEBA DE  
FUEGO PARA NUESTRA  
AUTOESTIMA

En nuestra sociedad damos valor a las personas, lo que tienen o hacen, por lo que compran, consumen, viajan o se visten. En teoría no nos cuesta aceptar que todos tenemos el mismo valor, que lo más importante de la vida es la propia existencia, la salud y que el ser humano no vale más por tener más pertenencias o habilidades. Pero en la práctica, las cosas cambian. Hemos visto cómo las personas cuando alcanzan una posición de poder o económica, pierden la sencillez, se vuelven engreídas y que todo lo saben: por el contrario, si les toca perder, les va mal en su trabajo o económicamente, se enferman, padecen de cualquier mal, atacan su autoestima y algunos hasta se suicidan. **Pensar que se vale más, o creer que se vale menos, en las dos posturas se corren riesgos para la salud y el desarrollo integral de una persona.**

La meta casi siempre es mejorar cada día, alcanzar el éxito y por esto es que hemos recibido un entrenamiento de sentimos mal ante los errores, de crear dentro de nosotros mismos un autorreproche mental que muchísimas veces nos incapacita para actuar. El error no tiene que adquirir en nuestra vida la imagen de un cangrejo, que en lugar de ir para adelante va para atrás, ni de un avestruz, que cuando tiene miedo mete su cabeza en un hoyo, por el contrario, debe considerarse como la oportunidad que tenemos de aprender mejor. El burro no tropieza dos veces con la misma piedra, dice el refrán, es decir, no es que nunca tropiece, sino que le queda donde está la

piedra con la que se chocó y procura no volver a tropezar con ella, puede que tropiece con otra, aprende de su error, pero no por eso se siente mal y ya no quiere caminar. Un niño de 10 meses aprende a caminar cayéndose y levantándose, no por eso deja de hacerlo, de aprender, no se siente mal por caerse, se siente a gusto por lo que va aprendiendo.

Sentirse mal por los errores ha sido conducta errónea aprendida, que puede desaprenderse, es decir, cambiar los hábitos incorrectos por otros, que me permitan ser diferente, aprender de mis errores, no volver a cometerlos, pero no por eso me voy a quedar tirado lamentándome y diciéndome que soy un estúpido que sería mejor que me muriera y otras cosas por el estilo.

Decir esto es muy fácil, pero ¿cómo se quita una de la cabeza el sentirse mal; una vil cucaracha?

- PRIMERO: pensar que el error forma parte natural de la acción de vivir y desarrollarse.
- SEGUNDO: que nos da información valiosa de cómo no son las cosas, lo cual nos permite obtener experiencias positivas y constructivas de la vida.
- TERCERO: quitándose el casete mental que me dice que no valgo como persona, que debo temer, que debo pagar toda la vida ese error, etc., por otro que diga, ESTOY APRENDIENDO, MANANA LO HARE MEJOR, SI QUIERO SOY CAPAZ ETC.

No podemos evitar que los errores sean actos de los cuales debemos asumir con responsabilidad las consecuencias. Es decir, si perdí algo de valor de alguien lo tendré que pagar, o si ofendí a alguien, disculparme con ella, o que si rompí algo mío tendré que reponerlo o vivir sin ello, y es por eso que así como podemos aprender de nuestros errores sin que sea el fin del mundo, también podemos prepararnos a evitar los errores.

Es decir, podemos analizar las acciones, planeándolas antes de ejecutarlas, considerando las consecuencias negativas a corto, mediano y largo plazo, recordando si alguien, o yo misma(o), he pasado por lo mismo antes, para aprender a evitar esas consecuencias o decidirme a no hacer la acción. También puedo considerar los beneficios y examinar si vale la pena pasar las consecuencias negativas por los beneficios que recibiré y decidir si no hay otra solución que sea mejor.

## **La crítica, ¿Cómo debo actuar ante ella?**

Eduardo Kubli, dice que todos llevamos dentro de nosotros una voz interna que nos acompaña a todos lados y nos califica, critica, condena, acusa, exige, desalienta, limitando el sentido de la propia estimación. Esta vocecita cumple una función de aviso, de protección y en el fondo busca que hagamos las cosas bien. Pero a veces, el costo es demasiado alto porque nos inmoviliza, no nos deja actuar, nos deja sentimientos de que somos inútiles antes de que hagamos algo. Cuando esta voz no nos deja pensar, da paso a la reflexión, a la lógica. Debemos desconectarla, quitarle validez para que podamos analizar las cosas en su justa medida.

También tenemos a nuestro alcance otra función de esa voz que nos lleva a generalizar, por ejemplo: si me olvidé algo en esta ocasión, me digo siempre soy tan olvidadizo, y así me coloco etiquetas, como por ejemplo: soy tonto, neurótico, feo, antipático. Las cosas no siempre son así,

pero como nos ponemos un filtro mental de sólo recordar lo malo, lo negativo. Este sentimiento me lleva a auto culparme y, generalmente, genera pensamientos negativos que se los atribuyo a los demás, si es cierto o no; esto también me induce a sentirme el centro del universo, si escuché al entrar a una reunión un comentario negativo pienso que están hablando de mí, que no me quieren. El problema es que no sé si efectivamente éstos es cierto no, porque no le he preguntado.

Cuando uno es niño mide su valor conforme el criterio de los demás. Los comentarios, etiquetas, indiferencia, etc., pueden generar en mí, hipersensibilidad a la crítica y hacer mío ese criterio, lo que se convierte en mi juez crítico interno. Cuando la crítica que se recibe de niño es destructiva, es decir, anula nuestra autoestima, nos humilla, nos destruye, eso queda como molde, como una señal, como marca y siempre que alguien, ahora de grandes nos dice una crítica, nosotros no la analizamos, sino que la comparamos con la crítica destructiva y nos hace sentir mal, porque creemos que nos está atacando.

### **Por lo tanto, ¿qué debemos hacer con la crítica, para que nos sirve y como aprovecharla?**

La crítica que otra persona hace es un comentario que expresa desde su realidad, conforme a sus necesidades, valores, como ella cree que debe ser con sus ideas, condición presente, por ejemplo si está contenta o enojada, con sus hábitos temperamentales, su estilo de reacción; por lo que debemos tomar en cada crítica la realidad del autor, que muchas veces no tiene nada que ver conmigo, por ejemplo, que su necesidad no es la mía, mucho menos con mi valor como persona. No queremos decir con esto que despreciemos las recomendaciones valiosísimas que nos hacen o que no creamos lo que nos dicen.

Este ejemplo nos servirá para ilustrar lo anterior. Iba un anciano con un burro y una niña por un camino. El anciano montó a la niña en el burro y en ese momento, pasó por el camino un hombre que le gritó que no fuera tonto que caminara la niña porque era joven y aguantaba más, que él montara al burro; así lo hizo y cambió, pero se encontraron con otro que le gritó desconsiderado, que la niña era joven y que él aguantaba más; por lo que decidió dejar al burro solo y caminar él y la niña. En eso vino un grupo y se rieron de él por ser tan tonto, ir caminando cuando llevaban un animal, así que montaron el anciano y la niña en el burro. Por último, recibieron una grosería por abusar del burro con tanto peso.

Esta historia nos demuestra que las críticas tendrán algo de razón, pero que cada cual dice desde su punto de vista, sin considerar el de los demás, y si siempre se siguen las críticas sin analizar, en muchas ocasiones no sabremos cómo actuar, por lo que la crítica no debe afectar nuestra autoestima, sino que debe ser sólo una referencia para que analicemos nuestra actuación sin sentirnos mal por ello.

### **El perdón**

Para la mayoría de nosotros el perdón es un tema difícil. Todos necesitamos trabajar con él. Tal es así que en la Biblia se menciona en muchos capítulos. Cualquiera a quien le represente un problema amarse a sí mismo está empantanado en este terreno. El perdón nos abre el corazón al



amor a nosotros mismos. Somos muchos los que llevamos años y años acarreado resentimientos. Lo que ellos nos hicieron nos deja inmobilizados. Así podemos tener razón, pero jamás a ser felices.

No estar dispuestos a perdonar es algo demasiado terrible para hacérselo a nosotros mismos. El resentimiento es como tragarse diariamente una cucharadita de veneno. Se va acumulando y nos daña. Es imposible estar sano y ser libre cuando sigue uno atado a su pasado. El incidente ya pasó hace tiempo. Sí, es verdad que ellos no se comportaron nada bien. Pero aquello se terminó. A veces sentimos que si les perdonamos sus deudas, estamos diciendo que lo que nos hicieron estaba bien.

Una de las lecciones espirituales más importantes que tenemos que aprender es entender que "todo el mundo" hace lo mejor que es capaz de hacer en cada momento. Con el entendimiento, la conciencia y el conocimiento que tiene, la gente no puede llegar más que hasta cierto punto. Invariablemente, cualquiera que maltrate a alguien ha sido maltratado de niño. Cuanto mayor es la violencia, mayor es su propio dolor íntimo. Esto no significa que se excuse el mal comportamiento, y sin embargo, por nuestro propio crecimiento espiritual, debemos tener conciencia de que esas personas sufren.

El incidente pasó, y quizás ya hace mucho tiempo. Entonces, déjalo en paz. Permítete ser libre. Sal de la prisión y asómate al sol de la vida. Si el incidente aún sigue repitiéndose, pregúntate por qué te estimas en tan poco a ti mismo que sigues aguantando algo así. ¿Por qué te quedas en esa situación? No pierdas el tiempo tratando de desquitarte. Eso no funciona, lo que enviamos al mundo, éste nos lo devuelve. Siempre. Entonces, olvidémonos del pasado y aprendamos amarnos a nosotros mismos en el ahora. De esa manera tendremos un futuro maravilloso.

La persona a quien más te cuesta perdonar es la que puede enseñarte las lecciones más valiosas. Cuando te ames a ti mismo lo suficiente para elevarte por encima de la situación de antaño, entonces la comprensión y el perdón te resultarán fáciles. Y serás libre.

Un fenómeno interesante es que cuando trabajamos para perdonar, es común que otras personas reaccionen a ello. No hace falta ir a ver a la persona en cuestión para decirle que uno la perdona. Está bien que lo hagas si deseas hacerlo, pero no es necesario. La obra principal con respecto al perdón se hace en el propio corazón. En raras ocasiones el perdón es para "ellos". Es para nosotros. Es más: la persona a quien necesitamos perdonar puede haber muerto.

He oído comentar a muchas personas que cuando consiguieron perdonar de verdad, uno o dos meses después recibieron una llamada telefónica o una carta de la otra persona, pidiéndoles a su vez perdón. Y parece que esto sucede especialmente cuando el trabajo del perdón se hace frente a un espejo. Cuando hagas este ejercicio, presta atención a la profundidad que pueden alcanzar tus sentimientos.

Este ejercicio es necesario hacerlo a solas, en cuartos aislados, o en su casa. Por eso se le debe dar una copia del contenido que a continuación se presenta.

## **Dinámica: el trabajo con el espejo**

El trabajar con el espejo suele ser algo incómodo y de lo que preferimos escapar. Siéntate frente a un espejo y a la par una caja de kleenex. Concédete todo el tiempo que necesites para hacer este ejercicio, o quizá tengas que repetirlo una y otra vez. Siéntate frente al espejo, cierra los ojos y respira profundamente tantas cuantas veces. Piensa en las personas que te han hecho daño. Deja que vayan desfilando por tu mente. Después abre los ojos y empieza a hablar con una de ellas.

Dile algo así: “Me has herido profundamente, pero no quiero seguir atascado en el pasado. Estoy dispuesto a perdonarte” Toma aire y continúa: “Te perdono y te dejo en libertad”, vuelve a respirar y finalmente di: “Tú eres libre y yo soy libre”.

Observa cómo te sientes. Quizás sientas resistencia, o tal vez te sientas limpio. Si sientes resistencia, vuelve a respirar profundamente y di: “Estoy dispuesto a abandonar toda resistencia”. Quizás hoy puedas perdonar a varias personas, o tal vez sólo puedas perdonar a una. No importa. De cualquier manera que hagas el ejercicio, será la manera perfecta para ti. Perdonar puede ser como ir retirando las capas de una cebolla. Si te hace llorar demasiado, déjalo para otro día. Siempre puedes volver para retirar otra capa. Reconócele el mérito de, al menos, haber empezado este ejercicio. A medida que sigas haciéndolo, hoy o cualquier otro día, ve ampliando la lista de las personas a quienes tienes que perdonar.

Y sobre todo, perdónate. Deja de ser riguroso contigo mismo. No es necesario que te auto castigues. Siempre hiciste las cosas lo mejor que podías o sabías. Vuelve a sentarte frente al espejo, con tu lista. A cada persona de la lista, dile: “Te perdono por \_\_\_\_\_”. Respira.

“Te perdono y te dejo en libertad. Sigue recorriendo tu lista y si te sientes libre de enojo con una persona, bórrala de la lista. Si aún no estás libre de enojo, deja momentáneamente de lado a esa persona; ya volverás a dedicarte a ella en otra ocasión. A medida que vayas haciendo el ejercicio, te encontrarás con que el peso que cargabas sobre los hombros se va disolviendo. Quizá te sorprendas al darte cuenta de la gran cantidad de viejos resentimientos que cargabas. Sé amable e indulgente contigo mismo mientras haces este trabajo de limpieza.

### **3.4.9 Piensa positivamente acerca de si mismo**

#### **Procedimiento**

1. Divida al grupo en pequeños grupos, reparta el documento para que lo lean en voz alta.
2. Al terminar la lectura, deberán analizarlo detenidamente, y obtener conclusiones por grupo.
3. Cuando los grupos hayan terminado, es conveniente que realice una plenaria para escuchar las opiniones grupales y llegar a una conclusión entre los integrantes.
4. A continuación reparta este documento, o puede hacer carteles para que se pueda leer al finalizar la plenaria.

## Materiales

### Documento “CÓMO PENSAR POSITIVAMENTE DE TÍ MISMO” CÓMO PENSAR POSITIVAMENTE DE TI MISMO

Cuando tienes un pensamiento negativo o crítico acerca de ti mismo, cámbialo por un pensamiento positivo. Cuando tus voces interiores te digan algo malo, ¡respóndeles!

<b>CAMBIA ESTO</b>	<b>POR ESTO (son ejemplos que cada quien los puede cambiar por algo que sabe hacer.)</b>
No puedo hacer nada	Puedo prender una fogata.
Nadie quiere ser mi amigo (a)	Puedo ser amigo (a) de alguien.
Algunas veces soy tan estúpido (a)	Conozco mucho sobre mascotas
¿Qué tal si a nadie le gusta el proyecto que hice?	Estoy muy orgulloso (a) de mi proyecto

Te tomará tiempo antes de que esto te resulte natural. A algunos adultos les ha tomado un año más. Nosotros creemos que los jóvenes aprenden con mayor rapidez que los adultos. Así que puede que a ti no te tome mucho tiempo.

La mayoría de nosotros nos sentimos temerosos de conocer a gente nueva. Nos preguntamos: “¿Qué pensará de mí? ¿Les agradaré? ¿Pensarán que soy tonto(a)? ¿Pensarán que soy aburrido(a)? Este tipo de pensamientos nos ponen más nerviosos. Nos vuelven impotentes, tímidos y avergonzado(a)s.

Tú puedes elegir cambiar tu manera de pensar. Tú puedes preguntarte: “¿Qué pensaré de ellos(as)? ¿Me simpatizarán? ¿Pensaré que son interesantes?” Así es como tú tienes poder igual y no sientes vergüenza.

Recuerda que la persona que eres es buena. Debes estar contento(a) y orgulloso(a) de la persona que eres.

Cada ser humano es valioso. ¡Eso te incluye a ti!

Elógiate bastante, no solamente por las cosas que haces, sino por lo que eres y por cómo vives tu vida, sin que te sientas superior a los demás.

Y no aceptes ninguna culpa que otros traten de echarte, inclusive los adultos. Recuerda que tú eres responsable de tu propia conducta y de tus propios sentimientos. Es decir, debes asumir las consecuencias de tus actos, pero no sentirte culpable por acciones que otras personas realizan y que no tienes responsabilidad. No es “tu culpa” si tu mamá se enoja por causas ajenas a tu Persona y remata contigo. No es “tu culpa” si tu equipo de softbol pierde el juego, si tú hiciste un buen papel.

Porque no eres perfecto(a) y cuando se aprende se cometen equivocaciones. Lo importante es aprender de los errores y no volver a cometerlos.

Este es un hábito difícil de romper. Vivimos en una cultura que nos enseña a comparar. Los padres comparan a los hijos(as). Las escuelas comparan a sus alumnos(as). Recuerda que tú eres diferente y especial. Eres único en tu clase. No hay nadie en el mundo exactamente como tú.

El solo hecho de que falles en algo, no significa que eres un fracasado. Todos fallamos algunas veces.

### **3.5 Toma de Decisiones - ACTIVIDADES SUGERIDAS**

#### **3.5.1 Fundamentos Teóricos**

##### **Procedimiento**

1. Introduzca a los participantes en el tema a través de una plática introductoria.
2. A continuación proporcioneles una copia del material informativo para que en pequeños grupos lo discutan y saquen conclusiones.

##### **Materiales**

- Cartel para el pizarrón

##### **Material Informativo: Exposición Introductoria**

La actividad de tomar decisiones ha sido objeto de intenso estudio por parte de psicólogos, economistas, educadores por espacio de 25 años aproximadamente. Se ha ido acumulando, a través de los años abundante información relativa a los fracasos y éxitos del ser humano al ejercitar su capacidad de tomar decisiones. Dos de las observaciones más importantes hechas por los estudiosos en este campo de investigación son:

1. Las personas sin entretenimiento adecuado no están conscientes de las numerosas decisiones que toman en su vida diaria y no están acostumbradas a contemplar tales decisiones analíticamente, excepto aquellas que consideran de importancia crítica; y,

2. Las habilidades o técnicas requerías para tomar decisiones ante un problema, sea éste rutinario o no, pueden desarrollarse mediante el entrenamiento o capacitación adecuada.

Pero ¿qué es una decisión? Una decisión es una escogencia entre alternativas. Cada vez que escogemos una alternativa de entre varias, estamos tomando una decisión. Incluso el no hacer nada es una decisión. Tomemos un ejemplo:

Un joven no sabe qué hacer en su tiempo libre. Él tiene tantas opciones como actividades conozca. Analicemos el problema, utilizando la lluvia de ideas. **LO IMPORTANTE ES QUE SE DEN CUENTA QUE HAY VARIAS ALTERNATIVAS Y QUE LA DECISIÓN DEPENDERÁ DE SI SON BUENAS O MALAS OPCIONES.**

Algunas de las alternativas pueden ayudarnos a resolver determinados problemas más rápidamente o con menor esfuerzo que si elegimos otra. Algunas alternativas que tendríamos para escoger puede que ni siquiera nos ayuden a resolver el problema. A veces es necesaria una secuencia de decisiones, una secuencia de elecciones.

**MATERIAL INFORMATIVO:** Tomado de: manual Regional de Educación Preventiva Participativa para jóvenes y padres.  
De Ariel Forselledo.

“No sé porque tengo que estudiar sobre Literatura Latinoamérica, si lo que quiero es ser ingeniero en computación”...” ¿Por qué no puedo ver películas para mayores de 21 años”...” ¿Por qué no puedo llegar a casa a la hora que yo quiera todos los días”...” ¿Por qué tengo que ir siempre a clases de lunes a viernes”... Estas son algunas quejas que frecuentemente se escuchan entre los jóvenes.

Estas protestas se dan porque a veces resulta molesto hacer cosas que han decidido otros sin preguntarnos nuestra opinión. La verdad que por diferentes razones, hay muchas decisiones que los demás tienen que tomar por nosotros como los reglamentos de una institución, las leyes que rigen un país o las normas que existen en casa. Una de las razones por la que otros deciden por nosotros en esos aspectos, es que para establecer una norma o reglamento no se pueden consultar a todas las personas porque no se terminaría nunca. Imagínate si para la promulgación de cada ley nos consultaran a cada uno de los habitantes del país mayores de 15 años. Quizá después de que todos hubieran sido consultados y se hubiera llegado a un acuerdo ya la mayoría podría haber cambiado de opinión, y no sólo eso, en todo el tiempo que hubiera durado el proceso ya habrían llegado a la edad de dar su opinión varias decenas de miles de personas. Por otro lado, algunas personas, por su formación y experiencia, tienen más autoridad para sugerir o para promulgar una ley. Piensa que haríamos nosotros si nos consultaran acerca de la promulgación de una ley que prohibiera la venta en el país determinado medicamento.

¿Qué sabemos nosotros sobre la medicina y su efecto? En estos casos, que son la mayoría tenemos que dejar decidir a las personas que saben cuáles son las consecuencias de la aplicación de las leyes.

Otras veces nos gustaría no tener que tomar ciertas decisiones y que fueran otros quienes asumieran esa responsabilidad por nosotros. Un ejemplo común entre algunos jóvenes podría ser el siguiente “si tengo un amigo que se ha incorporado a una pandilla de delincentes y se está metiendo en muchos problemas, tengo que decidir entre decirle a sus papás o algunas personas que pueden ayudarlo o hacerme el loco y dejar que siga haciendo lo que quiere.

Si yo hablo de su problema con alguien que puede hacer algo por él, se puede enojar conmigo y ya no va a confiar más en mí. Si yo actúo con él como si nada pasara y lo dejo hacer lo que quiera, voy a estar permitiendo que se siga haciendo daño y me voy a sentir mal. Otras decisiones que tienen que ver con nuestra vida emocional pueden estar relacionadas con embarazos prematuros, desacuerdos con tu novio o novia, problemas con tu familia, etc.

Es básicamente el tipo de decisiones que debemos pero no quisiéramos tomar, cuando nos damos cuenta que lo que no nos gusta es asumir la responsabilidad que éstas implican. Lo cierto es que casi todas las decisiones que tomamos estamos adquiriendo responsabilidades.

Respondiendo a nuestras responsabilidades de una manera adecuada es cómo vamos creciendo, madurando y haciéndonos libres e independiente. Piensa cuando eres pequeño y tu mamá te tenía que vestir todos los días y te daba de comer en la boca. ¿No eres más libre ahora? ¿No te sientes más independiente que cuando eras niño? Las decisiones que hemos tomado y las responsabilidades que hemos asumido hasta ahora, con todos los aciertos y errores cometidos, nos han preparado para lo que hacemos en el presente y para lo que podemos hacer en el futuro.

Si nos ponemos a pensar en cuando cometimos serios errores en nuestras decisiones, podemos caer en la cuenta de que muchas veces fue porque no pensamos antes en las consecuencias de las mismas o porque no estábamos preparados para enfrentarlas. Lo cierto es que las decisiones que estamos en la capacidad de tomar llegan a su debido tiempo y no tenemos porque darnos prisa. Para saber si ha llegado el tiempo de que nosotros tomemos algunas decisiones, tenemos que pensar cuáles serían las responsabilidades que tendríamos que asumir y si estamos realmente en la capacidad de responder a ellas.

Aunque son muchas las normas, reglamentos y leyes que se deben seguir, depende de cada uno si se cumplen o no. De lo contrario no existirían la transgresión y los problemas de delincuencia.

Se debe tratar de entender el sentido de las normas por las que hay que regirse, para que las acciones no estén dirigidas por algo incomprensible, sino por una verdadera convicción. Cuando una persona se enfrenta a un problema por resolver y la decisión a tomar implique riesgos, las siguientes preguntas pueden orientarlo:

- a. ¿Cuál es mi problema?
- b. ¿Qué es lo que yo sé sobre el problema?
- c. ¿Qué es lo que yo creo sobre el problema?
- d. ¿Qué tengo que saber para tomar mi decisión?
- e. ¿Cómo puedo obtener la información que necesito?
- f. ¿Cuáles son mis alternativas?
- g. ¿Cuáles son las consecuencias de cada una de mis alternativas?

- h. ¿Cómo me voy a sentir si me decido por cada una de mis alternativas?
- i. ¿Cuál es mi decisión?
- j. ¿Qué voy a hacer?
- k. ¿Qué responsabilidades asumo con la decisión que tomo?

**EJEMPLO:**

- a) ¿Cuál es mi problema?

**Mi amigo está consumiendo drogas y yo me siento mal.**

- b) ¿Qué es lo que yo sé sobre el problema?

**Que el problema principal es de mi amigo, que se está haciendo daño, y que yo quiero hacer algo por ayudarlo.**

- c) ¿Qué es lo que yo creo sobre el problema?

**Yo creo que la situación de mi amigo es seria, que no va a poder salir solo y que aunque yo no soy responsable de su conducta, yo quiero que él deje de consumir drogas.**

- d) ¿Qué tengo que saber para tomar mi decisión?

**Tengo que saber que persona o institución puede ayudarle a mi amigo**

- e) ¿Cómo puedo obtener la información que necesito?

**Preguntar a alguien que haya recibido ese tipo de ayuda sobre la persona o institución a la que puede recurrir mi amigo.**

- f) ¿Cuáles son mis alternativas?

1. Ignorar la situación y dejar que mi amigo haga lo quiere
2. Decirles a sus papás y darles la información que yo tengo sobre su problema y a quien pueden recurrir.
3. Decirle a otro adulto de confianza que puede ayudarlo.
4. Hablar directamente con mi amigo.

- g) ¿Cuáles son las consecuencias de cada una de mis alternativas?

1. Si yo ignoro la situación, probablemente nada va a cambiar y yo me voy a sentir igual que ahora.
2. Si yo les digo directamente a sus papás, puede ser que no me crean o que se enojen conmigo o puede ser que se preocupen y hagan algo por ayudar a su hijo y si mi amigo se entera se puede enojar conmigo.
3. Si yo le digo a un adulto de confianza que conozca bien a mi amigo, yo me voy a sentir muy aliviado de poder contarle a alguien el problema y él quizá pueda asumir la responsabilidad, decírselo a los papás de mi amigo o de hablar con él directamente. Mi amigo de todas formas se puede enojar conmigo por haber hablado con otra persona sobre sus problemas.
4. Si hablo directamente con mi amigo puede ser que se enoje conmigo o que trate de manipularme haciéndome prometerle que va a cambiar, cuando en realidad no tiene ninguna intención de hacerlo.

- h) ¿Cómo me voy a sentir si me decido por cada una de mis alternativas?
- i) ¿Cuál es mi decisión?
- j) ¿Qué voy a hacer?
- k) ¿Qué responsabilidades asumo con la decisión que tomo?

No es fácil si se piensa bien en las decisiones a tomar, pero vale la pena hacerlo porque el futuro depara muchas otras, y depende de cada uno que sean una experiencia de aprendizaje o una fuente de disgustos y sufrimientos.

## ¿CÓMO TOMAR DECISIONES?

Cada día tenemos que tomar decisiones. Algunas son simples y sin complicaciones, otras son más difíciles y más complejas de tomar por los cambios que pueden producir en nuestras vidas.

Muchos jóvenes experimentan ciertas dificultades en manejar la presión de compañeros y amigos, siendo ésta una fuerza poderosa que induce a los jóvenes a comenzar y continuar el uso de las drogas. Ellos no están en condiciones o encuentran extremadamente difícil de explicar el rechazo a las drogas.

Lizano y otros proponen un proceso de siete pasos para la toma de decisiones que ayudaría a los estudiantes.

1. **El primer paso** es identificar y definir el problema, reconocer que hay que tomar una decisión, por ejemplo: “Los fines de semana, mis amigos creen que estar contento incluye beber y fumar” ¿Es esta la forma correcta que escojo para divertirme? Esta es obviamente una pregunta que muchos individuos deben hacerse y es bien utilizado todo el tiempo que se tome para pensar sobre ello para poder optar por una decisión adecuada.
2. **El segundo paso**, es la búsqueda de información, revisar los hechos y analizar diferentes opiniones en los argumentos. En este punto es importante buscar toda la información posible, hablar con los maestros, con los padres, hermanos mayores en los que confiamos, los cuales nos pueden dar mayor información sobre los temas, además las razones del peligro del abuso de alcohol y las drogas.
3. **El tercer paso**, es sugerir alternativas y analizar las consecuencias. Al igual que en los otros pasos, aquí también podemos buscar ayuda para el análisis de las alternativas. Una vez que hemos descubierto las alternativas, debemos observar las consecuencias que pueden implicar. ¿Cuáles son las implicaciones para mi persona?, ¿Cómo me sentiré?, ¿Qué significa eso en relación con otras personas?, ¿Seguirán siendo mis amigos? Hay muchas preguntas que debemos hacernos para analizar consecuencias. Algunas veces ayuda hacer una lista de ventajas y desventajas.
4. **El cuarto paso** es considerar los valores. Debemos analizar si tomar cierta decisión va a favor o en contra de nuestros valores o principios.



En esta etapa necesitamos meditar mucho y mirar todas las alternativas, sus consecuencias y como encajan dentro de nuestros valores, permite al individuo dirigir sus propios esfuerzos hacia un comportamiento específico.

Después que la persona entiende sus propios valores, y tiene práctica para poder expresarlos a otras personas, la persona llega a sentirse más cómoda para justificar y expresar la decisión.

5. **El quinto paso** es tomar una decisión basada en toda la información recolectada y nuestra propia reflexión personal.
6. **El sexto paso** es actuar conforme a la decisión, expresar la decisión en acciones concretas.
7. **El séptimo paso o etapa final**, es el proceso de evaluación. Cada acción debe ser evaluada para determinar si fue tomada la decisión correcta. En caso de que no sea así, es aconsejable volver a comenzar de nuevo el proceso.

Son múltiples las causas que llevan a los jóvenes al consumo de drogas. Además pareciera que ahora es más fácil que antes conseguirlas, pero sean cuales fuesen las causas que los impulsan, el consumo de drogas implica en la gran mayoría de los casos un acto de voluntad de la persona que las va a consumir y una decisión tomada.

Aunque son muchos los jóvenes que tienen actitudes positivas hacia su salud y, por lo tanto, negativas hacia todo aquello que pueda amenazarla, son muchos también los que no han desarrollado habilidades para tomar decisiones porque siempre sus padres o sus maestros quienes las toman por ellos.

Tenemos pues a una gran cantidad de niños y adolescentes en nuestros países latinoamericanos que se tienen que enfrentar tarde o temprano a la decisión de aceptar o rechazar drogas cuando alguien se las ofrezca y que no están preparados para asumir la responsabilidad de decidir por su propia cuenta ni de mantener una posición propia.

#### **SIETE PASOS:**

1. Identificar y definir el problema.
2. Búsqueda de información.
3. Sugerir alternativas y analizar las consecuencias.
4. Considerar los valores.
5. Tomar una decisión fundamentada.
6. Actuar según la decisión.
7. Evaluar las acciones.

### 3.5.2. Instrumentos para la toma de decisiones CTF

#### Procedimiento:

Explique en qué consiste el Instrumento para tomar decisiones, así como los principios y factores que deben considerarse para emplear en forma correcta el CTF. (Considerar todos los factores).

A continuación, permita que cada grupo seleccione un problema, lo discuta en grupos y exponga sus conclusiones en el plenario, después de haber aplicado la técnica.

Para terminar, es recomendable que permita la reflexión utilizando las preguntas que más adelante se presentan.

#### Materiales:

Carteles con los principios y material informativo.

#### Material informativo:

El CTF es un instrumento que significa **CONSIDERE TODOS LOS FACTORES**. Cuando usted tiene que escoger entre tomar una decisión o simplemente pensar en algo, siempre existen varios factores que se deben tomar en consideración. Si usted omite algunos de estos factores, su elección aparentemente será correcta en ese momento, pero más adelante se demostrará que está equivocada. Al observar el proceso de pensamiento de otras personas, trate de ver cuáles de los factores fueron omitidos.

Los factores deben ser considerados en términos de:

- Los que nos afectan a cada uno.
- Los que afectan a otras personas.
- Los que afectan a la sociedad en general.

#### EJEMPLO:

Hace algunos años en una gran ciudad de Venezuela se aprobó una ley en la cual era necesario que todos los nuevos edificios tuviesen en el sótano estacionamientos amplios, para los autos de las personas que trabajaban en ellos. De esta manera, todos los que trabajaban allí, tenían siempre un lugar donde estacionar. Después de un tiempo fue necesario cambiar esta ley, ya que resultó ser un grave error. ¿Cuáles fueron las razones? Las personas responsables de apoyar esta ley olvidaron considerar un factor. El hecho de facilitar el estacionamiento de los autos estimuló a todas las personas a que se fuesen manejando a su sitio de trabajo y así la congestión del tráfico en las calles se convirtió en un problema aún mayor.

Ahora por grupos, escogerán un problema que a continuación se presenta:

- **TODOS LOS AUTOBUSES DE LA CIUDAD, DEBEN SER GRATUITOS.**

- PARA LA COMPRA DE UNA CASA.
- PARA ELEGIR UNA CARRERA.
- SE INVENTA UNA PASTILLA PARA SUSTITUIR EL DESAYUNO.
- PERTENECER A UNA PANDILLA.

Cuando los grupos hayan terminado deben exponer en plenario sus conclusiones y entonces es recomendable reflexionar con ellos sobre las siguientes preguntas:

- ¿Resulta fácil pasar por alto los factores importantes?
- ¿En qué momentos es más importante considerara todos los factores?
- ¿Qué ocurre cuando otras personas omiten factores?
- ¿Es acaso necesario considerar todos los factores o únicamente los más importantes?

### **Principios que se deben enseñar**

- Es útil hacer un CTF antes de escoger, decidir o planificar.
- Es mejor considerar primero todos los factores y luego escoger solamente los más importantes.
- Es posible que usted tenga que pedirle a otra persona que le indique si usted omitió algunos factores importantes.
- Si usted omitió algún factor importante, su respuesta puede ser aparentemente correcta, pero más adelante demostrará ser equivocada.



### **3.5.3. Instrumentos para tomar decisiones PNI**

#### **Procedimiento:**

Explique en qué consiste el instrumentos para tomar decisiones, así como los principios y factores que deben considerarse para emplear en forma correcta el PNI.

A continuación, permita que cada grupo seleccione un problema, lo discuta en grupos y exponga sus conclusiones en el plenario.

Para terminar, es recomendable que permita la reflexión utilizando las preguntas que más adelante se presentan.

## **Materiales:**

Carteles con los principios y material informativo.

## **Material Informativo:**

**P= POSITIVO**      LOS ASPECTOS POSITIVOS DE UNA IDEA – RAZONES POR LAS CUALES LES GUSTA.

**N= NEGATIVO**      LOS ASPECTOS NEGATIVOS DE UNA IDEA – RAZONES POR LAS CUALES NO LES GUSTA.

**I= INTERESANTE**      LOS ASPECTOS NI BUENOS NI MALOS PERO QUE VALE LA PENA HACER NOTAR POR LO QUE TIENEN DE ORIGINALES O FUERA DE LO COMÚN.

En lugar de decir que usted le gusta una idea o por lo contrario, que no le agrada, usted puede utilizar un PNI. Al hacerlo, usted enumera primero los aspectos positivos, después los aspectos negativos y por último, aquellos aspectos que no se consideren ni positivos ni negativos, sino simplemente interesantes. Usted puede utilizar un PNI como una forma de enfocar las ideas, las sugerencias y proposiciones.

### **EJEMPLO:**

**IDEA: SE DEBEN ELIMINAR TODOS LOS ASIENTOS DE LOS AUTOBUSES.**

**P.** Podrían caber más personas en el autobús. Sería más sencillo subir y bajar del autobús. Sería más económico fabricar y reparar los autobuses.

**N.** Los ancianos y los inválidos no podrían utilizar los autobuses. Los pasajeros se caerían si el autobús se detiene violentamente. Sería muy difícil llevar las bolsas con compras o niños pequeños.

Es una idea interesante. Podría traer como consecuencia la fabricación de dos tipos de autobuses, unos con asientos y otros sin ellos. Es una idea interesante ya que el mismo autobús podría llevar a cabo mayor cantidad de trabajo. Es una idea interesante pues la comodidad tiene menos importancia en un autobús.

Ahora por grupos deberán seleccionar un ejercicio cada uno para aplicar esta herramienta:

- Dar dulces a todas las personas.
- Dar desayunos gratuitos.
- Utilizar distintivos para el buen y el mal humor.

- Por decreto todos los carros deben pintarse de color amarillo.
- Todas las personas jóvenes deben adoptar a una persona anciana para cuidarla.
- Deberían existir árboles con movimiento.

A continuación cada grupo debe presentar sus conclusiones en plenario y reflexionar posteriormente sobre estas preguntas.

¿Cuándo resulta más útil un PNI?

¿Nos fijamos siempre en todos los puntos positivos, negativos e interesantes de una idea?

¿Es un PNI una pérdida de tiempo?

¿Te resulta fácil hacer un PNI?

### Conclusiones importantes

- El PNI es importante ya que sin su ayuda se puede incurrir en el error de no utilizar una idea valiosa, la cual aparentemente no lo era tanto al comienzo.  
Sin la ayuda de un PNI es muy poco probable ver las desventajas de una idea que nos gusta mucho.
- El PNI puede demostrar que las ideas no son solamente positivas o negativas, sino que pueden también ser interesantes si éstas conducen a otras ideas.
- Sin la ayuda de un PNI la mayoría de los juicios que se emiten están basados en las emociones personales de ese momento, y no en el valor de la idea en sí misma.  
Con la ayuda de un PNI usted está en capacidad de decidir si le gusta o no una idea después de haberla analizado.

### 3.5.4. Instrumentos para tomar decisiones C Y S

#### Procedimiento:

Explique en qué consiste el instrumento para tomar decisiones, así como los principios y factores que deben considerarse para emplear en forma correcta el PNI.

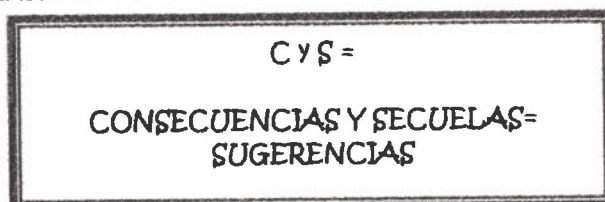
A continuación, permita que cada grupo seleccione un problema, lo discuta en grupos y exponga sus conclusiones en el plenario, luego de haber aplicado la herramienta.

Para terminar es recomendable que permita la reflexión utilizando las preguntas que más adelante se presentan.

#### Materiales:

Carteles con los principios y material informativo.

#### Material informativo



La invención del motor de gasolina permitió la fabricación de automóviles, de aeroplanos, la industria petrolera así como una gran cantidad de contaminación ambiental. Si todas esas consecuencias se hubieran podido prever en ese momento, quizás se hubiese utilizado motores eléctricos o de vapor en los automóviles. Todo nuevo invento, proyecto, norma, decisión, todo lo que implica acción, trae consecuencias que se pueden observar durante mucho tiempo después.

Cuando se piensa en una acción siempre se deben considerar las consecuencias de la misma.

- Consecuencias inmediatas;
- Consecuencias a corto plazo (de 1 a 5 años);
- Consecuencias a mediano plazo (de 5 a 25 años);
- Consecuencias a largo plazo (de 25 años en adelante).

C y S pretende ver el efecto de la acción.

EJEMPLO:

Un hombre importó conejos para Australia con el objeto de darles cierto tipo de diversión a sus amigos, quienes no tenían animales para cazar. Las consecuencias inmediatas fueron positivas ya que sus amigos tuvieron muchas presas para cazar. Las consecuencias a corto plazo también fueron positivas, ya que el conejo suministraba una fuente alimenticia opcional. Las consecuencias a largo plazo fueron extremadamente negativas debido a que los conejos se convirtieron en tal plaga en Australia que dañaron terriblemente las cosechas. A continuación es importante que cada grupo seleccione un ejercicio para desarrollarlo y exponerlo en plenaria.

Mientras un joven se encuentra viajando de vacaciones, su mejor amigo comienza a salir con su novia. ¿Qué piensa usted que sucederá cuando este joven regrese?

¿Cuáles serían las consecuencias de una discusión aireada con sus padres?

Comer solo cosas dulces.

Dstrucción de los teléfonos públicos descompuestos.

Aprender a fumar.

Escaparse de clases frecuentemente.

### **Reflexión:**

¿Tienen importancia las consecuencias a largo plazo?

¿Si no es fácil darse cuenta de las consecuencias, por qué preocuparnos por ellas?

¿Cuándo resulta más útil tomar en cuenta las posibles consecuencias?

¿Quién es el responsable de prever las consecuencias?

¿Cuál es la diferencia entre CTF y CyS?

## Principios

Es posible que otras personas puedan ver las consecuencias de sus acciones con más facilidad que usted mismo.

Es importante saber si las consecuencias son reversibles o no.

Las consecuencias inmediatas y las consecuencias a largo plazo pueden ser opuestas: las consecuencias inmediatas pueden ser positivas y las consecuencias a largo plazo pueden ser negativas o lo contrario.

Usted debe ver las consecuencias, no sólo en la forma que éstas le afectan a usted, sin además en la forma que afectan a otras personas y a la comunidad.

Usted debe hacer un CTF completo antes de decidir cuáles son las consecuencias de las que debe preocuparse.

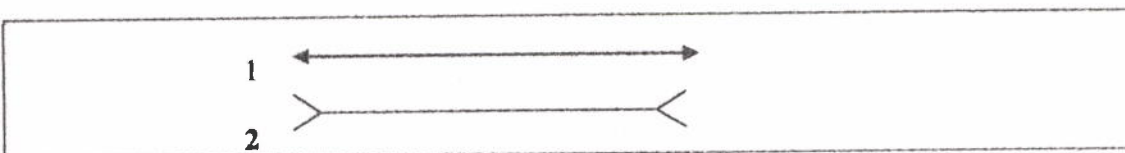
CyS es una cristalización del proceso de adelantarse para ver las consecuencias de cierta acción, plan, decisión, norma, invento, etc.

## 3.6 Influencia de grupo ACTIVIDADES SUGERIDAS

### 3.6.1 Poder personal

#### Procedimiento:

Seleccione a un (a) joven que a primera vista parece más tímido(a) que los demás y se le pide que salga un momento del salón, mientras se le dan instrucciones a los demás. Se les indica que el (la) joven escogerá una figura y que ellos deben seleccionar la contraria, aunque no sea la correcta. Al (la) joven se le pide que regrese al salón y se le muestran 2 figuras que parecen iguales. Por ejemplo:



Y se le pregunta ¿Cuál crees que es la mayor? Si él (ella) selecciona una, se le pregunta al resto por su decisión (lo que no sabe el joven es que a la mayoría se le ha indicado que seleccione la figura contraria a la que él dijo). Al final se le pregunta si quiere cambiar su decisión y que diga después por qué cambió y como se sintió.

Al final se analiza la situación, explique que la figura 1 y 2 son iguales, pero que a veces se cede a la presión de grupo-

A continuación se les pregunta: ¿Qué es lo que piensas cuando escuchas las palabras "PODER PERSONAL"? Crees que signifiquen:

¿Ser más fuerte que cualquier otro (a)?

- ¿Ser más listo que cualquier otro (a)?
- ¿Ser capaz de lograr que otras personas hagan lo que tú desees?
- ¿Tener más dinero que otras personas?
- ¿Ser más famoso (a), como un cantante de rock, una estrella de cine, o un atleta?

Cuando utilizamos las palabras “poder personal”, no queremos decir ninguna de esas cosas. Creemos que el poder personal significa tener seguridad y confianza en ti mismo-

Eso significa que cualquiera puede tener valor personal. Aun cuando seas solamente un chico, tú puedes tener valor personal.

Puedes aprender a adquirirlo y a usarlo. No importa cómo te sientas dentro de ti mismo en este momento, tú puedes aprender a sentirte seguro y confiado. Te tomará tiempo y requerirá práctica. Será necesario tener valor para hacer los cambios necesarios en tu vida.

¡Pero tú puedes hacerlo!

### **Materiales:**

Las 2 figuras dibujadas en un cartel.

### **3.6.2 ¿Qué hacer ante un grupo?**

#### **Procedimiento:**

Exponga al grupo sus ideas utilizando el material informativo, procurando motivar la participación activa de los (las) jóvenes.

#### **Material:**

Reproducción de las ilustraciones que se presentan más adelante.

#### **Material informativo**

El y la joven como ser social necesita de un grupo, que le permita desarrollarse en el ámbito de la comunicación, la cooperación, la negociación y el respeto por las reglas, le enseñe diferentes formas de resolver conflictos y, a la vez, le permita sentir el reconocimiento y la aceptación de los demás. El grupo, sin embargo, puede también proporcionar experiencias negativas si en él actúan fuerzas que perjudican el proceso de autonomía del joven. La influencia, positiva o negativa, que ejerza un grupo sobre sus miembros, se denomina Presión de Grupo.

La presión de grupo actúa en el individuo para que este se comporte de acuerdo a lo que otros piensan y desean. Es especialmente notable en la adolescencia, en la cual disminuye la importancia de la familia y entra en una fase en la que las relaciones sociales fuera del hogar son intensas. En esta época de grandes cambios, destrucciones y construcciones- Aquí empieza la



última esta de la construcción en la conciencia, la ideología, la vida afectiva y la escala de valores.

Si el joven encuentra comprensión en su padres frente a esta nueva situación, de por sí muy natural, sabrá dar a cada ambiente, a su familia y a sus amigos, la atención que se merece cada uno. Diferente es el caso en el que los padres tienen continuos reproches a causa de los cambios presentados en su hijo, haciendo que el joven se aleje de la familia y busque a sus amigos con mayor intensidad, recibiendo más fácil influencias de éstos que la de su hogar.

En el grupo de amigos el joven encuentra a sus iguales. Ellos captan sus ideas, son sus confidentes, consejeros, modelos, con él comparten sentimientos, emociones y experiencias. A cambio el joven sólo debe hacer lo que se espera de él. En síntesis al insertarnos a un grupo, aprendemos y hacemos lo que nos dará aprobación social, es decir, lo que mantendrá una actitud favorable del grupo hacia nosotros.

## DECIR NO

El (la) joven deberá desarrollar la capacidad de DECIR NO frente a las distintas presiones negativas que el grupo pueda ejercer sobre él (ella). Eso no es fácil, se necesita desarrollar por lo menos cuatro cualidades:

- Poseer libertad de expresión para expresar lo que se siente, se piensa y se desea.
- Adquirir destrezas para comunicarse con personas de todos los niveles: extraños, amigos y familiares. Esta comunicación debe ser siempre abierta, directa, franca y adecuada.
- Medir las consecuencias de lo que hace con su grupo.
- Reproducción de las ilustraciones que se presentan más adelante.
- Sus principios y valores.

*HAY PRESIONES NEGATIVAS QUE CONFUNDEN Y ATRAPAN AL (LA) JOVEN*

Por una presión negativa es posible que el (la) joven arriesgue su integridad y ponga en peligro su vida.

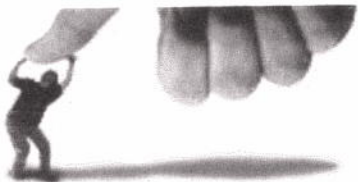


*HAY PRESIONES POSITIVAS QUE HACEN SENTIR SATISFECHO Y FELIZ AL (LA) JOVEN*



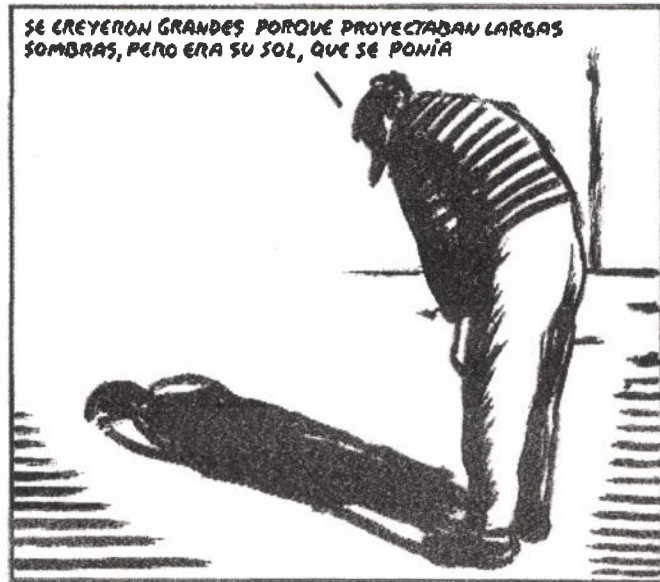
*En un grupo se dan las presiones positivas y negativas*

*¿Y CÓMO TE SIENTES ANTE LA PRESIÓN DE GRUPO?*



1. Acorralado(a)  
y disminuido (a)

2. Superior,  
minimizas y  
ridiculizas a los  
demás



SE CREYERON GRANDES PORQUE PROYECTABAN LARGAS  
SOMBRA, PERO ERA SU SOL, QUE SE PONÍA

elroto@inicia.es



3. Tú mismo

*CUANDO EL GRUPO PRESIONA AL (LA) JOVEN, ÉSTE (A) DEBE PENSAR Y SER FIRME*

1. Evitar lo que le haga daño.
2. Defender sus valores.
3. Ser el (ella) mismo (a).
4. Defender sus derechos.

### 3.6.3 Las clases de poder

#### **Procedimiento.**

Lectura y discusión del documento “Las clases de poder” en pequeños grupos, para obtener Conclusiones que serán presentadas en plenario.

#### **Material:**

Reproducción del documento para cada participante.

#### **Material informativo: la clase de poder**

Existen dos clases de poder que tú debes conocer: el poder del papel que juegas y el poder personal.

El poder del papel que juegas está implícito en ciertas condiciones o actividades. Los padres tienen el poder del papel que desempeñan con sus hijos. Ellos elaboran las reglas, otorgan principios, los quitan y muchas cosas más solamente porque “ellos son los padres”.

Los maestros tienen otorgado el papel de mando sobre sus alumnos. Ellos son los que asignan las tareas y los exámenes, suben o bajan calificaciones, dejan a los niños castigados después de clase y otras cosas más, sólo porque son los maestros. Muchas otras personas tienen el poder que le otorga su actividad. Como por ejemplo las niñeras, las guías scouts, los directores y los entrenadores; los policías, los que hacen las leyes, los jueces y los presidentes.

Puede ser que incluso tú tengas algún papel de autoridad, eres el líder de un club, jefe del consejo estudiantil o el elemento principal de la orquesta de la escuela, entonces tú desempeñas el papel del poder. Te corresponde tomar decisiones que otros no pueden, solamente por el papel que desempeñas-

El poder del papel que desempeñas y el poder personal no será la misma cosa. Veamos las diferencias:

- El poder del papel que desempeñas es algo que tú obtienes “porque si”. El poder personal es algo que obtienes porque tú lo quieres y trabajas para lograrlo.
- El poder del papel que desempeñas depende de que tengas alguien sobre quién ejercer ese poder. (Un rey sin súbdito no puede desempeñar su papel de mando.) El poder personal depende de ti y solamente de ti. Puede ser que nunca ejerzas un papel de gran poder, pero el poder personal es algo que tú puedes tener ahora mismo, si lo deseas. Y puedes tener. Y puedes tener tanto como quieras.
- Solamente algunas personas pueden tener poder únicamente por su papel. Pero cualquiera puede tener valor personal. Tú puedes tener valor personal. Aun si mucha gente tiene poder de mando sobre ti.

## **El poder de tus relaciones**

Cuando nos importa lo que otra persona piense de nosotros, le damos a esa persona poder sobre nosotros. Actuamos de la manera que creemos que le gustaría a esa persona. Empezamos a admirar a esa persona y a imitar lo que hace.

A lo largo de toda tu vida, tú conocerás gente cuya opinión te importa. Tú desearás caerles bien a ellos, y les darás poder sobre ti mismo. ¿Cómo podrás saber si te están tratando con respeto? Presta atención a tus sentimientos. Si el estar con ellos y aprender de ellos te agrada y te sientes bien en tu interior, entonces hazlo. Si te sientes mal y turbado por dentro, o si te sientes incómodo o mal no lo hagas.

También conocerás gestes que se interesen por lo que tú piensas de ellos. Esto hará que te sientas poderoso.

¿Cómo podrás saber si tú los estas tratando con respeto? Presta atención a tus sentimientos. Tú sabrás cuándo estás actuando de una manera que es buena y cuando no.

## **El poder en tu vida**

Para poseer una gran autoestima la persona debe tener recursos, oportunidades y capacidad para influir sobre su propia vida.

Cuando un adolescente experimenta estas cualidades en su vida adquiere una sensación de poder, que expresa por medio de los sentimientos y de la confianza en su propia capacidad. Por ejemplo, el adolescente que posea esa sensación de poder:

- Creerá que puede hacer lo que sea necesario o lo que él decida, según su edad y su posición en la vida.
- Se sentirá cómodo asumiendo responsabilidades.
- Se sentirá capaz de tomar decisiones y de resolver la mayor parte de los problemas que se le planteen,
- Se sabrá capaz de controlarse pese a las presiones y a la angustia de las situaciones.
- Será capaz de usar las habilidades que posea para afrontar aquellas situaciones que le requieran.
- Se verá capaz de ir haciéndose cargo de su propia vida.

Los recursos que son esenciales para obtener sensación de poder son:

Posibilidad de disponer de distintas informaciones, aparte de los propios conocimientos.  
Recursos materiales. Experiencias diversificadas. Salud. Capacidad física. Habilidades diversas: capacidad de manipulación, capacidad de decisión, capacidad de resolución de situaciones problemáticas, capacidad de comunicación.

Tener sensación de poder no es lo mismo que ser “poderoso”. Las personas y las naciones se arman cuando se sienten inseguras, no cuando confían en su poder. El (la) adolescente que tiende a manifestar su poder de manera excesiva sobre las demás, sea físicamente o mediante manipulación psicológica, suele tratar de suplir así su carencia de sensación de poder.

### **Problemas que pueden plantearse con la sensación de poder:**

El (la) adolescente que no desarrolla una sensación firme de poder suele comportarse de alguna de las siguientes maneras:

- Eludir responsabilidades.
- Tener habilidades muy limitadas en muchas áreas.
- Actuar frecuentemente dando la sensación de debilidad, que no puede hacer las cosas o abandonar las tareas antes de terminarlas.
- Carecer de control emocional.
- Ser excesivamente exigente o terco (a).
- Querer ser siempre el (la) líder o hacer siempre que las cosas se hagan a su manera.
- Evitar revelar sus deseos e intereses delante de los demás. A menudo seguirá lo que otros digan o quieran hacer.

A pesar de que tú eres joven, eres una persona completa. Solamente piensa en las cosas que puedes hacer.

Puedes ser responsable de tu conducta y de tus sentimientos. Nadie puede obligarte a hacer cosas que tú sabes que no debes hacer. Nadie puede hacer que te sientas enojado, triste, atemorizado o avergonzado.

Tú puedes hacer elecciones acerca de tu conducta y de tus sentimientos. Tú puedes decidirte a ser la clase de persona en quien la gente puede confiar. Puedes elegir el sentirte bien contigo mismo. Tú puedes aprender a elegir juiciosamente y a tener expectativas realistas.

Lo más importante a considerar es que los jóvenes entiendan que la presión de grupo siempre se siente, no importa qué edad se tenga, pero que cuando se es joven, a veces se hace difícil resistirla porque uno no desea quedarse fuera del grupo, y que muchas veces las personas somos crueles con la debilidad de los demás. Es preferible demostrar que no se está de acuerdo y retirarse que quedarse con el grupo demostrándoles que uno les tiene miedo y que por miedo se queda con ellos.

## **3.7 Proyección de vida – ACTIVIDADES SUGERIDAS**

### **3.7.1 ¿Cómo hacer planes para el éxito?**

#### **Procedimiento:**

1. Para introducir en el tema, realice una charla en la que permita la participación de los (as) jóvenes, de tal manera que expongan sus ideas y puedan reflexionar sobre la importancia de las mismas.
2. Proporcióneles un folleto que contenga la información para que lo lean, discutan en grupos.
3. Dele a cada participante una hoja con llamada MI PROYECTO DE VIDA, para que cada joven pueda ir concretando sus ideas para realizar su proyecto de vida, por lo menos planificarlo para cinco años.
4. A continuación, cada grupo presentará sus conclusiones en una plenaria y comentará la experiencia de planificar su proyecto de vida. Esta actividad es muy importante para cerrar todas las ideas de la Unidad Temática de Educación Afectiva.

### **Materiales:**

Carteles con los mensajes que están en los recuadros, copia del material informativo, hojas de trabajo.

### **Material informativo: plática introductoria**

La autoestima es la clave para el éxito interno y externo. Los tiempos han cambiado y la autoestima de la persona “dirigida hacia adentro” ya no puede depender únicamente de la seguridad de caerle bien a los demás o de tener éxito en las clases o de tener un dinero. Hoy en día los jóvenes están buscando más bien tener vidas enriquecedoras y plenas.

La persona exitosa de hoy tiene metas significativas y disfruta el proceso de lograrlas. Esta persona evalúa constantemente quién es sin sentimientos de culpa, temor ni duda acerca de sí misma y puede ir por la vida con la seguridad de tener un propósito.

*La autoconciencia es el primer paso hacia cualquier cambio constante. El segundo paso consiste en tomar una decisión de cambio. El paso final es actuar.*

Tú eres responsable de ser la clase de persona que eres y de cómo vives tu vida. Quizá no te parezca que sea de ese modo. ¿Cómo puedes ser responsable si los adultos siempre te están diciendo lo que tienes que hacer?

Muchos chicos se preguntan eso. Ellos (as) confunden lo que es “ser responsable” con “estar a cargo de...” o con “ser el jefe” de otras personas y cosas. Otros piensan que ser responsable es tener la última palabra acerca de todo lo que sucede. Hay muchas cosas sobre las cuales tú no tienes nada que opinar. Como por ejemplo, el tiempo. El lugar en el que vive tu familia. A cuál escuela asistes. Cuánta tarea te deja el maestro. Si alguien decide ser tu amigo. Y cómo piensan y actúan otras personas. Tú eres responsable de tu conducta y de tus sentimientos.

Debido a que tú eres responsable de tu conducta y tus sentimientos, tú puedes elegirlos. Tú puedes elegir como actuar. Tú puedes elegir cómo manejar las cosas que la vida te da. Puedes elegir la forma en que vas a enfrentarte a los problemas de la vida. Esto suena como que es mucho para alguien que todavía es muy joven, sin embargo, creemos que cualquiera puede aprender a hacerlo.

En primer lugar, debemos considerar que hay varios obstáculos que debemos superar.

### **EL PRIMER OBSTÁCULO ES EL VIEJO TRUCO DE CULPAR A LOS DEMÁS DE LOS PROBLEMAS QUE TENEMOS.**

Hay ocasiones en que pensamos que los demás son los responsables de nuestra mala suerte, de lo mal que van nuestras cosas. La práctica de culpar a los demás explica no sólo la mitad de nuestros fracasos, sino también nuestra ineficacia para saber aprovechar dichos fracasos. Nunca nos preguntamos ¿Qué es lo que pretendo lograr i qué gano con ello?

Muchas veces decimos ofensas a los demás y cuando nos lo devuelven nos sentimos lastimados, y no nos ponemos a pensar ¿por qué me gusta que me pateen o me traten mal?

Otro obstáculo es no tener ninguna meta. Una persona debe saber hacia dónde quiere ir, si es que desea llegar a alguna parte. Es tan fácil ir simplemente a la deriva. Algunas personas pasaron por la escuela como si pensarán que le estaban haciendo un favor a su familia. En su trabajo, en las tareas lo hacen en una forma monótona, interesándose únicamente en el pago o los puntos que le darán por sus tareas. Las personas que progresan y obtienen logros de sus tareas, aprovechan al máximo cualquier situación. Están preparadas para lo siguiente que se presente a lo largo de la senda que los conduce hacia su meta. Saben lo que quieren y están dispuestas a caminar un kilómetro adicional para conseguirlo.

No tener una meta es bastante malo, pero tener metas inferiores es peor aún. Hay personas que hacen cosas únicamente para divertirse, a menudo a costas de los demás y siempre a costa de su verdadero yo. Desperdician la vida y los talentos que Dios les dio. Cuando se viene a dar cuenta de su error, ya es algunas veces muy tarde. También otro obstáculo es elegir las metas equivocadas. Los chinos hablan de un hombre que en lo más profundo de su corazón soñaba con poseer oro, mucho oro. Un día se levantó y cuando el Sol estaba en lo alto, se atavió con sus prendas más finas y se dirigió al mercado. Se detuvo directamente frente a un puesto de un traficante de oro y se apoderó de una bolsa repleta de oro, se alejó del lugar con toda tranquilidad. Los oficiales que lo arrestaron estaban sorprendidos y le preguntaban ¿por qué robaste al traficante en oro a plena luz del día? Y en presencia de tanta gente.

Él respondió: Yo no vi a nadie, todo lo que vi fue el oro.

Cuando el oro o la gloria, el poder o algún lugar, se convierten en una idea fija, por lo general, nos cegamos no sólo a las necesidades de los demás, tanto en necesidades de nuestro yo interno. Esto les sucede a muchas personas que después descubren con tristeza que la cantidad de años de lucha en alcanzar el objeto soñado no les da la facilidad que andaban buscando.



Se necesita una gran honestidad y una forma de pensar sensata para ser capaz de hacer una elección firme y confiada antes de que sea demasiado tarde.

El material que a continuación se presenta fue diseñado para reflexionar en el pasado y dedicar a pensar acerca de lo que es importante, tanto a nivel personal como en el estudio. El mencionar sus deseos y necesidades te ayudará a concentrarte en tus sueños y la realización de los mismos.

Al proyectar y pensar acerca de tu vida en el futuro, lograrás tener una visión de lo que puedes hacer para que empiece a ocurrir en cambio. Si llegas a decidir que controla lo que sucede en tu vida, tu autoestima será mayor que al sencillamente tomar tu vida como viene.

### ***MATERIAL INFORMATIVO: EL PROYECTO DE VIDA***

El proyecto de vida enfoca a la persona como a un ser en desarrollo e histórico que debe trascender lo común de la vida en la búsqueda del sentido de su propio ser, gracias a la característica que le permite tener múltiples facetas. Estas facetas también se llaman dimensiones y se sustentan en los valores de la naturaleza humana, que son los que determinan en conjunto de su personalidad. La personalidad se entiende como la forma de ser y de actuar de cada quien, o como un ser único e irrepetible en sus actitudes y comportamientos.

Se consideran seis dimensiones básicas que integran al hombre y algunos autores mencionan otras que por su importancia no deben manejarse aisladamente de las principales – según expone el Dr. Sergio Valle en un documento *EL HOMBRE, UNA APROXIMACIÓN COSMOLÓGICA*:

1. **Biológica.** Comprende el cuerpo y sus funciones como aspecto esencial del hombre que le permite identificarse como persona y comunicarse con los demás.
2. **Emocional:** (afectiva) es la capacidad que posee la persona de establecer sentimientos alrededor de sí misma, de las demás personas, de lo que hace y de los seres que lo rodean. Expresar y apreciar valores.
3. **Mental:** (intelectual, cultural y artística) dividida en 2 áreas: memoria e imaginación.
4. **Volitiva:** la voluntad permite a las personas tomar decisiones responsables con base en sus propios criterios y valores y lo mueve a actuar con esfuerzo, consistencia y persistencia. Racionaliza, analiza, emite juicios y valores, mueve a actuar. Se necesita información previa para accionar partes motoras y volitivas.
5. **Social:** es la condición a través de la cual la persona puede relacionarse e interactuar con los demás para ayudarse mutuamente y construir comunidad. Determinada por las relaciones interpersonales que se manifiestan en los deberes y derechos que las personas contraen a nivel del trabajo, familia y la comunidad.

6. Espiritual: es a través de esta dimensión que la persona trasciende su propio ser y las cosas, respetando y valorando la vida y la naturaleza. El hombre busca su imagen y le da sentido a su existencia. No tiene que ver con la religiosidad de las personas. Su fin es llegar a las respuestas esenciales y por ello incómodas del ser humano, el YO verdadero.

Reparta unas hojas a cada joven y dele las siguientes instrucciones.

**TOMA UNOS CUANTOS MINUTOS PARA PENSAR Y PLANEAR EL MAÑANA. ESTO TE AYUDARÁ A LOGRAR TUS SUEÑOS Y MEJORAR TU CAPACIDAD DE TOMAR DECISIONES CON BASE EN UN PLAN PENSADO.** Considera las 6 dimensiones que se expusieron arriba.

### **Mi proyecto de vida**

Menciona cualquier decisión importante que estés tratando de tomar en tu vida.

---

---

---

---

---

Cada una de las decisiones que escribiste somételas al siguiente análisis:

- Descríbela por escrito.
- Reúne datos e información respecto a cada decisión.
- Haz una elección. Después de haber adquirido información y haber hecho un CTF, PNI, y CyS, elija. (Herramientas para tomar decisiones)
- Experimente el resultado. Olvídate de tus dudas y titubeos. Concentra tu energía en una actitud positiva y un compromiso.
- Evalúa el resultado. Después de un tiempo, vuelve a revisar los pro y los contras de tu decisión. El peor resultado es que se haya tomado una mala decisión. La buena noticia es que puede definir una nueva decisión con base en la experiencia anterior.

La gente pasa más tiempo planeando unas vacaciones que planeando lo que quiere en la vida. Para proyectar con el objeto de tener éxito, se debe tener claras sus metas a largo plazo, hacer una ruta para alcanzarlas, establecer metas a corto plazo y programar su tiempo para lograrlas.

No importa la naturaleza de sus objetivos; lo que importa más es que pueda definirlos y usarlos como base de su planificación.

De las ideas expuestas anteriormente, selecciona lo siguiente:

ENUMERE TRES METAS A LARGO PLAZO (CINCO AÑOS)

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

CADA UNA DE LAS METAS ANTERIORES DIVÍDELAS EN CINCO PARTES, ESCRIBE DE CADA UNA, LO QUE VAS A REALIZAR EL PROXIMO AÑO.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

CADA META ESCRITA PARA CADA AÑO, DIVÍDELA EN 12 PARTES, QUE CORRESPONDA A CADA MES, ESCRIBE A CONTINUACIÓN, LO QUE HARÁS DE CADA META EN EL PRÓXIMO MES.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

A continuación es conveniente que entremos a la siguiente etapa:

### ***¿CÓMO LLEGO A DONDE QUIERO ESTAR?***

De tu lista de metas, selecciona una como ejemplo para una planeación detallada. Establecer un plan de acción con pasos específicos y fechas límites para lograr cada objetivo. Puede ser útil dividir la lista en pasos o submetas. Debajo de cada una enumere con detalle lo que es necesario hacer y para cuando.

**PROPORCIÓNELE EL EJEMPLO**

**META 1:** \_\_\_\_\_

**FECHA DE INCIO:** \_\_\_\_\_

**FECHA DE FINALIZACIÓN:** \_\_\_\_\_

**¿CON QUÉ RECURSOS CUENTO YA PARA LOGRAR MÍ META?**

- a. \_\_\_\_\_
- b. \_\_\_\_\_
- c. \_\_\_\_\_

**¿QUÉ ESTÁ IMPIDIENDO QUE ALCANCE MIS METAS?**

- a. \_\_\_\_\_
- b. \_\_\_\_\_
- c. \_\_\_\_\_

*¿Puedes nombrar algunas personas que hayan servido de modelo para ti y que hayan logrado las metas que tu deseas parar ti mismo? ¿Qué atributos tienen?*

NOMBRE	ATRIBUTOS
a. _____	a. _____
b. _____	b. _____
c. _____	c. _____

**A CONTINUACIÓN ES IMPORTANTE HACER UN CALENDARIO DE METAS**

El establecer prioridades entre tus metas según su importancia es esencial. Las metas a corto plazo deben ir antes que las metas a largo plazo.

**INSTRUCCIONES:** Es importante que las metas queden planificadas para verificar su cumplimiento, y por eso reuniremos en parejas a los jóvenes para que les sea más fácil y entretenido elaborar su calendario.

**LISTA DE HOY**

PUNTO	POR REALIZAR	TERMINADO

--	--	--

**PLAN A SEIS MESES**

ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO

**PREGÚNTATE:**

- ¿Qué obstáculos podrían impedir que alcanzara estas metas?
- ¿Qué actividades necesito realizar para empezar?
- ¿Qué actividades ha iniciado, pero no he terminado?

*AL FINALIZAR ESTA ACTIVIDAD, EN PLENARIO ES CONVENIENTE, REFLEXIONAR SOBRE LAS ACTIVIDADES QUE HAN REALIZADO Y COMO SE SIENTES, QUE HAN APRENDIDO, ETC,*

La imaginación es muy importante, visualizar lo que queremos y poner por escrito los sueños, es lo más efectivo para actuar. Una dirección definida produce resultados definidos. La necesidad de saber lo que quiere y cómo llegar ahí es esencial para la autoestima.

**RECUERDA:**

1. Haga una lista de sus sueños. Las cosas que quiere hacer, tener y ser, y una lista de sus necesidades. Piense en la gente, sentimientos, y lugares que quiere que formen parte de su vida.
2. Seleccione sus 3 metas más importantes antes. Elija las cosas con las que más se quiere comprometer, que le emocionan más y las que le dan más satisfacción.
3. Revise sus metas y calcule cuando espera alcanzarlas. ¿Dentro de una semana, un mes, seis meses, un año, cinco años?
4. Determine los recursos con que cuenta. Por ejemplo: ¿Qué bienes posee en atributos personales, amigos, recursos financieros, educación, tiempo y energía?
5. ¿Qué cambios necesitará realizar para alcanzar sus metas? ¿Educación, dinero, disciplina, manejo del tiempo, superar el hábito de posponer las cosas?
6. Escriba lo que impedirá que usted llegue a sus metas.

7. Piense en algunas personas que hayan servido de modelo para usted y que le puedan ayudar a alcanzar sus objetivos.

8. Elabore su calendario de metas y colóquelo en un lugar visible que vea todos los días.

## **Conclusiones**

- La etapa de la adolescencia se vuelve complicada si no se conocen a fondo las características de la misma.
- El proporcionar al catedrático herramientas que le ayuden con la disciplina dentro del aula, empleando actividades que permitan al joven conocerse así mismo, así como a su entorno, sus riesgos y consecuencias, le hará mucho más fácil y productivo el trabajo que realice, así como mejorar los resultados que obtenga de sus alumnos.
- El conocimiento de factores que influyen en la adolescencia, permite tener una intervención asertiva en la conducta de los mismos.

## Referencias Bibliográficas

- Aguilar, Eduardo. *DOMINA LA AUTOESTIMA*. Árbol Editorial S.A. de C.v. México. 1998.
- Alcántara, José. "*CÓMO EDUCAR LA AUTOESTIMA*". Editorial CEAC. España. 1990.
- Brunet, Juan José y Negro. "*TUTORÍA CON ADOLESCENTES*". Ediciones San Pio X. Madrid. 2001
- Buscarais, Ma. Rosa. *ESTRATEGIAS DE EDUCACIÓN EN VALORES*. Guatemala. 1997.
- Cuauhtémoc, Carlos. "*UN GRITO DESESPERADO*". Ediciones Selectas. México. 1997.
- De Bono, Edgard. "*HERRAMIENTAS PARA PENSAR*". 1987.
- Forselledo, Ariel. *MANUAL REGIONAL DE EDUCACIÓN PREVENTIVA PARTICIPATIVA PARA JÓVENES Y PADRES*. Graphis S.A. Montevideo. 1996.
- Hay, Louise L. *ÁMATE A TÍ MISMO: CAMBIARÁS TU VIDA*. Editorial Urano. España. 1993.
- Kubli, Aguilar, Eduardo. *ACTITUD Y AUTOESTIMA*. Editorial Árbol. México. 1993.
- Palladino, Connie. *CÓMO DESARROLLAR LA AUTOESTIMA*. Grupo Editorial Iberoamérica. Usa. 1992.



SI-E2-20  
C746  
a.psi-

UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Licenciatura en Psicopedagogía



**Área de Psicología**  
**"Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima"**  
**(Seminario de Integración)**

Guatemala, noviembre del 2009



B. Upana - I - 13, 029 - 2007

**Área de Psicología**  
**“Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima”**  
**(Seminario de Integración)**

**Mónica Gabriela Archer Rosales**  
**Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez**  
**Sonia Ludiveth Cordón y Cordón**  
**Dora Mirthala Cuéllar Gómez**  
**Estella Mazariegos Contreras**  
**Nancy Fabiola Rodas Sandoval**  
**Dalma Zuleida Valdés Jarquín**

**Licda. Elisaída de Andrino**  
**(Asesora)**

**Guatemala, noviembre del 2009**

***DICTAMEN APROBACIÓN  
SEMINARIO DE INTEGRACIÓN***

***FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
UNIVERSIDAD PANAMERICANA***

***ASUNTO:*** Mónica Gabriela Archer Rodales,  
Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez,  
Sonia Ludivet Córdón y Córdón,  
Dora Mirthala Cuéllar Gómez,  
Estella Mazariegos Contreras,  
Nancy Fabiola Rodas Sandoval,  
Dalma Zuleida Valdés Sandoval,  
estudiantes de la carrera de Licenciatura en  
Psicopedagogía solicitan autorización para  
realizar Seminario de Integración para completar  
requisitos de Cierre de Pensum.


**Guatemala 29 de agosto de 2,009.**


En atención a solicitud recibida en esta Decanatura en la cual solicitan autorización para realizar Seminario de Integración como requisito para Cierre de Pensum de la Licenciatura en Psicopedagogía, se resuelve:

1. Habiendo cumplido con lo descrito en el reglamento académico de la Universidad Panamericana en opciones de egreso, artículo No.5 incisos del a) al g).
2. Se aprueba a los estudiantes Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Córdón y Córdón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín, para realizar Seminario de Integración, solicitado para completar requisitos de Cierre de Pensum.



3. Se autoriza el nombramiento de la Licenciada Elisaida de Andrino como Asesorador, de conformidad con lo establecido en la normativa para el desarrollo de trabajos de graduación.

  
**M.A. José Riquelme Bolaños Rivera**  
**Decano**  
**Facultad de Ciencias de la Educación**



C.c. Archivo

UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA FACULTAD DE CIENCIAS  
DE LA EDUCACION, Guatemala diecisiete de octubre del dos mil nueva.-----

En virtud de que el Área Psicológica del Seminario de Integración con la temática  
“**Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima**”. Presentado por los estudiantes:  
**Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia  
Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos  
Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín**, previo  
a optar al grado Académico de Licenciatura Psicopedagogía, cumple con los  
requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el  
presente dictamen favorable para que se continúe con el proceso correspondiente.



**Licda. Elisaida de Andrino**  
**Asesora**



UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA FACULTAD DE CIENCIAS

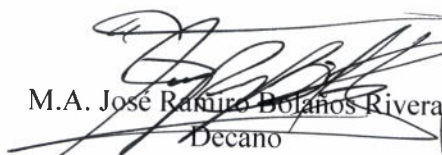
DE LA EDUCACION, Guatemala catorce de noviembre de dos mil nueve. -----


En virtud de que el Área Psicológica del Seminario de Integración con la temática: **“Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima”**. Presentado por los estudiantes: **Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín**, previo a optar al grado Académico de Licenciatura Psicopedagogía, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que se continúe con el proceso correspondiente.

  
**M.A. José Ramón Bolaños Rivera**  
Revisor

UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA, FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION. Guatemala a los veintiocho días del mes de noviembre del dos mil nueve.-----

En virtud que el Área Psicológica del Seminario de Integración "**Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima**", presentado por los estudiantes **Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín**, previo a optar al Grado Académico de Licenciatura en Psicopedagogía, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, y con el requisito de Dictamen del Asesor (a) y del Revisor (a), se autoriza la impresión del Seminario de Integración en el Área Psicológica.

  
M.A. José Ramiro Bolaños Rivera  
Decano  
Facultad de Ciencias de la Educación



## **Contenido**

<b>Resumen</b>	<b>1</b>
<b>Introducción</b>	<b>2</b>
<b>Conductas Inadecuadas por falta de Autoestima</b>	
1. Área Psicológica	3
2. Consejería y Orientación	7
3. Terapia conductual	7
4. Terapia familiar	8
5. Terapia psicológica	9
6. Terapia ocupacional	9
7. Análisis Psicopatológico de las conductas inadecuadas por baja autoestima	9
<b>Referencias</b>	<b>12</b>



## Resumen

La Psicología juega un papel primordial en la intervención para el tratamiento del ser humano cuando existen problemas del pensamiento, estados de ánimo y problemas de conductas.

Una conducta inadecuada es cuando se detecta que existe un problema de comportamiento que afecta no sólo al sujeto en cuestión, sino también a la familia, o las personas de su entorno.

La preocupación para el paciente o los familiares o los docentes implicados en estas situaciones es cuando se observan en forma repetitiva ciertas conductas que no encajan en su desenvolvimiento, ocasionando inestabilidad en el contexto

Es cuando amerita la intervención de profesionales para orientar o rehabilitar a las personas para lograr un equilibrio así como también superar el problema, que sea funcional en lo que se proponga.

Los especialistas para ayudar a este tipo de pacientes son las y los Psicólogos clínicos, que tienen un grado de licenciatura que los faculta para atender las conductas anormales del ser humano. Y más reciente ha surgido la necesidad de la profesión del Psicopedagogo con un grado de licenciatura que lo acredita para ser especialista en la intervención específica del educando, capacitándosele para atención de trastornos emocionales en el ámbito escolar y en la función orientadora para que el adolescente descubra sus capacidades y aptitudes vocacionales.

La psicología es una rama que permitirá al alumno conocerse y auto valorarse así tendrá un concepto diferente y consecuentemente se valorizará como persona y sus actitudes serán diferentes.

Dentro de la psicología se toman aspectos del individuo que ayudarán a saber el por qué de su comportamiento, se conoce que la persona, va creciendo y formándose dentro del ambiente familiar, que es el principal factor de socialización primaria que le abre al mundo de los valores, reglas y costumbres. Pero la personalidad de cada individuo no sólo se forma a través de la familia, sino también mediante las relaciones externas que establece paulatinamente y lo que cree

que los demás piensan de él así como, mediante las ideas que elabora acerca de sí mismo durante dicho proceso de relaciones progresivas.

Dentro de los aspectos sociales, que llegan a conocerse dentro de la psicología la autoestima es una actitud básica que determina el comportamiento y el rendimiento escolar del estudiante en general. El desarrollo de la misma, está estrechamente relacionado con la consideración, valorización y crítica recibida de parte de las demás personas, cuando un estudiante fracasa en un área específica del rendimiento escolar su autoestima será amenazada, en cambio cuando el estudiante tiene éxito, se siente aprobado, aceptado y valorizado; los sentimientos asociados a esas situaciones de éxito van a ir modificando positivamente las percepciones que tiene de sí mismo.

Si el estudiante percibe que el profesor es cercano, acogedor y valorativo con los alumnos, va a tratar de establecer relaciones e interiorizará en forma casi automática este tipo de interacciones, mostrando una autoestima alta y comportándose en forma agradable, cooperador, responsable, y rendirá mejor y facilitando el trabajo escolar. Por el contrario, si su autoestima es baja se pondrá agresivo-irritable, poco cooperador y poco responsable.

La psicología presenta opciones que restaurarán o colaborarán en el desempeño individual de las personas, sean niños, jóvenes o adultos.

Hoy, las técnicas de modificación de conducta más utilizadas son la: desensibilización sistemática (permite tratar trastornos de los que conocemos la causa), así como la terapia inversiva (para desactivar malas costumbres) y el *biofeedback* (trastornos de origen físico).

## **Introducción**

**El presente trabajo toma en cuenta a la psicología, como la ciencia que estudia la conducta observable de los individuos y sus procesos mentales, incluyendo los procesos internos de los individuos y las influencias que se ejercen desde su entorno físico y social.**

**Al mismo tiempo analiza la autoestima como precursor de cambios en la conducta por distintos factores, los cuales influyen en el ambiente social, familiar y escolar.**

**Para una mejor comprensión se detallan aspectos de relevancia como lo son la definición de psicología así como sus antecedentes, las conductas del ser humano dentro del ámbito familiar y escolar, así como sus posibles tratamientos, los cuales apoyan al adolescente en su desarrollo y su desenvolvimiento dentro de la sociedad.**

## **Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima**

### **Área Psicológica**

La Psicología juega un papel primordial en la intervención para el tratamiento del ser humano cuando existen problemas del pensamiento, estados de ánimo y problemas de conductas.

Una conducta inadecuada es cuando se detecta que existe un problema de comportamiento que afecta no sólo al sujeto en cuestión, sino también a la familia, o las personas de su entorno, por ejemplo si hablamos de estudiantes, en su ámbito escolar o en el caso de adultos en lo laboral, social, entre otras cosas.

Los estudiosos de la conducta humana han descubierto que existen casos en que el origen de estas conductas pueden ser orgánicas, o sea que existe un problema en el sistema neurológico o daño cerebral, a veces puede ser combinado, es decir que existe una predisposición en el individuo y lo puede desencadenar un acontecimiento estresante. También existen traumas o temores que no le impidan ser funcional o hasta casos en que distorsionan la realidad y no logran ser independientes.

La preocupación para el paciente o los familiares o los docentes implicados en estas situaciones surge cuando se observan en forma repetitiva ciertas conductas que no encajan en su desenvolvimiento, ocasionando inestabilidad en el contexto. Tan simple como que no pueda desenvolverse en su desempeño cotidiano. Es cuando amerita la intervención de profesionales para orientar o rehabilitar a las personas para lograr un equilibrio así como también superar el problema, que sea funcional en lo que se proponga.

El mayor de los problemas en nuestro medio es que no existen instituciones gratuitas para proporcionar la ayuda rápida y eficaz en estos casos, para solucionarlos se debe recurrir al servicio clínico privado pero que la mayoría están fuera de las posibilidades de los necesitados. En el caso de las instituciones escolares, existe un profesional para todo el alumnado hablando de establecimientos privados. Los especialistas para ayudar a este tipo de pacientes son las y los Psicólogos clínicos, que tienen un grado de licenciatura que los faculta para atender las

conductas anormales del ser humano. Está la o el Psicólogo terapeuta que puede tener un doctorado. Ambos están capacitados para diagnosticar y dar tratamiento a los trastornos o problemas de personalidad que tengan descartadas las causas médicas u orgánicas.

También está la o el Psiquiatra que es un médico con posgrado y experiencia en el tratamiento de trastornos emocionales. Estos especialistas tienen responsabilidades legales para poder recluir o supervisar hospitales de salud mental.

Cabe mencionar también el papel que desempeña un trabajador o trabajadora social que tiene un grado profesional y está capacitada para ser la intermediaria de personas con conducta problemática y el ambiente de su hogar, trabaja con la familia y es el enlace con las instituciones sociales para solucionar su caso específico.

Y más reciente ha surgido la necesidad de la profesión del Psicopedagogo con un grado de licenciatura que lo acredita para ser especialista en la intervención específica del educando, capacitándose para atención de trastornos emocionales que afectan el aprendizaje en el ámbito escolar así como en la función orientadora para que el adolescente descubra sus capacidades y aptitudes vocacionales.

La psicología es una rama que permitirá al alumno conocerse y auto valorarse puesto que si se llega a conocer, tendrá un concepto diferente y consecuentemente se valorizará como persona y sus actitudes serán diferentes. Las personas se desvalorizan de manera muy especial cuando son comparadas negativamente con respecto a las demás. Se debe ser escrupuloso en la aplicación de comparaciones de esta clase, que podrían ser convenientes cuando se realizaran en el momento y lugar debido, pero absolutamente inconvenientes cuando se procede a ellas sin control alguno y de forma indiscriminada. Sienten entonces que no llegan a los niveles de rendimiento que otros alcanzan; creen que su existencia no tiene una finalidad, un sentido y se consideran incapaces de otorgárselo. No llegan a comprender que todas las personas son diferentes, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás y, peor todavía, menos de lo que son.

Dentro de la psicología se toman aspectos del individuo que ayudarán a saber el por qué de su comportamiento, se conoce que la persona, va creciendo y formándose dentro del ambiente familiar, que es el principal factor de socialización primaria que le abre al mundo de los valores,

reglas y costumbres. A veces esta socialización es incompleta, perversa y se convierte en un elemento contraproducente. Algunos de los aspectos mencionados son incorporados a la familia por medio del "modelo" que la sociedad nos presenta, modelo que es asimilado por todos los grupos sociales. Pero la personalidad de cada individuo no sólo se forma a través de la familia, sino también mediante las relaciones externas que establece paulatinamente y lo que cree que los demás piensan de él así como, mediante las ideas que elabora acerca de sí mismo durante dicho proceso de relaciones progresivas.

Dentro de los aspectos sociales, que llegan a conocerse dentro de la psicología la autoestima es una actitud básica que determina el comportamiento y el rendimiento escolar del estudiante en general. El desarrollo de la autoestima está estrechamente relacionado con la consideración, valorización y crítica recibida de parte de las demás personas, cuando un estudiante fracasa en un área específica del rendimiento escolar su autoestima será amenazada, en cambio cuando el estudiante tiene éxito, se siente aprobado, aceptado y valorizado; los sentimientos asociados a esas situaciones de éxito van a ir modificando positivamente las percepciones que tiene de sí mismo.

La psicología tiene como fin dentro de los aspectos culturales conocer la importancia que tiene la autoestima en la educación es porque tiene que ver con el rendimiento escolar, con la motivación, con el desarrollo de la personalidad, con las relaciones sociales y con el contacto afectivo del estudiante consigo mismo.

Ya en los aspectos educativos, cada vez que se establece una relación, se está transmitiendo aprobación o desaprobación y en esa misma medida, se van devolviendo o entregando características personales que pasan a integrar la autoimagen del estudiante.

De este modo, la interacción con el profesor va teniendo repercusiones en el sentimiento de confianza de sí mismo que va desarrollando la persona, es decir, se siente que lo hacen bien o mal, como un sujeto capaz.

Si el estudiante percibe que el profesor es cercano, acogedor y valorativo con los alumnos, va a tratar de establecer relaciones, interiorizará en forma casi automática este tipo de interacciones.

Se puede apreciar que existe una relación circular; si el estudiante tiene una autoestima alta se comportará en forma agradable, será cooperador, responsable, rendirá mejor y facilitará el trabajo escolar. Por lo tanto el profesor positivamente será reforzante, estimulante y entregará realimentación positiva; lo que hará que el estudiante se comporte mejor, y así sucesivamente generándose un círculo virtuoso.

Si su autoestima es baja se pondrá agresivo-irritable, poco cooperador y poco responsable. Con esta situación es altamente probable que el profesor tienda a asumir una postura más crítica y rechazante frente al estudiante, quien a su vez, se pondrá más negativo y desafiante, creándose así un círculo vicioso.

Por otro lado, se ha encontrado una relación entre la autoestima de los profesores y la autoestima de los estudiantes. Los profesores con una buena autoestima son más reforzadores, dan más seguridad a los estudiantes, están más satisfechos con su rendimiento escolar, desarrollan un clima emocional más positivo y sus alumnos se aprecian más contentos en la sala de clases.

Los profesores con baja autoestima tienden a tener miedo de perder autoridad, por lo tanto usan una disciplina mucho más represiva y sus alumnos son menos creativos, no saben trabajar solos, son más tensos e irritables y dependen del control que el adulto ejerce sobre ellos.

La psicología presenta opciones que restaurarán o colaborarán en el desempeño individual de las personas, sean niños, jóvenes o adultos.

## **1. Consejería y Orientación**

En el caso de las conductas inadecuadas por falta de autoestima, la psicología ofrece diferentes terapias tales como: terapia conductual, que consiste en un conjunto de métodos y tratamiento psicológicos, basados en el aprendizaje y dirigidos a sustituir las conductas inadecuadas por otras más adaptadas. El objetivo último de esta terapia es la modificación de la conducta.

## **1.1 Terapia Conductual**

Para conocer la terapia conductual es preciso conocer como se integró a la psicología, es decir de donde proviene. Los trabajos realizados por el fisiólogo ruso Iván P. Pavlov y de la psicología de la conducta. En la década de 1920, con la aplicación de los principios del condicionamiento animal a los seres humanos realizada por el psicólogo John B. Watson, comienzan a utilizarse algunos métodos de modificación de conducta.

Hoy, las técnicas de modificación de conducta más utilizadas son la: desensibilización sistemática (permite tratar trastornos de los que conocemos la causa), así como la terapia inversiva (para desactivar malas costumbres) y el *biofeedback* (trastornos de origen físico). Sin embargo, al estar orientadas hacia las conductas observables y no tanto al análisis de sus causas, estas técnicas son rechazadas por numerosos psicólogos.

Las conductas inadecuadas, pueden provenir, como se mencionó anteriormente, de la baja autoestima de los jóvenes, debido a un sinfín de circunstancias, sin embargo la terapia conductual le ayudará a conocer su origen así como a desactivar las malas costumbres que se tengan arraigadas en él.

## **1.2 Terapia Familiar**

La terapia familiar, la cual, es concepto global de procesos sociales y psicoterapéuticos cuyo objetivo es tratar problemas de comunicación familiar y desajustes emocionales dentro de la familia. La comunicación problemática dentro de la familia está considerada como una de las causas más frecuentes de problemas psíquicos y especialmente de desviación de conducta en los niños.

Al igual que en las demás terapias, en la de familia resulta decisivo para el éxito final establecer al comienzo un diagnóstico cuidadoso. El objetivo es mejorar la estructura de comunicación y el ambiente emocional. Los conflictos entre hermanos son uno de los principales problemas familiares y a menudo los padres no logran entender sus causas, por lo que no cabe esperar gran ayuda por su parte para la resolución.



Al contrario, la situación familiar puede empeorar por reacciones inadecuadas frente a las rivalidades entre hermanos, dando lugar al agravamiento de los problemas e incluso a la aparición de conflictos entre los padres, causando bajo autoestima tanto en los niños como en los padres.

Por lo tanto, resulta fundamental analizar en primer lugar la situación de la familia. Es importante que todos sus miembros tengan la oportunidad de presentar sus expectativas a los demás, comentar sus experiencias emocionales conflictivas y expresar su concepto de convivencia positiva. Bajo la dirección experta del terapeuta familiar, éste puede intentar crear un ambiente familiar abierto desde el punto de vista de la comunicación y positivo desde el punto de vista emocional, en el que resulte posible entender y solucionar los posibles conflictos.

### **1.3 Terapia Psicológica**

Para completar las terapias podemos mencionar: la terapia psicológica, la cual especifica que la rehabilitación psicológica del paciente es importante. La terapia ocupacional se centra en la realización de actividades planificadas útiles que proporcionen al paciente triunfos escalonados que le ayudarán a vencer la falta de confianza en sí mismo, la escasa autoestima, la dificultad de enfrentarse al estrés y la depresión.

### **1.4 Terapia Ocupacional**

La terapia ocupacional se centra en obtener un equilibrio entre el trabajo, el juego y el descanso, en maximizar la función independiente y en considerar al paciente.

La autoestima es nuestra manera de percibirnos y valorarnos y, en consecuencia, da color y moldea nuestras vidas. Cuando una persona ha perdido la confianza en sí misma y en sus propias posibilidades, suele deberse a mensajes de confirmación o negación de ciertas ideas sobre sí misma que le son transmitidas por otros a quienes considera importantes.

Por ello es vital para padres, educadores o jefes, saber alentar o corregir, premiar o censurar, oportunamente.

## **2. Análisis Psicopatológico de las conductas inadecuadas por baja autoestima**

El ser humano para su desarrollo personal involucra aspectos importantes que implican áreas de desarrollo espiritual, personal, salud, desarrollo mental, profesional, entre otros. Para muchos autores el implicar la autoestima en el desarrollo de una vida plena y con virtudes conlleva a un solo punto ya que todos poseen valores y actitudes que influyen en las conductas del ser humano y su racionalidad.

*Una de las cosas más importantes como virtud del ser humano es la autoestima la cual se podría decir que es la autovaloración de uno mismo; en lo que nos rodea, a medida que nos desarrollamos desde que somos niños, la sociedad enseña a poner etiquetas de lo que está bien y de lo que no está, en muchos casos, sin tener en cuenta los verdaderos valores que como seres humanos debemos practicar.*

La autoestima no es convencerse a nosotros mismos de que somos valiosos, no es un tema de ser seguro de sí o sentirse bien cuando otra persona nos halaga. Tampoco es tener el mejor cuerpo o la mejor carrera laboral. Autoestima es saber que uno es valioso, lleno de virtudes y defectos aprender a valorar cada cualidad y a sacar provecho de cada momento de la vida.

Muchas veces ser como somos no es satisfactorio, la pérdida de la personalidad y autovaloración se manifiestan en los niños y niñas con inconformidad y se hacen notorios en sus conductas inadecuadas en el comportamiento ante sus compañeros y las personas de su alrededor, otras ocasiones con su bajo rendimiento escolar.

Sentirse en ocasiones insatisfecho es normal, lo anormal, es no hacer nada para cambiar y adoptar posturas que no deterioren más la autoestima.

Los niños y niñas son muy sensibles y necesitan de incentivos que lo estimulen y lo hagan sentirse útiles y valorados por los demás, la falta de una autoestima alta puede llegar a modificar sus conductas y convertirlas en un problema psicológico que afecte su desarrollo personal,

modificando su conducta ya que no tiene control de sus emociones ni es capaz de auto regular su comportamiento. Además no podemos olvidar que las conductas inadecuadas de los niños y niñas son pautas de pensamientos erróneos y contenidos cognitivos anómalos que constituyen la base de muchos trastornos emocionales y de conducta; que se desarrollan por la baja autoestima causada por problemas en la casa o en la escuela poniendo en riesgo su rendimiento escolar y personal.

Por un lado el alumno con comportamiento inadecuado no pone en práctica las habilidades necesarias que se requieren para el aprendizaje escolar como pueden ser la atención o la permanencia en el sitio y por el otro, el comportamiento socio- escolar adaptado necesita de unas habilidades motrices, perceptivas, de lenguaje y cognoscitivas.

El alumno con dificultades personales de autoestima tendrá por tanto dificultades para manifestar su propia conducta de autovaloración.

La Psicología juega un papel muy importante como herramienta y apoyo en la intervención para modificar conductas inadecuadas que pueden dar como resultado problemas de autoestima provocando malas relaciones sociales, por lo que la Psicología como ciencia trata estas dificultades con sus distintas terapias alternativas.

## Referencias

- Ávila, Wilda. (2002). *Compendio de Orientación*. Maracaibo. Editorial McCaffrey
- Cornejo, Miguel Ángel. (1999). *Todos los secretos de la excelencia*. México. Editorial Salomé. Cuarta Edición Morata.
- Sair, Virginia. (1980). *Relaciones Humanas*. México. Editorial América.
- Sarason, Irwin y Bárbara R. (2006) *Psicopatología: Psicología anormal, el problema de la conducta inadaptada*. México. Editor Pearson.
- Solar, Suryavan. (2002). *Manual para triunfadores*. Venezuela. Editorial Salomé
- Zambrano, Jazmín. (1991). *Súper Aprendizaje Total*. México. Editorial Pearson.
- Tipos de terapia  
[www.fortunecity.com/](http://www.fortunecity.com/) recuperado/01/08/09

SI-ED-20  
C746  
a.ped.

UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Licenciatura en Psicopedagogía



**Área de Pedagogía**  
**“Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima”**  
**(Seminario de Integración)**

B. y para - I - 13, 02 B - 2009

Guatemala, noviembre del 2009



**Área de Pedagogía**  
**“Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima”**  
**(Seminario de Integración)**

**Mónica Gabriela Archer Rosales**  
**Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez**  
**Sonia Ludiveth Cordón y Cordón**  
**Dora Mirthala Cuéllar Gómez**  
**Estella Mazariegos Contreras**  
**Nancy Fabiola Rodas Sandoval**  
**Dalma Zuleida Valdés Jarquín**

**Licda. Elisaida de Andrino**  
**(Asesora)**

**Guatemala, noviembre del 2009**



**DICTAMEN APROBACIÓN  
SEMINARIO DE INTEGRACIÓN**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
UNIVERSIDAD PANAMERICANA**

**ASUNTO:** Mónica Gabriela Archer Rodales,  
Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez,  
Sonia Ludivet Córdón y Córdón,  
Dora Mirthala Cuéllar Gómez,  
Estella Mazariegos Contreras,  
Nancy Fabiola Rodas Sandoval,  
Dalma Zuleida Valdés Sandoval,  
estudiantes de la carrera de Licenciatura en  
Psicopedagogía solicitan autorización para  
realizar Seminario de Integración para completar  
requisitos de Cierre de Pensum.


**Guatemala 29 de agosto de 2,009.**


En atención a solicitud recibida en esta Decanatura en la cual solicitan autorización para realizar Seminario de Integración como requisito para Cierre de Pensum de la Licenciatura en Psicopedagogía, se resuelve:

1. Habiendo cumplido con lo descrito en el reglamento académico de la Universidad Panamericana en opciones de egreso, artículo No.5 incisos del a) al g).
2. Se aprueba a los estudiantes Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Córdón y Córdón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín, para realizar Seminario de Integración, solicitado para completar requisitos de Cierre de Pensum.



3. Se autoriza el nombramiento de la Licenciada Elisaida de Andrino como Asesorador, de conformidad con lo establecido en la normativa para el desarrollo de trabajos de graduación.

  
M.A. José Ramiro Bolaños Rivera  
Decano  
Facultad de Ciencias de la Educación



C.c. Archivo





UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA FACULTAD DE CIENCIAS

DE LA EDUCACION, Guatemala diecisiete de octubre del dos mil nueva.-----

En virtud de que el Área Pedagógica del Seminario de Integración con la temática "Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima". Presentado por los estudiantes: **Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín**, previo a optar al grado Académico de Licenciatura Psicopedagogía, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que se continúe con el proceso correspondiente.

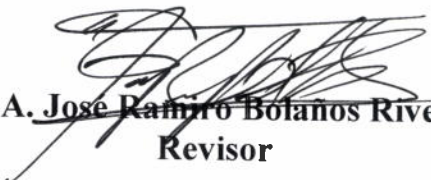
  
**Licda. Elisaida de Andrino**  
Asesora



UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA FACULTAD DE CIENCIAS

DE LA EDUCACION, Guatemala catorce de noviembre de dos mil nueve. -----

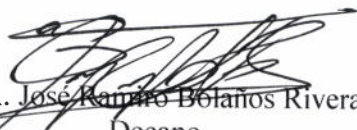
En virtud de que el Área Pedagógica del Seminario de Integración con la temática:  
**“Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima .** Presentado por los estudiantes:  
**Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia  
Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos  
Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín,** previo  
a optar al grado Académico de Licenciatura Psicopedagogía, cumple con los  
requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el  
presente dictamen favorable para que se continúe con el proceso correspondiente.

  
**M.A. Jose Ramiro Bolaños Rivera**  
Revisor



UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA, FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION. Guatemala a los veintiocho días del mes de noviembre del dos mil nueve.-----

En virtud que el Área Pedagógica del Seminario de Integración **Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima**", presentado por los estudiantes **Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín**, previo a optar al Grado Académico de Licenciatura en Psicopedagogía, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, y con el requisito de Dictamen del Asesor (a) y del Revisor (a), se autoriza la impresión del Seminario de Integración en el Área Pedagógica.

  
M.A. José Ramiro Bolaños Rivera  
Decano  
Facultad de Ciencias de la Educación



## **Contenido**

<b>Resumen</b>	<b>1</b>
<b>Introducción</b>	<b>2</b>
<b>Conductas Inadecuadas por falta de Autoestima</b>	
1. Área Pedagógica	3
2. Comunicación Enseñanza – Aprendizaje	4
3. Proyectos Educativos	5
4. Administración del Aula	6
5. Integración Escolar	7
<b>Referencias</b>	<b>9</b>

## **Resumen**

La sociedad actual está invadida de información, se cuenta con el internet, la telecomunicación, la televisión, los medios en general, los cuales transmiten un sinnúmero de mensajes que llegan a niños y jóvenes, muchos de los cuales intervienen en la autoestima y por ende en la conducta de los mismos. Sin dejar a un lado la influencia de la familia, institución educativa y sociedad en general.

Es esa conducta que preocupa, la que ha sido el elemento motivacional clave para la realización de un análisis que aborda diversos aspectos del comportamiento del joven, desde el punto de vista de diversas disciplinas.

Considerando a la pedagogía como eje central del análisis, el lector podrá tener un recorrido por los diferentes puntos de vista de las disciplinas para mejorar las conductas de los jóvenes.

*Entre estas diferentes disciplinas tenemos a la comunicación enseñanza – aprendizaje, los proyectos educativos, la administración del aula y la integración escolar, todas en función de ayudar a un cambio positivo en la autoestima y conductas que muestran los jóvenes, las cuales muchas veces no son las deseadas por docentes, padres de familia y la comunidad en general.*

## **Introducción**

El siguiente trabajo abarca generalidades de la pedagogía en la educación, la cual es tomada no solo como el arte o ciencia de enseñar, sino como un valioso instrumento para ayudar a mejorar comportamientos de los jóvenes. También analiza cómo la falta de autoestima repercute en dicho comportamiento o conducta.

Por lo cual se detalla inicialmente la definición de conducta, para poder contar con una visión global de cómo esta puede llegar a ser inadecuada y cómo el docente puede abordar este comportamiento asertivamente, empleando las diferentes disciplinas de la pedagogía, las cuales son: la comunicación enseñanza – aprendizaje, los proyectos educativos, la administración del aula y la integración escolar.

Claro está que las disciplinas antes mencionadas tienen una forma particular de comprender las conductas de los jóvenes, es decir, que cada una toma el tema central desde su concepción, *procurando abarcar todos los aspectos relevantes, para poder dar una solución o explicación del porqué de las conductas adoptadas por los jóvenes y es este punto particular en donde radica la importancia de este trabajo.*

## **Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima**

### **1. Área Pedagógica**

La pedagogía es un conjunto de saberes que buscan tener impacto en el proceso educativo, en cualquiera de las dimensiones que este tenga, así como en la comprensión y organización de la cultura y la construcción del sujeto.

A pesar de que se piensa que es una ciencia de carácter psicosocial que tiene por objeto el estudio de la educación con el fin de conocerla, analizarla y perfeccionarla, y de que la pedagogía es una ciencia que se nutre de disciplinas como la sociología, la economía, la antropología, la psicología, la historia, la medicina, etc., es preciso señalar que es fundamentalmente filosófica y que su objeto de estudio es la educación y donde el sujeto reconoce el lugar que ocupa en el mundo y se reconoce como constructor y transformador de éste.

Es decir que la Pedagogía tiene un papel primordial, de esa transformación del individuo. Y es ésta transformación la que se busca, para que los educandos puedan desempeñar una adecuada función en el hecho educativo.

Pero sin duda alguna, los alumnos muchas veces son afectados por un sinnúmero de aspectos internos y externos que influyen en su desempeño escolar. Entonces esta transformación que está a cargo de la Pedagogía se ve afectada. Se puede mencionar como uno de estos aspectos que influyen en el proceso de enseñanza – aprendizaje, la baja autoestima, que se muestra muchas veces en conductas inadecuadas.

Cuando se habla de conductas inadecuadas generalmente se habla de conductas que no están dentro de lo que establece la norma, de lo que se conoce como socialmente aceptadas. También son llamadas así porque interfieren en el aprendizaje, como se dijo anteriormente y se presentan con frecuencia o cierta intensidad.

Otra forma de definir una conducta inadecuada es como el lenguaje que utilizan los alumnos para decir algo que para ellos es importante y el docente debe prestar atención y dar la importancia que merece, ya que muchas veces los alumnos dicen así que no se sienten bien de salud, o que algo les incomoda, o están tristes y desanimados y que necesitan atención o tienen frustraciones.

Hay que aprender a tomar dichas conductas como una forma en que los alumnos tienen de comunicarse y a través de la cual se les puede enseñar. Teniendo claro que son socialmente inaceptables y que pueden poner en riesgo su vida. Entonces es allí donde la Pedagogía contribuye para ayudar a esos alumnos con dichos problemas.

Una de las formas como contribuye la pedagogía es con las diferentes herramientas que pueden intervenir a que estas conductas inadecuadas se extingan y que los alumnos puedan experimentar ciertamente una transformación de vida.

Se pueden mencionar entre esas herramientas la comunicación enseñanza – aprendizaje, proyectos educativos, administración del aula y la integración escolar, que trabajando al unísono se complementan para dar alternativas de solución a los problemas que presentan los alumnos.

Entonces, se abordará el tema de las conductas inadecuadas por falta de autoestima desde cada una de estas herramientas, antes mencionadas, considerando que sí bien es cierto que la Psicología actúa directamente en la conducta, la Pedagogía es una ciencia que puede ayudar enormemente en dicho problema, ya dentro de sus finalidades es dar soluciones a dichos problemas que aquejan a la educación.

## **2. Comunicación Enseñanza – Aprendizaje**

Se cuenta con la Comunicación, Enseñanza – Aprendizaje como la primera herramienta que el docente puede utilizar empleando los diferentes enfoques para dirigirse hacia sus alumnos con problemas de conducta. Es decir que, hay un enfoque interpersonal que es la empatía, cuya repercusión en el aprendizaje es sorprendente, ya que los alumnos mantienen una motivación e



interés constante y esto contribuye a que ellos se sientan que forman parte de la familia educativa e incrementa su autoestima.

Otro enfoque es, el enfoque verbal el cual es un recurso con el que se cuenta para comunicarse de forma oral y escrita, en cualquier plano en que se socialice, y el docente puede emplear formas mágicas que la vida proporciona para la transmisión de ideas que sigan contribuyendo para aquellos alumnos que con dificultades puedan aprender a expresar sus inconformidades sin necesidad de llegar a conductas inadecuadas.

Sin olvidar por supuesto el enfoque no – verbal, pues bien, por allí se dice que un gesto dice más que mil palabras, es total y profundamente cierto. Ya que el mensaje que se le transmite a los alumnos por medio de la gesticulación puede dar como resultado, felicidad, tristeza, enojo, subir el autoestima, disminuir la probabilidad de conductas inadecuadas, transmisión de seguridad, por mencionar algunas. Entonces queda claro que esta herramienta puede ser de gran utilidad para que los docentes se valgan de ella para ayudar a la extinción de estas conductas por falta de autoestima.

### **3. Proyectos Educativos**

Pasando a otra herramienta está Proyectos, la cual se define como la mínima acción de intervención para ayudar a los problemas o necesidades de una población.

Los proyectos pueden ser: educativos y psicopedagógicos. Al hablar de los proyectos educativos se está hablando de aquella acción de intervención amplia, ya que puede ayudar a resolver una problemática de la comunidad. A diferencia de un Proyecto Psicopedagógico cuya intervención es mucho más estrecha ya que es para ayudar a resolver problemas de los educandos considerando sus diferencias para dar soluciones.

El crear un proyecto anual para una institución educativa enfocada a mejorar o anular las conductas inadecuadas por falta de autoestima, se puede realizar desde tres perspectivas, dirigida

a los padres de familia, a los alumnos y a los docentes, por medio de la realización de talleres, empleando material didáctico adecuado, metodología según las necesidades, técnicas, etc.

Esto sin duda va a fortalecer los lazos afectivos entre estos tres agentes de la educación, lo cual se enfocará a mejorar la autoestima de los alumnos y por ende mejorar las conductas.

Resumiendo el Proyecto Psicopedagógico es una guía estructurada de diagnóstico, planificación, ejecución y evaluación-monitoreo que beneficia grandemente a los educandos y a la modificación de la conducta de estos por medio de módulos o talleres.

#### **4. Administración del Aula**

La administración educativa se puede enfocar hacia la adecuada organización y planeamiento de actividades que contribuyan en el desarrollo de la autoestima de los alumnos y alumnas, así como también la distribución adecuada del tiempo dentro aula para brindar educación de calidad.

El proceso de enseñanza – aprendizaje debe realizarse de forma activa y participativa tanto por parte de los docentes, como de los alumnos para que estos se sientan parte de este, es por eso que todo profesional en el área educativa debe de planificar, organizar, dirigir y controlar dicho proceso, realizando a tiempo los cambios que se requieran al evaluar las conductas y competencias que se forman en los estudiantes.

Dentro de la planificación de actividades se debe tener presente en todo momento el objetivo que se pretende alcanzar con cada una de ellas y estar conscientes del impacto que estas tendrán en cada uno de los alumnos al igual que la reacción del grupo ya que estas también favorecen el desarrollo de la autoestima y la prevención de conductas inadecuadas por parte de estos.

Los talleres, laboratorios, mesas redondas, etc., promueven en los estudiantes confianza en si mismos, al igual que el trabajo en equipo, puesto que son actividades integradoras que brindan cierto tipo de identidad dentro del grupo de alumnos, lo cual, desde del punto de vista individual desarrolla el autoestima.

El adecuado uso de los recursos materiales tanto en el establecimiento educativo como en el salón de clases proporciona al docente un mejor desempeño en su labor, lo que permite que el proceso de enseñanza – aprendizaje se lleve a cabo en un ambiente confiable y agradable para los alumnos logrando así una respuesta positiva hacia el proceso.

Tal es el caso de la tecnología, la cual es una herramienta que puede ser de mucha utilidad pues su uso es innovador dentro del ambiente educativo y desarrolla cierto tipo de competencias en los alumnos, pero de igual forma, puede contribuir en el desarrollo de conductas inadecuadas por parte de los estudiantes, si no se le emplea con una buena organización y planificación de actividades.

La ubicación física de todos los elementos dentro de un salón de clases, es algo que también le compete a la administración educativa y esta se enlaza con el desarrollo de la autoestima puesto que una apropiada distribución de los materiales propiciará un mejor ambiente de trabajo que colaborará con el hecho educativo.

Debemos recordar que nuestro país se caracteriza por la diversidad de culturas que posee, las cuales directa e indirectamente se ven influenciadas por los movimientos que se suscitan fuera de nuestras fronteras, logrando así una modificación en la forma de actuar de los ciudadanos, por tal motivo la administración educativa desde el punto de vista de la planificación, debe proporcionar a todo docente una amplia gama de actividades para satisfacer las necesidades de los estudiantes, permitiendo un adecuado desarrollo integral.

Entre estas podemos mencionar las actividades de introducción y motivación, las de conocimientos previos, las de desarrollo y fijación de conocimientos y las de recuperación así como también las actividades de ampliación de conocimientos.

## **5. Integración Escolar**

Por otra parte la integración escolar colabora en la sensibilización de los estudiantes a circunstancias ajenas a ellos, puesto que les brinda un panorama más amplio de su realidad,

promoviendo la comprensión de las conductas inadecuadas de sus iguales y al mismo tiempo propiciando el apoyo mutuo y el trabajo en equipo.

Todo docente debe promover la unión en su grupo de estudiantes para que el ambiente de trabajo sea el ideal y el proceso de enseñanza – aprendizaje se lleve a cabo de la mejor manera posible, además, se crean lazos afectivos que favorecen en el desarrollo de la autoestima de los alumnos y alumnas.

La buena y cordial convivencia dentro del salón de clases se debe lograr en base a la aceptación de los estudiantes con sus fortalezas y debilidades, lo cual se logra a través de actividades integradoras que promuevan la práctica de valores morales, tales como la tolerancia, cortesía, amigabilidad, etc.

Educar en valores es participar en un auténtico proceso de desarrollo y construcción personal. Una participación que en lenguaje educativo consiste en crear condiciones pedagógicas y sociales para que dicha construcción se lleve a cabo de una manera adecuada.

## Referencias

- Hegarty A. Hodgson L. Clunies-Ross. (1988) *"Aprender juntos. La integración escolar"*. México. Cuarta Edición Morata.
- Koontz, Harold, OiDonnell y Heinz Weihrich. (1983). *Elementos de Administración*. México. Editorial McGraw-Hill.
- Nassif, Ricardo. (1975). *Pedagogía General*. Argentina. Editorial Kapeluz.
- Porlán, Rafael. (1995). *Constructivismo y escuela: hacia un modelo de enseñanza-aprendizaje basado en la comunicación*. Sevilla, España. Editorial Diáda.
- Terry, George. (1973). *Principios de Administración*. México. Editorial El Ateneo.

SI- E2-20  
L746  
a.g.

UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Licenciatura en Psicopedagogía



**Área General**  
**“Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima”**  
**(Seminario de Integración)**

Guatemala, noviembre del 2009



Q.100.

B. upana-I-13, 027-2009

**Área General**  
**“Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima”**  
**(Seminario de Integración)**

**Mónica Gabriela Archer Rosales**  
**Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez**  
**Sonia Ludiveth Cordón y Cordón**  
**Dora Mirthala Cuéllar Gómez**  
**Estella Mazariegos Contreras**  
**Nancy Fabiola Rodas Sandoval**  
**Dalma Zuleida Valdés Jarquín**

**Licda. Elisaida de Andrino**  
**(Asesora)**

**Guatemala, noviembre de 2009**



***DICTAMEN APROBACIÓN  
SEMINARIO DE INTEGRACIÓN***

***FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
UNIVERSIDAD PANAMERICANA***

**ASUNTO:** Mónica Gabriela Archer Rodales,  
Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez,  
Sonia Ludivet Cordón y Cordón,  
Dora Mirthala Cuéllar Gómez,  
Estella Mazariegos Contreras,  
Nancy Fabiola Rodas Sandoval,  
Dalma Zuleida Valdés Sandoval,  
estudiantes de la carrera de Licenciatura en  
Psicopedagogía solicitan autorización para  
realizar Seminario de Integración para completar  
requisitos de Cierre de Pensum.

**Guatemala 29 de agosto de 2,009.**


En atención a solicitud recibida en esta Decanatura en la cual solicitan autorización para realizar Seminario de Integración como requisito para Cierre de Pensum de la Licenciatura en Psicopedagogía, se resuelve:


1. Habiendo cumplido con lo descrito en el reglamento académico de la Universidad Panamericana en opciones de egreso, artículo No.5 incisos del a) al g).
2. Se aprueba a los estudiantes Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín, para realizar Seminario de Integración, solicitado para completar requisitos de Cierre de Pensum.





3. Se autoriza el nombramiento de la Licenciada Elisaida de Andrino como Asesora-Tutor, de conformidad con lo establecido en la normativa para el desarrollo de trabajos de graduación.

  
*M.A. José Romero Bolaños Rivera*  
Decano  
Facultad de Ciencias de la Educación



C.c. Archivo



UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA FACULTAD DE CIENCIAS

DE LA EDUCACION, Guatemala diecisiete de octubre del dos mil nueva.-----

En virtud de que el Área General del Seminario de Integración con la temática "Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima". Presentado por los estudiantes: **Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín**, previo a optar al grado Académico de Licenciatura Psicopedagogía, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que se continúe con el proceso correspondiente.

  
**Licda. Elisaida de Andrino**  
Asesora



UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA FACULTAD DE CIENCIAS  
DE LA EDUCACION, Guatemala catorce de noviembre de dos mil nueve. -----


En virtud de que el Área General del Seminario de Integración con la temática:  
**"Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima"** . Presentado por los estudiantes:  
**Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia  
Ludiveth Cordon y Cordon, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos  
Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín,** previo  
a optar al grado Académico de Licenciatura Psicopedagogía, cumple con los  
requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el  
presente dictamen favorable para que se continúe con el proceso correspondiente.

  
M.A. José Ranciro Bolaños Rivera  
Revisor



UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA, FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION. Guatemala a los veintiocho días del mes de noviembre del dos mil nueve.-----

En virtud que el Área General del Seminario de Integración con la temática: **“Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima”**, presentado por los estudiantes **Mónica Gabriela Archer Rosales, Herman Haroldo Castellanos Gutiérrez, Sonia Ludiveth Cordón y Cordón, Dora Mirthala Cuéllar Gómez, Estella Mazariegos Contreras, Nancy Fabiola Rodas Sandoval, Dalma Zuleida Valdés Jarquín**, previo a optar al Grado Académico de Licenciatura en Psicopedagogía, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, y con el requisito de Dictamen del Asesor (a) y del Revisor (a), se autoriza la impresión del Seminario de Integración en el Área General.

  
M.A. José Ramiro Delaños Rivera  
Decano  
Facultad de Ciencias de la Educación



## **Contenido**

<b>Resumen</b>	<b>1</b>
<b>Introducción</b>	<b>2</b>
<b>Conductas Inadecuadas por falta de Autoestima</b>	
<b>Área General</b>	
1. Estadística	3
2. Ética y Valores en el Desempeño	4
<b>Referencias</b>	<b>7</b>

## **Resumen**

El área general en el seminario de integración abarca el problema de las conductas inadecuadas por la falta de autoestima en los adolescentes, en estas aéreas se puede ver como la ética es fundamental para el desarrollo de las conductas las cuales se reflejan en la actitud de los jóvenes.

Podemos también ver como la estadística forma parte importante en este proceso ya que con la ayuda de la misma podemos obtener datos y porcentajes los cuales podemos graficar para llevar un control exacto cuantificado de los resultados que necesitamos abarcar.

## **Introducción**

El área general dentro de este seminario tratará el tema de las conductas inadecuadas por la falta de autoestima en los adolescentes y cómo influye la moral y la ética dentro de este proceso para obtener las herramientas necesarias como apoyo para el estudio y las posibles soluciones en la intervención del manejo de dicho conflicto.

La moral es una parte importante en el contexto familiar y su entorno, ya que una familia desarticulada propicia conductas inadecuadas. La estadística como ciencia ayuda en la recolección de datos, el ordenamiento y la representación gráfica para poder llevar un control exacto de los datos obtenidos en el estudio de la problemática que abordamos.

# Conductas Inadecuadas por Falta de Autoestima

## Área General

### 1. Estadística

Al dar un vistazo dentro de la estadística podremos decir que ésta es esencial en el estudio de los métodos, técnicas y formas de establecer cómo se evalúa el proceso de aprendizaje, así como las formas de trabajar de una manera equitativa respetando las individualidades de cada persona para lograr resultados exitosos.

*La estadística en el manejo de datos y el inadecuado uso de los mismos pueden llegar a afectar de manera significativa el autoestima de las personas. Las conductas inadecuadas por falta de autoestima se podría definir como una reacción del organismo cuando ocurre alguna alteración en su medio ambiente o dentro de sí mismo; por lo que podemos encontrar varios tipos de conductas que pueden dar pautas para conocer en determinado momento la relación de una persona, por lo que podemos hablar de algunas conductas.*

La conducta estereotipada; podemos ver que es innata, puede ser un tactismo por el que todo el órgano se mueve en relación con un determinado estímulo externo. Si se mueve en dirección al estímulo diremos que es tactismo positivo si se aparta es negativo. Los reflejos son considerados como conductas estereotipadas y se distinguen de los tactismos en que los primeros suelen extender el movimiento a una parte del organismo.

En la conducta aprendida, el aprendizaje es la modificación de la conducta estereotipada o adquisición de nuevos tipos de conducta, los criterios para distinguir la conducta aprendida de las modificaciones de la estereotipada: el aprendizaje debe ser permanente, no será alteración permanente en la conducta.

La conducta compleja; el razonamiento es la facultad de utilizar experiencias pasadas, con deducción lógica, para resolver problemas nuevos más o menos complicados.



Por lo tanto podemos decir que la percepción que las personas tienen de sí mismas, puede expresarse como amor hacia uno mismo. Entonces diremos que la autoestima es una o la mejor base de asentamiento de los sentimientos, desde el punto de vista racional, y lo que siempre debe fomentarse es la capacidad del individuo de sentirse como tal y la ausencia de sentimientos negativos sobre su capacidad y de sentimiento de inseguridad.

Al hablar de autoestima y sus diferentes conductas podemos llegar a la conclusión que la Ética es una parte importante del autoestima, pues involucra los hechos humanos, su relación moral y la ley moral.

## **2. Ética y Valores en el Desempeño**

La Ética especial involucra en todos sus ámbitos a la sociedad como en lo profesional, familiar, social y cultural así como en el proceso educativo.

La misma Ética es importante dentro del desempeño de las labores educativas puesto que los valores perdidos en la sociedad nos muestra la necesidad de una buena convivencia dentro de la comunidad para lograr mejorar la comunicación y los valores que deben de ser puestos en práctica dentro de la familia, escuela y comunidad.

La Ética y valores son una muestra del carácter que debe de tener todo docente para establecer una comunicación adecuada con sus alumnos, los cuales se verán beneficiados si los docentes demuestran un carácter firme y radical, durante el proceso de aprendizaje; de esta forma se logra crecer de forma integral en cada accionar de la vida cotidiana.

La Ética que estudia los actos humanos en la relación moral, con normas de justicia natural, los deberes y derechos de cada hombre como miembros de la sociedad en donde se desenvuelven. Las personas deben de actuar de acuerdo a normas establecidas en la que existen reglas determinadas. Para que una persona sea exitosa, en este contexto debe ser positivo, emprendedor y líder. Cada persona tiene cualidades y habilidades que puede explotar, dentro de un grupo de trabajo, por lo que el fomentar el liderazgo dentro de un grupo ayuda a desarrollar el potencial que cada individuo tiene innato. El líder por naturaleza ayudará a desarrollar habilidades a los

miembros del grupo, siempre y cuando el liderazgo sea positivo y haga crecer a cada uno como persona.

Ser auténtico, enfrentar los temores, alejar los miedos, crear una imagen positiva de cada uno ayudará a crecer la autoestima de cada persona, lo que propiciará a que el trabajo realizado sea eficiente y se realice en un ambiente cordial.

Las conductas inadecuadas que vemos dentro de un salón de clases pueden ser por la falta de autoestima.

Las conductas inadecuadas pueden ser causa de imagen distorsionada de su persona, maltrato infantil, carencia de afecto ante los logros alcanzados, falta de motivación, falta de comunicación, discriminación, etc.

Dentro de estas conductas podemos encontrar una serie de factores que influirán en el desempeño de la labor educativa, por lo que el docente tendrá que esforzarse en el que hacer educativo para lograr integrar al grupo de estudiantes dentro del aula, involucrando a los que tienen conductas inadecuadas dentro de esta.

El docente dentro del aula y fuera de ella deberá tomar en cuenta la individualidad de cada uno para lograr establecer la forma de enseñanza que debe adoptar ante el grupo, de la misma manera tendrá que encontrar mecanismos, métodos y técnicas para que este aprendizaje sea de buena calidad, logrando establecer una comunicación abierta, en donde tanto docente como alumno crezca en la convivencia y se logren los resultados esperados dentro y fuera del centro de estudio.

Los docentes hoy en día deben conocer los nuevos paradigmas educativos para establecer cómo, cuándo, y dónde es la mejor manera de visualizar una educación de calidad. Para esto se debe tomar en cuenta las herramientas necesarias para lograr un parámetro de estudio, por lo que la estadística se ve involucrada directamente, ya que con este método de estudio se podrá encontrar la forma de visualizar parámetros que servirán más adelante dentro del campo de estudio, como lo es un cuestionario, una encuesta, entrevistas, lo que servirá de apoyo en el proceso, esto se realizará de forma cualitativa y cuantitativa, en donde los datos obtenidos darán la muestra para las mediciones que posteriormente se realizarán dentro del campo de estudio. Actualmente la

estadística es una herramienta esencial en el estudio de los métodos, técnica y formas de cómo se evalúa el proceso de aprendizaje. Estadística deriva del latín *staat* que significa estado (organización de un pueblo o nación) y fue utilizada por primera vez por Godofredo Achenwall. Para el estudio de los aprendizajes utilizamos a los centros educativos como población y a los estudiantes como muestra. La definición de estadística nos dice que es una ciencia que estudia los fenómenos colectivos, mediante la observación numérica. Es un método de operar y ordenar datos. Actualmente es difícil indicar profesiones que no utilicen la estadística, está se trabaja por medio de población que es un conjunto de medidas u objetos que posee una característica común observable. Este término se usa para denotar el conjunto de elementos del cual se extrae una muestra, que es un recuento de los elementos pertenecientes a la población, cuando hacemos una investigación tomamos muestras para extraer conclusiones sobre toda una población. En educación se utiliza la estadística para hacer investigaciones en la que planeamos una investigación, observamos, recolectamos datos (encuesta, entrevista), obtenemos resultados y graficamos la información.

## Referencias

- Bonet, Vincente. (1997). *Sé amigo de ti mismo: Manual de autoestima*. Francia. Editorial Sal Terrae.
- Bonet, Vicente. (2001). *El diario íntimo: Buceando hacia el Yo profundo*. Francia. Editorial Desclée de Brouwer.
- Rodas, Iris. (2002). *Estadística*. Guatemala editorial Zantmaro.