



Facultad de Humanidades
Escuela de Ciencias Psicológicas
Maestría en Enfoques Psicoterapéuticos

**Técnicas cognitivas para el manejo emocional del adolescente que consume
pornografía**
(Artículo Científico)

Reyna Trinidad Robles Cabrera

Campus Central, noviembre 2020

**Técnicas cognitivas para el manejo emocional del adolescente
que consume pornografía**
(Artículo Científico)

Reyna Trinidad Robles Cabrera

M.A. Vilma Eugenia Solorzano de García (asesora)

M.A. Diana Patricia Galindo Ruiz (revisora)

Campus Central, noviembre 2020

Autoridades Universidad Panamericana

Rector M.Th. Mynor Augusto Herrera Lemus

Vicerrectora Académica Dra. Alba Aracely Rodríguez de González

Vicerrector Administrativo M.A. César Augusto Custodio Cobar

Secretario General EMBA Adolfo Noguera

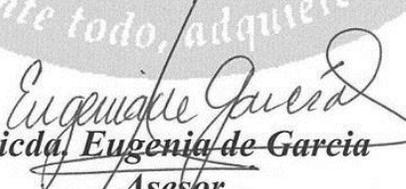
Autoridades Facultad Humanidades

Decano M.A. Elizabeth Herrera de Tan

Vicedecano M.Sc. Ana Muñoz de Vásquez

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, Agosto año 2020.

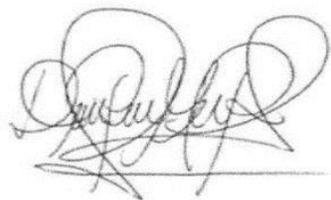
*En virtud de que el presente Artículo Científico con el tema: “**Técnicas cognitivas para el manejo emocional del adolescente que consume pornografía**”. Presentada por el (la) estudiante: **Reyna Trinidad Robles Cabrera** previo a optar al grado Académico de Maestría en Enfoques Psicoterapéuticos, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*


Licda. Eugenia de Garcia
Asesor

UNIVERSIDAD PANAMERICANA, FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA
DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, noviembre 2020

En virtud de que el artículo científico con el tema: **“Técnicas cognitivas para el
manejo emocional del adolescente que consume pornografía”**.

Presentado por la estudiante: Reyna Trinidad Robles Cabrera, previo a optar al grado
Académico de Maestría en Enfoques Psicoterapéuticos, cumple con los requisitos
técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente
dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.



M.A. Diana Patricia Galindo Ruiz

Revisora



UNIVERSIDAD
PANAMERICANA

"Sabiduría ante todo; adquiere sabiduría"

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA
DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, noviembre 2020. -----

En virtud que el presente Artículo Científico con el tema "**Técnicas cognitivas para el manejo emocional del adolescente que consume pornografía**", presentado por el (la) estudiante: **Reyna Trinidad Robles Cabrera**, reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar al grado académico de Maestría en Enfoques Psicoterapéuticos, para que el (la) estudiante proceda a la entrega oficial en Facultad.

M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Decano
Facultad de Humanidades



☎ 1779

🌐 upana.edu.gt

📍 Diagonal 34, 31-43 Zona 16

Nota: *Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.*

Contenido

Resumen	i
Introducción	ii
1. Método	1
2. Objetivos	2
3. Desarrollo	3
3.1. Adolescencia	3
3.1.1. Fases de la adolescencia	5
3.1.2. Manejo del desarrollo emocional del adolescente	6
3.1.3. Dificultad en las relaciones familiares	9
3.2. La sexualidad y la adolescencia	13
3.2.1. La búsqueda de la identidad sexual en la adolescencia	15
3.2.2. Pornografía en la adolescencia	17
3.2.3. Adicción a la pornografía en adolescentes	18
3.2.4. Tipos de pornografía	24
3.3. Abordaje terapéutico de acuerdo al modelo cognitivo	26
3.3.1. Antecedentes del modelo cognitivo	26
3.3.2. Herramientas propuestas por el modelo cognitivo	30
3.3.3. Propuesta para el abordaje de la pornografía en adolescentes	33
4. Discusión de Resultados	40
Conclusiones	42
Referencias bibliográficas	43

Resumen

El presente artículo científico está basado en el tema de “Técnicas cognitivas para el manejo emocional del adolescente que consume pornografía”. Se realiza con el fin de poder apoyar a padres de familia, iniciando con el abordaje del primer tema que es la adolescencia, desde un punto de vista psicológico, fisiológico y emocional, donde se hace referencia a cambios cognitivos que desarrolla el adolescente en la etapa de la pubertad.

Se prosigue a desarrollar el tema de la sexualidad en la etapa de la adolescencia, en donde la familia debe de mantener una comunicación abierta y de confianza, ya que existen cambios repentinos que generan dudas en el adolescente sobre su sexualidad, ya que los jóvenes al no mantener una estable comunicación con los padres recurren a medios incorrectos donde buscan información que les ocasiona un desequilibrio emocional.

Se analiza la comunicación entre los padres de familia e hijos, ya que una mala comunicación genera que el adolescente busque métodos de satisfacción tal como lo es la pornografía de la cual existen varios tipos, es por eso que a través de herramientas que proporcionan las terapias cognitivas se busca el poder orientar a adolescentes para que se pueda generar una disminución en la ansiedad, estrés y conductas inadecuadas en la que se encuentran los adolescentes.

Al concluir el abordaje de esta investigación se utiliza la herramienta de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC), ya que está es una herramienta del modelo cognitivo que nos proporciona formas de poder comprender los pensamientos, sentimientos y conductas que perturban las emociones que provienen del adolescente, para así poder interferir en las conductas que puedan llevar a cometer daños ya sean físicos o psicológicos en el adolescente.

Introducción

La sexualidad es un tema muy complejo que suele causar interés en el adulto, adolescente y profesional, ya que cuando se generan cambios en la pubertad también existen cambios emocionales, conductuales, fisiológicos y de pensamiento en relación con el deseo sexual. Como profesional este tema es un desafío, ya que se debe de comprender y apoyar a los adolescentes para que no sufran daños debido a conductas inadecuadas futuras.

El hablar sobre la sexualidad genera preocupación en los padres de familia, ya que en esta época existen diversos medios de los cuales los adolescentes lo utilizan erróneamente, mal informándolos lo que provoca que tomen caminos equivocados, generando ansiedad en los padres, esto debido a que les cuesta entender por los cambios en los que se encuentra atravesando el adolescente por una falta de comunicación entre ellos, creando así consecuencias tal y como es el consumir pornografía.

Como profesionales se debe de apoyar y orientar adecuadamente a los adolescentes, así también proponiendo el uso de herramientas cognitivas tal y como es la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC), para poder disminuir la ansiedad y ideas irracionales sobre el uso inadecuado de la pornografía, ya que esto puede producir un tipo de parafilia en el adolescente dañando así su integridad física, social y psicológica.

1. Método

El método utilizado para la realización de este artículo científico es exponer los criterios sobre las “Técnicas cognitivas para el manejo emocional del adolescente que consume pornografía”, para ello se han seleccionado, revisado y analizado diferentes libros científicos que están orientados a la adicción y abuso de la pornografía, así como las técnicas cognitivas, información extraída de fuentes confiables y verídicas, cómo también los diferentes libros que proporciona la biblioteca virtual de la Universidad Panamericana.

Cómo primer paso se realiza una investigación sobre las diversas problemáticas que existen en el departamento de San Marcos y así poder abordar un tema que no se haya estudiado y analizado con anterioridad. Al haber analizado diferentes métodos se selecciona el tema “Técnicas cognitivas para el manejo emocional del adolescente que consume pornografía”, siendo un tema que genera conflictos tanto en los padres de familia como adolescentes, dando así técnicas cognitivas, del cual se elaboró un bosquejo estructurando los temas a desarrollar.

Al desarrollar el bosquejo inicial del tema a investigar se definen tres temas centrales. El primer tema es sobre el abordaje del manejo emocional en el adolescente, el segundo es la sexualidad y la adolescencia siendo el último tema por desarrollar el plan terapéutico de acuerdo al modelo cognitivo, así poder tener como objetivo el poder ayudar y orientar a padres de familia para que encuentren la información adecuada y educativa sobre la pornografía en los adolescentes.

Se concluye con el abordaje y referencias bibliográficas de acuerdo al tema que se desarrolla, facilitando así a las etapas en las que se dividió, tal y como es la adolescencia, la sexualidad y la pornografía como el abordaje terapéutico de acuerdo al modelo cognitivo, recopilando información de la práctica supervisada en el Juzgado de la Niñez y Adolescentes en Conflicto con la Ley Penal del municipio de San Marcos, en E-book, Ebsco y Ciyfos de la biblioteca de la Universidad Panamericana y asesoría constante por parte de la Universidad para que este artículo quedara con todos los fundamentos verídicos y prácticos para su utilización.

2. Objetivos

2.1. Objetivo general

Brindar técnicas cognitivas para la disminución del consumo de la pornografía.

2.2. Objetivo específico

- Brindar orientación en la educación sexual como el abordaje de la identidad emocional en el adolescente.
- Proponer técnicas cognitivas para el abordaje de la adicción a la pornografía en los adolescentes.
- Dar orientación a padres de familia sobre un abordaje educativo del tema de la sexualidad y de los daños que este proporciona a los adolescentes desde el modelo cognitivo

3. Desarrollo

3.1 Adolescencia

En Guatemala, la Ley de Protección Integral de la Niñez y Adolescencia (2003) en el artículo 2 define al adolescente como toda aquella persona desde los trece años hasta que cumple dieciocho años. Con respecto a la adolescencia, es un periodo que comienza en los cambios fisiológicos de la pubertad y se extiende hasta el inicio de la edad adulta. Es un proceso de adaptación a la pubertad como a la sociedad.

Además, se puede indicar que el comienzo de la adolescencia tiene una cronología muy variable. Mientras que en las niñas comienza alrededor de los 10 años, en los niños comienza entre los 11 y los 12 años e incluso se puede retrasar hasta los 13 años de edad.

Por su parte Papalia (2012) define la adolescencia como:

La transición del desarrollo entre la niñez y la adultez que implica importantes cambios físicos, cognoscitivos, emocionales y sociales, y que adopta distintas formas en diferentes escenarios sociales, culturales y económicos. Abarca aproximadamente el lapso entre los 11 y 19 o 20 años. (p. 354).

Igualmente, la adolescencia es la etapa en la cual se experimentan cambios muy rápidos en cuanto al crecimiento físico, emocional, social e intelectual, tanto para los adolescentes como para los adultos que les rodean. Rodríguez (2012) afirma que, durante un periodo de aproximadamente cuatro años se producen cambios importantísimos que transformarán al niño en un joven totalmente preparado para la vida adulta, entre los cambios están los físicos, emocionales y mentales, comenzando la menstruación, se desarrollan los senos y testículos, y suele ocurrir cambios emocionales muy marcados.

Para Monrroy (2012), el proceso de los cambios físicos que experimentan los adolescentes durante la pubertad se caracterizan por cinco aspectos íntimamente relacionados como: rápido aumento en talla, maduración de los caracteres sexuales primarios, aparición de los caracteres sexuales secundarios, desequilibrio endócrino transitorio y repercusión de todos estos cambios en el área emocional. El mismo autor refiere que el desarrollo físico del adolescente es abrupto y disarmónico ya que crece por segmentos, al aumentar de tamaño de manos, brazos, pies y piernas proporcionándoles una apariencia grotesca que lo hacen sentirse extraño con su propio cuerpo.

La cara crece también a expensas de la mandíbula, los labios se tornan gruesos y carnosos, la nariz se ensancha y alarga. Después crece el tórax y la pelvis, estas características de crecimiento son más acentuadas en los niños que en las niñas. Los cambios en estatura y peso se evidencian entre ambos sexos. En la mujer se ensancha y redondea la cadera, mientras que en el hombre los huesos se tornan toscos y los músculos se ensanchan a nivel del tórax, la cual les da una sensación de fortaleza física de la que se muestran orgullosos.

La presión sistólica es mayor en ellas que en ellos, la capacidad de su sangre para transportar oxígeno aumenta y durante el reposo la frecuencia cardíaca disminuye. Su fisiología los hace capaces de recuperarse rápidamente después del ejercicio intenso. También indica el autor, que el primer signo que la pubertad se ha iniciado en el niño será el aumento del tamaño testicular: el escroto comienza a cambiar de color, el pene aumenta de longitud y grosor, la voz infantil pasa a hacerse grave y profunda al desarrollarse la laringe. El vello púbico se hace presente en la base del pene, se caracteriza por ser escaso y lacio. Al mismo tiempo que los testículos crecen, la próstata también lo hace presentándose en ese momento las eyaculaciones.

El referido autor menciona que es importante el buen estado nutricional y ejercicio físico del adolescente para que los cambios puberales inicien y progresen. Es importante mencionar que el primer cambio que la mujer presenta al iniciar la pubertad es el crecimiento de las mamas, que puede ser unilateral o bilateral, al mismo tiempo se inicia una secreción mucosa transparente en los genitales en escasa cantidad. El vello púbico tiene características muy similares al de los varones,

al principio es escasa y un poco más abundante aproximadamente seis meses antes de que se presente la primera menstruación.

Otro dato importante que el autor arriba mencionado indica, es que los adolescentes que presentan la pubertad de manera tardía o temprana, causan importantes repercusiones emocionales que provocan variaciones de la normalidad en cuanto al inicio de la pubescencia suelen ser más amplias. Los rápidos cambios corporales hacen que no se tenga una imagen objetiva de sí mismo, la higiene corporal y el ejercicio físico programado deben ser parte de los hábitos adquiridos desde la infancia para que en esta fase solo se requiera de mayor énfasis.

3.1.1. Fases de la adolescencia

El transcurrir de la adolescencia pasa por varias etapas que para García (2008), se basa en características etarias y de escolarización las cuales se puede dividir en 3 fases bien diferenciadas:

- Adolescencia temprana, de los 10 a los 13 años de edad, en la que se inicia el comienzo de los cambios.
- Adolescencia media, de los 14 a los 16 años, en esta etapa es donde se culminan los cambios del desarrollo sexual y
- Adolescencia tardía, de los 17 a los 19 años en la que finaliza el desarrollo corporal y se logra la madurez de la persona.

El mismo autor refiere que además del crecimiento corporal y de la maduración sexual en la adolescencia se producen cambios en el desarrollo psicológico, y en la sexualidad, se suceden cambios en la manera de pensar, con un desarrollo del razonamiento lógico y de la visión de futuro. También el adolescente va comprendiéndose mucho mejor a sí mismo. Pero todos estos cambios son independientes unos de otros y por lo tanto con posibilidad de problemas en cada uno de ellos.

3.1.2. Manejo del desarrollo emocional del adolescente

Las emociones se han considerado como un complejo de sensaciones que contribuyen al aspecto afectivo de cualquiera de los instintos esenciales, de carácter intenso, resultante de mecanismos viscerales y glandulares, de base hereditaria, y que pueden derivar en pasiones. Para Saavedra (2010) el desarrollo emocional en el periodo adolescente es similar al que ocurre en las otras etapas del desarrollo humano y expone que sus especificidades se sintetizan en las dimensiones analizadas a continuación:

- **Afecto:** Capacidad de expresar afecto hacia personas del sexo opuesto, amar y ser amado es de máxima importancia, les alegran las compañías y relaciones sociales.
- **Cólera:** Es un recurso empleado por los adolescentes para hacer valer sus exigencias y para reaccionar a las amenazas de que son objeto.
- **Temor:** Las más frecuentes son las situaciones penosas, los accidentes, el hacer el ridículo, el fracaso y la soledad en la oscuridad.
- **Ansiedad:** O sentimiento de disgusto consigo mismo, exigencia de autodeterminación, tensión por la necesidad y la capacidad para la intimidad personal.
- **Amistad:** Mayor que la que se produce con los demás miembros de un grupo determinado, ayudándose a superar el periodo de transición de la niñez a la adultez.

Por su lado López (2014), quien hace referencia que la adolescencia es una etapa muy compleja a nivel emocional, indica que los cambios de humor, altibajos emocionales y rebeldía, son aspectos propios de la edad, que pueden ser atenuados, en gran medida, por buenas prácticas emocionales trabajadas en familia. Por tal razón López, refiere que existen siete puntos claves los cuales son:

- En la comunicación, es crucial, el conservar un diálogo este suele ser siempre el primer paso hacia el entendimiento, para saber cómo se sienten los hijos y viceversa, se debe saber aprovechar los momentos cotidianos claves, y así poder lograr establecer una conversación en familia.

- Nada de televisión ni teléfonos móviles en los momentos familiares, ya que las nuevas tecnologías pueden ser muy beneficiosas si se usan correctamente, pero si se utilizan en los momentos que se debe de dedicar a la familia pueden resultar una barrera entre los padres e hijos.
- Eliminar los tabúes emocionales y platicar sin tapujos ni restricciones les ayudará a ellos a abrirse, haciéndoles conciencia que hablar sobre sus emociones no es algo malo ni vergonzoso, sino todo lo contrario, que puede ser muy beneficioso para ellos.
- Ayudarle a potenciar su autoestima, a poder conservar una mejor seguridad en sí mismos el cual es fundamental en esta etapa tan delicada de la adolescencia. Sentirse valorados, les ayudará a evitar inseguridades y esto es muy favorable para todos los aspectos de su vida y de su correcto desarrollo.
- Apoyar en las decisiones que ellos tomen para que puedan aprender de sus errores, de esta manera, el aprendizaje será significativo.
- Enseñarles a afrontar los problemas de la vida cotidiana como el darle la importancia debida a cada problema, para que sepan buscar soluciones y así crear seguridad y confianza suficiente para que puedan contar sus problemas sin temor y el tener la independencia necesaria para que ellos lo resuelvan.
- Límites, límites y más límites, es importante que los adolescentes sepan, en todo momento, donde se encuentra el límite; enseñarles a ser independientes y a tomar sus decisiones, pero siempre teniendo en cuenta que el adulto tiene la última palabra.

Junto a los cambios que se producen en el aspecto físico, Sandoval (2013), explica que se presentan los cambios referentes a cómo los adolescentes enfrentarán al mundo desde el ámbito cognitivo, a través de los cambios en la estructura del pensamiento, dicho cambio se produce entre los 11 y 12 años y se consolida entre los 14 y 15 años, algunos autores le han denominado período de las operaciones formales, en donde se incrementa la capacidad de procesar la información, así como la inmersión del ser humano en el mundo social, en donde se dan procesos de razonamiento y conducta en la relación con los diversos aspectos del mundo psicosocial.

En esta etapa, del desarrollo humano, el adolescente puede crear teorías y sistemas, para poder comprender lo que le está sucediendo, además en esta etapa surgen los juicios morales, en donde no solamente importa el conocimiento de otras personas, ni de grupos ni de la sociedad en su conjunto sino también los criterios que adopta, el adolescente, en el sentido para poder discernir entre lo bueno o lo malo, lo que es justo o injusto, llevándolo a escoger los principios generales que deberán guiar la conducta propia y la ajena.

De acuerdo con Sandoval (2013), quien explica que, en la adolescencia, se dan algunos hechos fundamentales como la construcción del auto concepto y una identidad nueva, que incluyen el cómo se ven a sí mismo y cómo les ven los demás, en este proceso cambian los lazos con la familia, e inclusive se puede dar un rechazo hacia los padres, aunque sigan siendo muy dependientes en lo material y afectivamente.

El referido autor también explica que una de las primeras cosas que tiene que conseguir un adolescente, es asimilar los cambios físicos que ha o está experimentando, en donde su cuerpo, su voz, la aparición de los caracteres sexuales secundarios toman un papel protagónico, al mismo tiempo que la imagen corporal tiene su importancia, debido a que estos cambios no se dan de una forma igual en todos los adolescentes, ya que algunos crecen y cambian más rápido en comparación de otros, y por otro lado, prestan mucha atención a la opinión de los otros y les importa mucho lo que piensen de él y como le ven, puesto que consideran que son el centro de atención, desde el punto de vista social.

En ese sentido un adolescente suele describirse diciendo que es una persona que tiene muchos amigos, que les gusta salir con ellos, que les gusta una persona, que a veces no sabe realmente lo que quieren, que le gustaría hacer las cosas de una mejor manera, teniendo la sensación de ser dos personas distintas, una cuando esta con sus amigos y otra cuando esta con su familia. En esta etapa, el auto concepto resulta de las aspiraciones propias y de la imagen que devuelven los demás. Esa búsqueda de una nueva identidad, en la adolescencia, puede apreciarse en el esfuerzo, por definirse, sobre definirse y redefinirse a sí mismo.

3.1.3. Dificultad en las relaciones familiares

Hablar de comunicación eficaz dentro de la familia es como hablar de una familia equilibrada emocionalmente, pues en nuestros días es sumamente difícil encontrar familias en las cuales se presenten los casos de una comunicación al menos regular, no digamos de una comunicación eficaz. Para Lewis (1990), cuando los hijos llegan a la adolescencia, los problemas familiares pueden centrarse en la diferenciación de roles y en asuntos relacionados con la separación. Esto puede ser difícil para los padres, desligarse de los hijos y establecer un nuevo equilibrio en el sistema conyugal.

La interacción entre el adolescente y sus padres frecuentemente se caracteriza por una pobre comunicación y una expresión afectiva negativa, que resultan en un manejo inadecuado de los recursos para el control de la conducta. El autor indica que frecuentemente, los padres reaccionan ante sus hijos de manera consistente con los estereotipos que ellos esperan; éstos van de ver al joven como un victimario, o como una víctima. Los padres más jóvenes, menores de 38 años, tienden a percibir al adolescente, especialmente si es el primogénito de manera más negativa que los padres de mayor edad. Promoviendo esto, las barreras de comunicación e invitan al adolescente a excluir a los adultos de su mundo volviéndose silenciosos y refugiándose con amigos.

Para Moreno (2015), una de las condiciones para llegar a ser adulto consiste en ser independientes ante los padres. La perspectiva psicoanalítica enfatiza que por lo tanto debe darse en esta etapa una ruptura, una desviación afectiva de los padres. Los padres, en concreto la madre, continúa ocupando un papel privilegiado entre la figura de afecto de los adolescentes. En una investigación realizada por López en 1993, encontró que un 62% de los adolescentes menores de 15 años tienen a la madre como figura central de afecto y un 5%, el padre o un amigo. Entre los 15 y 20 años, las cifras cambian. Sin embargo, el 40% de estos adolescentes y jóvenes colocan la madre como figura central de inclinación. La diferencia es que el 32% de los casos los amigos ocupan la figura central.

Los niños tienen como horizonte social privilegiado la familia; en el adolescente, la situación se modifica y su vida social pasa a centrarse en los amigos o el grupo. De esta manera, los jóvenes

empiezan a salir solos con sus amigos al cine, discotecas o eventos deportivos. En el mundo socio afectivo del adolescente predomina el interés por hacer nuevas amistades, sentirse bien en el grupo de compañeros y, por supuesto, aprender a relacionarse íntimamente con individuos del sexo opuesto o del mismo sexo.

El referido autor menciona que en la adolescencia no solo cambia la importancia asignada a las diversas relaciones sociales, sino también el sentido de la amistad y la conformación de los grupos. En general, lo que los niños esperan de los otros, en concreto de sus padres, es seguridad. En contraste, los adolescentes se mostrarán más preocupados por lograr relaciones basadas en la intimidad y la búsqueda de soluciones comunes a los problemas que encuentran en este período. Los amigos son personas con las cuales se pueden hacer cosas, pero no aparecen las nociones de intensidad, reciprocidad, ni un sentimiento propio de la relación de amistad.

Para algunos padres surgen preocupaciones relacionadas con los adolescentes ya que estos van adaptándose poco a poco a los cambios internos y externos y van tomando conductas de riesgo, como el consumo de drogas y el comportamiento antisocial. Sin embargo, los problemas que preocupan fundamentalmente a los adolescentes son sexualidad, imagen corporal, dificultades emocionales, etc.

Moreno (2015) nombró a la etapa por la cual vive un adolescente como tempestad y tensión, esta atormentante revolución se presenta con cambios de humor, arrebatos frecuentes, se vuelve sordo a la voz que lo hacía dócil, desconoce su guía, ya no quiere ser guiado, y todo le parece ridículo y aburrido.

Para el autor hay tres categorías de conductas de riesgo, las dirigidas en búsqueda de emociones. Éstas las realizan adolescentes y adultos, pero los adolescentes con mayor frecuencia y menor conciencia de sus limitaciones y del alcance del riesgo. Seguidamente, las controladas por la audiencia, es decir, aquellas que permiten alcanzar una posición social y la aceptación del grupo. Y finalmente, las conductas irresponsables que llevan a cabo para alcanzar una meta sin conciencia de las consecuencias. Algunos padres ayudan a afrontar los cambios de esta etapa a sus hijos,

teniendo una mejor comunicación con ellos, lo cual crea un vínculo más cercano lo que hace que el adolescente se sienta más cómodo y seguro.

En la actualidad se ha convertido en el tema estrella de multitud de situaciones y ámbitos ,en donde muchas veces se impone una orientación sexual, por lo que al realizar esta investigación su finalidad es ayudar al adolescente a poder comprender de una forma más profunda sobre la sexualidad, y poder conectarla con su propio sistema de valores para poder decidir de ante mano su alcance, para así no dejarse llevar por el simple instinto, dicho de otro modo: El sexo exige responsabilidad, es de todo punto lógico que se necesite orientar y ayudar para poder hacer frente a la sexualidad, evidentemente esta orientación no puede provenir de la radio o de la televisión ni de literaturas populares o de la cinematografía.

Los medios de comunicación solamente se preocupan en poder satisfacer los deseos y peticiones de los consumidores, más que en educar los gustos e inclinaciones en un estilo de vida saludable y positiva, tanto desde el punto de vista físico, mental y social cómo también desde el ámbito religioso. Durante el conocimiento adquirido en la realización de prácticas supervisadas en el Juzgado de la Niñez y Adolescentes con Conflictos con la Ley Penal de la cabecera departamental de San Marcos, Guatemala, fue muy notorio que los jóvenes de las edades comprendidas de 13 a 16 años, no poseían algún conocimiento sobre la sexualidad explicada por los padres, si no que únicamente por amigos y videos de las redes sociales.

El no poseer un buen conocimiento sobre la educación sexual hace que los adolescentes tengan un desequilibrio emocional al no saber cómo actuar y que hacer en su desarrollo físico y emocional, dañando así su autoestima y para no ser juzgados se revelan ante los grupos primarios de la familia. La educación sexual debe de iniciar desde la infancia, en el hogar y saber comentar la sexualidad de forma natural, sin que existan prejuicios y tabús, siendo lo peor el desvío de la conversación en el abordaje de la sexualidad. Para que se pueda hablar de la sexualidad con normalidad y naturalidad, se debe de establecer una buena comunicación entre los padres e hijos, para que se pueda tener una amistad y confianza y así hablar sobre el tema sin ningún problema.

Para poder abarcar sobre el tema de la sexualidad, no siempre resulta fácil el poder hablar sobre ello, ya que en la actualidad éste es un tema que no les gusta tratar a los adolescentes porque les genera vergüenza hablar sobre sexualidad, a pesar del ambiente de la libertad sexual que se vive hoy en día, son pocos los padres que se atreven a hablar con sus hijos detalladamente de la intimidad sexual, ya que para el adolescente no resulta fácil el comprender que sus propios padres participan en el juego erótico y que él mismo es fruto de ello.

Un tema tan complejo pero delicado cómo la sexualidad, no puede ser aclarado en todos sus términos, sino que debe de existir un acompañamiento de un profesional para poder aclarar de mejor forma sobre el tema de la sexualidad y su anatomía y cómo la fisiología del aparato reproductor femenino y masculino, cómo también los aspectos que va a experimentar directamente su cuerpo, no se debe de olvidar que la falta de conocimiento sobre la sexualidad en el sexo opuesto, puede propasar ideas erróneas de consecuencias inestables, así mismo el comprender la función del acto sexual y poder saber sobre el proceso de concepción, ya que necesita ser advertido sobre las diversas enfermedades sexuales que existen.

En el Juzgado de la Niñez y el Adolescente, se da acompañamiento a los padres cómo a los hijos para que puedan tener una mejor comunicación, orientándolos de la forma adecuada y responsable, otorgándoles herramientas para poder crear un mejor vínculo de confianza y respeto en el tema de la sexualidad, ya que se debe de tener en cuenta los factores que se inculcan en la orientación moral y religiosa en las familias, para poder conservar una buena comunicación en el adolescente.

Por otra parte los centros escolares deben de contar con profesionales en el área para poder orientar a los adolescentes sobre la sexualidad, ya que existen estudiantes que por el temor o vergüenza de contarle a sus padres sobre el tema de sexualidad acuden a personas no apropiadas que no poseen el conocimiento adecuado para dar una mejor orientación sobre el tema de la sexualidad, confundiéndolos más y creando confusiones emocionales, psicológicas, cómo también creando inseguridad en el mismo y así apartándose de su familia y amigos. Teniendo así comportamientos no adecuados por el mal abordaje sobre el tema.

3.2. La sexualidad y la adolescencia

La sexualidad es una característica natural de todos los seres humanos, que se desarrolla durante toda la vida, desde antes de nacer hasta la muerte. La sexualidad es una función vital muy importante para el crecimiento y el desarrollo físico, mental y social de las personas. Para García (2006), la sexualidad está determinada por una serie de aspectos biológicos, psicológicos, sociales, culturales y espirituales que condicionan la forma de comportamiento o de conducta sexual de cada persona y la forma de interacción que tenga con las demás personas. En este sentido la sexualidad también es un todo que influye en el comportamiento social, mientras el sexo es solamente una parte de ese todo.

El referido autor indica que en la sexualidad del adolescente influyen aspectos biológicos y psicológicos que son los que hacen que se comporten de tal o cual manera. Los aspectos biológicos de la sexualidad tienen sus propias características: en la forma del cuerpo y en el funcionamiento de sus órganos sexuales y algunos otros órganos. También durante la adolescencia hay diferencias en cuanto a las etapas del proceso de crecimiento y desarrollo de los órganos sexuales. Ambos sexos, hombre y mujer sufren de una serie de cambios físicos y funcionales en su cuerpo, y en sus órganos sexuales de acuerdo con las diferentes etapas propias del crecimiento y desarrollo de todo ser humano.

También indica que, al llegar a la pubertad, más o menos entre los 10 y los 13 años de edad, tanto el niño como la niña empiezan a sentir los deseos o impulsos sexuales, como una experiencia nueva que influye en sus vidas. Cuando llega la adolescencia, más o menos entre los 14 y los 18 años, ambos sexos experimentan excitación y necesidad de expresar su sexualidad. Todos estos aspectos biológicos influyen de manera importante sobre la vida sexual del adolescente.

Siguiendo con esta línea, la parte psicológica es la más importante de la sexualidad humana. Es el conjunto de necesidades, intereses, sentimientos y emociones que tiene cada individuo en particular y que influye en la forma de pensar, sentir o de actuar de la persona. Es como el “Yo” interno que nos dice sí o no, a nuestra conducta. Durante la adolescencia es muy común que ocurran cambios

bruscos en el estado de ánimo o carácter de las personas. Todos estos aspectos psicológicos y todos esos cambios en la conducta influyen de manera importante en el comportamiento sexual de los y las adolescentes.

Durante la etapa final de la adolescencia, los jóvenes experimentan una gran necesidad de independencia y de autonomía, como paso previo para comenzar la vida adulta. Los y las adolescentes pierden su imagen de niños, se les abre un mundo social mucho más amplio y buscan su propia identidad de género y de orientación sexual. Desde el punto de vista de la psicología, hay muchas preguntas que los adolescentes a veces se hacen: ¿Qué es lo que quiero para mí? ¿Cómo quiero que me traten los demás? ¿Quién soy yo? ¿Que estoy haciendo aquí? ¿Cómo me siento siendo mujer o siendo hombre? Todas las respuestas a estas preguntas forman parte de lo que llamamos la autoestima, esta es una condición importante de la sexualidad.

En los aspectos sociales de la sexualidad, García (2006), indica que el ser humano no nace ni crece solo; se desarrolla en un ambiente social primario, que es la familia; aprende y llega a ser adulto interactuando con las demás personas de la comunidad. La comunidad donde nace, crece y se desarrolla cada persona, tiene sus propias formas de organización. Por medio de lo que se aprende en el hogar, en la escuela y en la comunidad, en el que podemos obtener una serie de conocimientos, valores, actitudes y comportamientos que pueden influir en la forma de vivir nuestra sexualidad, que define la forma de demostrar cariño, el vocabulario o la forma de expresar el amor o admiración entre las parejas.

La orientación que un adolescente o una adolescente puedan tener en el hogar y la educación que puedan recibir en la escuela o en el colegio, son dos de los más importantes aspectos sociales que ayudan a las personas a tener un mejor bienestar en su vida sexual. La sexualidad también considera aspectos culturales los cuales están muy influidos por los valores, costumbres y creencias que existen en el medio social donde se vive.

3.2.1. La búsqueda de la identidad sexual en la adolescencia

Lo primero que hay que reconocer es que, durante la adolescencia, los jóvenes tienen que enfrentar varios retos, García (2006), menciona 4 de ellos:

- Adaptación a los cambios físicos y fisiológicos que experimenta su cuerpo.
- Adaptación a una nueva forma de comportamiento personal.
- Separación de la vigilancia y protección directa de los padres.
- Establecimiento de nuevas relaciones con sus compañeros, compañeras y amigos.

La búsqueda de la identidad personal es una de las principales necesidades durante la adolescencia. Ya que mientras ellos y ellas están en esta importante etapa, una gran cantidad de cambios físicos y emocionales afectan sus vidas, a esto se suma un torbellino de hormonas que anuncia el despertar de su sexualidad y el interés por el amor de las parejas.

El referido autor menciona que durante la adolescencia se conforma la personalidad y se desarrolla el equilibrio entre la conducta y las emociones, existe una búsqueda de sí mismos y de su propia identidad, hay una gran necesidad de pertenecer a algún grupo y hacer fantasías, hay una especie de rebeldía contra la autoridad de los padres y las normas religiosas y sociales, demuestran conductas contradictorias y cambios repentinos en su estado emocional risa-llanto o tristeza-alegría. Se observa una separación progresiva de la vigilancia de los padres, asumen ideales y crean fantasías extremas, se refugian en sí mismos en el grupo de amigos y compañeros. Por lo que los espacios de diálogo son fundamentales para que ellos se sientan identificados con alguien.

Es por ello que es oportuno mencionar a la socialización como el proceso en el cual los individuos interiorizan las normas y los valores de una determinada sociedad y una cultura específica, lo cual permite obtener las capacidades necesarias para desempeñarse en el círculo de la interacción social. Para Durkheim (2006), la educación es una cosa inminentemente social y la define como una socialización de la joven generación por la generación adulta. La escuela es desde su punto de vista, un microcosmos social.

Por lo tanto tiene mucho que ver en la educación de la sexualidad no solamente es responsabilidad de los padres de familia sino se requiere de que todos los agentes sociales como los medios de comunicación y las personas que rodean al individuo se involucren y deberían de estar inmersos en la educación sexual del adolescente, que está ligado al goce y al placer con responsabilidad.

Actualmente existe otro medio, el cual no siempre es utilizado con responsabilidad, el internet, pero es necesario preguntarse ¿Este medio que tiene que ver con la educación sexual y la identidad del adolescente? Por ser un medio tan accesible y fácil de manejar es probable que se busque información de cualquier tipo, sin embargo la información que se obtiene no siempre es la correcta.

Por lo tanto no es prudente considerar al internet como un indicador de enseñanza de educación sexual, no porque no tenga la suficiente información sino porque la información que se muestra es mucha y variada, a veces verdadera y otras veces errónea, lo cual confunde el actuar y sentir del adolescente y perjudica su formación. Especialmente cuando son adolescentes que están enfrentando sus cambios de manera solitaria.

3.2.2. Pornografía en la adolescencia

Revisando diferente bibliografía se puede exponer que el término pornografía viene del griego *porne* que significa esclava sexual, prostituta, y de *graphos*, que quiere decir escritura, representación o descripción. Por lo tanto, pornografía significa: Escritura, representación o descripción de la esclavitud sexual y la prostitución; la pornografía es la representación de un cierto comportamiento sexual, como la exhibición de genitales y actos sexuales de toda índole, la definición como cualquier material escrito o visual que presenta desnudez y/o actividad sexual explícita con el propósito de causar excitación.

Prada (2009), refiere que la pornografía ha tenido distintas miradas y posturas por parte de quienes se han atrevido a escribir sobre ella. Se entiende por pornografía como un conjunto de materiales, imágenes o reproducciones de la realización de actos sexuales con el fin de provocar la excitación

sexual del receptor. La particularidad que se le atribuye a la pornografía es mostrar sin censura todo lo que contribuye al acto sexual.

El mismo autor refiere que los contenidos que promueve la pornografía son ofensivos y pueden causar daños emocionales como actos compulsivos obsesivos y biológicos a quienes participan de su observación, si no se tiene la suficiente madurez e información para procesarlos, algunos de los daños son: malestar emocional intenso, elevados niveles de ansiedad, personalidad compulsiva, problemas de aprendizaje por la falta de concentración, entre otros.; además, otorga una mirada de género a dichos contenidos, resultando el machismo por parte del hombre y la objetivización femenina como centro de atención en lo que expone propiamente la pornografía.

Además de comprender lo que significa la pornografía, se debe considerar que existen algunos tipos que es necesario precisar con más detalle y se encuentran actualmente en el mercado, a nivel mundial. Prada (2009) menciona los tipos de pornografía los cuales son: Revistas para adultos, videos, películas, la televisión, las porno-llamadas y la ciber pornografía. La pornografía abarca distintos contextos que facilitan no sólo que los adultos hagan uso de ella, sino también los adolescentes. Pensar en aislar o alejar a los adolescentes de estas prácticas es inevitable, ya que no sólo ellos sino todos los seres humanos se desarrollan en contextos particulares con expresiones culturales distintas.

Existen posturas que proponen que no se debe considerar como algo malo acceder a páginas o material pornográfico; sin embargo, el presente artículo expone las consecuencias propias ante la falta de comunicación con los padres y el crecimiento en soledad del adolescente.

3.2.3. Adicción a la pornografía en adolescentes

El problema con la pornografía surge cuando el adolescente hace uso de ésta de manera adictiva, por un lado, o cuando se generan aberraciones y perversiones por otro; es decir, se vuelve un problema cuando la persona limita sus encuentros sexuales al uso exclusivo de la pornografía, dejando de lado el erotismo que se puede construir en la práctica íntima con la pareja. Para hablar

de pornografía como adicción, es necesario comprender la adicción como una dependencia, que en este caso se evidencia como el acto abusivo de consultar contenido pornográfico. Hay una primera consideración a tener en cuenta, es que la persona inicialmente es adicta sexual y posteriormente es adicta a la pornografía.

Villa (2011), define que la adicción a la pornografía es el sentimiento obsceno y decadente que estimula sexualmente al ser humano. Dentro de la adicción, el sujeto busca tener acceso a contenidos pornográficos, y si no lo consigue comienza a tener síntomas de ansiedad, y tormento, incluso también síntomas de irritabilidad y euforia; conductas y comportamientos que también se presentan en la adicción a sustancias o vivencias particularmente adictivas para el ser humano.

El efecto de la adicción a la pornografía altera las condiciones naturales y particulares del ser humano; en principio su comportamiento en la cotidianidad, ya que dentro del mundo del adicto a la pornografía, comienzan a verse inmersos elementos externos que puedan satisfacer los deseos sexuales reprimidos de las personas; dentro de dichos elementos se encuentra la implementación de juguetes sexuales, o la segregación de sustancias fisiológicas producidas dentro del cuerpo humano; dichos recursos, de una manera controlada facilitan la excitación durante el coito, no obstante, dentro de una conducta adictiva son condiciones exageradas.

El impacto que tiene en los seres humanos el acceso a material pornográfico es insensibilizar al espectador. La pornografía promueve la conducta agresiva del adicto; esta adicción, además, se asemeja al uso de sustancias psicoactivas, incluso, la pornografía alcanza el estatus de droga, por lo que cada vez necesita ser manifestada con más fuerza para superar así, el deseo de excitación sexual.

Un segundo factor por considerar dentro del comportamiento del adicto sexual, son las implicaciones que tiene esta adicción en las relaciones interpersonales. Esta adicción en especial, no se considera como una patología, por lo que se mantiene muchas veces en el marco de lo oculto; sin embargo, en personas que mantienen una relación de pareja existe un factor más preocupante, y es que desencadenan sus síntomas en dicha relación, viéndose forzadas incluso las relaciones

sexuales. Las exigencias se basan en lo que han visto en los videos pornográficos, exigen a su pareja, por ejemplo, recrear lo visto, buscando incluso obtener esta satisfacción con otras parejas sexuales, incluyendo trabajadoras sexuales, con tal de satisfacer su deseo.

Estudios han demostrado que la adicción a la pornografía perturba las relaciones afectivas; sin embargo, sus otros vínculos sociales, como laborales o de cualquier otro entorno, también se ven altamente afectados cuando se trata de una adicción, ya que sus pensamientos están altamente trastornados y en ocasiones generan conductas agresivas.

Villa sigue exponiendo, que para que la consulta de material pornográfico se considere como una adicción, debe tenerse en cuenta lo que sucede cuando una persona observa algo que para ella es estimulante, ya que, al momento de contemplar algún tipo de representación pornográfica, la hormona epinefrina se libera al corriente sanguíneo fijándose en el cerebro y posteriormente incorporándose en la mente. Después de esa primera exposición inicial, es que la persona muestra una conducta de condicionamiento, buscando acceder nuevamente a dicho contenido pornográfico.

En las personas que utilizan material pornográfico, se evidencian cuatro situaciones que hacen progresiva y perjudicial dicha conducta. En un primer momento una adicción, caracterizada porque la persona no es capaz de liberarse de esa atracción, por lo que busca acceder a ella la mayoría de tiempo; luego comienza el proceso de escalada, en el cual se busca material mucho más excitante del visto con anterioridad; posteriormente llega la desensibilización, donde lo que en un principio era terrible e inaceptable comienza a ser tolerado y hasta buscado para satisfacer el deseo, llegando así a la actuación, momento en el cual se imita la conducta observada dentro de su práctica sexual individual.

Al mismo tiempo Villa (2011), indica que es importante tener en cuenta que se trata de un fenómeno silencioso; de cualquier forma, la industria de material pornográfico sigue en aumento al ser un negocio muy rentable. También es preocupante que la pornografía esté al acceso de cualquier adolescente, ya que en la actualidad existe infinidad de páginas pornográficas en Internet, el cual es un medio más utilizado para acceder a este tipo de material, seguido de revistas. Estudios

han demostrado que en la mayoría de los casos en adolescentes que buscan pornografía es por simple placer, otros para aprender, o para satisfacer sus deseos sexuales incluyendo la masturbación.

También factores como la edad influyen en la consulta de material pornográfico; en cuanto cambian las edades de los niños, y éstas van aumentando, también se van transformando los motivos de consulta y la frecuencia con que se realiza. Las actitudes que toman frente a su propia sexualidad también se ven transformadas, ya que todos convergen y actúan de manera distinta, de acuerdo al contexto, el motivo de consulta, y sus prácticas sexuales.

Prada (2009), menciona que la primera educación sobre sexualidad que reciben los jóvenes proviene de sus hogares, y el complemento es aportado por los maestros de las instituciones educativas, quienes tienen la misión de informar y educar adecuadamente a los jóvenes, frente a sus inquietudes sobre la sexualidad. Es importante entonces resaltar que los maestros enfocan su educación, desde una mirada biológica, mecanicista, lo cual muestra que la sexualidad no se promueve abiertamente desde todos sus puntos teniendo como consecuencia que ésta se siga evidenciado como un tabú.

También la falta de información conlleva a la inmadurez que tienen los jóvenes y algunos adultos para afrontar las diferentes etapas de la sexualidad durante su proceso de vida, llevándolos a que vean estas etapas como vulgares, vergonzosas o enfermizas; aquí la influencia social es determinante, puesto que no se cuenta con la adecuada educación.

Las relaciones que los adolescentes tienen con sus padres, un clima familiar de diálogo, comprensión y participación permiten aumentar las posibilidades de un uso positivo de las herramientas tecnológicas, así como también un uso limitado de la pornografía. Por el contrario, relaciones intergeneracionales negativas, que muchas veces llevan a buscar referencias fuera de ella, aún en contextos poco confiables, están asociadas con un mayor consumo negativo de la pornografía. Un clima familiar violento, vengativo y solitario, y considerar la familia como lugar

de conflictos puede llevar a un mayor consumo de pornografía, aumentando los riesgos asociados a éste.

Existen efectos y consecuencias derivados del consumo de la pornografía que provoca efectos neurológicos que genera vicios y adicciones, los mayores consumidores de pornografía son los adolescentes, esto se debe a los cambios biológicos por los que atraviesan sus cuerpos; lo cual intensifica su excitación sexual y curiosidad. Según Stoner, y Hugues (2014), mencionan que los jóvenes pasan de pornografía softcore el cual es un género pornográfico en el que no se muestran actos sexuales explícitos, a pornografía hardcore, género pornográfico en el que se muestran escenas de actos sexuales explícitos.

En la mayoría de los casos repiten ese patrón, lo que atenta contra su desarrollo psicosexual, buscan su placer sexual, caen en los derivados del porno como son: el sexting, cibersexo, y masturbación. Orte, y Pozo (2014), aportan que existen varios niveles de consumo de pornografía por el que atraviesan varios adolescentes; los que suelen consumir de forma ocasional, de uno a dos días, otros la observan como vicio, dos semanas seguidas o cada quince días y el último grupo, llegan a la adicción de consumir todos los días acompañados de otras prácticas como la masturbación.

El consumo de pornografía genera alteración en la liberación de la dopamina y cada vez necesitan contenido más explícito, distorsionando así el rol del hombre y la mujer. El tratar este tema es de gran importancia ya que se vive en una sociedad hipersexualidad y los adolescentes se encuentran en riesgo a través de los diferentes medios tecnológicos. Una de las causas, de la adicción a la pornografía, son los malos modelos de educación sexual, debido a que muchas veces los padres de familia o maestros no responden a sus interrogantes sobre temas de sexualidad.

En algunos casos, los adolescentes que son víctimas de bullying o con baja autoestima, acuden a estos contenidos, porque asumen que no serán rechazados y pueden cambiar de pareja sentimental en cuestión de minutos. Por otro lado, los adolescentes que han sufrido violencia sexual en ciertos casos buscan refugio en estas páginas para sanar alguna herida, así como también quienes tuvieron una ruptura sentimental. Velasco (2014), manifiesta que la pornografía en los adolescentes

distorsiona el concepto de hombre y mujer, haciendo creer a la juventud que el hombre debe cumplir un papel agresivo, mientras que la mujer tiene que ser sumisa u objeto sexual; siendo su fin complacer a su pareja en las diversas actividades.

Sin duda alguna, el primer objetivo que lleva al adolescente a consumir la pornografía es obtener un estímulo placentero y saciar su curiosidad; pero cuando el joven quiere obtener un grado de placer muy intenso, es un signo de presión psicológica; es decir, se busca a sí misma y desea hallar el placer dentro de sí. Evidente que estos sentimientos, son producto de un vacío o preocupación que vive en la persona; lo cual le lleva a querer compensar dicha insatisfacción. Con el tiempo El individuo se vuelve insensible, por el nivel de tolerancia adquirido al momento de buscar nuevas experiencias para aumentar su excitación donde desencadena posibles parafilias.

La experiencia que se tiene en la primera relación juvenil, es tan poco realista como todas las mitologías, suele ser bastante representativa de lo que suele ocurrir en algunos grupos juveniles. En San Marcos es difícil recopilar datos fiables, sobre un tema tan delicado, aunque se tengan números de evidencias que nos hacen pensar que el acto sexual para los adolescentes no resulta muy positivo en sí mismo, ya que por lo general los jóvenes tienden a percibir el acto sexual, cómo un valor relativo por sí mismo, siendo sus impulsos más afectivos y sentimentales que físicos, manifestando decepción, aunque se tienda la satisfacción de “haberlo hecho ya.”

Si los adolescentes fueran conscientes entre las diferencias de lo sentimental y físico se tuviera la capacidad de cuidar su cuerpo como también sus emociones. Las relaciones sexuales en los adolescentes suelen producirse en circunstancias desfavorables, muy rápido, en lugares oscuros y extraños, con temor a poder ser sorprendidos sin poder hablado mutuamente del asunto, y con el miedo de un posible embarazo o ya sea peor a una enfermedad de transmisión sexual. La inmadurez física que tienden a tener los adolescentes resulta en ocasiones a tener y llevar una vida promiscua desde la temprana edad.

Las disfunciones sexuales se caracterizan por una alteración del deseo sexual por cambios psicofisiológicos en el ciclo de la respuesta sexual y por la provocación de malestar y problemas

intrapersonales, en el DSM-IV del manual de trastornos mentales, nos indica que las parafilias se caracterizan por impulsos sexuales intensos y recurrentes, fantasías o comportamientos que implican objetos, actividades o situaciones poco habituales, produciendo malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad de la persona, si no se supera una adicción pornográfica pueden existir distorsiones cognitivas a temprana edad no solo en el aspecto biológico y psicológico sino en un tiempo puede llevar a las parafilias.

Entre las parafilias se identifican el exhibicionismo que es (exhibición de genitales, el fetichismo, empleo de objetos inanimados), el frotteurismo (contacto y roces con personas en contra de su voluntad), la pedofilia (interés por los niños en edad prepuberal), el fetichismo (vestirse con ropa del sexo contrario) y el voyeurismo (observación de la actividad sexual de las otras personas). Estas fantasías pueden continuar a lo largo de toda la vida por definición a fantasías e impulsos asociados, siendo recurrentes a las fantasías cumpliendo los criterios y diagnósticos para las parafilias. Es importante dar técnicas para educar a adolescentes en aspectos del desarrollo sexual, orientándolos correctamente. Esta investigación se abordará desde la pornografía apoyando con la propuesta para evitar a futuro alguna parafilia o distorsión mayor.

3.2.4. Tipos de pornografía

Anteriormente se había mencionado a grandes rasgos los tipos de pornografía, el cual se considera de suma importancia para la investigación, en este apartado detallaremos cada uno de ellos.

La pornografía se clasifica en tres amplios géneros: softcore, considerado como la expresión gráfica del cuerpo que integra desnudos parciales del cuerpo femenino y masculino, pero no incluye los genitales ni prácticas sexuales, las cuales siempre aparecen encubiertas, y en la oscuridad, sugiriendo una escena sexual, pero sin enmarcarla explícitamente; mediumcore, expresión gráfica del cuerpo que integra desnudos totales y primeros planos de los genitales, pero no prácticas sexuales explícitas, estas pueden ser: revistas, Hustler, Playboy y películas de carácter erótico y hardcore, expresión gráfica del cuerpo basada en la demostración de un acto sexual explícito de cualquier tipo está integrada por el conjunto de subgéneros dados por características físicas, edad,

sexo, fetiches, uso de animales y fluidos corporales, por preferencias sexuales sexual, amateur, profesional, tipo de acto sexual, comics, alternativo, extremo o ultra hardcore, entre otros.

En la actualidad dicha clasificación se excede, ya que el sentido de la censura actual sobre el cuerpo, las expresiones de placer y su relación con los derechos han permitido que elementos de los dos primeros géneros sean integrados a la programación de televisión abierta y en películas para adolescentes y adultos. Sin embargo, dado que el objetivo no es la búsqueda de una respuesta sexual, no se les considera pornografía, sino escenas eróticas.

En la industria basada en la pornografía existen géneros y subgéneros que son aceptados y otros no, que se relacionan con normativas, leyes y regulaciones para su producción, comercialización y consumo, que permiten que quien la consume sepa de qué se trata dicha mercancía. Asimismo, se encuentran productos que son considerados mercancía producida a través de delitos como la trata, esclavitud, abuso y explotación comercial y sexual de niños, niñas, adolescentes y mujeres, los cuales se consideran fuera de la industria establecida. Entre dichos materiales se sitúan la pornografía infantil y la pornografía sádica o snuff.

Sin embargo, tanto pornografía legal como ilegal se encuentran ante la actual problemática de la piratería. Recientemente han aparecido una serie de prácticas entre los niños y adolescentes a través de medios como el celular y el Internet, consideradas por algunos como prácticas de carácter pornográfico conocidas como sexteen, que consiste en tomarse fotografías o videos realizando un desnudo parcial o total y posiciones o encuentros sexuales explícitos para enviarlos por mensaje al destinatario, generalmente novios y/o novias, dicho material algunas veces termina siendo difundido en algunos portales de Internet.

De igual manera, el pornolab que consiste en fotografías, videos y webcam realizados por uno mismo desde un espacio neutral donde no pueden localizar a la persona que lo haces, es hoy en día una herramienta que utilizan principalmente adultos con la idea de cambiar el sentido de la pornografía comercial, pero también hay casos de adolescentes y jóvenes que lo producen como un medio para obtener algunos ingresos económicos.

Tal como lo manifiesta Marzano (2006), la pornografía contemporánea que integra una gran variedad de géneros y subgéneros presenta dos características que permiten reconocerla: una sobreexposición orgánica, que revela todo aquello que el ser humano es capaz de hacer con el cuerpo llevado al límite y al extremo de su fragmentación, al placer, al asco y al develamiento de sus secretos internos y externos, y un hiperrealismo, que genera la ilusión de sobreponerse a cualquier límite, regla o norma que para algunos activa un mecanismo que permite pensar dicho acto observado como lejano, donde supuestamente se admite como fantasía lo visto, pero que, a la vez, genera un sentido de hiperfeminidad e hipermasculinidad.

Por lo anterior, se debe considerar la necesidad de acompañar a la familia que está teniendo dificultades con un hijo adolescente y la pornografía. El siguiente tema permitirá encontrar una propuesta para el abordaje terapéutico de esta situación.

3.3. Abordaje terapéutico de acuerdo al modelo cognitivo

La terapia del modelo cognitivo a realizar será la terapia Racional Emotiva Conductual (TREC), esta terapia enfatiza los elementos cognitivos en el origen y mantenimiento de problemas psicológicos, invocada a la integración de técnicas conductuales establecidas en el uso de metodología experimental, en el proceso de intervención y de resultados terapéuticos. Esta terapia nos ayudara a los procesos de cambio de creencias del mal uso y consecuencias que lleva a que el adolescente vea pornografía sin el poder conocer las distorsiones en lo emocional y lo psicosocial.

Las terapias Racional Emotiva Conductual (TREC), tienen una base establecida de la terapia cognitiva, que han demostrado tener eficacia teniendo cambios significativos dando técnicas conductuales a los problemas emocionales como de conducta, pensamientos y emociones, dando técnicas aplicadas para los cambios de conducta de adolescentes que consumen y tienen adicciones, siendo una de ellas la pornografía, la terapia cognitivo es un método y una clave para el abordaje del desarrollo para modificar y cambiar el pensamiento, conducta y de observación negativas como obsesivas en el adolescente.

El modelo cognitivo nos proporciona herramientas para abordar el cambio de las distorsiones cognitivas y pensamientos automáticos en los adolescentes con problemas de conducta inapropiada por la influencia de la pornografía creándoles conflictos emocionales por lo que se requiere también el apoyo familiar para que sea un acompañamiento integral. Los padres de familia deben de brindar a sus hijos adolescentes la seguridad, el amor, la comprensión y la estabilidad emocional para que logren superar las adicciones y logren una mejor calidad de vida.

3.3.1. Antecedentes del modelo cognitivo

Pérez, Parra y Espinoza (2014), indican que en la década de los 60, la psicología cognoscitiva se consideraba que la conciencia era inaccesible a la indagación científica pero los psicólogos empezaron a investigar acerca de la mente con nuevos métodos de investigación empírica objetiva ampliándose para incluir pensamientos, sentimientos y estados de conciencia, la frase cognoscitiva se refiere a un cambio del enfoque limitado a la conducta hacia un interés más amplio en los procesos mentales.

La psicología surge como alternativa a la concepción conductista de la mente y que los psicólogos cognitivos ponen énfasis en la influencia que el procedimiento de la información que se tiene sobre la conducta afirmando que el individuo compara la información nueva con su “esquema” o estructura cognitiva preexistente y que los acontecimientos y las situaciones nuevas se interpretan a la luz de lo que ya se ha aprendido, en ocasiones es preciso adaptar el esquema a esta información. Indicando así Wilhelm Wundt, da la validez de la introspección como método para alcanzar un conocimiento objetivo.

Aaron Beck es conocido como el padre de la terapia cognitiva, ya que se dedicó al estudio de la depresión y el suicidio, percatándose que los que sufrían trastornos eran personas con pensamientos negativos hacia su persona, según Beck el rango generalizado de muchos de los trastornos psicológicos es la existencia de pensamientos automáticos ideas arraigadas con sentimiento negativo profundo, al grado que el individuo no se da cuenta que le producen

sentimientos de infelicidad o desmotivación siendo estos producto de sus ideas o pensamientos irracionales.

La información del Dr. Beck (2010) nos indica que el desarrollo la terapia cognitiva en los años 60 siendo psiquiatra en la universidad de Pennsylvania, miembro de grupos Nacionales de Salud Mental donde dio a conocer varios de sus artículos de sus publicaciones siendo unos de los cinco psicoterapeutas más influyentes, sus más recientes aportes a la terapia cognitiva fue la esquizofrenia, trastorno de personalidad limítrofe y para tendencias suicidas, Beck elaboró técnicas para corregir las distorsiones cognitivas negativas de las personas, acordando a su realidad el sistema de procesamiento de la información, base uso lógica y evidencias.

Hay que señalar que tanto Beck como Ellis aún hoy en día son los terapéuticos más emblemáticos de la orientación cognitiva, dando tratamiento estructurado y pautado que incluyen diferentes técnicas propias de la conducta y un modo operandi muy similar, de enseñar habilidades para que un individuo pueda afrontar adecuadamente diversas situaciones problemáticas como las caracteriza por el estrés o el dolor, ejemplo Meinchendaum (1977 y 1985) el entrenamiento en inoculación de estrés, basada en el uso del lenguaje como instigador de conductas a través del entrenamiento en auto-instrucción.

Se puede indicar que la terapia cognitiva anticipa los pensamientos negativos que causan trastornos psicológicos, emocionales y de conducta en adolescentes que tienen problemas con el observar y consumir pornografía dando técnicas y herramientas para que en el trastorno de la adicción a la pornografía se dé un cambio a las manifestaciones y distorsiones cognitivas que prevalecen en los adolescentes, estas se ven en los cambios de comportamientos desde su pubertad preocupación excesiva en su imagen corporal como de sus emociones de lo que sienten y la ansiedad que les produce al ver si son aceptados.

Así mismo, dentro de estos esquemas cognitivos negativos podría existir una correlación con el sentimiento de búsqueda de aprobación de los modelos de autoridad, de sus pares y de su contexto

social, además de la búsqueda de identidad que son factores por superar durante esta etapa del desarrollo.

Uno de los hechos iniciales más importantes en el surgimiento de las terapias cognitivo conductuales fue la publicación tanto del libro de Ellis (1962) titulado Razón y emoción en psicoterapia, como del artículo de Beck (1963) Thinking and depression, que es otro hito precursor del surgimiento de la terapia cognitiva. Años después, a mediados de los 70, se publican los primeros manuales sobre las terapias cognitivo conductuales (Kendall y Hollon, 1979, Mahoney, 1974, Meichenbaum, 1977), el manual de tratamiento de Beck, Rush, Shaw y Emery (1979) aplicando la terapia cognitiva a la depresión, produciéndose a partir de ahí su paulatina consolidación.

Los antecedentes cercanos de las terapias cognitivo-conductuales se asientan en el descontento con el psicoanálisis, la limitación del modelo conductual E-R, la extensión de la psicología clínica en la aplicación de tratamientos psicológicos a problemas cada vez más complejos, y una base filosófica en la que se hace una consideración global del ser humano en la que la conducta, sus pensamientos y sentimientos se consideran al mismo nivel.

La terapia cognitivo-conductual surge a partir de dos corrientes de pensamiento, en psicología; la aproximación cognoscitiva y la conductual, identificada en la teoría del condicionamiento. De acuerdo con Mahoney (1974), la mezcla cognitiva conductual surgió como resultado del no considerarse dentro del análisis no experimental de la conducta, el papel de los eventos privados, los sentimientos y los pensamientos, para Kasdin (1989-1990) obedece a las limitaciones del modelo conductual, el cual no se toman en cuenta los aspectos cognitivos y afectivos de la persona, ambos orígenes y bases teóricas comenzaron de la teoría cognitiva.

Ingram y Scott (1990) indican que todas las terapias cognitivo-conductual basan en siete supuestos:

- Los individuos responden a las representaciones cognitivas de los eventos ambientales más que a los eventos per se.

- El aprendizaje está mediado cognitivamente.
- La cognición media la disfunción emocional y conductual.
- Al menos algunas formas de cognición pueden ser monitorizadas.
- Al menos algunas formas de cognición pueden ser alteradas.
- Alterando la cognición podemos cambiar patrones disfuncionales emocionales y conductuales.
- Ambos métodos de cambio terapéutico, cognitivo y conductual, son deseables y deben ser integrados en la intervención.

A su vez éstos tienen como rasgos o características las siguientes:

- Las variables cognitivas son importantes mecanismos causales.
- A partir de la asunción de que las variables cognitivas se presumen agentes causales, al menos alguno de los métodos y técnicas de la intervención se dirigen específicamente a objetivos cognitivos.
- Se realiza un análisis funcional de las variables que mantienen el trastorno, particularmente las variables cognitivas.
- Las aproximaciones cognitivo-conductuales emplean tácticas terapéuticas tanto cognitivas como conductuales.
- Hay un importante énfasis en la verificación empírica. Este énfasis está manifestado en dos dominios distintos. El primero es la investigación empírica diseñada para establecer la eficacia de los procedimientos terapéuticos y ayudar a determinar los procesos por los que estos procedimientos funcionan. El segundo es un énfasis dentro de la actual terapia empleando evaluación objetiva para examinar el progreso terapéutico.

Para la terapia cognitiva es necesario conocer y evaluar primeramente los pensamientos y los tipos de procesos cognitivos que utiliza la persona. Éstos, y su modificación, cuando son disfuncionales, van a constituir el objetivo de la terapia, aunque la misma pretende que se den tanto cambios cognitivos como cambios conductuales en el funcionamiento cotidiano del sujeto.

Dentro de las primeras incluyeron la terapia racional-emotiva de Ellis, el entrenamiento auto-instruccional de Meichenbaum, la terapia cognitiva de Beck y la reestructuración racional-sistemática de Goldfried. Dentro de las terapias de afrontamiento para manejar situaciones el modelado encubierto de Cautela, el entrenamiento en habilidades para afrontar situaciones de Goldfried, el entrenamiento en manejo de la ansiedad de Suinn y el entrenamiento en inoculación de estrés de Meichenbaum. Finalmente, dentro de las terapias de solución de problemas incluyeron tres: la terapia de solución de problemas de D'Zurilla y Goldfried, la terapia de solución de problemas interpersonales de Spivack y Shure y la ciencia personal de Mahoney.

3.3.2. Herramientas propuestas por el modelo cognitivo

De acuerdo con Ruiz, Diaz y Villalobos (2012), hay diferentes técnicas cognitivas de uso apropiado para la intervención de las principales alteraciones conductuales, emocionales y de percepciones inadecuadas, factores que interfieren de forma positiva o negativa en la salud mental del adolescente causando repercusiones psicosociales en su entorno como en la familia, las terapias terapéuticas que permite el estudio adolescente con signos de riesgo o alguna conducta nociva para su salud o alteraciones dinámicas familiares donde los jóvenes están llenos de energía, curiosidad siendo esta una fase de vida compleja donde tiene que tomar responsabilidades y experimentan una nueva sensación de independencia buscando su propia identidad.

Albert Ellis (1913 y 2007) psicólogo estadounidense, es creador de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) y precursor del enfoque psicoterapéutico cognitivo siendo su método descubrir las irracionales de nuestros pensamientos y, con ello, sanar las emociones dolorosas, dramatizadas y exageradas, la psicoterapia Racional Emotiva Cognitiva de Ellis cuenta con el crédito de haber formulado el primer sistema de terapia cognitivo-conductual cuyo objetivo es modificar los núcleos cognitivos disfuncionales que subyacen a los estados de perturbación psicológica, teniendo todos los elementos necesarios para obtener resultados a corto, mediano y largo plazo.

Se podría resumir los principios éticos y humanistas que asume la TREC, se da el refuerzo a las personas a maximizar su individualidad, aceptación incondicional y libertad, incluso de elegir su

propio estado emocional y su compromiso social, Russell (1955) Tillich (1953) o Heidegger (1949) indican que el marcado afecto que puede tener el lenguaje sobre nuestros pensamientos, emociones y acciones, Ellis valoro la efectividad de las tácticas conductuales utilizándolas para superar los problemas. Las técnicas del ABC es otra técnica de la Terapia Racional Emotiva Conductual donde los individuos intentan conseguir sus metas encontrando acontecimientos que les permite o les dificulta la consecución de sus metas de valores de situaciones estimulantes.

Para analizar las interrelaciones entre acontecimientos, cogniciones y consecuencias, Ellis (1984) propone el modelo ABC: (A) Son los acontecimientos activadores a los que respondemos, (C) Es la respuesta cognitiva emocional o conductual que se den y (B) Las creencias que se tienen sobre (A) que son las que explican en mayor medida la respuesta (C) siendo (B) el medidor fundamental entre (A) y (C).

La pornografía es una perturbación y una respuesta de sus ideas irracionales de cómo ven el sexo opuesto ya que trae una determinada creencia irracionales que se activan ante las situaciones vitales negativas ya que si el adolescente sigue reafirmando sus creencias rígidas y extremas estas se mantendrán utilizando mecanismos de defensa como: evitación, racionalización y negación, en la fases del proceso de intervención se lleva a cabo cinco fases o etapas:

- Evaluación psicopatológica
- Evaluación Racional-Emotiva
- Insight Racional- Emotivo
- Aprendizaje de una base de conocimiento racional
- Y el llegar al aprendizaje de una nueva filosofía de vida.

Entre las técnicas que se pueden realizar es la de técnicas cognitivas de discusión y debate de utilizando argumentos para debatir creencias irracionales dando argumentos empíricos que animen al adolescente a que busque evidencias que confirme o analice la verdad de sus creencias irracionales y dar argumentos pragmáticos que le ayuden a cuestionarse sus adicciones a la pornografía, dando un análisis y evaluación lógica de sus respuestas dando sus incongruencias de

su forma de ver sus adicciones identificando y razonando lo absurdo de lo que le lleva sus malos hábitos de la pornografía, analizando y evaluación empírica, contradicción con el valor apreciado, apelar a consecuencias positivas, entrenamiento en auto- instrucciones y distracción cognitiva.

Ellis (1984), define las creencias racionales como cogniciones evaluativas de significado personal que se expresan en forma de deseo, preferencia, gusto, agrado y desagrado. Los pensamientos racionales son flexibles ayudando al adolescente a establecer libremente sus ideas sin generar conductas y emociones negativas.

Hay evaluaciones y uno de los tratamientos es realizar una evaluación para diferenciar aspectos del trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) caracteriza por la presencia de obsesiones, compulsiones o ambas siendo estas ideas, pensamientos, impulsos o imágenes persistentes que se perciben como invasivas o inadecuadas generando ansiedad y angustia en los adolescentes esto es de acuerdo a los criterios del (DSM-IV; American Asociación, 200).

3.3.3. Propuesta para el abordaje de la pornografía en adolescentes

Las propuestas que se dan tienen como base el modelo cognitivo y la Terapia Racional Emotiva (TREC), ya que como profesional se sugiere que se lleve a cabo el siguiente proceso para que consiguiendo que adolescente y el padre de familia puedan encontrar una mejor comunicación, pueda existir una disminución en problemas emocionales y psicológicos que puede llegar a producir el consumo de la pornografía.

Para lo cual se consideran los siguientes pasos dentro del abordaje terapéutico:

- Entrevista clínica: La entrevista clínica permite visualizar e identificar las ideas irracionales del cual el paciente busca la ayuda necesaria, implicando un compromiso en el paciente al llegar a la entrevista clínica.

Desarrollo: Se debe de tener una empatía y la aprobación de los padres de familia sobre la realización de la entrevista clínica hacia el adolescente, creando la confianza para que el

adolescente se sienta seguro y cómodo a la hora de abordar un tema que provoca incomodidad y vergüenza en él, tal y como es la sexualidad y la pornografía; se debe hablar con claridad y seguridad para poder abordar el tema sin ocasionarle confusión alguna, cómo también el poder saber cuánto es lo que sabe él sobre el tema y saber si puede identificar las consecuencias emocionales que esto trae.

- Evaluación psicológica hacia al adolescente: En esta evaluación se propone que el adolescente realice diferentes clases de instrumentos psicológicos, para proporcionen más información sobre sus expectativas.

Desarrollo: La evaluación psicológica se podrá operacionalizar por medio de la administración de diferentes instrumentos que permitan tener una mejor visión de aspectos importantes de la personalidad del adolescente utilizando el test EBP o Escala de Bienestar Psicológico, la prueba de Motivaciones en adolescentes o TMA, la prueba de 16pf o 16 factores de la personalidad, INAS inventario de asertividad, EAE escala de autoestima, AF-5 autoconcepto en adolescentes, esto para obtener resultados del como se ve como ser humano y sus perspectivas del sexo opuesto.

- Plan terapéutico: Al momento de realizar un plan terapéutico como profesional se sugiere que se realice con satisfacción y compromiso del adolescente y padres de familia las siguientes sesiones terapéuticas. En esta propuesta todas las sesiones se trabajarán de forma psicoeducativa. Esto se refiere al conjunto de técnicas y estrategias como el acompañamiento que se encuentran basadas en la teoría del aprendizaje y del desarrollo evolutivo.

1ª Sesión:

Objetivo: Educar al sujeto acerca de su problema y hacerle consciencia de los peligros que tiene el abuso inadecuado de pornografía.

Tarea: Se le informará al adolescente acerca del problema de adicción al consumo de pornografía y se expondrán sus consecuencias. Se hará hincapié en la clasificación de su problema como

adicción y los problemas que puede causar (pérdida de vida social, académica, personal en favor a consumir pornografía, dependencia, etc.). A modo de clase teórica, se le expondrá lo dicho con la ayuda de una presentación de PowerPoint y tendrá la opción de utilizar otros programas/instrumentos que sea de utilidad, con el objetivo que pueda observar detenidamente el material visual para tener cambios de pensamiento.

Descripción: Durante esta sesión se le pedirá al adolescente que rellene un autorregistro de las actividades que hace en su día a día para analizar así su consumo de pornografía. Este autorregistro se utilizará hacia el final de la intervención a modo de comparación “pre-post” para así comprobar la eficacia del programa. También servirá de fuente de motivación para el sujeto.

2ª Sesión:

Objetivo: La finalidad de la segunda sesión es trabajar la motivación del adolescente para el cambio de conducta emocional, visual y cognitiva del mal uso de la pornografía.

Tarea: Se repasarán los puntos más importantes de la primera sesión y se trabajará la motivación del adolescente al cambio.

Descripción: El adolescente pondrá sus propias metas a conseguir y como psicólogo se le ayudará a que sea muy realistas. Estas metas se pondrán en una “hoja de perfil” del sujeto para que el mismo pueda repasarlas y pensarlas. Es muy importante que el sujeto se trace unos objetivos realistas y alcanzables al principio de la terapia.

3ª Sesión:

Objetivo: Aumentar la autoeficacia y motivación del paciente.

Tarea: Durante la sesión se le asignarán tareas de control emocional y de impulsos (como por ejemplo al sujeto se le deja solo con un ordenador mientras que el psicólogo observa desde fuera y

la tarea es no buscar pornografía o no entrar en internet) y al cumplirlas, utilizando la retroalimentación positiva, se aumentarán la autoeficacia y motivación del paciente. Si el adolescente no llega a cumplir la tarea durante el tiempo asignado a ella, se volverá a trabajar el control de impulsos y se volverá a proponer la tarea.

Descripción: Esta sesión durará una hora y media para que haya tiempo suficiente para observar al adolescente varias veces en una tarea. Se utilizará un ordenador y el psicólogo anotará las veces que se ha cumplido la tarea y las veces que no se ha cumplido.

4ª Sesión:

Objetivo: Conseguir cambios de patrones irracionales y de fijaciones sobre el mal uso de la pornografía que causa en el adolescente.

Tarea: en esta sesión, se trabajará con Terapia Racional Emotiva (TREC) modificando las creencias irracionales de la fijación de la conducta del consumo de la pornografía, teniendo una autodirección adecuada y propia hacia el consumo de la pornografía.

Descripción: El conocimiento y objetivo de esta terapia es conseguir los cambios de patrones y pensamientos irracionales que el adolescente tiene de los cuales interfiere su bienestar, cómo también sus pensamientos, fijaciones, creencias y opiniones sobre el mal uso de la pornografía, así como el remplazarlas por ideas que le permitan obtener una mejor conducta de pensamientos y fijaciones.

5ª Sesión:

Objetivo: Trabajar el autocontrol y la identificación de situaciones de riesgo, por ejemplo, identificar los momentos no aptos para consumir pornografía, en el ámbito familiar y escolar, o en público, etc. Por parte del adolescente.

Tarea: Esta sesión se puede llevar a cabo viendo los resultados significativos anteriormente, si se observa al adolescente que puede controlar o prefiere observar situaciones de riesgo, así se hará. Si no se visualizará un vídeo y se le preguntará al sujeto si las situaciones que salen son de riesgo o no.

Descripción: Se evaluará qué situaciones son las más peligrosas para el sujeto y las estrategias más eficaces para poder afrontarlas con éxito. Se espera con esto el adolescente sea capaz de controlarse cuando se encuentra en una situación de riesgo y sepa identificarla como tal.

6ª Sesión:

Objetivo: Realizar un plan de acción para el riesgo y el autocontrol que se tiene del uso inadecuado de la pornografía y así evaluar su grado de consumo.

Tarea: Durante esta sexta sesión se realizará el plan de acción para el sujeto utilizando la información conseguida de la previa discusión de situaciones de riesgo y autocontrol. Este plan dependerá del nivel de consumo de pornografía que tiene el sujeto (no consumo, consumo experimental, consumo esporádico, consumo habitual o dependencia) a la hora de realizar esta sesión. Para evaluar el nivel de consumo, se comprobará el autorregistro. Se espera que para esta sesión el sujeto ya dispondrá de las habilidades necesarias para llevar a cabo las conductas expuestas en el plan de acción cuando se encuentre en un estado de ansiedad por consumir o ver nuevamente pornografía.

7ª Sesión:

Objetivo: Reforzar la autoeficacia del sujeto haciéndole observar las capacidades y habilidades sobre el afrontamiento que posee.

Tarea: Se trabajará con la retroalimentación positiva del paciente y se le dará un nivel mayor de importancia al autorregistro. Se asignarán tareas para casa simples, para que vea que puede

superarlo (por ejemplo, cuando siente la necesidad de consumir pornografía, que salga de casa, o que realice un deporte o que tenga un hábito de leer). Estas tareas se apuntarán en el autorregistro. Se le ofrecerán unas sesiones de terapia apoyo familiar si es preciso. En los casos de apoyo familiar, el procedimiento será parecido. Primero se hará una entrevista con cada miembro por separado y luego con las personas pertenecientes al núcleo familiar. Se les explicará la problemática del paciente y se trabajarán la empatía y las estrategias de afrontamiento.

Descripción: La sesión se llevará a cabo con el material necesario para las tareas que se le asignaran al adolescente. Se podrá utilizar el ordenador durante las tareas que lo requieran y si el sujeto puede controlar el consumo con la tentación que proporciona la computadora o celular, aumentará su autoeficacia. La tarea de buscar información en Internet podría servirle de estrategia de afrontamiento en situaciones de riesgo.

8ª Sesión:

Objetivo: La finalidad de la última sesión es prevenir las posibles recaídas (lo cual se lleva consiguiendo con todas las tareas propuestas y realizadas en el proceso) y proporcionar al adolescente el refuerzo necesario para aumentar su autoeficacia, motivación y control de impulsos y así dificultar la vuelta al consumo excesivo, también como objetivo se tendrá una comunicación con el padre de familia para que él pueda apoyarlo en cada una de las tareas realizadas como el acercamiento de padre e hijo. Esta sesión sirve de resumen de toda la propuesta en sí, ya que es importante la involucración del manejo inadecuado sobre el uso de la pornografía.

Tarea: Se llevará a cabo la comprobación del autorregistro del adolescente para poder analizar su consumo a la pornografía y ver si ha disminuido en la cantidad postulada para la eficacia de la intervención con el apoyo del padre de familia y así se reconsiderará lo importante de la intervención.

Descripción: Se evaluará la disminución producida en el consumo excesivo de la pornografía en el adolescente y se esperará ver que haya disminuido al menos un 70%. Al no ser así, se seguirá la intervención acordando la fecha de terminación con el adolescente, en el caso de que se consiga la

disminución necesaria del consumo se reforzará al paciente para prevenir recaídas del cual le esté provocando un malestar significativo tanto en lo personal como en lo social, se le dará una orientación para que pueda evitar el consumo.

El éxito que se obtendrá en estas terapias es el cambio cognitivo y la disminución significativa del consumo de la pornografía, involucrando así a los padres de familia para que obtengan una mejor comunicación y el que puedan estar más pendientes del uso de toda la clase de tecnología que pudiera recaer en el adolescente, en cada una de las sesiones se debe de contar con la autorización de los padres para brindar la asesoría psicológica como el abordaje del tema que proporciona incomodidad en los adolescentes como el conflicto que genera emocionalmente, cognitivamente y psicológicamente.

En este proceso de abordaje terapéutico se brindaron técnicas cognitivas con enfoque Terapéutico Racional Emotiva Conductual (TREC), donde el objetivo se basó en la disminución del consumo de la pornografía en el adolescente, cómo también el apoyo del padre de familia para poder establecer una mejor comunicación y el poder vigilar a sus hijos para que el adolescente no consuma pornografía.

4. **Discusión de Resultados**

El objetivo general que ha sido planteado en la investigación es el poder brindar técnicas para la disminución del consumo de la pornografía, por lo cual se logra la finalidad de este objetivo a través del uso de la herramienta de la técnica cognitiva que es la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC), ya que esta terapia ayuda a modificar las ideas irracionales que tiene el adolescente teniendo una nueva estructuración cognitiva donde se logra reducir los pensamientos de deseo del ver y consumir pornografía.

En los objetivos específicos se señala como primer punto el poder brindar una orientación en la educación sexual como el abordaje de la identidad emocional en el adolescente, por lo que satisfactoriamente se logra este objetivo, ya que, a través del abordaje de las sesiones psicoeducativas, se poseen evaluaciones específicas para que se pueda tener un adecuado tratamiento. Otro de los objetivos específicos es el proponer técnicas cognitivas para el abordaje de la adicción a la pornografía en los adolescentes, este objetivo ha sido alcanzado a través de la (TREC), y una comunicación que se establece entre el psicólogo y adolescente, en donde el adolescente identifica el mal hábito del uso inadecuado del internet.

El último objetivo específico establece que se debe de dar una orientación a padres de familia sobre el abordaje educativo del tema de la sexualidad y de los daños que este proporciona a los adolescentes desde el modelo cognitivo, este objetivo se ha alcanzado a través del compromiso del padre de familia y del adolescente en las terapias psicoeducativas de compromiso, ya que al identificar las estrategias de intervención se proporcionan técnicas y aplicaciones dando soluciones y beneficios, modificando los pensamientos irracionales del adolescente.

Los resultados obtenidos durante la investigación se han dado de forma satisfactoria a través de la metodología y de artículos científicos y verídicos, que se desarrollaron en la investigación sobre las necesidades y conflictos que ocasiona el consumo de la pornografía en los adolescentes desarrollando el tema cómo “Técnicas cognitivas para el manejo emocional del adolescente que consume pornografía”. Este ha sido un tema amplio y a la vez complejo, ya que hoy en día el

adolescente tiene una idea irracional y distorsionada del uso de la pornografía, creando así daños psicológicos, cognitivos y emocionales, de los cuales no se atreve a dialogar con los padres de familia.

En los resultados obtenidos en el tema se crean métodos cognitivos utilizados para el abordaje, ya que son los más precisos he indicados para que se obtengan resultados en la conducta distorsionada del adolescente, teniendo en cuenta las fortalezas y debilidades de que abarca el tema de la sexualidad en él adolescente, una de las fortalezas es que la pornografía es un tema muy controversial en la sociedad por lo que es de mucho interés más sin embargo existen dificultades tal y cual es el cambio constante de emociones en el adolescente, teniendo dificultades y problemas emocionales, cognitivos y psicológicos al no poder expresarse libremente y con seguridad con los padres de familia por la vergüenza y temor que esto implica.

Este tema ha sido investigado y asesorado en fuentes confiables y verídicas tales como el manual de técnicas de intervención cognitiva conductual, DSM IV Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales de Pichot (1995), también en libros investigados en la biblioteca virtual de la Universidad Panamericana. Al realizar la investigación se aportan ideas para el conflicto de la distorsión en el adolescente que consume pornografía, brindando técnicas cognitivas como la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC), así brindando el aporte al adolescente que posee problemas emocionales-sexuales evitando el uso incorrecto de la pornografía, contando siempre con el apoyo de los padres.

A través de las investigaciones realizadas se aporta a investigaciones futuras, para hacerle conciencia al padre de familia que durante la etapa de la adolescencia existen muchos cambios emocionales que llevan a que el adolescente adopte conductas inadecuadas llevándolo por caminos equivocados y con la facilidad de información que hoy en día poseen pueden ser mal informados sobre la sexualidad y piense que el uso inadecuado de la pornografía no pueda generarle conflictos y consecuencias, ya que en esta etapa se marcan cambios físicos, psíquicos y emocionales. Si el adolescente presenta alteraciones en su conducta es aconsejable el indagar sobre la existencia de un problema psicosocial teniendo técnicas de comunicación.

Conclusiones

El adolescente al tener los conocimientos de las consecuencias que ocasiona el consumo de pornografía debe hacer conciencia del daño que causa y así exponer su problema de forma más adecuada para identificar la dificultad por la que está atravesando y darle una mejor solución, ya que esto puede ocasionarle conflictos emocionales y psicológicos, provocándole ansiedad y estrés por el consumo de la pornografía.

La adolescencia es una etapa donde los chicos o chicas están en proceso de formación, suelen ser moldeables y son expuestos a recibir todo tipo de experiencias o emociones, tanto correctas como incorrectas causándoles perturbaciones y consecuencias en su vida actual y futura.

Los padres de familia deben procurar formar un vínculo fuerte de confianza y comunicación a temprana edad con sus hijos, para que al momento que lleguen a la adolescencia puedan abordar cualquier tipo de tema o cambio que sean observados durante esta etapa, manteniendo una mente abierta, siendo los más indicados para el abordaje del tema de los cambios físicos y de la sexualidad como cambios constantes de pensamientos, conductas y fijaciones así como al mal uso del consumismo de lo que observan en redes sociales o de su entorno.

Se considera que la pornografía es una de las causas que más daño y distorsión psicológica, emocional y conductual le ocasiona a los adolescentes, se recomienda programas de información sobre sexualidad, dejando clara la gran diferencia que existe entre aprender sobre sexualidad y la experiencia que van a vivir cuando este aprendizaje se convierta en una práctica.

Referencias

- Brañas, A. (2001). *Manual de derecho civil* . Guatemala: Estudiantil Fénix.
- Corral, E. E. (1998). *Manual de violencia familiar*. Madrid España: Siglo XXI.
- Díaz-Loving, R. y. (2010). *Antología psicosocial de la pareja*. México: Librero.
- Doreste, J. S. (2002). *La educación de las emociones a través de la lectura*. Barcelona: Kairós.
- Durkheim, É. (2006). *Educación y Sociología* . México : Península .
- E. Papalia, D. (2012). *Desarrollo humano*. México: McGrawHill.
- Emmery, R. E. (1992). Interparental conflict and the children of discord and divorce. 90, 310-330.
- Estrada Inda , L. (2014). *El ciclo vital de la familia*. México: Penguin Random House .
- García Fuentes , M. (2008). *Atención al adolescente* . España: Universidad de Cantabria.
- García Ramírez , G. (2006). *Salud y Sexualidad*. San José Costa Rica: Universidad Estatal a Distancia.
- GJM, S. (1994). *Normalidad y psicopatología en la adolescencia*. Rev Mex Pediat.
- Gottman, J. M. (2001). *Clinical manual for marital therapy*. The Gottman Institute: A research based approach.

- Lewis M, V. F. (1990). *Clinical aspects of child & adolescent*. Philadelphia, EUA: Lea & Febiger.
- Ley de Protección Integral de la Niñez y Adolescencia. (04 de Junio de 2003). Guatemala.
- Marzano, M. (2006). *La pornografía o el agotamiento del deseo*. Buenos Aires: Manantial.
- Monrroy , A. (2012). *Salud y sexualidad en la adolescencia y la juventud*. México: Pax México.
- Montemayor, R. (1986). *Family variation in parent adolescent*.
- Moraleda, M. (1992). *Adolescencia. Psicología del Desarrollo, infancia, adolescencia, madurez y senectud*. Barcelona: Boixareu.
- Moreno, A. (2015). *La adolescencia*. Barcelona: UOC.
- Moreno, S. (2001). *De cómo los sentimientos tienen un lugar propio en la educación*. Sinéctica.
- Niñez, L. B. (2006). *Emociones y educación: una perspectiva pedagógica*. Madrid: Ariel.
- Orte y Pozo, C. (2014). *Estudio de la nueva pornografía y relación sexual en jóvenes* . Andaluza.
- Pichot, P. (1995). *Manual diagnóstico y estadístico*. Barcelona España: Masson.
- Prada Prada, N. (2009). *La fuga. Erotismo y pornografía*. Barcelona: Paidós.
- Romero Palencia , A. (s.f.). *La satisfacción con la relación de pareja en la actualidad*. Hidalgo, México: s.e.

Rosales Marroquín, H. J. (2006). *Análisis jurídico y doctrinario del matrimonio de personas en artículo de muerte, en la legislación civil Guatemalteca* . Guatemala: Universidad de San Carlos de Guatemala.

Ruiz y Díaz, Á. (2012). *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivas Conductuales*. Descleé de Brouwer.

Saavedra, M. (2010). *Como entender a los adolescentes para entenderlos mejor* . México: Pax México.

Sosa, J. I. (2015). Relaciones de Pareja y Habilidades Sociales: El Respeto Interpersonal. *Psicología Conductual, Vol 23, 25-34*.

Stoner y Hugues , J. (2014). *Los costes sociales de la pornografía*. Madrid España: Rialp.

Velasco, A. (2014). *Pornografía y erotismo*. Guadalajara México: PAAKAT.

Verano Rodríguez, G. (2012). *Adolescentes guía para padres y madres*. Washington, D.C.

Villa , A. (2007). *Cuerpo, sexualidad y socialización* . Buenos Aires: Novedades Educativas.

Villa , A. (2011). *Cuerpo, sexualidad y socialización*. Buenos Aires: Noveduc.