

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a circular emblem. It features a central figure of a knight on a white horse, holding a lance and a shield. The knight is surrounded by various heraldic symbols, including a crown, a cross, and a lion. The seal is set against a light blue background with a grid pattern. The text "UNIVERSITAS SAN CAROLINI" is visible at the top and "ACADEMIA COACTEM" at the bottom of the seal.

**"ATENCIÓN PSICOLÓGICA A ESTUDIANTES DE CICLO BÁSICO Y  
DIVERSIFICADO DEL INSTITUTO NORMAL PARA SEÑORITAS "OLIMPIA  
LEAL" DE LA CIUDAD DE LA ANTIGUA GUATEMALA, SACATEPÉQUEZ"**

DINORA LISSETTE DUEÑAS HERRERA

GUATEMALA, JULIO DE 2007

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

**"ATENCIÓN PSICOLÓGICA A ESTUDIANTES DE CICLO BÁSICO Y  
DIVERSIFICADO DEL INSTITUTO NORMAL PARA SEÑORITAS "OLIMPIA  
LEAL" DE LA CIUDAD DE LA ANTIGUA GUATEMALA, SACATEPÉQUEZ"**

INFORME FINAL DE EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO  
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO DE LA ESCUELA DE  
CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR

DINORA LISSETTE DUEÑAS HERRERA

PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE

PSICÓLOGA

EN EL GRADO ACADÉMICO DE

LICENCIATURA

## **MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO**

Licenciada Mirna Marilena Sosa Marroquín  
DIRECTORA

Licenciado Helvin Orlando Velásquez; M.A.  
SECRETARIO

Doctor René Vladimir López Ramírez  
Licenciado Luis Mariano Codoñer Castillo  
REPRESENTANTES DEL CLAUSTRO DE CATEDRÁTICOS

Licenciada Loris Pérez Singer  
REPRESENTANTE DE LOS PROFESIONALES EGRESADOS

Brenda Julissa Chamán Pacay  
Edgard Ramiro Arroyave Sagastume  
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES  
ANTE EL CONSEJO DIRECTIVO



c.c. Control Académico  
EPS  
Archivo  
REG.746-2006  
CODIPs. 974-2007

**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

**De Orden de Impresión Informe Final de EPS**

18 de julio de 2007

**Estudiante**

**Dinora Lissette Dueñas Herrera**  
**Escuela de Ciencias Psicológicas**  
**Edificio**

**Estudiante:**

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO (10o.) del Acta TREINTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL SIETE (37-2007) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 13 de julio de 2007, que copiado literalmente dice:

**“DÉCIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- titulado: “ATENCIÓN PSICOLÓGICA A ESTUDIANTES DEL CICLO BÁSICO Y DIVERSIFICADO DEL INSTITUTO NORMAL PARA SEÑORITAS “OLIMPIA LEAL” DE LA CIUDAD DE LA ANTIGUA GUATEMALA, SACATEPÉQUEZ”, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:**

**DINORA LISSETTE DUEÑAS HERRERA**

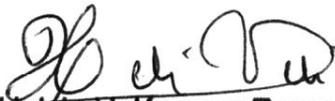
**CARNÉ No.200022286**

El presente trabajo fue supervisado durante su desarrollo por el Licenciado Oscar Josué Samayoa Herrera y revisado por la Licenciada Sonia del Carmen Molina Ortíz. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional.”

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**



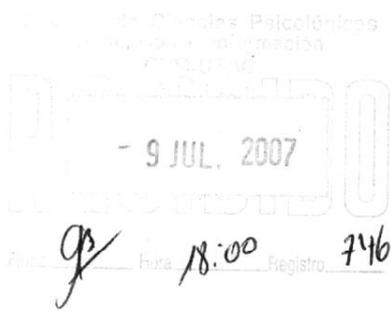
  
Licenciado Helwin Velásquez Ramos; M.A.  
**SECRETARIO**

c.c.r.



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14  
e-mail: usaepsic@usac.edu.gt



EPS 073-2007  
Reg. 746-2006

22 de junio de 2007

Señores  
Consejo Directivo  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Señores:

Informo a ustedes que se ha asesorado, revisado y supervisado la ejecución del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de Dinora Lisette Dueñas Herrera, carné No. 2000-22286, titulado:

**"ATENCIÓN PSICOLÓGICA A ESTUDIANTES DEL CICLO BÁSICO Y DIVERSIFICADO DEL INSTITUTO NORMAL PARA SEÑORITAS "OLIMPIA LEAL" DE LA CIUDAD DE LA ANTIGUA GUATEMALA, SACATEPÉQUEZ "**

De la carrera: Licenciatura en Psicología

Asimismo, se hace constar que la revisión del Informe Final estuvo a cargo de la Licenciada Sonia del Carmen Molina Ortiz, en tal sentido se solicita continuar con el trámite correspondiente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciada Claudia Rossana Rivera Maldonado  
COORDINADORA DE EPS



/Gladys  
c.c. Control Académico  
EPS



**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

EPS 073-2007  
Reg. 746-2006

22 de junio de 2007

Licenciada  
Claudia Rossana Rivera Maldonado  
Coordinadora del EPS  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
CUM

Licenciada Rivera:

Tengo el agrado de comunicar a usted que he concluido la revisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado –EPS– de **Dinora Lissette Dueñas Herrera**, carné No. **2000-22286**, titulado:

**“ATENCIÓN PSICOLÓGICA A ESTUDIANTES DEL CICLO BÁSICO Y DIVERSIFICADO DEL INSTITUTO NORMAL PARA SEÑORITAS “OLIMPIA LEAL” DE LA CIUDAD DE LA ANTIGUA GUATEMALA, SACATEPÉQUEZ ”**

De la carrera: Licenciatura en Psicología

Asimismo, informo que el trabajo referido cumple con los requisitos establecidos por este Departamento, por lo que me permito dar la respectiva **APROBACIÓN**.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Licenciada Sonia del ~~Carmen~~ Molina Ortiz  
Revisora



/Gladys  
c.c. EPS



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14  
e-mail: usacpsc@usac.edu.gt

EPS 073-2007  
Reg. 746-2006

22 de junio de 2007

Licenciada  
Claudia Rossana Rivera Maldonado  
Coordinadora del EPS  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
CUM

Señores:

Informo a usted que he concluido la supervisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de **Dinora Lissette Dueñas Herrera** carné No. **2000-22286** titulado:

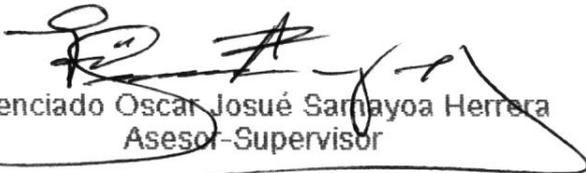
**"ATENCIÓN PSICOLÓGICA A ESTUDIANTES DEL CICLO BÁSICO Y DIVERSIFICADO DEL INSTITUTO NORMAL PARA SEÑORITAS "OLIMPIA LEAL" DE LA CIUDAD DE LA ANTIGUA GUATEMALA, SACATEPÉQUEZ "**

De la carrera: Licenciatura en Psicología

En tal sentido, y dado que cumple con los lineamientos establecidos por este Departamento, me permito dar mi **APROBACIÓN** para concluir con el trámite respectivo.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

  
Licenciado Oscar Josué Samayoa Herrera  
Asesor-Supervisor



/Gladys  
c.c. EPS



**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"

TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 Y 14

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

c.c. Control Académico  
EPS  
Archivo  
Reg. 746-2006  
CODIPs. 906-2006

De Aprobación de Proyecto EPS

06 de junio de 2006

**Estudiante**

Dinora lisette Dueñas Herrera  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

**Estudiante:**

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CUARTO (4º) del Acta VEINTISEIS GUIÓN DOS MIL SEIS (26-2006) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 24 de mayo de 2006, que literalmente dice:

**"CUARTO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, titulado: **"ATENCIÓN PSICOLÓGICA A ESTUDIANTES DE NIVEL BÁSICO Y DIVERSIFICADO DEL INSTITUTO NORMAL PARA SEÑORITAS OLIMPIA LEAL, DE LA CIUDAD DE ANTIGUA GUATEMALA"**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

**DINORA LISSETTE DUEÑAS HERRERA**

**CARNÉ No. 2000-22286**

Dicho proyecto se realizará en Sacatepéquez, ubicándose a la Licenciada Miriam Sagastume como la persona que ejercerá funciones de supervisión por la parte requiriente y al Licenciado Josué Samayoa por parte de esta Unidad Académica. El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Departamento de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN.**"

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes  
SECRETARIA



/Gladys



INSTITUTO NORMAL PARA SEÑORITAS  
"OLIMPIA LEAL"

Oficio No. 175/2006.  
REF. MCSDS/GLGDEA.

Octubre 3 de 2006.

Señores  
Consejo Directivo  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Respetables señores:

Para su conocimiento y efectos consiguientes hago constar que la señorita DINORA LISSETTE DUEÑAS HERRERA con carné 20002286, realizó su Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- titulado "ATENCIÓN PSICOLÓGICA A ESTUDIANTES DE NIVEL BÁSICO Y DIVERSIFICADO DEL INSTITUTO NORMAL PARA SEÑORITAS OLIMPIA LEAL DE ANTIGUA GUATEMALA", de la carrera Licenciatura en Psicología.

Dicho proyecto se llevó a cabo del 31 de enero al 29 de septiembre de 2006.

Atentamente

Licda. M.A. Miriam Consuelo Sagastume de Sosa  
Directora.



## **MADRINAS DE GRADUACIÓN**

Licda. Nidia Medrano  
Psicóloga  
Colegiado No. 5,287

Licda. Iracema Sosa  
Psicóloga  
Colegiado No. 12,067

## AGRADECIMIENTOS

A Dios, fuente de sabiduría y de inmenso amor, gracias por permitirme ser una luz para muchas personas.

A mis padres, Rosendo Dueñas y Catalina Herrera, gracias por su apoyo y por su amor durante toda mi vida.

A mis hermanas, Catalina, Carolina y Lilian por sus palabras de ánimo y por su cariño.

A mis sobrinos, espero ser un ejemplo para ustedes.

A mi familia, con mucho cariño, en especial a la Familia Cifuentes Parada por sus oraciones y consejos.

A mi novio, Andrés Furlán por su amor y ternura siempre presentes en mi vida.

A mis amigos, Aura Ramos por la linda amistad que nos une desde la adolescencia, a Julia, Marvin, Sandra, Mónica, Diana, Mariana, Jaqui, Lucía, Anita y Luis por el cariño que siempre me han demostrado. Especialmente a Ángela Catalán por haber compartido juntas tantos años y momentos importantes en mi vida.

A Guatemala, tierra bendita en la que tuve el privilegio de nacer.

A la Universidad de San Carlos de Guatemala, lugar que abrió sus puertas para mí y donde adquirí muchos conocimientos y experiencias.

Al Hospital General San Juan de Dios, donde aprendí a ser más humana, gracias por permitirme ser de ayuda para muchas personas. Agradezco especialmente a la Licenciada Maria Teresa Gaytán.

Y a todas las personas que acudieron a mí en busca de ayuda, en especial a las alumnas del INSOL por la confianza puesta en mí. Muchas gracias a todos por permitirme ser una luz en sus vidas.

# ÍNDICE

RESUMEN _____	01
INTRODUCCIÓN _____	02
<b>Capítulo I, Antecedentes</b>	
1.1 Monografía del lugar _____	04
1.2 Descripción de la institución _____	13
1.3 Descripción de la población atendida _____	16
1.4 Planteamiento del problema _____	17
<b>Capítulo II, Referente teórico metodológico</b>	
2.1 Abordamiento teórico metodológico _____	19
2.2 Objetivos	
2.2.1 Objetivo general _____	33
2.2.2 Objetivos específicos _____	33
2.2.3 Metodología de abordamiento _____	33
<b>Capítulo III, Presentación de actividades y resultados</b>	
3.1 Subprograma de servicio _____	38
3.2 Subprograma de docencia _____	43
3.3 Subprograma de investigación _____	46
<b>Capítulo IV, Análisis y discusión de resultados</b>	
4.1 Subprograma de servicio _____	54
4.2 Subprograma de docencia _____	57
4.3 Subprograma de investigación _____	58
4.4 Análisis de contexto _____	60

## Capítulo V, Conclusiones y recomendaciones

5.1	Conclusiones	
5.1.1	Conclusiones generales _____	62
5.1.2	Subprograma de servicio _____	63
5.1.3	Subprograma de docencia _____	64
5.1.4	Subprograma de investigación _____	64
5.2	Recomendaciones	
5.2.1	Recomendaciones generales _____	65
5.2.2	Subprograma de servicio _____	65
5.2.3	Subprograma de docencia _____	66
5.2.4	Subprograma de investigación _____	66
	BIBLIIOGRAFÍA _____	67
	GLOSARIO _____	68
	ANEXOS (Algunas charlas) _____	69

## RESUMEN

El presente Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado se realizó en el Instituto Normal para Señoritas "Olimpia Leal" de la ciudad de La Antigua Guatemala, con el propósito de brindar atención psicológica a las alumnas que lo requerían, de ciclo básico y diversificado, comprendidas entre las edades de 12 a 24 años. El instituto es responsable de brindar formación integral a las jóvenes, por medio de la enseñanza para su superación y desenvolvimiento en la sociedad. Se conocieron las distintas problemáticas que presentan las estudiantes que requieren abordaje psicológico, se contribuyó a que pudieran aprovechar al máximo sus estudios y las experiencias que han vivido, favoreciendo en su crecimiento como seres humanos. Las bases científicas que sustentan este Informe Final apoyan la intervención de las distintas problemáticas planteadas, también se fijaron objetivos para los cuales se utilizó la metodología determinada, por ejemplo, se promovieron los distintos servicios que se prestarían y se encuestó a las alumnas acerca de los temas que deseaban escuchar, esto para poder alcanzar los objetivos.

El presente Informe Final se divide en tres subprogramas: El subprograma de servicio se trabajó brindando psicoterapia individual a las estudiantes que lo necesitaban, algunas de ellas llegaron por iniciativa propia, otras fueron referidas por maestros, padres o compañeras de clase.

El subprograma de docencia proporcionó información y capacitación a las estudiantes y a los padres de familia sobre varios temas de interés para la juventud, para la mujer y para la familia, esto se realizó por medio de charlas. El subprograma de investigación logró identificar en que magnitud perjudica la falta de afecto en los hogares a la autoestima de las alumnas, por medio de estudios de caso con las estudiantes que asistieron a psicoterapia de básicos y diversificado.

## INTRODUCCIÓN

Es importante realizar el Ejercicio Profesional Supervisado porque favorece a muchas personas; permite al epesista como futuro psicólogo estar en contacto con la población que necesita ayuda. Este proceso se realizó con alumnas de ciclo básico y diversificado asistentes al Instituto Normal para Señoritas "Olimpia Leal" en la ciudad de La Antigua Guatemala, haciendo uso de los conocimientos adquiridos y a la vez obtener más experiencia.

El ser humano es un ser sensible al afecto desde su concepción, por lo que el ambiente familiar es de suma importancia en el desarrollo de la personalidad y es en el hogar donde se aprende a vivir en la sociedad; los conocimientos adquiridos en el seno familiar se manifiestan en las diversas áreas de interacción al convivir con otras personas.

Al INSOL asisten alumnas de diversos lugares, proviniendo de hogares de escasos recursos económicos, donde existe alcoholismo, desintegración familiar, violencia intrafamiliar y falta de afecto, afectando el desarrollo emocional de las jóvenes que caminan por la vida sufriendo serios daños en su autoestima.

La ejecución de este trabajo logró que las alumnas superaran secuelas de falta de afecto y que mejoraran su autoestima, así como que comprendieran que no son problemas heredados sino aprendidos o consecuentes, algo que favoreció mucho este trabajo fue que las alumnas atraviesan una edad muy bella en donde a la vez se necesita mucha orientación y aclaración, y es en esta etapa donde su mente está más abierta a nuevos conceptos, formas de pensamiento e ideales. En el caso de las estudiantes de magisterio, futuras educadoras de nuevas generaciones, es importante que cuenten con salud mental y fortalezas personales para que a la vez contribuyan con el desarrollo de nuestro país.

El Ejercicio Profesional Supervisado contribuyó con el fortalecimiento de la salud mental de las estudiantes, por medio del apoyo psicológico y la capacitación constante en

temas de sumo interés e impacto para la juventud. El Informe Final consta de cinco capítulos.

En el Capítulo I se describe el departamento y municipio en donde se realizó el Ejercicio Profesional Supervisado, en sus aspectos demográficos, de salud y morbilidad, educación, cultura y otros; así como la institución y la población con que se desea trabajar, luego se hace un planteamiento de los problemas y las necesidades encontradas en dicha población que sugerían la intervención psicológica.

En el Capítulo II se abordan científicamente los problemas a enfrentar, esto establece las bases teóricas que se utilizaron para la colaboración psicológica con la población. En seguida se establecieron los objetivos general y específicos sobre los cuales se trabajó y la metodología de abordamiento que se utilizó para su cumplimiento.

En el Capítulo III se presentan las actividades y resultados basados en los objetivos y divididas por subprogramas.

En el Capítulo IV se hace un análisis y discusión de los resultados obtenidos en cada uno de los subprogramas.

En el Capítulo V se presentan las conclusiones y recomendaciones basadas en la experiencia que se logró obtener al realizar el Ejercicio Profesional Supervisado.

Luego en los anexos del informe, se presentan algunas de las charlas brindadas a las estudiantes durante la realización del EPS.

A continuación se presenta el informe de un trabajo que aunque duró poco tiempo lleva plasmadas muchas experiencias y bellos recuerdos, se espera que sea de provecho para futuros estudiantes de Psicología, así como para el pueblo de Guatemala en general.

# Capítulo I

## Antecedentes

### 1.1 Monografía del lugar

#### Aspectos Geográficos

Guatemala es un país ubicado en Centroamérica compuesto por 22 departamentos. En la región central del país se encuentra el departamento de Sacatepéquez que está situado en la región Central de la República a 1,530 metros sobre el nivel del mar y pertenece al "Complejo Montañoso del Altiplano Central". Es el departamento más pequeño del territorio nacional y a su vez el más poblado. Fue fundado en 1776. Su cabecera departamental es la Antigua Guatemala y se encuentra a 54 kilómetros de la ciudad capital. Cuenta con una extensión territorial de 465 km<sup>2</sup>, con los siguientes límites territoriales: al Norte y Oeste, el departamento de Chimaltenango; al Sur, el departamento de Escuintla; al Este, el departamento de Guatemala. Su precipitación pluvial anual acumulada es de 952.50 mm., con un clima templado, de temperatura máxima de 25 grados centígrados y una mínima de 13 grados centígrados. El nombre Sacatepéquez tiene su origen en la lengua pipil y significa "Cerro de hierba o zacate". Su jurisdicción departamental comprende 16 municipios.

#### Hidrografía

A este departamento lo riegan varios ríos como el Guacalate, Los Encuentros, Las Cañas, Pensativo y Sumpango. Debido a su ubicación geográfica central no cuenta con lagos ni proximidad a los mares.

El río Guacalate, es uno de los afluentes más importantes en este departamento, tiene sus orígenes en Chimaltenango, atraviesa los departamentos de Sacatepéquez y Escuintla, donde recibe las aguas del río Achiguate y de allí hasta su desembocadura en el canal de Chiquimulilla se llamará Achiguate. El Achiguate nace cerca de Antigua Guatemala donde se llama río Pensativo.

## **Población**

El principal grupo étnico es el kaqchikel, también hay población ladina; la población realiza labores agrarias y artesanales. Su población es de 251,265 habitantes aproximadamente.

## **Idioma**

Predominan en este departamento el idioma español y kaqchikel.

## **Aspecto Histórico Antropológico**

La Antigua Guatemala está ubicada en el valle de Panchoy, fue constituida como la tercera capital de Guatemala, fue declarada "Patrimonio Cultural de la Humanidad" por la Organización de Naciones Unidas (ONU).

Pedro de Alvarado fundó la capital el 25 de julio de 1525 en Iximché, lo que fue la corte kaqchikel a la que llamó Santiago de los Caballeros en honor al Apóstol Mayor. Debido a la revolución indígena, esta ciudad fue abandonada por segunda vez, y fue asentada en el valle de Almolonga el 22 de noviembre de 1567. Posteriormente este valle fue destruido por un torrente que bajó del volcán de Agua unido a un terremoto, la noche del 10 al 11 de septiembre de 1541; donde murió la primera gobernadora que ha tenido América, doña Beatriz de la Cueva, viuda de Pedro de Alvarado. Por esta razón el 10 de marzo de 1543 se asentó nuevamente el valle de Panchoy donde permaneció durante 232 años. Fue llamada por Felipe II "Muy Noble y Muy Leal Ciudad de Santiago de los Caballeros" por considerarla como una metrópoli que se había convertido en un emporio de riqueza y de importancia dado que sus habitantes se preocupaban por mantener un desarrollo social, cultural y económico del cual surgieron nuevos valores en la ciencia, las letras y las artes. El 29 de julio de 1773 la ciudad fue destruida por el terremoto de "Santa Marta", lo cual provocó el traslado de la ciudad hacia el valle de la Ermita, donde actualmente se encuentra la ciudad de Guatemala.

La Antigua Guatemala fue un centro religioso, de comercio y de poder del Reino de Guatemala en la época colonial. Sacatepéquez y La Antigua Guatemala eran 2

municipios pertenecientes al departamento de Chimaltenango. El 12 de septiembre de 1839, la Asamblea Nacional Constituyente declaró a Sacatepéquez como departamento independiente y designó a La Antigua Guatemala como su cabecera.

## **Aspecto Socioeconómico**

### Educación

Cuenta con aproximadamente 80 establecimientos educativos públicos y privados que proporcionan educación pre-primaria, primaria, básicos y diversificado, un establecimiento por cooperativa, asimismo las extensiones de las universidades de la ciudad capital, brindando educación superior en su totalidad. También existen escuelas de español por la afluencia de turistas que hablan otros idiomas, los cuales viven por períodos largos o indefinidamente en La Antigua Guatemala. La infraestructura de los establecimientos educativos es bastante buena, ya que cuentan con aulas apropiadas y otros servicios como piscina, canchas y auditorium. El analfabetismo de la ciudad es un poco elevado entre las personas mayores de 40 años, pero en las personas jóvenes no, ya que existe profusión de la educación en la ciudad.

### Salud

La ciudad de La Antigua Guatemala cuenta con servicios de salud públicos y privados, tales como: Hospital Nacional del Hermano Pedro, Hospital de Ancianos "Fray Rodrigo de la Cruz", Centro de Salud, IGSS, Centro Infantil de Estomatología, Obras Sociales del Hermano Pedro, además de clínicas, sanatorios, hospitales privados y organizaciones no gubernamentales. Los hospitales cuentan con servicios hospitalarios, emergencia, médicos especialistas en las diferentes áreas de la medicina, cuidados intermedios y médicos de turno, así como clínicas dentales.

### Esperanza de Vida y Mortalidad

La esperanza de vida es de 57 años para el hombre y 61 años para la mujer. Las causas de mortalidad son neumonía, enfermedades del aparato digestivo, problemas al nacer. En niños, bronconeumonía y asfixia perinatal.

### **Economía**

#### Producción Agropecuaria

Su principal fuente de ingresos, además del turismo, es la agricultura. Sus tierras son fértiles, por lo que su producción agrícola es grande y variada, sobresale el café de muy buena calidad, la caña de azúcar, trigo, maíz, frijol, hortalizas de zonas templadas, como el cultivo de zanahoria, ejote y arvejas; entre las frutas se pueden mencionar el durazno, pera, manzana y aguacate; actualmente sobresale la producción de flores.

#### Producción Artesanal

En cuanto a las artesanías populares es uno de los departamentos más importantes, pues se elaboran tejidos típicos, cerámica tradicional vidriada y moldeada, muebles de madera estilo colonial, cestería, jarra, instrumentos musicales, frutas de madera, productos de hierro, pirotecnia y platería.

#### Transporte

Su principal vía de comunicación terrestre es la carretera Interamericana, a la altura de San Lucas Sacatepéquez se desvía para llegar a La Antigua Guatemala. Los autobuses que se dirigen hacia la ciudad de La Antigua están disponibles cada 10 minutos y se estacionan en el trébol, zona 3.

#### Turismo

Sacatepéquez cuenta con una de las mayores afluencias turísticas. Sus principales lugares turísticos son: el mercado de San Lucas Sacatepéquez, la iglesia de

Jocotenengo y su mercado, el Volcán de Agua, el concurso de barriletes de Santiago Sacatepéquez y Sumpango, San Antonio Aguas Calientes, Volcanes Acatenango y Fuego, Parque Ecológico Florencia, Laguna de Dueñas, Cerro de la Cruz, Mariposario de Jocotenango y La Antigua Guatemala con sus múltiples edificios históricos, templos y conventos. La ciudad posee características arquitectónicas propias del siglo XVII, el estilo barroco antigüeño es único en el mundo.

## Aspecto Sociocultural

### Traje Típico

Aunque el traje propio de Santiago de Guatemala ya no existe, algunas comunidades inmediatas aún conservan y elaboran los suyos. Los tejidos tradicionales indígenas son realizados por mujeres, que usan para su confección telares de cintura o palitos, con un complicado procedimiento de trama y urdimbre.

San Antonio Aguascalientes, un pueblo a inmediaciones de la ciudad, es un centro de "tejedoras" en el cual puede adquirirse gran variedad de textiles y también observar su elaboración. Los textiles propios de San Antonio son de gran calidad y se caracterizan porque el derecho y el revés del tapiz son iguales; los remates no se notan.

También se elaboran en la Antigua, telas de algodón (mantas) en telares de pie como en la época colonial. Estos telares son manejados por hombres y producen telas como los "tanateros" llamadas así por que sirven para hacer "tanates" (paquetes), costumbre indígena que sigue vigente. Estas telas son decoradas con cuadros de rico colorido.

### Museos

- ✓ **Museo de Arte Colonial:** Fundado en 1937 y actualmente bajo la administración de Antropología e Historia de Guatemala, del Ministerio de Cultura y Deportes, este museo se encuentra en el edificio que perteneció a la Universidad de San Carlos de Guatemala durante la época colonial guatemalteca. Su arquitectura

española, mudéjar en estilo, embellece la presentación de los magníficos óleos e imágenes coloniales.

- ✓ **Centro Cultural Casa Santo Domingo:** Abierto al público desde abril de 1999, este museo es extraordinario. A través de los años, la familia Castañeda adquirió una magnífica colección de arte colonial. Las iglesias vendían piezas de su colecciones con el fin de adquirir otras y, así, renovar sus colecciones. Hace años se consideraban muchas de las piezas "vejstorios" y se podían comprar pagando cantidades mínimas. Con el fin de conservarla fuera del alcance de la mano humana y de los daños de las luces de fotografía, se construyó un museo contemporáneo a un costado de la iglesia en ruinas. Allí se exhibe una pequeña pero excelente colección de imágenes y pinturas de la época colonial y una colección considerable de objetos de plata. Es un placer ver el contraste entre lo antiguo y lo nuevo que se logró en este Museo Colonial.
- ✓ **Museo de Santiago:** Ubicado en lo que fue la "Cárcel de Pobres" en el Palacio del Ayuntamiento, el Museo de Santiago (conocido también como Museo de Armas) fue fundado en 1956 por el Instituto de Antropología e Historia de Guatemala.
- ✓ **Museo del Libro Antiguo:** El museo exhibe una colección de libros publicados durante las épocas colonial e independiente y, también, posee una réplica de la primera imprenta utilizada en Guatemala.
- ✓ **Museo del Hermano Pedro:** Como parte del Museo del Hermano Pedro en la Capilla de San Antonio de Padua (capilla lateral de la iglesia) existe una colección de pinturas coloniales. El retablo tiene dos puertas que se utilizaron en la época colonial para ingresar a la sacristía y cuenta con la imagen colonial de San Antonio de Padua con las imágenes de Santa Teresa y San Pablo. Esta capilla, de estilo gótico en su decoración, luce otras preciosas pinturas al óleo del siglo XVIII.
- ✓ **Museo Casa del Tejido Antiguo:** Este museo está localizado en la calle de la Recolección. Aquí se pueden observar textiles y artesanías de varios

lugares de nuestro país. Así como también hay tejedoras demostrando las diferentes técnicas del telar de cintura y de pie.

### Fiestas y feriados

Durante el año, se celebran varias festividades tradicionales, principalmente el día de los Santos, Concepción, Corpus Cristi, Navidad y Año Nuevo, y otras pero con mayor solemnidad y fervor religioso, se conmemora la Pasión de Cristo durante la Semana Santa presentando solemnes ceremonias religiosas en los templos católicos e impresionantes procesiones que recorren la ciudad, cuyas calles lucen artísticas alfombras multicolores de flores y aserrín al paso de imágenes conducidas por los devotos. La fiesta titular de La Antigua Guatemala es el 25 de julio.

### **Aspecto Ideológico Político**

#### Características de la población:

El antigüeño es fácil de reconocerlo y definirlo, sus raíces ancestrales no se esconden en apariencias; no muy alto, no menudo, su conformación genética es producto de la mezcla de dos culturas. El antigüeño tiende a ser gracioso, callado y atrevido, nunca provocador pero jamás esquivador de aventuras; religioso en persignarse de mañana y alegre en las noches, cumplidor y dedicado a su trabajo, político, astuto, consumidor diario de aguacate, cumplido cargador en dolorosas procesiones y quemador de pólvora en fiestas patronales.

#### Religión

Predomina la religión católica-cristiana, la cual se ha heredado y crecido con ella, y son estas la causas por las que encontraran numerosos templos, ermitas y capillas en la ciudad.

## Costumbres y tradiciones

Sacatepéquez es uno de los departamentos de Guatemala más deslumbrantes en cuanto a tradiciones orales, no solo por su peculiar posición geográfica sino también por su extraordinaria herencia cultural. Entre las tradiciones orales, cuentan las leyendas anímicas de aparecidos y ánimas en pena, como la leyenda del sombreroón, la llorona, los rezadores, el cadejo, el cura sin cabeza.

## Leyendas

La ciudad de La Antigua Guatemala, ha servido como marco para acoger las ancestrales formas literarias de tradición oral, en especial las leyendas animísticas de aparecidos y ánimas en pena, todas de herencia occidental, y que matizadas por el devenir de los tiempos, se hicieron antiguas y guatemaltecas.

- ✓ **El sombreroón:** También conocido como el "Duende", el cual es un espíritu burlón de 1.10 metros de altura; lleva un enorme sombrero de ala ancha, suele ser gracioso y cortés, y persigue a las muchachas bonitas de larga cabellera. Para alejarlo, ellas deben contarse la cabellera y mencionar la palabra "gloria".
- ✓ **La Siguanaba:** Es una hermosa mujer. muy perfumada y adornada con larga cabellera. Se le encuentra cerca de las pilas y ríos: cautiva a los hombres que juegan con los sentimientos de las mujeres y se les aparece simulando ser la novia. Luego cambia su fisonomía por la de un caballo y se los lleva.
- ✓ **El Cadejo:** Adopta la forma de perro; tiene como misión cuidar a los ebrios y conducirlos a su casa. Ronda los barrios y se tiene la creencia que si es de color blanco es bueno y cuida a las mujeres, y si es negro cuida a los hombres y algunas veces es malo.
- ✓ **La Llorona:** Es el espíritu errante de una mujer de larga cabellera que perdió a sus hijos y llora al buscarlos por las calles. Otra de las versiones cuenta que fue una mujer de familia acomodada, del barrio de San Sebastián que tuvo un hijo con un pobre diablo, y como no quería que su marido se enterara de su

pecado, ahogo a su hijo, pero nunca se acordó del lugar donde lo hizo, por lo que Dios la castigo condenándola a buscarlo en los lugares donde hay agua.

- ✓ **La Tatuana:** Leyenda de una mujer acusada de brujería, quien fue encarcelada y sujeta a la santa inquisición. Se dice que la mujer enloquecida hizo un pacto con el diablo, quien la libero de su encierro y la condeno a vagar por el mundo sobre un barco en los días de lluvia.

### Organización política

En su aspecto político, la ciudad de La Antigua Guatemala es sede de la Gobernación del departamento de Sacatepéquez y de otras dependencias de jerarquía oficial, por ejemplo la Administración de Rentas Internas, los Tribunales de Primera Instancia y Trabajo, Ministerio Público, Delegaciones Técnicas de Educación Pública, Turismo, Caminos, Policía Nacional Civil entre otros.

El honorable consejo Municipal de La Antigua Guatemala está integrado de esta manera: el alcalde municipal, síndicos municipales, y cinco concejales. Existe una única fiscalía en el ámbito nacional, la cual lleva los casos de delitos contra el patrimonio, por ser en la ciudad donde se tiene el índice más elevado de delitos contra el patrimonio nacional.

Los partidos políticos inscritos son: PAN, DC, UNE, Transparencia, UDE, Partido Patriota, Unionista, FRG, PLP, DIA, URNG, Movimiento Reformador.

Los objetivos de la Municipalidad son los siguientes:

- ✓ Protección de los recursos naturales
- ✓ Incrementar la cobertura en educación
- ✓ Incrementar los servicios de agua
- ✓ Incrementar los servicios de salud
- ✓ Incrementar los servicios de drenajes
- ✓ Mejorar la infraestructura vial
- ✓ Mejorar la comunicación de los pobladores

## 1.2 Descripción de la institución

El Instituto Normal para Señoritas "Olimpia Leal" (INSOL) está situado en la 5ta. Calle Oriente No. 15 de la Antigua Guatemala. Es una institución educativa nacional que ofrece educación integral a las jóvenes. Fue creado por autorización del Licenciado Manuel Estrada Cabrera, Presidente de la República en 1915, tomando en consideración el crecimiento poblacional del departamento de Sacatepéquez. Emitió el acuerdo gubernativo No. 109, el 16 de julio de ese mismo año creando así la Escuela Normal para Señoritas de La Antigua.

El instituto cuenta con ciclos de educación básica en la jornada matutina; diversificado con la carrera de Magisterio Primario Urbano con cuarto y quinto grado en la jornada matutina y sexto en la vespertina. Al principio le llamó al establecimiento "Instituto Joaquina", nombre de la madre del Señor Presidente.

En 1920 la Escuela Normal para Señoritas graduó su primera promoción de cinco maestras de educación primaria, entre ellas la distinguida mentora Olimpia Leal. Luego de varias gestiones ante las autoridades correspondientes el entonces Presidente de la República General Miguel Idígoras Fuentes, se emitió el acuerdo gubernativo No. 723 en agosto de 1959 en el cual se designaba el nombre de "Olimpia Leal" al instituto. Actualmente el instituto atiende a un total de 1,350 alumnas aproximadamente, distribuidas en 15 secciones de básicos y 9 secciones de diversificado.

### Objetivos de la institución

#### Objetivo General

Brindar una amplia cultura general a las alumnas, que les permita desenvolverse eficientemente en la sociedad.

#### Objetivos Específicos

- ✓ Inculcar valores que permitan mejorar la calidad de vida de las alumnas.

- ✓ Forman Maestras de Educación Primaria Urbana, plenamente conscientes de su función transformadora dentro de la comunidad, por medio del esfuerzo de todos los elementos que participan en su formación profesional.
- ✓ Capacitar a las futuras Maestras de Educación Primaria en la práctica de relaciones humanas positivas que propicien superación, armonía y comprensión.

Para su coordinación y funcionamiento los objetivos de la institución se organizan de la siguiente forma:

#### Personal administrativo

- ✓ Directora: máxima autoridad del establecimiento, es quien organiza y controla todas las actividades docentes, administrativas y sociales del establecimiento con la colaboración del personal auxiliar y docente.
- ✓ Secretaria Contadora: lleva en control de matriculas y papelería interna y externa que involucra al personal del establecimiento y alumnas.
- ✓ Dos oficinistas: ejecutan y coordinan otras tareas de papelería con respecto a las alumnas.

#### Personal Técnico Administrativo

- ✓ Dos bibliotecarios
- ✓ Laboratorista
- ✓ Personal encargado de audiovisuales

#### Personal Docente

- ✓ Maestros auxiliares y catedráticos titulares y de contrato (magisterio) encargados de desarrollar con ética y eficiencia los planes y programas de estudio vigentes.

### Personal Operativo

- ✓ Cinco conserjes
- ✓ Portera
- ✓ Dos guardianes que trabajan en el mantenimiento y cuidado del instituto y otras tareas secundarias que se les asignen.

La institución cuenta con infraestructura en condiciones aceptables, con servicios de agua y luz. Asimismo cuenta con:

- ✓ Oficina para dirección y secretaría general
- ✓ Oficina para las secretarías auxiliares
- ✓ Oficina para maestras auxiliares
- ✓ Biblioteca
- ✓ Sala de computación
- ✓ Sala de artes plásticas
- ✓ Laboratorio de audiovisuales
- ✓ Laboratorio de Química, Física y Biología
- ✓ Cocina equipada
- ✓ Veinte y cuatro aulas
- ✓ Tres patios
- ✓ Cancha de basket ball
- ✓ Piscina
- ✓ Servicios sanitarios
- ✓ Salón de usos múltiples
- ✓ Salón de banda escolar
- ✓ Salón de música

Mobiliario y equipo de la institución: escritorios para las alumnas, pizarrones, escritorios para catedráticos, máquinas de cocer, computadoras, fotocopadoras, mimeógrafo, archivos, televisión, videgrabadora, retroproyector de acetatos, sillas de metal,

instrumentos musicales que han sido donados y son utilizados por la orquestina del instituto.

### **1.3 Descripción de la población atendida**

El Ejercicio Profesional Supervisado fue dirigido a las alumnas del Instituto Normal para Señoritas "Olimpia Leal" de la ciudad de La Antigua Guatemala que cursan sus estudios a nivel básico y magisterio. Las cuales están comprendidas entre las edades de 12 a 25 años de edad. Las alumnas proceden de la cabecera departamental y de los diversos municipios de Sacatepéquez, así como de departamentos aledaños tales como Chimaltenango, Escuintla y Guatemala.

En el establecimiento hay alumnas de origen indígena, algunas de ellas portan su traje típico dentro del instituto, también hay alumnas de origen mestizo y ladinas. La mayoría de alumnas provienen de hogares de escasos recursos, hogares desintegrados, con padres alcohólicos o son hijas de madres solteras, donde algunas de ellas se ven en la necesidad de trabajar y estudiar a la vez, otras deciden desertar en los estudios y dedicarse a trabajar para contribuir con los ingresos económicos. También hay alumnas que provienen de hogares con padres demasiado exigentes, los cuales esperan punteos bastante altos y las alumnas se frustran al no poder alcanzarlos.

El nivel educativo de los padres es bajo, existiendo el analfabetismo en algunos casos, esto provoca la poca colaboración en las tareas escolares de sus hijas. Se pudo notar que en algunos hogares a las hijas mayores se les atribuyen responsabilidades del hogar como el cuidar a sus hermanos menores, oficios domésticos, entre otros, esto porque ambos padres trabajan y no pueden realizar estas labores o porque viven solamente con la madre, y esta debe salir a trabajar. Algunas alumnas no viven con sus padres sino que con otros familiares u otras personas, ya que los padres no se hacen cargo de ellas, porque viven en otros departamentos o en los Estados Unidos. Asimismo existen casos en que los padres

retiran a sus hijas del establecimiento porque descubren que mantienen un noviazgo a temprana edad.

#### **1.4 Planteamiento del problema**

Gracias a la información obtenida durante la ejecución del Ejercicio Profesional Supervisado, por medio de casos particulares y conversaciones con alumnas, se logró constatar que las principales problemáticas en las que se ven inmersas las alumnas del Instituto Normal para Señoritas "Olimpia Leal" de La Antigua Guatemala, son las descritas a continuación. El bajo rendimiento académico, la poca atención en clase, la falta de motivación para asistir y realizar las tareas asignadas. Muchas de las alumnas no cuentan con el apoyo económico y emocional que necesitan por parte de las personas con quienes viven, ya sean sus padres, hermanos, otros familiares o personas que se hagan cargo de ellas. También se pudo comprobar que muchas alumnas viven en hogares donde sufren maltrato o violencia física, psicológica y sexual, dañando su forma de pensar y concebir la vida.

Una parte importante de las alumnas provienen de hogares desintegrados, donde han sufrido la separación de sus padres, algunas en la niñez y otras en la adolescencia, lo cual arrastra otra serie de diversas problemáticas, por ejemplo, el tener que adaptarse a vivir con un padrastro o madrastra y que en algunos casos estos las agreden física, psicológica o sexualmente. Otras alumnas provienen de familias pas de deux, donde la madre no cuenta con apoyo económico, moral y emocional de un esposo, dejando así a las jóvenes sin una figura paterna fundamental para su desarrollo personal. Así mismo hay alumnas que conviven en casa con un padre alcohólico, del cual reciben maltrato, esto genera mucha frustración en las jóvenes. La poca educación sexual es otro problema ya que a raíz de esto las alumnas caen en situaciones tales como embarazos no deseados, abortos, abuso sexual y prostitución. También las altas exigencias académicas de los padres provocan frustración en las alumnas, ya que al no poder satisfacerlas se ven afectadas en su autoestima. El alcoholismo y la drogadicción es otra de las problemáticas

que se pudo observar, ya que algunas alumnas se ven inmersas o sufren estos problemas.

La ausencia de valores en los hogares sumado a la falta de atención en la que viven algunas de ellas, la falta de afecto de sus padres, hermanos, familiares y allegados; muchas veces provoca que las alumnas presenten baja autoestima, búsqueda constante de afecto en lugares y personas inadecuadas, vicios, problemas de identidad sexual, entre otros, perjudicando así su desarrollo físico, psicológico y espiritual.

Por lo tanto se calificó de gran importancia la ejecución del Ejercicio Profesional Supervisado en esta institución abordando una de las problemáticas desencadenante de muchas otras que es la falta de afecto que sufren muchas de las alumnas dentro de sus hogares.

## Capítulo II

### Referente teórico metodológico

#### 2.1 Abordamiento teórico metodológico

El ser humano en todo el mundo se está enfrentando a una crisis de falta de afecto en los hogares, aprendiendo esta situación como algo normal directamente en sus propias familias e imitándolo en la crianza de sus hijos, haciendo así una larga historia de familias donde sus miembros no reciben el afecto necesario para un desarrollo psicológico satisfactorio. Lamentablemente en nuestro país es común ver este problema en muchos hogares, donde las demostraciones de afecto son escasas. En el INSOL se pudo conocer a jóvenes que carecen de afecto en sus hogares, ellas se ven gravemente afectadas en sus sentimientos y en su autoestima, llegando algunas de ellas a presentar cuadros depresivos y búsqueda constante de afecto en personas ajenas.

Los seres humanos que no reciben cuidados y cariño en sus primeros años quedan con marcas físicas y psicológicas. El afecto es una necesidad primaria del ser humano. Se llama afecto a todo acto de ayuda, protección y cuidado que contribuya a la supervivencia de otro ser vivo. El cariño y cuidados en la infancia son vitales para la formación de patrones cerebrales asociados con el manejo de estrés y la formación de vínculos sociales.

La mayor parte de la violencia y el dolor psicológico que se ve en la actualidad surge de la privación psicológica que experimentan los niños. Existe un grupo psicológicamente dañino de prácticas y actitudes de crianza en los niños que se llama "pedagogía venenosa". Este enfoque de la paternidad debilita la autoconfianza y la curiosidad del niño, lo ridiculiza por su falta de competencia y suprime la expresión de sentimientos auténticos como tristeza, ira o efusividad. Daña la capacidad de los niños para conocer, expresarse y actuar de acuerdo con sus sentimientos. Los padres hacen esto inconscientemente como una reacción al daño emocional que ellos mismos

sufrieron en su infancia, y conscientemente al creer que ayudan a los niños a ser más competentes y autosuficientes.

El aspecto más importante de la paternidad durante los primeros cinco años de vida de un niño parece ser como se sienten los padres con sus hijos y la manera como demuestran sus sentimientos. La familia es la institución social que dirige la formación física, moral y espiritual del niño y adolescente.

Todos los integrantes de la familia influyen en la educación del niño, pero los directamente responsables son los padres. Son ellos los que modelan a su hijo de acuerdo a la escala de valores que poseen y según las metas y expectativas que pretendan alcanzar en la formación de sus hijos. Los patrones socioculturales de cada familia son únicos. Cada una tiene sus rasgos propios, que son una consecuencia de la formación educativa de cada uno de los progenitores. La dinámica familiar, la armonía o desarmonía en sus relaciones conyugales, la organización de los papeles de autoridad y guía, de derechos y obligaciones que rigen su sociedad matrimonial, todo va a repercutir en la formación de la personalidad del niño.

El niño necesita del amor de sus progenitores para poder subsistir. Sus primeros años de vida dependen del cuidado y solicitudes que le brindan sus padres, y en forma muy especial la madre. Las consecuencias del rechazo o desamor materno alcanzan serias repercusiones en el desarrollo físico, psicomotor, intelectual y espiritual del niño. Un niño sin amor no crece, no evoluciona, no tiene deseos de comunicarse ni de avanzar hacia su superación.

La necesidad de amor no se limita a los primeros años de vida del niño, la sigue necesitando siempre. Debe sentir el apoyo firme de una familia organizada donde reine el amor y el afecto. El amor que los padres sienten hacia su hijo los conduce a protegerlo y apoyarlo, aceptarlo como es y comprenderlo. La presión exagerada que ejercen algunos padres sobre sus hijos pretendiendo que sea "el mejor de todos", puede ser perjudicial para el niño y alterar su tranquilidad interior. Pero existen muchos padres que creyendo erróneamente que dan el mejor amor a sus hijos, caen en la trampa de la sobreprotección. La sobreprotección desmedida puede causar serios desastres en la vida futura

del niño. El niño que ha vivido sobreprotegido por sus padres no logra independizarse cuando es necesario. Se muestra inseguro de todo lo que hace, evita tomar decisiones propias y le es muy difícil desarrollar su individualidad y personalidad autónoma. Las causas de la actitud sobreprotectora de los padres pueden ser muy diversas, pueden derivarse de un sentimiento de culpa latente para tratar de remediar o compensar la falta de atención que le han brindado a su hijo. Puede brotar del deseo inconsciente de que su hijo no crezca, que no se desarrolle ni alcance su propia autonomía, para que siempre dependa de ellos y puedan tenerle cerca. La sobreprotección no debe considerarse como un "exceso de amor", sino todo lo contrario: como producto de un egoísmo, de conflictos psicológicos o de ambos, que afectan el equilibrio emocional de la familia.

La protección que el niño necesita corresponde a sus necesidades físicas de alimentación e higiene, y a sus necesidades psicológicas de aceptación y comprensión. La comprensión al niño conduce a la valoración real de sus capacidades y debilidades y a conocer la forma como puede balancearlas para ir superando sus dificultades.

Los trastornos de la afectividad y de la vida emocional del niño y del adolescente pueden alterar el curso de su aprendizaje. Los trastornos de la afectividad suelen presentar ciertos síntomas tales como:

- ✓ **Ambivalencia afectiva:** consiste en la unión de sentimientos contrapuestos, que hacen que la persona pase de la alegría a la tristeza; del amor al odio o rechazo, sin justificación aparente. Esto trae consigo la incapacidad de decidir y la dificultad de situarse respecto a si mismo.
- ✓ **Angustia y ansiedad:** consiste en temores sin motivo concreto, con la sensación de peligro y de encontrarse indefenso.
- ✓ **Inestabilidad emocional:** puede venir junto con inadecuación afectiva, como cuando una persona ríe cuando relata una desgracia.
- ✓ **Incontinencia afectiva o explosión incontrolada de los afectos,** impulsividad o agresividad.

- ✓ Estado de mal humor, descontento general constante.
- ✓ Afecto plano: nulas demostraciones de afecto, ninguna expresión afectiva.

La falta de afecto en la familia hace que sus miembros, en especial los hijos, sientan sus necesidades básicas insatisfechas, como el amar y ser amados, trayendo como manifestaciones de esta frustración de desamor, la violencia o la fuga de la realidad mediante el alcohol y las drogas.

En Guatemala, como en muchos otros países, existen muchos hogares donde esta falta de afecto tiene sus causas y a la vez consecuencias. En el INSOL, una cantidad preocupante de alumnas viven en hogares donde reciben golpes y humillaciones de un padre alcohólico o por familiares adictos a las drogas, generando miedo en las jóvenes. En otros casos, son ellas las que consumen alcohol en horas de la tarde, en grupos de amigas; llegando a existir el alcoholismo en algunas de ellas.

El alcoholismo, a diferencia del simple consumo excesivo o irresponsable de alcohol, ha sido considerado en el pasado un síntoma de estrés social o psicológico, o un comportamiento aprendido e inadaptado. El alcoholismo ha pasado a ser definido recientemente, y quizá de forma más acertada, como una enfermedad compleja en sí, con todas sus consecuencias. Se desarrolla a lo largo de años. Los primeros síntomas, muy sutiles, incluyen la preocupación por la disponibilidad de alcohol, lo que influye poderosamente en la elección por parte del enfermo de sus amistades o actividades. El alcohol se está considerando cada vez más como una droga que modifica el estado de ánimo, y menos como una parte de la alimentación, una costumbre social o un rito religioso. Se caracteriza por una dependencia emocional y a veces orgánica del alcohol, y produce un daño cerebral progresivo y finalmente la muerte. A pesar de que el alcoholismo afecta mayormente a los adultos, su consumo en los adolescentes es cada vez más preocupante.

El alcoholismo es una enfermedad crónica, progresiva y a menudo mortal. Es producida por la ingestión excesiva de alcohol etílico, bien en forma de bebidas alcohólicas o como constituyente de otras sustancias. La OMS define el alcoholismo como la ingestión diaria de alcohol superior a 1,7637 onzas en la mujer y 2,4692

onzas en el hombre (una copa de licor o un combinado tiene aproximadamente 1,4110 onzas de alcohol, un cuarto de litro de vino 1,0582 onzas y un cuarto de litro de cerveza 0,5291 onzas). El alcoholismo parece ser producido por la combinación de diversos factores fisiológicos, psicológicos y genéticos.

Es un trastorno primario y no un síntoma de otras enfermedades o problemas emocionales. La química del alcohol le permite afectar casi todo tipo de célula en el cuerpo, incluyendo las que se encuentran en el sistema nervioso central. En el cerebro, el alcohol interactúa con centros responsables del placer y otras sensaciones deseables; después de la exposición prolongada al alcohol, el cerebro se adapta a los cambios producidos por el alcohol y se vuelve dependiente a ellos. Para las personas que sufren de alcoholismo, el tomar se convierte en el medio principal a través del cual pueden interactuar con personas, trabajo y vida. El alcohol domina su pensamiento, emociones y acciones.

El consumo de bebidas alcohólicas ha sido siempre fuente de graves problemas, pero en la época actual sus efectos negativos se han agravado por circunstancias nuevas. Una de ellas es que las bebidas alcohólicas se han popularizado rápidamente entre los adolescentes y cada vez son más jóvenes las personas que beben, iniciando algunas a los 12 años de edad. Las causas que llevan a consumir alcohol a la juventud son múltiples y variadas.

Para algunos, significa el falso atractivo de entrar en el mundo de los adultos y romper con las pautas que marcan el universo de la niñez. Para muchos más, en cambio, no hay verdadera diversión sin alcohol de por medio, y ello porque el alcohol, aun consumido en pequeñas cantidades, estimula la corteza cerebral y vuelve a las personas más desenfadas y ocurrentes. El problema es que tras esos primeros efectos de euforia aparece una pérdida de autocontrol y las personas asumen conductas que sin el fermento ético no serían capaces de adoptar. La franja de edad donde el porcentaje de mujeres bebedoras es más alto se sitúa entre los 14 y los 24 años, superando al porcentaje de hombres de la misma edad que abusan del alcohol. Alrededor de 165.000 de estas jóvenes podrían tener problemas para dejar la bebida.

La adicción a las drogas ilícitas, al alcohol e, incluso, a ciertas drogas empleadas en medicina como los tranquilizantes o los analgésicos, y que se conocen como psicoactivas, es uno de los problemas de salud pública más importantes en todo el mundo. En ella pueden caer desde los niños y los adolescentes hasta los adultos, sin distinción de clase social o de nivel educativo. Es más, la comunidad médica ya considera la adicción como un desorden crónico que afecta a las neuronas encargadas de los procesos mentales de pensamiento, raciocinio, voluntad y placer. Muchos padres alcohólicos pueden convertirse en padres maltratadores, haciendo mucho daño a la vida emocional de sus hijos.

El alcoholismo y la drogadicción dañan severamente a la familia, de allí puede derivarse otro problema que a su vez está íntimamente relacionado con la falta de afecto: el maltrato. Save the Children considera como maltrato todas aquellas faltas de cuidado, atención y amor que afectan la salud física o mental, el maltrato físico, el abuso y la explotación sexual y las injusticias de todo orden que ejercen sobre las niñas y niños (menores de dieciocho años) las personas responsables de su cuidado, padres, cuidadores, familiares, vecinos, maestros, empleadores y la comunidad en general.

En muchas familias guatemaltecas se ve de manera normal la educación a los niños y jóvenes por medio de los golpes y palabras hirientes. En el INSOL existen muchas alumnas que han sido víctimas de maltrato físico y psicológico en sus hogares por parte de sus padres, madres, hermanos o tíos que viven inmersos en alcoholismo o drogadicción, incluso algunas de ellas se ven afectadas por estos vicios a su corta edad..

El maltrato o abuso físico es una acción no accidental de algún adulto que provoca daño físico o enfermedad en el niño, o que le coloca en grave riesgo de padecerlo como consecuencia de alguna negligencia intencionada. Se define como maltrato físico cualquier lesión física infringida al niño (hematomas, quemaduras, fracturas, u otras lesiones) mediante pinchazos, mordeduras, golpes, tirones de pelo, torceduras, quemaduras, puntapiés u otros utensilios con que se pueda lastimar al niño. La golpiza que muchas veces lleva a las lesiones personales y algunas de ellas hasta la misma

muerte. Este tipo de maltrato es una forma que va desde lo benigno a lo extremadamente severo.

A menudo el daño emocional severo a los niños maltratados no se refleja hasta la adolescencia, o aún más tarde, cuando muchos de estos niños maltratados se convierten en padres abusivos. Un adulto que fue abusado de niño tiene mucha dificultad para establecer relaciones personales íntimas. Estos hombres y mujeres pueden tener problemas con el acercamiento físico, el tocar, la intimidad y el confiar en otros al llegar a adultos. Están expuestos a un riesgo mayor de ansiedad, depresión, abuso de sustancias, enfermedades médicas y problemas en la escuela o en el trabajo. Sin el tratamiento adecuado el daño hecho al niño abusado físicamente puede perdurar de por vida.

El castigo corporal es una práctica muy difundida y socialmente aceptada. A pesar de ello, constituye una violación de los derechos fundamentales como personas, es un atentado contra su dignidad y autoestima, es una práctica peligrosa porque puede causar daños graves a los niños y constituye siempre una forma de abuso psicológico que puede generar estrés y depresiones. Los niños que sufren este tipo de castigo tienden a reproducir comportamientos antisociales y a convertirse en adultos violentos. Otra forma de maltrato es el emocional, es una de las formas más sutiles pero también más extendidas de maltrato infantil. Son niños habitualmente ridiculizados, insultados, regañados o menospreciados. Se los somete en forma permanente a presenciar actos de violencia física o verbal hacia otros miembros de la familia. Se les permite o tolera el uso de drogas o el abuso de alcohol. Para el psicoanálisis, este tipo de maltrato se conforma con un placer que no toca abiertamente el cuerpo del otro, pero golpea su imagen mediante una crítica agresiva que puede llegar a suplantar, por ejemplo, la atracción erótica y en general la comunicación posible.

El psicoanálisis demuestra que una palabra puede llegar a castigar, humillar, o provocar actos de agresión; un gesto de rechazo sistemático o de intolerancia degrada y daña la percepción de sí mismo; demuestra que esto es tan eficaz como un golpe con odio o una violación.

Otras formas de maltrato emocional se presentan cuando los padres o tutores constantemente menosprecian o culpan al niño; ignoran lo que pasa o les dicen los maestros acerca del niño; se niegan a considerar la ayuda que se les ofrecen para superar los problemas del niño en el colegio, de manera abierta rechazan al niño. En el problema del maltrato infantil se observa una repetición de generación en generación del maltrato como estrategia de disciplina o forma de relación entre padres e hijos. El menor que ha sido maltratado repite con sus propios hijos lo que vivió en su infancia.

Podemos encontrar distintos comportamientos de naturaleza cíclica dentro de las distintas categorías de la violencia intrafamiliar: los padres pueden llegar a maltratar a sus hijos cuando sus exageradas expectativas no logran ser cubiertas por estos, luego frustrados, los castigan y pueden llegar a agredirlos, para posteriormente con la esperanza de haberlos aleccionado, renovar las expectativas y reiniciar el ciclo.

El abandono se manifiesta principalmente hacia los niños, adultos mayores y discapacitados, de manera general, se puede definir como el maltrato pasivo que ocurre cuando sus necesidades físicas como la alimentación, abrigo, higiene, protección y cuidados médicos, entre otras, no son atendidas en forma temporaria o permanente. El abandono también puede ser emocional, este ocurre cuando son desatendidas las necesidades de contacto afectivo o ante la indiferencia de los estados de ánimo.

Se dice de una persona que ha ido desarrollando sus actitudes y conductas y han sido aprendidas ya sea desde el hogar, o el medio en el que se desarrolla como persona; se puede decir muchas veces que la violencia es un comportamiento aprendido, claro esto no lleva a nada bueno y por esta razón es que muchas mujeres son víctimas de dicha violencia, no se puede seguir un patrón de estas conductas pero sí podemos afirmar que la violencia se puede aprender en el medio en el que el agresor se desarrolle.

La violencia se da en todos los niveles sociales y étnicos. Existe una tendencia a pensar que las mujeres de familias con más recursos económicos no sufren violencia,

esto no es cierto, la violencia que soporta puede ser más psicológica, pero también afecta a su identidad como mujer.

Algo que se ha mantenido callado por muchos años en nuestro país, por miedo a la crítica y a la vergüenza, es el abuso sexual a los niños, niñas y mujeres adultas. En el INSOL se hallan varias alumnas que fueron víctimas de abuso sexual por familiares cercanos, durante su niñez; otras han vivido de cerca el abuso sexual hacia sus madres.

Es un acto de control y fuerza que obliga a la víctima a tener contacto sexual en contra de su voluntad. Se dice que el abuso sexual es una explotación y puede tomar muchas formas.

El abuso sexual es un acto criminal que pasa en cualquier lugar de la familia, e incluso en lugares públicos. Es un contacto e interacción entre una mujer, un niño o niña y un agresor cuando éste usa a la víctima para estimularse sexualmente en contra de su voluntad, atentando contra la libertad sexual con el uso de violencia o intimidación. Se pudo observar muchos casos de violencia, maltrato y abuso sexual entre las estudiantes del INSOL, dándose este durante la niñez hasta incluso en la actualidad, afectando gravemente la salud mental y la manera de concebir la vida en las estudiantes.

Es muy importante que los adolescentes conozcan acerca de los cambios físicos y psicológicos que conlleva la edad que están viviendo y de esta manera se les pueda instruir sobre la diversidad de problemas que les pueden afectar.

La adolescencia es una etapa de transición que sufrimos los seres humanos en la cual dejamos la niñez y nos preparamos para ser adultos, es una etapa muy bella donde aprendemos, nos conocemos y valoramos, hacemos planes, tenemos sueños, se forja nuestro carácter. Es una etapa donde somos vulnerables a situaciones indeseables y por lo tanto es de suma importancia contar con una adecuada educación sexual en esta edad, la cual nos instruya e informe.

## **Clasificación de la adolescencia:**

### Adolescencia temprana:

Está comprendida entre los 10 y los 13 años. Marca el final de la pubertad y el ingreso a la adolescencia. Durante este tiempo se produce la mayoría de los cambios orgánicos y aparecen los caracteres sexuales secundarios. Los conflictos característicos de esta edad son: preocupación por la imagen corporal (pérdida del cuerpo infantil) y los cambios que están aconteciendo; deseos de independizarse de los padres, pero simultáneamente necesidad de mantener la dependencia; deseos sexuales aumentados pero restringidos por la duda, el temor al acercamiento al sexo opuesto, conflictos entre los deseos y las normas morales aprendidas, masturbación frecuente; angustia ante el crecimiento y la maduración, cambios en el trato por parte de los adultos.

### Adolescencia media:

Periodo comprendido entre los 14 y 17 años. Se consolida la identificación sexual, aumenta la crítica a la autoridad en general, pero especialmente la de los padres, gran valoración del grupo, preocupaciones filosóficas y religiosas, persiste la angustia ante la sexualidad, pero el acercamiento es cada vez menos difícil (en ocasiones puede estar revestido por agresividad), comienzan las preocupaciones por elección de carrera o profesión y por el futuro en general.

### Adolescencia tardía:

Se denomina de esta manera a la edad comprendida entre los 18 y 21 años, durante esta última fase debe haberse constituido sin mayores problemas la identificación y el ejercicio del rol sexual, la rivalidad con los padres comienza a ceder el paso a la identificación con ellos y a la internalización de las normas familiares y sociales, el grupo comienza a perder su importancia primordial quedando en primer plano el concepto del individuo. La adolescencia desde el punto de vista psicológico puede señalarse en

forma general las transformaciones a las cuales debe adaptarse la personalidad del joven.

La adolescencia y sus cambios puberales involucran el inicio de una intensa sexualidad y de sentimientos relacionados; que al ser expresados, generan disgusto y rechazo por parte de los adultos, así como temor por parte del adolescente. Esta situación dificulta la comunicación y el desarrollo de una sexualidad bien orientada favoreciendo el aumento de una actividad sexual temprana, con riesgo de abortos y de embarazos sucesivos en adolescentes en la edad media de 14 a 16 años.

Por la cultura de silencio en la que vivimos, las personas a lo largo del tiempo han vivido sin una educación sexual adecuada, esto por considerarse un tema tabú.

La educación sexual trata de impartir una información progresiva y adecuada de lo que es la sexualidad humana para su formación, tanto en lo biológico como en lo afectivo-social. Debe perseguir la realización de una sexualidad plena y madura que permita al individuo una comunicación equilibrada con el otro sexo, dentro de un contexto de afectividad y responsabilidad.

En la educación afectivo sexual es indispensable que el niño reciba amor para poder darlo. Las primeras experiencias maternas (pecho, caricias, alegría, ternura, etc.). Son esenciales para la vida futura. La ayuda al niño para que integre su propio sexo es fundamental. El desarrollo libre de su motricidad y de experiencias e iniciativas personales va a condicionar una sexualidad sana, así como el establecimiento de unas relaciones paterno filiales.

Evitar la educación sexual puede causar trastornos y anomalías, debe orientarse oportunamente a los adolescentes y jóvenes, proporcionando lecturas adecuadas; organizarles conferencias, seminarios, pláticas familiares para proyectar su inquietud y tener la oportunidad de transmitir valores higiénicos sobre la necesidad de conocer y de comprender que el proceso de la madurez sexual es algo natural, regular y sano.

La educación sexual bien planeada debe orientar a los jóvenes sobre los procesos de desarrollo y de madurez sexual con un alto criterio sobre el sexo y conducir al

adolescente a aceptar conscientemente (no por instinto) los modos elevados de satisfacer a la edad oportuna sus inquietudes y convertir esa relación humana en asuntos deseables para establecer la salud mental en un individuo y en una sociedad sana.

La falta de educación sexual y las relaciones de los principios morales contribuyen a la prostitución y acarrear graves problemas sociales (relaciones premaritales y extramaritales, divorcio, embarazo en madres adolescentes, aborto). No es fácil evitar la diseminación de enfermedades venéreas (gonorrea, sífilis, herpes, SIDA) o de evitar el embarazo en relaciones sexuales clandestinas.

En la actualidad uno de los principales problemas que aquejan a los jóvenes que comienzan su actividad sexual es el embarazo no planificado o no deseado, esto a la larga les trae consecuencias negativas en su salud, sus sentimientos, en su economía y en su entorno general. En el mundo ocurren anualmente 15 millones de partos en adolescentes, en los cuales el 80% pertenecen a países en vías de desarrollo. El embarazo precoz no solo es sinónimo de rechazo social, es además sinónimo de riesgo vital en mayor proporción para una mujer joven que para una mujer adulta y es de igual riesgo para el bebé; en el embarazo precoz existe un mayor número de mortalidad.

Las jóvenes, corren el doble riesgo de experimentar anemia, preclamsia y complicaciones en el parto, así como un mayor riesgo de mortalidad propia durante el mismo. Por otra parte, la relación coital y el embarazo precoz se suelen asociar con el cáncer cervical y las complicaciones uterinas.

Los hijos de mujeres adolescentes experimentan muchos más problemas de conducta y problemas en la escuela, que la de los partos en no adolescentes. Las tasas de separaciones y divorcios son mucho mayores entre las parejas formadas de manera forzada por un embarazo no deseado. La paternidad temprana es un escenario abonado para el abuso y el abandono infantil.

Dentro de los factores de orden psicológico que se asocian a la actividad sexual en la adolescencia se encuentran la baja autoestima, la inseguridad, el temor al rechazo, bajas aspiraciones en la vida o un déficit importante en el nivel de control de

emociones, la mala relación con los padres y la carencia de creencias y compromisos religiosos. La mayoría de las madres de estas adolescentes también fueron madres adolescentes.

La verdadera educación no son solo datos, sino un conjunto de valores que nos den un sentido y un proyecto de vida. Dentro de ese proyecto de vida obviamente deben ir incluidos el sexo, la pareja, el matrimonio y esto dará como resultado una procreación con libertad y responsabilidad.

La sexualidad es mucho más que el cuerpo y sus formas. La sexualidad es un fenómeno integral de la persona. Abarca todos sus niveles de acción: físico, psicológico, espiritual y social.

Cuando a las personas, principalmente a los jóvenes se les niega la educación sexual, o bien, existen diversos problemas en el núcleo familiar, se pueden desencadenar problemas de identidad sexual, tan recurrentes en nuestros tiempos y en nuestro país. En cada sujeto su identidad sexual se inicia antes de su nacimiento en la medida que es deseado, buscado, fantaseado e imaginado, como hija o hijo, por sus padres. Y estos deseos y fantasías pueden poseer tal valor e importancia que terminarán constituyendo una suerte de destino. Estos deseos constituyen parte importante de la estructura de la identidad sexual. Si el niño que nace responde a los deseos de cualquiera de sus padres, tendrá más fácilmente un espacio propio, legítimo y adecuado que aquél que contradice estos deseos. El proceso de la identidad sexual tiene que ver también con el hecho de ser hijos e hijas deseados, esperados, buscados y queridos desde siempre.

Muchos problemas familiares salen a relucir cuando un miembro de la familia presenta problemas de identidad sexual u homosexualidad. En el INSOL existen varias alumnas con esta clase de conflictos, muchas de ellas se sienten avergonzadas por sus preferencias y son marginadas por sus compañeras..

La identidad sexual es un proceso psíquico, social y cultural que se realiza mediante la intervención de una serie de modelos ofrecidos por la familia, la sociedad y la cultura; la identidad implica ser semejante, parecido a otros: cada varón y cada mujer se construyen de conformidad a otras mujeres y varones que se encuentran en el entorno

familiar y social. Sólo al ser humano le corresponde este privilegio que hace que su sexualidad sea única e irreconciliable con cualquiera otra. La madre constituye el primer espejo en el cual se mira todo bebé. No importa si es niña o niño, la relación que el hijo establece con su madre es la primera y la más importante no sólo porque le asegura la supervivencia, sino también porque será, en gran medida, el modelo determinante de toda otra relación a lo largo de la vida.

A lo largo de los primeros años, la madre y el padre aportan un sinnúmero de mensajes de carácter verbal: expresiones, elementos discursivos, sentencias, criterios, valoraciones, normas, actitudes y múltiples acciones; a esto se añaden sus posiciones afectivas: bondad, ternura, respeto, amargura, desprecio, agresión, tolerancia, benevolencia. Con todo este bagaje van construyendo la estructura sexual de sus hijos e hijas. Al mismo tiempo, los dos construyen imágenes ideales de mujer y de varón con las cuales tanto las niñas como los niños se identifican. Como efecto de esta relación, se producen las imágenes ideales de mujer y de varón que poseen un doble destino: por una parte configuran la virilidad y la feminidad en hijas e hijos y, por otra, serán los modelos de mujer y de varón que, más tarde determinarán las relaciones amorosas.

La homosexualidad es la atracción sexual persistente y emocional hacia alguien del mismo sexo. Durante la niñez y la adolescencia, por primera vez muchos individuos se percatan de su homosexualidad o lesbianismo y pasan por la experiencia de tener pensamientos y sentimientos homosexuales. La homosexualidad ha existido a través de la historia en diferentes culturas

## 2.2 Objetivos

### 2.2.1 Objetivo general

Fortalecer la salud mental de las jóvenes estudiantes del Instituto Normal para Señoritas "Olimpia Leal".

### 2.2.2 Objetivos específicos

#### Sub programa de servicio

- ✓ Brindar psicoterapia individual a estudiantes que presenten problemáticas que necesiten abordamiento psicológico.

#### Sub programa de docencia

- ✓ Informar y capacitar a las alumnas sobre diversos temas de interés de su elección, a través de charlas de discusión.
- ✓ Orientar a padres de familia sobre patrones de crianza, falta de afecto y violencia intrafamiliar.

#### Sub programa de investigación

- ✓ Identificar como influye la falta de afecto en los hogares en la autoestima de las estudiantes.

### 2.2.3 Metodología de abordamiento

#### Sub programa de servicio

##### **Fase diagnóstica:**

Se lograron pláticas muy profundas con la directora y la orientadora acerca de las problemáticas que ellas han observado a lo largo de su experiencia en las

estudiantes, de esta manera se logró tener un mejor panorama de los casos a enfrentar.

### **Fase de divulgación**

Se dio a conocer al personal del establecimiento y a las alumnas las actividades que se pretendían realizar y se hizo la invitación a las estudiantes para que asistieran a psicoterapia y a los grupos de apoyo, de manera voluntaria. También se solicitó a los maestros que refirieran a las estudiantes que ellos consideraran que necesitaban atención psicológica.

### **Fase de inmersión:**

Las alumnas iban acercándose poco a poco, algunas con un poco de temor y otras con mucha curiosidad. Durante esta etapa se fue ganando la confianza de las estudiantes explicándoles el que hacer psicológico, estableciendo empatía y ofreciéndoles confianza y discreción.

### **Fase de ejecución:**

En esta fase ya se había logrado establecer empatía con las alumnas y que perdieran el miedo a enfrentarse a sus problemas pasados y presentes; entonces se brindaron citas a varias alumnas.

### **Fase de tratamiento:**

Se brindaron sesiones semanales a las estudiantes que lo requerían, basadas en un plan psicoterapéutico. Asimismo se realizaron sesiones de terapia grupal entre grupos de amigas acerca de problemáticas en común o dificultades entre ellas.

**Fase de evaluación:**

Constantemente se evaluó el proceso terapéutico con el objetivo de verificar los logros alcanzados con cada estudiante atendida; al finalizar el Ejercicio Profesional Supervisado se realizó una evaluación final mostrando eficacia del tratamiento ofrecido.

**Técnicas utilizadas:**

- Observación: se observó la conducta de las alumnas dentro y fuera del aula, así como en la clínica de psicología. Esto se utilizó para lograr una referencia más certera.
- Entrevista abierta: durante las sesiones que asistían las alumnas se hacían preguntas según el curso de la conversación, esto para evitar que se sintieran examinadas o que la entrevista no era personalizada.
- Test proyectivos: para apoyar o confirmar el diagnóstico, se aplicaron en algunos casos test de la figura humana, de la familia, del árbol, de la casa, de los colores; durante las sesiones, esto también ayudó a que las estudiantes que se estresaban al comentar incidentes de su pasado se relajaran.

**Sub programa de docencia****Fase de organización:**

Se dio a conocer a las autoridades del establecimiento las actividades para su colaboración con las mismas, en cuanto a horarios e información. Se programaron las charlas en las secciones, adaptándolas a sus horarios libres.

**Fase de divulgación y selección de temas:**

Se encuestó a las alumnas para que ellas decidieran los temas que recibirían, esto fue por sección para que recibieran charlas según los temas que ellas mismas habían solicitado.

**Fase de ejecución:**

Se brindaron las charlas según la calendarización y los temas elegidos por las alumnas, durante todo el año en las diferentes secciones. Se brindó orientación a padres de familia, de manera individual cuando asistían a citas o entrega de notas.

**Técnicas utilizadas:**

- Dinámicas: para romper hielo antes de comenzar las charlas o de reflexión al terminarlas en cada charla que se brindó a las alumnas.
- Material de apoyo: se proporcionaba un documento de resumen de la charla impartida a la presidenta de grado por sección para que lo reprodujeran y de esta manera lo pudieran leer, estudiar, discutir y resolver cualquier duda que por miedo a preguntar les hubiese quedado..
- Preguntas y respuestas: al finalizar las charlas se daba la oportunidad de que las alumnas formularan preguntas o hicieran comentarios acerca del tema expuesto u otros temas relacionados, esto en todas las charlas que se brindaron.

**Sub programa de investigación**

Esta investigación es de estudio de casos y se basó en identificar como influye la falta de afecto en los hogares, lo que repercute en la autoestima de las estudiantes. La investigación se efectuó con 28 casos de alumnas de diferentes grados y secciones que a la vez eran pacientes.

**Fase de selección:**

Se incluyó en la investigación solamente a las alumnas que asistieron como pacientes, para que esta fuera más profunda y certera, ya que no se contaba con el tiempo necesario para convivir y obtener un acercamiento profundo con un grupo más grande.

En la investigación se utilizó la entrevista abierta durante las sesiones de psicoterapia y la observación dentro y fuera de la clínica. Se trabajó de esta manera para que las alumnas no se sintieran examinadas o incómodas, esto favoreció a la investigación evitando los sesgos.

### **Técnicas e instrumentos**

Se realizaron preguntas abiertas y que dieran lugar a hacer comentarios por parte de las estudiantes acerca del tema, esto dentro de las sesiones que se tuvo con cada una de ellas, basadas en el tema de investigación y según surgieran durante la conversación. Se utilizaron estas técnicas para evitar que las estudiantes se sintieran examinadas y para que la información obtenida fuera más rica y precisa.

### **Aplicación del instrumento**

Se entrevistó a alumnas que presentaban baja autoestima durante las consultas y se tomaron en cuenta las conversaciones informales con algunas de ellas para enriquecer la información. Esto se llevó a cabo durante los meses de marzo a agosto.

### **Tabulación**

Al contar con la información requerida, se sustrajo los indicios de falta de afecto y de baja autoestima en cada caso tomando en cuenta las similitudes entre ellos.

## Capítulo III

### Presentación de actividades y resultados

#### 3.1 Subprograma de servicio

##### Actividades (primera fase)

Se dio a conocer a la directora y a las maestras auxiliares las actividades que se pretendían realizar con las alumnas. Con la colaboración de la directora y maestros, se hizo un recorrido por todas las aulas del instituto, para invitar a las alumnas a asistir a la clínica ofreciendo atención psicológica a todas aquellas que consideraban necesitar ayuda. Se solicitó la colaboración de maestros para referir alumnas que según su criterio y observación requerían atención psicológica.

##### Resultados (primera fase)

Estas actividades fueron positivas ya que la directora mostró entusiasmo, colaboración y apoyo hacia las acciones que se llevarían a cabo. También los maestros se mostraron dispuestos a contribuir con las actividades. Posteriormente los maestros refirieron en varias ocasiones a alumnas que necesitaban orientación psicológica.

##### Actividades (segunda fase)

La población total atendida fue de 29 alumnas comprendidas entre las edades de 12 a 24 años de los diversos grados. La mayoría buscó ayuda voluntariamente, otras fueron referidas por maestros, auxiliares, padres de familia y amigas. En algunos casos fue necesario citar a padres de las alumnas y a maestros directamente, para tratar situaciones en beneficio de las alumnas. También se atendió a un niño, hijo de una trabajadora del instituto.

### CUADRO No. 1

#### Alumnas que asistieron a psicoterapia por grados

Grados	Participantes
Primero Básico	14
Segundo Básico	4
Tercero Básico	3
Cuarto Magisterio	1
Quinto Magisterio	5
Sexto Magisterio	1
Otros	1
<b>Total</b>	<b>29</b>

Fuente: Ejercicio Profesional Supervisado, realizado en el INSOL, año 2006.

#### Resultados

Las alumnas que asistieron a psicoterapia lo hicieron de manera voluntaria o fueron referidas por maestros, amigas o padres de familia. Esto se llevó a cabo durante el desarrollo del Ejercicio Profesional Supervisado y en esto se obtuvo la confianza de cada una de las alumnas. Asimismo fue muy importante la inmersión de padres de familia y maestros en el tratamiento de las estudiantes.

## CUADRO No. 2

### Problemáticas más frecuentes de los casos atendidos

Problemática	No. De casos
Dificultades con la madre	7
Abuso sexual	5
Problemas de pareja	4
Problemas familiares	3
Separación de los padres	3
Violencia intrafamiliar	2
Depresión	2
Problemas de identidad sexual	1
Duelo	1
Enuresis	1

Fuente: Ejercicio Profesional Supervisado, realizado en el INSOL, año 2006.

**Nota:** en la mayoría de casos, existía más de una problemática.

### Resultados

La mayoría de casos atendidos fueron porque las alumnas presentaban dificultades en su relación con la madre, por ejemplo falta de afecto, abandono, maltrato, entre otros. Así como abuso sexual, la mayoría dentro de casa. Otro problema relevante era los conflictos de las alumnas con sus novios. Para esto se utilizaron varias técnicas de psicoterapia como gestalt, terapia conductual, terapia de apoyo y logoterapia. Logrando que las alumnas resolvieran conflictos, cambiaran conductas, mejoraran su autoestima y valoraran los avances obtenidos durante el proceso de psicoterapia. Esto brindando aceptación, respeto y confianza hacia la alumna durante las citas.

### CUADRO No. 3

#### Casos nuevos y reconsultas por meses

Mes	Participantes	No. Reconsultas
Febrero	5	1
Marzo	9	23
Abril	4	15
Mayo	6	26
Junio	0	6
Julio	1	11
Agosto	2	17
Septiembre	2	29
<b>Total</b>	<b>29</b>	<b>138</b>

Fuente: Ejercicio Profesional Supervisado, realizado en el INSOL, 2006.

#### Resultados

Cuando una alumna solicitaba ayuda psicológica, se hacía la entrevista inicial y luego se dejaba una cita de 35 minutos (un período de clase) una vez por semana, lo cual era decisión de ella asistir o no. En esto debía estar presente la puntualidad, responsabilidad en el caso de tareas y la disposición para mejorar. Con esto se ayudó a incrementar la responsabilidad hacia los propios asuntos y la motivación para salir adelante.

#### Actividades (tercera fase)

Se abrieron expedientes para cada una de las 29 alumnas atendidas, donde se recopilaba la historia clínica, notas de evolución, test proyectivos y tareas. Dando seguimiento a la mayoría de los casos una vez por semana durante 35 minutos o más si era necesario. A las alumnas se les pidió puntualidad y ánimo para su tratamiento, así como respeto hacia el lugar físico y hacia su terapeuta.

### Resultados (tercera fase)

Se obtuvieron resultados satisfactorios para las alumnas por medio de la relación terapéutica y las técnicas utilizadas. A la vez se logró que las alumnas mejoraran su autovaloración, se motivaran y aceptaran a si mismas.

### Actividades finales

Durante las últimas sesiones con las alumnas se hizo cierre de casos, recomendación de seguimiento y palabras de despedida donde ellas pudieron expresar sus avances, metas y agradecimiento. Algunas alumnas se despidieron con cartas, tarjetas y lágrimas como muestras de gratitud y cariño hacia la epesista.

### Resultados (finales)

A la despedida algunos maestros se mostraron agradecidos por los cambios de las alumnas, así como algunos padres de familia.

### Otras actividades

Se pretendía formar grupos de apoyo entre las alumnas, estos fueron entre grupos de amigas elegidas entre ellas por afinidad, ya que al intentar formar grupos con otras compañeras que vivían situaciones similares, las jóvenes se resistían por miedo a verse involucradas en chismes, a que se rompiera el secreto o simplemente por vergüenza.

### Resultados

Muchos de los trabajos de grupo que se hicieron fue cuando entre el grupo de trabajo o de convivencia existían rivalidades, desacuerdos o peleas, en estos casos las alumnas resolvían sus dificultades.

## 3.2 Subprograma de docencia

### Actividades (primera fase)

Se dio a conocer a las autoridades del establecimiento (directora y maestras auxiliares) las actividades para solicitar su colaboración con las mismas, en proveer horarios para brindar las charlas. Se programaron las charlas en base a los horarios brindados, en básicos dos veces al mes, períodos de 35 minutos y en magisterio fue necesario solicitar periodos directamente a los catedráticos, cediendo una o dos veces al mes períodos de 35 minutos.

### Resudados (primera fase)

La directora mostró bastante interés y entusiasmo por el programa, esto provocó que las cosas se facilitaran para la realización de las actividades programadas. Las maestras auxiliares proveyeron de horarios en los que era factible dar las charlas en cada sección. En magisterio fue un poco más difícil, pero se lograron algunos espacios.

### Actividades (segunda fase)

Con la colaboración de catedráticos, se hizo un recorrido por todas las aulas del instituto para encuestar a las alumnas acerca de los temas que les interesaba conocer. Luego se tabuló la información por sección y se hizo una planificación para cada sección de los temas sugeridos por ellas.

### Resultados (segunda fase)

Las alumnas se mostraron bastante colaboradoras y cada una de ellas escribió el tema o los temas que le interesaban, de esta forma las charlas para cada grado eran más interesantes ya que ellas mismas había elegido los temas.

#### CUADRO No. 4

##### Charlas brindadas a las alumnas

Tema	No. de charlas
Amistad	10
Noviazgo	19
Agresividad infantil	3
Amor	8
Sexualidad	16
Drogadicción	2
Familia	12
Adolescencia y juventud	3
Autoestima	6
Sida	2
Alcoholismo	1
Violencia	8
Embarazo en la adolescencia	2
Enfermedades de transmisión sexual	1
Desintegración familiar	5
Aborto	3
Valores	2
Desarrollo de la mujer	1
¿Qué es Psicología?	1
<b>Total</b>	<b>105</b>

Fuente: Ejercicio Profesional Supervisado, realizado en el INSOL, 2006.

#### Resultados

Se obtuvieron logros muy importantes en este subprograma, algo muy relevante es que, en ocasiones al finalizar cada charla se acercaban chicas afectadas por situaciones de las que se había hablado, posteriormente este se convirtió en un medio de captación de casos nuevos.

## CUADRO No. 5

### Cantidad de charlas y participantes por mes

Mes	No. de charlas	Participantes
Febrero	18	735
Marzo	34	1489
Abril	22	793
Mayo	27	1090
Junio	0	0
Julio	4	108
Agosto	0	0
Septiembre	0	0
<b>Total</b>	<b>105</b>	<b>4215</b>

Fuente: Ejercicio Profesional Supervisado, realizado en el INSOL, 2006.

Fueron un total de 105 charlas que se impartieron durante el desarrollo del Ejercicio Profesional Supervisado. No se pudo llevar a cabo el total de charlas programadas por falta de tiempo y por actividades del instituto. Se logró brindar charlas a las estudiantes de sexto magisterio, esto se realizaba por las tardes, dos veces al mes. En ocasiones se impartían hasta 4 charlas por día.

#### Actividades (tercera fase)

Al inicio de cada charla se realizaba una dinámica rompe hielo donde participaban todas las alumnas, luego de la charla se dejaba un espacio para preguntas y respuestas, posteriormente se entregaba a la presidenta de grado un folleto del tema para que lo reprodujera para el grado y si daba tiempo se despedía la actividad con una dinámica de reflexión.

### Resultados (tercera fase)

Al realizar la dinámica rompe hielo se lograba en las alumnas un poco de entusiasmo, en cuanto al folleto que se dejaba con la presidenta, no todas lo reproducían o la presidenta lo extraviaba, por ello se optó por mantener los folletos en la clínica y la que deseara reproducirlo se acercara, esto fue durante los últimos 3 meses. Cuando se trataba de temas difíciles, por ejemplo: sexualidad, violencia, a las alumnas les era muy difícil realizar preguntas, pero conforme fue pasando el tiempo fueron perdiendo el miedo a preguntar.

### **3.3 Subprograma de investigación**

La investigación consistió en identificar como perjudica la falta de afecto en los hogares a la autoestima de las estudiantes, siendo esta realizada en forma descriptiva. La investigación se realizó con 28 alumnas de básicos y magisterio, las cuales asistían a psicoterapia.

#### Planteamiento del problema

Los problemas que enfrentan las alumnas del instituto son diversos, todos de mucho interés siendo el más relevante la baja autoestima de las alumnas debido a la falta de afecto que sufren en sus hogares.

#### Resultados

Se logró decidir que tema se investigaría, en base a lo observado durante el diagnóstico institucional, llevado a cabo durante el mes de noviembre de 2005.

#### Fase de elaboración de instrumento

Se realizaron entrevistas con preguntas abiertas y que dieran lugar a hacer comentarios por parte de las estudiantes acerca del tema. Las entrevistas se hacían dentro de las sesiones de psicoterapia y se formulaban preguntas en base a lo que ellas mencionaran.

### Resultados

Se decidió que se preguntaría a las alumnas lo que fuera necesario según la conversación de ellas, lo cual sirvió para identificar en que medida perjudica la falta de afecto en los hogares a la autoestima de las alumnas.

### Fase de aplicación del instrumento

Se entrevistó a alumnas durante las consultas y se tomó en cuenta las conversaciones informales con algunas de ellas para enriquecer la información.

### Resultados

Se logró que las alumnas colaboraran con las entrevistas, ya que era sencillo porque no se sentían examinadas, sino que era parte de sus sesiones de psicoterapia.

### Fase de tabulación

Al contar con la información requerida, se tabuló para su mejor manejo.

### Resultados

Se obtuvieron las siguientes deducciones:

#### **Caso No. 1**

La jovencita ha tenido varios intentos de suicidio por peleas continuas con la madre, esta le dice a menudo que es una "basura". Ha logrado mantener conversaciones profundas con la madre solo en tres ocasiones aproximadamente. En casa "cada quien vive en su mundo", no hay comunicación profunda con nadie. Ha recibido pocas demostraciones de afecto en casa. A veces ni para cumpleaños o navidades. Las pruebas proyectivas reflejan inseguridad. La madre la golpea física y psicológicamente en la actualidad.

### **Caso No. 2**

Es una chica muy tímida, se considera con baja autoestima. La familia paterna la rechaza por su parecido físico con madre. El hermano mayor la molesta y le dice "gorda" y otras cosas, esto la pone triste, porque el padre no le dice nada a él. El padre es alcohólico y muy agresivo. Las pruebas proyectivas reflejan gran inseguridad en si misma y rencor hacia el padre y el hermano.

### **Caso No. 3**

Es una chica muy tímida. Fue víctima de abuso sexual por parte de un tío materno durante la niñez. Se siente inferior a otras personas.

### **Caso No. 4**

Hay muchos problemas en casa como discusiones, gritos e insultos. No vive con su madre porque ella se fue con otro señor y la dejó a ella y a su hermano con su padre, este trabaja para mantenerlos y casi no esta con ellos. Siente que en su vida le va a ir mal y es muy insegura.

### **Caso No.5**

De su padre no recibe cariño, solo insultos y humillaciones. Se siente "perdida", siente que no es "nada ni nadie en la vida".

### **Caso No 6**

Chico de 12 años con enuresis desde los 6 años, madre hasta la fecha decide consultar. El chico muy introvertido, sumiso, no ve a los ojos. Las pruebas proyectivas reflejan soledad, autodesvalorización, ira y frustración.

### **Caso No. 7**

Mala relación con la madre, siente que quiere más a su hermana. Casi no ve a su mamá, a veces ni en navidad. La mamá nunca se ha preocupado por su salud, solamente abuela. No recuerda ninguna vez que su mamá la haya abrazado. Se

siente inferior a los demás. Padece déficit en hormona del crecimiento, a veces prefiere estar sola porque la gente la ve mal y se burlan de ella.

#### **Caso No. 8**

Chica presenta bajo rendimiento académico, no le dan ganas de estudiar, cree que es inútil y no sirve para nada. Lloro frecuentemente, aun en clase. Tiene constantes peleas con la madre, no le pone atención solo a su hermano, esto la pone muy celosa. Dice que se siente sola. La madre la retiró del instituto por bajo rendimiento académico.

#### **Caso No. 9**

Recibió maltrato por parte del padre durante la niñez, ya que el deseaba un niño no una niña y se lo reprochó siempre. Siente rencor hacia la madre porque no le ha brindado afecto. Madre la manipula para que le de dinero, ella siente que al dárselo la querrá (compra de afecto), incluso la madre ha llegado a amenazarla. Madre la ha engañado mandándole a decir que está en la morgue, solo para ver si llega y luego se ríe de ella. La chica se siente rechazada por madre y por algunas mujeres en general. Madre la dejó al cuidado de padrastro y no aporta económicamente para sus gastos. A veces sale con amigas y consume bebidas alcohólicas hasta embriagarse. Extraña mucho a su mamá y dice que le duele que no la quiera. Busca afecto en otras mujeres, llegando a confundirlo o malinterpretarlo, pensando que se enamora de ellas. Se siente despreciada y con miedo de enfrentar la vida.

#### **Caso No. 10**

Recibió maltrato durante su niñez por padre alcohólico. Luego la separación de sus padres. Padre la rechazó porque no quería que viviera con él. Actualmente vive con el padre, este no permite que hable con madre, esto la entristece mucho. Se siente sola y no le habla a nadie en casa. Siente mucho rencor hacia padre y madrastra. Ella sabe que el padre le pidió a madre que la abortara cuando estaba embarazada de ella, madre se negó. Es una chica muy irritable.

### **Caso No 11**

Siente que su mamá no la quiere porque no le pone atención y no se preocupa por sus problemas. Sufrió violencia intrafamiliar por padre alcohólico, hasta hace un tiempo. Siente fuerte necesidad de ser aceptada por los demás, casi siempre trata de complacer a otros y le cuesta expresar lo que siente por miedo al rechazo. Chica tiene 12 años y busca constantemente amor en los chicos, no le gusta estar sola y cuando termina con un noviazgo luego tiene otro.

### **Caso No. 12**

Ha recibido maltrato psicológico por parte de la madre. En casa nadie le pone atención. Le cuesta tomar sus propias decisiones. Se ha puesto en peligro con deseos de que le pasara algo malo. Es muy tímida e insegura.

### **Caso No. 13**

A raíz de la falta de afecto de su padre en casa, empezó a salir con un señor mucho mayor que ella, es casado, hasta el punto de convertirse en su amante. Dice que en él encontró el apoyo que su padre no le da y atención. Posteriormente este señor se alejó de ella. La chica se deja llevar fácilmente por hombres mayores y casados. Madre está muerta, cuando niña vivía con ella, tampoco le ponía atención, se dedicaba a la prostitución dentro de la casa, ella observaba y un cliente de la madre abusó sexualmente de ella a los 10 años.

### **Caso No. 14**

La chica es muy coqueta, le gusta llamar la atención de los hombres y a los 13 años ha tenido bastantes novios. En casa la madre le ha ocultado la verdad acerca de su procedencia, el hombre que siempre vio como padre no lo es, conoció a su verdadero padre, el cual le ha empezado a regalar cosas valiosas para disculparse por abandonarla (compra de afecto).

**Caso No. 15**

Durante la niñez sufrió violencia intrafamiliar por parte de padre alcohólico. Sufrió la separación de sus padres. Siente rencor hacia padre por maltrato hacia ella y madre. Ha superado bastante bien su situación de tristeza y soledad.

**Caso No. 16**

Se siente culpable, triste y enojada por peleas continuas en casa. Es muy enojada e irritable. Madre la amenaza con irse de la casa si no se porta bien. No tiene control de impulsos. Chica con mucha necesidad de ser aceptada por chicos, búsqueda constante de relacionarse con ellos, tiene amores platónicos.

**Caso No. 17**

Padres se separaron cuando tenía 6 años, culpa mucho a madre por esto. A los 8 años tuvo un padrastro que al mes de vivir en casa abusó sexualmente de ella, lo contó a madre la cual lo corrió de casa pero no lo denunció, ella sintió que la madre no la apoyó lo suficiente. Se siente fea y gorda, le dan mucho miedo los hombres mayores.

**Caso No. 18**

Siente muchos celos y rechaza a su hermana menor, al enterarse que iba a ser niña, lloró mucho. Padre la maltrataba verbalmente cuando madre estaba embarazada de hermana.

**Caso No. 19**

Se siente muy triste y sola. Es bastante tímida. Ha intentado suicidarse varias veces. Las pruebas proyectivas reflejan inseguridad, autodesvalorización, soledad, indicios de depresión, negación, fuerte necesidad de afecto. Cuando era niña la madre no la cuidaba y la dejaba con primas, estas la humillaban y maltrataban. Esto la atormenta mucho y culpa a madre por dejarla sola.

**Caso No. 20**

Siente que madre no la quiere, no le pone atención, no la abraza ni le dice palabras de cariño. Nunca se ha hecho responsable de ella, la dejó al cuidado de abuela. Sufrió maltrato por parte de padre en la niñez. A los 9 años un primo trató de abusar sexualmente de ella pero no lo logró, se lo contó a madre, la cual no le dio importancia. Ella misma dice tener baja autoestima, se siente fea, que no vale y que nadie la quiere. Madre no hace lo posible por verla, sino que cuando sabe que está cerca se esconde. Se frustra mucho por no encontrar amor en chicos.

#### **Caso No. 21**

Se siente sola, tiene un novio que la humilla y la golpea, dice estar con él por tener quien la quiera. No tiene buena relación con ningún miembro de su familia, falta de afecto en casa la lleva a refugiarse en relación enfermiza con novio. Las pruebas proyectivas reflejan soledad, idealización de relaciones, vergüenza, represión, tristeza, falta de metas, autodesvalorización, no tiene confianza en el futuro y en los demás.

#### **Caso No. 22**

Se siente muy triste y desanimada, esto porque padres están separados, ella vive solo con padre, el cual le reclama hasta lo que se come en casa. Es madre soltera y todos en casa se lo recriminan. Siente mucho rencor hacia padres porque antes le negaron la educación, padre ha sido siempre alcohólico y le dice palabras muy hirientes, y hacia la madre por ser cobarde. Da mucha importancia a las opiniones ajenas, hasta el punto de no actuar por miedo a la crítica y el rechazo. Tiene muchos miedos para enfrentar la vida.

#### **Caso No. 23**

Es una chica con muy baja autoestima evidente. Madre nunca la ha cuidado y ha delegado responsabilidad a abuela. Todos en casa rechazan a madre, incluso ella, pero esto la hace sentir culpable.

#### **Caso No. 24**

Siente que madre no la quiere, siente que padrastro la quiere más. Padre falleció cuando era niña, era alcohólico. Ahora tiene padrastro que también es alcohólico. Es una chica muy tímida, le da vergüenza ver a los demás a los ojos.

#### **Caso No. 25**

Existen muchos problemas en su familia: padre tiene otra mujer, madre tiene cáncer y todos viven aislados. A veces no le dan ganas de bañarse ni de comer, se siente fea y que no sirve. Se ha aferrado a una relación enfermiza con un chico que es indiferente con ella. Es bastante insegura.

#### **Caso No. 26**

Durante su niñez sufrió violencia intrafamiliar por padre alcohólico. Tiene mucha dificultad para tomar decisiones. Madre la sobreprotege y ella se siente inútil por ello, siente que la considera tonta y que no puede valerse por sí misma. Su familia decidió que carrera estudiaría, a ella no le gusta.

#### **Caso No. 27**

Siempre se ha sentido rechazada por sus compañeras de clase. Padres se separaron cuando tenía 7 años, ya que padre era alcohólico y golpeaba a madre. Le guarda rencor al padre. Siente que madre la ha sobreprotegido, es asmática y esto le afecta mucho en su autoestima, ya que no se considera normal.

#### **Caso No. 28**

Se casó siendo muy jovencita por huir de ambiente hostil en casa. No puede dejar a esposo infiel por miedo a la soledad ya que familia le niega apoyo.

## Capítulo IV

### Análisis y discusión de resultados

#### 4.1 Subprograma de servicio

Las actividades de presentación con las autoridades y maestros del instituto fueron positivas ya que la directora mostró entusiasmo, colaboración y apoyo hacia las acciones que se llevarían a cabo, proporcionando información de algunas de las problemáticas que viven las alumnas. También los maestros se mostraron dispuestos a contribuir con las actividades, ellos también manifestaron su apoyo en pro de la salud mental de las estudiantes. Posteriormente los maestros refirieron en varias ocasiones a alumnas que necesitaban orientación psicológica, mostrando su preocupación por las situaciones difíciles a las que se enfrentaban sus alumnas. Los maestros que no refirieron alumnas colaboraron dándoles permiso para salir de los salones de clase cuando les tocaba cita en psicología, sabiendo que era de beneficio para ellas, siempre estando pendiente de la evolución de los conflictos de las estudiantes.

Las alumnas que asistieron a psicoterapia lo hicieron de manera voluntaria o referidas por maestros, amigas o padres de familia, la mayoría asistió por decisión propia al hacerse consciente que sus dificultades podían tener solución. El servicio psicológico se llevó a cabo durante el desarrollo del Ejercicio Profesional Supervisado y en este tiempo se logró la confianza de cada una de las alumnas, tanto en la psicología como en la epesista. Durante el mes de junio fue muy difícil atender consultas y reconsultas por las actividades de aniversario del instituto y las vacaciones de medio año. Las actividades de aniversario sirven de descanso y distracción a las alumnas, ya que ellas participan ampliamente en todas ellas. En el mes de julio se dio la huelga magisterial, lo cual también fue obstáculo para atender a las alumnas ya que la asistencia al instituto era poca e incluso hubo varias ocasiones que el instituto se encontraba "tomado".

La mayoría de casos atendidos fueron porque las alumnas presentaban dificultades en su relación con la madre, por ejemplo falta de afecto, abandono, maltrato, distanciamiento, entre otros. Así como abuso sexual, la mayoría dentro de casa y durante la niñez. Otro problema relevante era los conflictos de las alumnas con sus novios y entre las mismas jóvenes que incluso peleaban por un mismo chico. Asimismo los conflictos o disgustos por celos entre amigas, problemas al realizar alguna tarea educativa o dificultades para ponerse de acuerdo, eran temas que afectaban el desenvolvimiento de las estudiantes, provocándoles ansiedad. La mayoría de las alumnas presentaba más de una problemática, siendo difícil para ellas la vida cotidiana al tener que enfrentar la adolescencia y además cargar diversos traumas de la niñez y conflictos actuales. Otras alumnas preferían hacer consultas informales, sin cita, en horarios libres, en pasillos o en horas de recreo o salida por miedo o vergüenza a las burlas de sus compañeras por asistir a psicoterapia, algunas de ellas por considerar que su problema no era tan relevante.

Para abordar los casos se utilizaron varias técnicas de psicoterapia como gestalt, terapia conductual, terapia racional emotiva, terapia de apoyo y logoterapia. Logrando que las alumnas resolvieran conflictos, cambiaran conductas, actitudes, mejoraran su autoestima, aceptaran y entendieran circunstancias difíciles, resolvieran duelos, encontraran sentido a sus vidas y valoraran sus logros. Esto brindando aceptación, respeto, comprensión y confianza hacia la alumna durante las citas, teniendo siempre presente que la relación terapéutica es vital en la psicoterapia.

Cuando una alumna solicitaba ayuda psicológica, se hacía la entrevista inicial y luego se dejaba una cita posterior de 35 minutos (un período de clase) una vez por semana, dependiendo de la disponibilidad, lo cual era decisión de ella asistir o no. En esto debía existir la puntualidad, responsabilidad en el caso de tareas y la disposición para mejorar. Con esto se logró incrementar la responsabilidad hacia los propios asuntos y la motivación para salir adelante. También se atendió en varias ocasiones emergencias de alumnas en crisis.

En algunos casos fue necesario que los padres de las alumnas se hicieran presentes, esto para contribuir con el desarrollo de la psicoterapia y mejorar las condiciones en las

que se desarrollaba la alumna, los padres que asistieron participaron activamente en todas las actividades, por amor a sus hijas y por sus deseos de mejorar como familia. También algunos maestros participaban en la terapia de las alumnas apoyándolas, ayudándolas con sus ejercicios o siendo figuras importantes para ellas, en los casos de las alumnas que carecían de figuras paternas o estas eran distantes con ellas.

Fue de mucha utilidad contar con un espacio propio para la atención de las alumnas ya que al inicio del Ejercicio Profesional Supervisado no se contaba con esta clínica y se atendía en corredores, canchas, biblioteca o cualquier lugar propicio. A veces faltaba privacidad porque éramos dos epesistas atendiendo en la misma clínica, luego se optó por dividirla con los muebles que estaban dentro, obteniendo resultados favorables. Pero a veces había períodos libres, en los cuales todo el alumnado se encontraba fuera de clase, corriendo o haciendo ruido justo frente a la clínica; esto era un inconveniente bastante significativo a la hora de atender a una alumna.

Se obtuvieron resultados satisfactorios para las alumnas por medio de la relación terapéutica y las técnicas utilizadas. A la vez se logró que las alumnas mejoraran su autoimagen, se motivaran, resolvieran conflictos del pasado, mejoraran conductas, comprendieran y aceptaran situaciones difíciles, encontraran sentido en sus vidas y se aceptaran a sí mismas.

Las reconsultas fueron algo muy satisfactorio ya que la mayoría de alumnas que asistieron culminaron su terapia. Muchos de los trabajos de grupo que se hicieron fue cuando entre el grupo de trabajo o de convivencia existían rivalidades, desacuerdos o peleas, en estos casos las alumnas resolvían sus dificultades con ayuda de la epesista como mediador y conciliador.

A la despedida de la epesista algunos maestros se mostraron agradecidos por los cambios de las alumnas, así como algunos padres de familia. En cuanto a las alumnas, algunas se despidieron entregando cartas y tarjetas, algunas con lágrimas en sus ojos y reiterando el agradecimiento por la atención brindada y la ayuda que obtuvieron para salir adelante.

#### **4.2 Subprograma de docencia**

Al presentar el plan de actividades a las autoridades del instituto, la directora mostró bastante interés y entusiasmo por todas las actividades, esto provocó que se abrieran las puertas para el desarrollo de las mismas ya que manifestó y puso en práctica todo su apoyo. Las maestras auxiliares brindaron los horarios en los que era factible dar las charlas en cada sección y apoyando continuamente el desarrollo de las mismas en el caso que se presentaran dificultades. En magisterio fue un poco difícil brindar charlas, pero se lograron algunos espacios cuando algunos catedráticos demostrando su apoyo, cedieron algunos períodos de sus clases para que las alumnas recibieran temas de interés, esto una vez al mes en unos casos y dos veces al mes en otros, pero los horarios eran bastante variables. En básicos se contaba con horarios establecidos dos veces por mes en todos los grados, esto durante los períodos libres de las alumnas. Las alumnas se mostraron bastante colaboradoras y cada una de ellas escribió el tema o los temas que le interesaban cuando se solicitó su colaboración para decidir los temas que se impartirían en cada sección, de esta manera las charlas para cada sección eran distintas y más interesantes ya que ellas mismas habían elegido los temas. La asistencia a las charlas era decisión de las alumnas, nunca se obligó a nadie a quedarse si no lo deseaba; tampoco se hacían evaluaciones posteriores, al inicio algunas alumnas pensaban que Psicología era una materia más. .

Se obtuvieron logros muy importantes en este subprograma, algo muy relevante es que, en ocasiones al finalizar cada charla se acercaban chicas afectadas por situaciones de las que se había hablado, posteriormente este se convirtió en un medio de captación de casos nuevos.

Fueron un total de 105 charlas que se impartieron durante el desarrollo del Ejercicio Profesional Supervisado, las charlas que más se brindaron fueron: Noviazgo, Sexualidad, Familia, Amistad, Amor, Violencia y Autoestima. No se pudo llevar a cabo el total de charlas programadas por falta de tiempo y por actividades del instituto, tal como el aniversario y semanas cívicas, así como por la huelga magisterial que afectó principalmente el mes de julio. También fue un reto que se lograra trabajar con las estudiantes de sexto magisterio, ya que en años anteriores esto no se había logrado; con ellas se trabajaba dos veces al mes por las tardes. Cuando se brindaba la charla,

se iniciaba con una dinámica rompe hielo, con esto se lograba en las alumnas un poco de entusiasmo, luego se brindaba en tema y por último se dejaba un espacio de preguntas y respuestas, además si el tiempo era favorable se hacía una dinámica de reflexión. Se elaboraba un folleto del tema tratado el cual se dejaba con la presidenta de clase, no todas lo reproducían o la presidenta lo extraviaba, por ello se optó por mantener los folletos en la clínica y la alumna que deseara reproducirlo se acercara y lo solicitara, esto fue durante los últimos 3 meses del Ejercicio Profesional Supervisado. Cuando se trataba de temas controversiales o difíciles, por ejemplo: sexualidad y violencia, a las alumnas les era muy difícil realizar preguntas, pero conforme fue pasando el tiempo fueron perdiendo el miedo a preguntar gracias a la confianza que se les brindó. En ocasiones era difícil concluir el tema por la falta de tiempo, ya que solamente se contaba con 35 minutos (un período de clase) para exponer temas que a veces eran muy extensos.

#### **4.3 Subprograma de investigación**

El objetivo primordial de la investigación fue determinar como perjudica la falta de afecto en los hogares a la autoestima de las estudiantes en el Instituto Normal para señoritas "Olimpia Leal". Los problemas que enfrentan las alumnas del instituto son diversos, todos de mucho interés siendo el más relevante la baja autoestima, esto debido a la falta de afecto que sufren en sus hogares por parte de padres, hermanos u personas encargadas de ellas. Se realizaron entrevistas con preguntas abiertas y que dieran lugar a hacer comentarios y catarsis por parte de las estudiantes acerca del tema. Las entrevistas se hicieron a las alumnas que asistían como pacientes dentro de las sesiones de psicoterapia y se formulaban preguntas en base a lo que ellas mencionaban.

Se decidió que se preguntaría a las alumnas lo que fuera necesario según la conversación de ellas, lo cual sirvió para identificar en que medida perjudica la falta de afecto en los hogares a la autoestima de las alumnas. Se entrevistó a alumnas durante las consultas y se tomó en cuenta las conversaciones informales con algunas

de ellas durante horas libres o recreos para enriquecer la información. Se logró que las alumnas colaboraran con las entrevistas, ya que era sencillo porque no se sentían examinadas, sino que era parte de sus sesiones de psicoterapia, esto para evitar sesgos de la información. Durante el último mes se analizaron los resultados obtenidos en la investigación, comparando entre casos, en este momento surgieron similitudes y coincidencias entre los mismos, tomando en cuenta los indicadores de falta de afecto en los hogares.

Los datos obtenidos por medio de las entrevistas proporcionaron información de suma importancia, con la cual se pudo demostrar que la falta de afecto en los hogares afecta profundamente a la autoestima. A continuación se describen los indicadores de falta de afecto en pacientes con baja autoestima:

- ✓ Intentos de suicidio.
- ✓ Maltrato físico y emocional.
- ✓ Pocas o nulas demostraciones de afecto en casa.
- ✓ Falta de respeto e insultos por parte de hermanos.
- ✓ Abuso sexual por parte de familiares cercanos durante la niñez.
- ✓ Sentimientos de inferioridad.
- ✓ Ambiente hostil en casa.
- ✓ Negligencia por parte de padres.
- ✓ Delegación del cuidado de los niños a terceras personas.
- ✓ Inseguridad y miedo al enfrentar la vida.
- ✓ Comparación constante entre hermanos.
- ✓ Lejanía de los padres o abandono.
- ✓ Falta de atención a los problemas de los hijos.
- ✓ Rechazo del padre por ser niña.
- ✓ Manipulación emocional. Compra de afecto.
- ✓ Conocimiento de deseos e intentos de aborto.
- ✓ Rechazo de muestras de afecto.
- ✓ Padres que niegan educación a sus hijos.

De esta manera se pudo llegar a la conclusión que efectivamente la falta de afecto que existe en los hogares de las estudiantes afecta de manera importante el desarrollo de la autoestima de las alumnas, generando así muchas dificultades a lo largo de sus vidas.

#### **4.4 Análisis de contexto**

El Ejercicio Profesional Supervisado fue desarrollado en el Instituto Normal para Señoritas "Olimpia Leal" en la ciudad de La Antigua Guatemala, Sacatepéquez beneficiando a las estudiantes que asisten al establecimiento educativo. La Antigua Guatemala es uno de los mayores atractivos turísticos del país visitada por muchas personas nacionales y extranjeras. Existen muchos lugares de interés y distracción en donde las personas que visitan esta bella ciudad pueden hacer caminatas, tomar fotografías, conocer la historia de la ciudad, disfrutar de los restaurantes, comprar artesanías o simplemente caminar por las calles empedradas.

Asimismo durante la noche existe variedad de restaurantes, bares y discotecas en los cuales los lugareños y turistas pueden divertirse en compañía de amigos. La cantidad de personas extranjeras que viven o que pasan largo tiempo en La Antigua Guatemala es elevada, haciendo una mezcla interesante de culturas.

En esta ciudad es bastante alto el consumo de bebidas alcohólicas y drogas por parte de adolescentes y jóvenes, los cuales tienen diversas problemáticas en sus hogares, centros de estudio o de trabajo, constituyendo así factores de riesgo para ellos mismos y la población. Durante la ejecución del Ejercicio Profesional Supervisado, se vivieron momentos muy enriquecedores e inolvidables, ya que se logró establecer empatía con las alumnas, maestros, directora y padres de familia, dejando las puertas del instituto abiertas para las próximas epesistas y de esta manera continuar beneficiando a la población estudiantil. Al realizar el proyecto de EPS se logró un gran crecimiento en mi persona, ya que al contribuir con el desarrollo de las estudiantes, guardo recuerdos gratos y una gran satisfacción al haber sido de ayuda a la población.



## Capítulo V

### Conclusiones y recomendaciones

Al concluir con las actividades que se realizaron en los tres subprogramas por medio de la metodología seleccionada, se logró concluir en diversos aspectos y ofrecer algunas recomendaciones.

#### 5.1 Conclusiones

##### 5.1.1 Conclusiones generales

- ✓ Gracias al aprendizaje obtenido dentro de las aulas de la Escuela de Ciencias Psicológicas y a la experiencia emanada de las prácticas realizadas, se logró brindar el servicio de Psicología en el Instituto Normal para Señoritas "Olimpia Leal", por medio del Ejercicio Profesional Supervisado.
- ✓ El Ejercicio Profesional Supervisado brindó atención psicológica en los tres subprogramas, con el objetivo de contribuir con el crecimiento personal de las estudiantes que asisten al plantel educativo, así como ayudar a reducir la problemática que las agobia.
- ✓ El que hacer psicológico interviene de manera trascendental, ya que por medio de este se favorece al crecimiento personal de las alumnas a través de la atención psicológica continua y apropiada.
- ✓ La falta de afecto en los hogares afecta drásticamente la forma de conducirse por la vida, de dar y recibir amor y se reproduce por generaciones formando un círculo interminable.
- ✓ La baja autoestima puede obstaculizar el adecuado funcionamiento y adaptación personal dentro de la sociedad.
- ✓ El soporte brindado por las autoridades del establecimiento especialmente de la directora, fue de vital importancia para la ejecución apropiada del Ejercicio Profesional Supervisado.

- ✓ Es de suma trascendencia la labor que ejerce la epesista en la sociedad guatemalteca, contribuyendo enormemente con el crecimiento de nuestro país.

#### **5.1.2 Subprograma de servicio**

- ✓ La atención psicológica a las estudiantes fue beneficiosa conforme a lo proyectado.
- ✓ Se emplearon con buenos resultados los conocimientos adquiridos por medio de la supervisión.
- ✓ La mayoría de alumnas atendidas mostraban dificultades como baja autoestima, problemas emocionales y violencia intrafamiliar, a las cuales se les apoyó con psicoterapia.
- ✓ La psicoterapia personal brindada a las estudiantes proporcionó resultados favorables al lograr evolución en los conflictos expuestos.
- ✓ La participación de las estudiantes y padres de familia en cada una de las acciones realizadas fue fundamental para los logros obtenidos en la ejecución del Ejercicio Profesional Supervisado.
- ✓ Las sesiones de psicoterapia con cada una de las estudiantes que asistieron contribuyó a que descubrieran sus problemáticas y de esta manera solucionaran sus complicaciones personales, familiares y sentimentales.
- ✓ Los momentos en que se logró interactuar con los padres de familia, brindando orientación y resolviendo muchos de sus conflictos fue de gran valor para que la psicoterapia que se proporcionó a las estudiantes fuese más trascendente.
- ✓ Los casos atendidos que mostraban baja autoestima mejoraron en muchos aspectos académicos, conductuales y afectivos.

### **5.1.3 Subprograma de docencia**

- ✓ Se pudo evidenciar la escasa información o información distorsionada que tienen las estudiantes y padres de familia acerca de falta de afecto y autoestima.
- ✓ Los temas compartidos con las alumnas les proporcionaron nuevos conocimientos.
- ✓ Las técnicas manejadas en las charlas fueron provechosas obteniendo la colaboración de las alumnas.
- ✓ Debido a los feriados y a otros movimientos del instituto no se logró culminar con todas las charlas programadas.
- ✓ Las acciones efectuadas en el sub programa de docencia permitieron fundar confianza entre la facilitadora y las alumnas, favoreciendo una mejor colaboración en las charlas.
- ✓ Las charlas de Noviazgo, Sexualidad y Embarazo en la Adolescencia fueron de suma trascendencia pues muchas estudiantes desconocían los riesgos y secuelas que se asumen al no tener una adecuada educación sexual.

### **5.1.4 Subprograma de investigación**

- ✓ La falta de afecto en los hogares afecta profundamente la autoestima de las estudiantes del INSOL.
- ✓ Los signos más evidentes de falta de afecto en estudiantes que presentan baja autoestima son el descuido de las necesidades básicas de los hijos y la falta de demostraciones afectivas en el hogar.
- ✓ El abuso sexual no es revelado por vergüenza y temor a las reacciones de la familia y del entorno, por lo que los índices son mayores a los datos obtenidos.
- ✓ La falta de afecto repercute en todas las áreas de la persona y su relación con la sociedad

## 5.2 Recomendaciones

### 5.2.1 Recomendaciones generales

- ✓ Permanecer con la asistencia psicológica por medio de Ejercicio Profesional Supervisado en el departamento de Sacatepéquez, ya que se proporciona apoyo psicológico a diferentes grupos.
- ✓ A las autoridades del plantel educativo se recomienda la contratación de un psicólogo/a para la atención de las estudiantes, ya que sería beneficioso continuar con el tratamiento psicológico hasta que concluya.
- ✓ Promover más la ejecución del Ejercicio Profesional supervisado en la Escuela de Ciencias Psicológicas.
- ✓ A los nuevos epesistas del INSOL, aprovechar al máximo el corto tiempo que tienen para realizar su proyecto y brindar lo mejor de sí para el beneficio de las estudiantes.

### 5.2.2 Subprograma de servicio

- ✓ Dar seguimiento a los casos de mayor relevancia dentro del establecimiento por los nuevos epesistas.
- ✓ Incluir en las actividades psicoterapéuticas de las alumnas la participación de padres de familia y maestros para lograr mejores resultados.
- ✓ A las autoridades del instituto, dividir la clínica de psicología ya que algunas veces existió falta de privacidad en la atención de las alumnas.
- ✓ A los nuevos epesistas, promover el debido respeto a la sala de psicoterapia por parte de las alumnas así como fuera del espacio de atención.

### **5.2.3 Subprograma de docencia**

- ✓ A las autoridades del instituto, promover charlas a los padres de familia en los días de entrega de notas.
- ✓ Continuar brindando el servicio de docencia en el Ejercicio Profesional Supervisado, ya que es muy rica la experiencia para ambas partes.
- ✓ A los nuevos epesistas, brindar charlas a elección de las alumnas y en las cuales puedan participar activamente.
- ✓ Brindar más charlas y talleres de Sexualidad, ya que las alumnas presentan bastante curiosidad e información errónea en este tema.
- ✓ Cubrir el mayor número de población, para beneficiar a las alumnas asistentes al instituto.
- ✓ Acudir con regularidad a cada sección para no descuidar la buena comunicación con las alumnas.
- ✓ Al brindar un tema a un grupo, promover el servicio psicológico para la captación de nuevos casos.

### **5.2.4 Subprograma de investigación**

- ✓ A los nuevos epesistas, dentro de sus charlas programar temas ligados a la falta de afecto en los hogares para padres de familia.
- ✓ No hacer que las estudiantes que participen en la investigación se sientan examinadas, sino que el proceso sea más grato.
- ✓ Dar continuidad o enriquecer investigaciones anteriores para que no se pierda la secuencia de un tema abordado.

## BIBLIOGRAFÍA

- ✓ Abuso sexual, autoestima y poder personal, Rape Crisis Center 1992.
- ✓ Barudy, J., El dolor invisible de la infancia. Una lectura ecosistémica del maltrato infantil. Paidós. Barcelona. 1998.
- ✓ COESPO. Folletos ¿Qué es la Sexualidad? y Todos Somos Educadores de la Sexualidad
- ✓ Diccionario Enciclopédico Océano Uno Color. Edición 1996. España.
- ✓ El Alcoholismo y los alcohólicos, Alcohólicos Anónimos S.A.
- ✓ Feldman, R. Psicología con aplicaciones a los países de habla hispana. 3ª. Edición. McGraw Hill. México. 1998.
- ✓ Gallo, H. Maltrato Psicológico y Síntomas. Revista Electrónica del Departamento de Psicoanálisis. No.1, junio 1998. Universidad de Antioquia.
- ✓ Gallo, H. Maltrato: usos y abusos; una perspectiva psicoanalítica, Colombia. Ed. Universidad de Antioquia. 1999.
- ✓ Nieto, M. ¿Porqué hay Niños que no aprenden? Ediciones Científicas La Prensa Médica Mexicana. México. 1987.
- ✓ Papalia, D. Psicología del Desarrollo. 7ª. Edición. McGraw Hill. México. 1999.
- ✓ [www.biopsychology.org](http://www.biopsychology.org)
- ✓ [www.eltiempo.com/educación](http://www.eltiempo.com/educación)
- ✓ [www.iladiba.com](http://www.iladiba.com)
- ✓ [www.ondasalud.com](http://www.ondasalud.com)

## GLOSARIO

**Altiplano:**

Meseta de gran extensión y altitud.

**Complejo:**

Se compone de elementos diversos.

**Déficit:**

Falta o escasez de algo que se juzga necesario.

**Etílico:**

Compuestos derivados del etano. Alcohólico.

**Familia pas de deux:**

Se compone de dos personas (madre e hijo).

**Homosexuales:**

Personas que se sienten atraídas sexualmente hacia miembros de su propio sexo.

**Interacción:**

Acción que se ejerce recíprocamente entre dos o más objetos, agentes, fuerzas, funciones, etc.

**Lesbiana:**

Mujer homosexual.

**Monografía:**

Tratado o estudio sobre un tema específico o particular.

**Precipitación pluvial:**

Agua procedente de la atmósfera, que en forma líquida se deposita sobre la superficie de la tierra. Lluvia.

**Pubertad:**

Proceso que lleva a la madurez sexual y la capacidad para reproducirse. Al final de la niñez, antes de la adolescencia.

**Referir:**

Dar a conocer de palabra o por escrito, un hecho verdadero o ficticio.

**ANEXOS**

**CHARLAS**

## **RELACION NIÑO – PADRES - MAESTRA**

Algunos autores prestigiosos como Gesell, afirman que el mejor modo de alcanzar el significado de la relación maestro - alumno será comparándola con su prototipo, relación madre-hijo. Desde el punto de vista educativo la maestra goza de ciertas ventajas, pues la coloca en posición de valorar y resolver los problemas de una manera realista.

La maestra tiene una gran familia que es la sección o grado, así la maestra posee en su favor el refuerzo psicológico que proviene del impacto del grupo escolar sobre la individualidad del niño. El maestro puede usar al grupo como elemento de influencia sobre el alumno. Por otra parte la maestra observa al niño en el grupo social que permite percibir características y detalles personales que el hogar no alcanza a revelar.

En los primeros años de educación sistemática, los lazos afectivos entre madre y niño son muy fuertes y difícilmente puede lograr la misma fortaleza, las relaciones maestra-niño. Una maestra inteligente supera esta indiferencia y no trata de ser sustituta de la madre, trata de ubicarse en un plan intermedio donde su afecto y su cariño sean la continuidad del ofrecido por la madre y satisfaga las necesidades y solicitudes que provoca la actitud educativa.

Es oportuno señalar, que estos son nuevos tiempos en que la labor educativa corre paralela en la fusión de padres y maestros. Ninguno dejará librada la responsabilidad al otro puesto que en diferentes situaciones ambos son los agentes directos de la educación del niño. Al mismo tiempo de esas relaciones maestro-niño surgirá espontáneamente otra, que es la de madre-maestra, y que contribuirá a estrechar la confianza que debe ser básicamente psicopedagógica y social.

### **LA AGRESIVIDAD INFANTIL**

El problema de la agresividad infantil es uno de los trastornos que más invalidan a padres y maestros junto con la desobediencia. A menudo nos enfrentamos a niños agresivos, manipuladores o rebeldes pero no sabemos muy bien como debemos actuar con ellos o cómo podemos incidir en su conducta para llegar a cambiarla.

Un buen pronóstico a tiempo mejora siempre una conducta anómala que habitualmente suele predecir otras patologías psicológicas en la edad adulta. Un comportamiento excesivamente agresivo en la infancia si no se trata derivará probablemente en fracaso escolar y en conducta antisocial en la adolescencia y edad adulta porque principalmente son niños con dificultades para socializarse y adaptarse a su propio ambiente.

El comportamiento agresivo complica las relaciones sociales que va estableciendo a lo largo de su desarrollo y dificulta por tanto su correcta integración en cualquier ambiente. El trabajo por tanto a seguir es la socialización de la conducta agresiva, es decir, corregir el comportamiento agresivo para que derive hacia un estilo de comportamiento asertivo.

Hablamos de agresividad cuando provocamos daño a una persona u objeto. La conducta agresiva es intencionada y el daño puede ser físico o psíquico. En el caso de los niños la agresividad se presenta generalmente en forma directa ya

sea en forma de acto violento físico (patadas, empujones,...) como verbal (insultos, palabrotas,...). Pero también podemos encontrar agresividad indirecta o desplazada, según la cual el niño agrede contra los objetos de la persona que ha sido el origen del conflicto, o agresividad contenida según la cual el niño gesticula, grita o produce expresiones faciales de frustración.

Los arrebatos de agresividad son un rasgo normal en la infancia pero algunos niños persisten en su conducta agresiva y en su incapacidad para dominar su mal genio. Este tipo de niños hace que sus padres y maestros sufran siendo frecuentemente niños frustrados que viven el rechazo de sus compañeros no pudiendo evitar su conducta.

### **Consideraciones sobre el castigo en general**

1. Debe utilizarse de manera racional y sistemática para hacer mejorar la conducta del niño. No debe depender de nuestro estado de ánimo, sino de la conducta emitida.
2. Al aplicar el castigo no lo hagamos regañando o gritando, porque esto indica que nuestra actitud es vengativa y con frecuencia refuerza las conductas inaceptables.
3. No debemos aceptar excusas o promesas por parte del niño.
4. Hay que dar al niño una advertencia o señal antes de que se le aplique el castigo.
5. El tipo de castigo y el modo de presentarlo debe evitar el fomento de respuestas emocionales fuertes en el niño castigado.
6. Cuando el castigo consista en una negación debe hacerse desde el principio de forma firme y definitiva.
7. Hay que combinar el castigo con reforzamiento de conductas alternativas que ayudarán al niño a distinguir las conductas aceptables ante una situación determinada.
8. No hay que esperar a que el niño emita toda la cadena de conductas agresivas para aplicar el castigo, debe hacerse al principio.
9. Cuando el niño es mayor, conviene utilizar el castigo en el contexto de un contrato conductual, puesto que ello ayuda a que desarrolle habilidades de autocontrol.
10. Es conveniente que la aplicación del castigo requiera poco tiempo, energía y molestias por parte del adulto que lo aplique.

## AMOR

### Características del enamoramiento:

El enamoramiento es un estado de ánimo, un desencadenante de la experiencia amorosa. Dicha experiencia puede ser compartida o no por la otra persona; si esta responde a nuestro deseo amoroso, es la vivencia del éxtasis, la magia. No parece haber barreras para los amantes, como si nada tuviera más sentido que ellos mismos.

Cuando, por el contrario, no existe una correspondencia, el deseo y la frustración continua generan un estado de tristeza profunda. Toda esa energía que genera el enamoramiento, al no encontrar respuesta, se vuelve contra uno mismo generando autodestrucción. Se pierde la alegría, el deseo de vivir, y uno se ve a sí mismo inferior, pensando cosas como: "*... algo malo tendré para que no me quiera...; no soy lo suficientemente guapo/a, simpático/a...; nunca encontraré a nadie para mí...; no me volveré nunca a enamorar...*" Hay que hacer una despedida interior, vivir el duelo y prepararse para una nueva apertura.

La persona enamorada puede sentir sensaciones de frío, calor, tener taquicardia, ponerse a temblar, enrojecer ante la presencia de la persona amada o con solo oír su nombre. Se vive con gran intensidad, pero también con gran inseguridad, llegando a sentir desde la alegría más absoluta a la tristeza más profunda por el miedo al abandono del ser amado. El pensamiento se convierte en obsesivo, "*...no puedo dejar de pensar en el/ella...*" Se está pendiente de una palabra suya de afecto, de una sonrisa, una mirada, una llamada de teléfono..., para asegurarnos de que existe una correspondencia.

El comportamiento es compulsivo: impulso de frecuentar los lugares por donde pasa, hablar continuamente de el/ella, de sus características físicas, de su personalidad... Nos sentimos totalmente seducidos por esa persona, todo cuanto hace o dice es maravilloso. Tiene gracia, es inteligente, valor, honradez, coherencia. El enamoramiento puede manifestarse bruscamente -es el flechazo- o como la transformación de una relación que inició como amistosa.

Cuando estamos enamorados/as, se desea estar el máximo posible del tiempo con la persona amada, incorporarlo a nuestro mundo, a nuestra vida. Se busca contacto a través de la piel, la mirada, se busca su proximidad, sentir su energía. Vivir el enamoramiento es como estar en otro mundo. Es vivir en la fantasía. No vemos al amado como es, sino que sólo vemos algunas de sus partes, aquellas que deseamos ver o que deseamos que tenga. Lo convertimos en la pareja ideal, interpretando su comportamiento en base a nuestras fantasías. En realidad nos imaginamos como es y nos lo creemos, a veces acertamos en algo, pero otras después de este período, incluso se llega a pensar: "*...como me pude enamorar de esta persona,...cómo no me di cuenta de cómo era... antes no era así...*" Es la idealización del ser amado.

Todo cuanto hace o dice nos parece hermoso, no tiene defectos, incluso no entendemos como alguien puede verle alguno, incluso si vemos algo que en otras personas sería negativo, en el ser amado no tiene importancia. En este período se altera nuestra manera de vivir el tiempo y el espacio, no existe otra realidad que el ser amado. El tiempo parece muy corto en su presencia y muy largo en su ausencia. Cuando una persona está enamorada es fácilmente reconocida por los otros a través de todo un lenguaje corporal, la forma de mirar al otro, de escucharle, de sonreírle... Enamorarse produce placer, nos

volvemos más receptivos con todos los sentidos: somos capaces de detectar sutiles cambios de voz, de la mirada, del gesto, nos permitimos también sentir más las emociones y todo nuestro organismo se revitaliza.

También aumenta nuestra autoestima, nos sentimos más seguros e importantes, queridos/as, incluso aquellos aspectos que antes no nos gustaban de nosotros mismos, ya no son tan importantes. Es como si de repente nos sintiéramos hermosos, útiles, inteligentes, fuertes, deseados/as... y nos convertimos en todo aquello que queremos ser o que cree el otro que somos. Sin embargo, cuando nos enamoramos aparece la siguiente creencia: que la otra persona ha de corresponder (de lo contrario es injusto).

El enamoramiento, como todos los procesos internos, se produce individualmente, y a veces maravillosamente se da a dúo, pero en otras ocasiones no es correspondido. En este caso es cuando, unido al placer del enamoramiento, aparece la tristeza, la melancolía amorosa. Es una experiencia que nos une, querámoslo o no, con la persona amada, incluso aunque esta no quiera. Le amamos intensamente y le hacemos objeto de nuestro deseo, de nuestras ilusiones y fantasías. Pero la otra persona puede no sentir lo mismo. El enamoramiento no es algo voluntario, ni se puede crear ni hacerlo desaparecer. Existe o no existe. Es un proceso que hay que pasar, como el desamor.

#### Evolución Del Enamoramiento: Final O Consolidación

El enamoramiento dura un período más o menos largo, tras el cual pueden suceder dos cosas: o concluye o se transforma. Se va pasando a un mayor contacto con la realidad, empezamos a ver al amado también en aquellos aspectos que no nos gustan. Puede suceder:

**El enamoramiento concluye y con él la relación:** Cuando desidealizamos a la persona amada, observamos que dista mucho de lo que era en nuestras fantasías, de nuestras expectativas de relación. Nos damos cuenta entonces de que tenemos valores y formas de ver la vida muy diferente. Desaparece la magia, la vibración de los cuerpos. Deja de seducirnos. Nos desenamoramos. Esto es lo más frecuente tras la mayoría de los enamoramientos. Son vividos como una experiencia hermosa, intensa, pero fugaz. Especialmente en la adolescencia, donde se ensayan los caminos amorosos y se construye la propia identidad. Muchos enamoramientos surgen para concluir, formando parte del aprendizaje de la vida.

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

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

## Después Del Desamor

El final del enamoramiento puede desembocar en una vivencia de desamor o shock sentimental. Por muy doloroso que sea el shock sentimental que se sufre cuando uno pierde a la persona que ama, es un fenómeno normal con una evolución y unas fases. Es un período denominado de DUELO, en el cual uno tiene que adaptarse a vivir y a ser feliz de nuevo sin la persona que quería. Generalmente la primera crisis que se pasa es la más grave, porque la persona todavía no ha desarrollado las técnicas adecuadas para hacer frente a la situación. Aunque puede haber diferencias personales, este período está constituido por tres fases: la primera, que es la más cercana a la ruptura, se vive con gran tristeza, llegándose a culpabilizar por la ruptura con pensamientos del tipo: "... si hubiera hecho... esto no habría pasado...., si no hubiera hecho... quizá aun seguiríamos juntos...."; es la etapa denominada MASOQUISTA. En la segunda fase, empiezan a salir los rencores y entonces es "el otro" el que vemos el culpable único de la ruptura.

En ninguna de estas dos fases, que a veces se alternan, se ve la realidad tal y como es. Con el paso del tiempo las emociones se tranquilizan y vemos las cosas de una manera mas objetiva, llegando a entender los motivos de la ruptura. Uno se va sintiendo cada vez más independiente, menos triste, menos resentido y va encontrando nuevas formas de disfrutar. Es el momento de recuperar a los amigos/as, quizás algo abandonados, de volver a las aficiones o de crearse otras nuevas. Poco a poco la herida se va cerrando y uno vuelve a recuperar la confianza en sí mismo, abriéndose a nuevas relaciones.

Hay personas que necesitan enamorar continuamente y cuando lo han conseguido el interés por la conquista desaparece. Hay una búsqueda constante de ser querido o de reconocimiento social, sobre todo en los varones ya que supone prestigio, aunque también puede ser producto de una mala relación con ese sexo, seducir para abandonar, es una manera de castigar. Otras personas buscan inmediatamente alguien a quien volver a idealizar. No se puede soportar la idea de estar solo/a, necesitan a alguien para que continuamente les apoye, tienen miedo a no saber que hacer por ellos mismos.

## VIOLENCIA

Medio que debiera estar ya desterrado en una sociedad civilizada, sigue actuando entre nosotros como si fuera el único medio, por medio del cual unos pocos hacen oír su voz, mientras que la mayoría, perjudicada, ha de seguir aguantando. No cabe duda que la violencia en la familia es la base de tanta violencia. Se ve a diario como madres y padres dañan tanto física como psicológicamente, dando un ejemplo a sus hijos, futuras personas violentas.

La violencia es una acción ejercida por una o varias personas en donde se somete que de manera intencional al maltrato, presión sufrimiento, manipulación u otra acción que atente contra la integridad tanto física como psicológica y moral de cualquier persona o grupo de personas.

### La violencia en las etapas de la vida

La violencia tiene un efecto profundo sobre la mujer. Empieza antes del nacimiento, en algunos países, con abortos selectivos según el sexo. O al nacer, cuando los padres desesperados por tener un hijo varón pueden matar a sus bebés del sexo femenino. Y sigue afectando a la mujer a lo largo de su vida. Todos los años, millones de niñas son sometidas a la mutilación de sus genitales.

Las niñas tienen mayor probabilidad que sus hermanos de ser violadas o agredidas sexualmente por miembros de su familia, por personas en posiciones de poder o confianza, o por personas ajenas. En algunos países, cuando una mujer soltera o adolescente es violada, puede ser obligada a contraer matrimonio con su agresor, o ser encarcelada por haber cometido un acto "delictivo". La mujer que queda embarazada antes del matrimonio puede ser golpeada, condenada al destierro o asesinada por sus familiares, aunque el embarazo sea producto de una violación.

Después del matrimonio, el riesgo mayor de violencia para la mujer sigue habitando en su propio hogar, donde su esposo y, a veces la familia política, puede agredirla, violarla o matarla. Cuando la mujer queda embarazada, envejece o padece discapacidad mental o física, es más vulnerable al ataque.

**Violencia intrafamiliar:** La forma más común de violencia contra la mujer es la violencia en el hogar o en la familia. Las investigaciones demuestran sistemáticamente que una mujer tiene mayor probabilidad de ser lastimada, violada o asesinada por su compañero actual o anterior que por otra persona.

**Violencia psicológica o mental:** La violencia psicológica incluye maltrato verbal en forma repetida, acoso, reclusión y privación de los recursos físicos, financieros y personales. Para algunas mujeres, los insultos incesantes y la tiranía que constituyen el maltrato emocional quizá sean más dolorosos que los ataques físicos, porque debilitan eficazmente la seguridad y la confianza de la mujer en sí misma. Un solo episodio de violencia física puede intensificar enormemente el significado y el impacto del maltrato emocional. Se ha informado que las mujeres

opinan que el peor aspecto de los malos tratos no es la violencia misma sino la "tortura mental" y "vivir con miedo o aterrorizada".

**Mutilación genital femenina:** Una forma de violencia contra la niña que afecta su vida como mujer adulta, es una práctica cultural tradicional. En las sociedades donde se practica, se cree que es necesaria para garantizar la dignidad de la niña y su familia y aumenta sus posibilidades de contraer matrimonio. Comprende todos los procedimientos que incluyen la remoción parcial o total de los genitales femeninos externos u otra lesión a los órganos genitales femeninos ya sea por motivos culturales u otras razones no terapéuticas.

#### Manifestaciones de la violencia

**Violencia doméstica:** La violencia psicológica y física con el cónyuge, el maltrato infantil y el abuso de los niños.

**Violencia cotidiana:** Es la que venimos sufriendo diariamente y se caracteriza básicamente por el no respeto de las reglas, no respeto de una cola, maltrato en el transporte público, la larga espera para ser atendido en los hospitales, cuando nos mostramos indiferentes al sufrimiento humano, los problemas de seguridad ciudadana y accidentes.

**Violencia delincuencia:** Robo, estafa, narcotráfico, es decir, conductas que asumen medios ilegítimos para alcanzar bienes materiales. Toda forma de conducta individual u organizada que rompe las reglas sociales establecidas para vivir en grupo.

#### Causas de la violencia

- El alcoholismo: un sin número de casos registra que un gran por ciento de las mujeres que son agredidas por sus compañeros conyugales, están bajo el efecto del alcohol.
- Falta de conciencia en los habitantes de una sociedad: creen que esta es la mejor forma de realizar las cosas: huelgas, tiroteos, golpes, etc.
- Fuerte ignorancia que hay de no conocer mejor vía para resolver las cosas: no saben que la mejor forma de resolver un fenómenos social es conversando y analizando qué causa eso y luego tratar de solucionarlo.
- El no poder controlar los impulsos: muchas veces somos impulsivos, generando así violencia, no sabemos cómo resolver las cosas.
- La falta de comprensión existente entre las parejas, la incompatibilidad de caracteres: la violencia intra-familiar es la causa MAYOR que existe de violencia, un niño que se críe dentro de un ambiente conflictivo y poco armonioso ha de ser, seguro, una persona problemática y con pocos principios personales.
- Falta de comprensión hacia los niños: saber que los niños son criaturas que no saben lo que hacen, son inocentes. Muchas madres maltratan a sus hijos, y generan así violencia.
- La drogadicción: es otra causa de la violencia, muchas personas se drogan para poder ser lo que no son en la realidad, para escapar así de la realidad

causando mucha violencia: si no tienen como comprar su producto matan y golpean hasta a su propia madre.

### Características del agresor

- Es celoso, se imagina que la esposa le es infiel.
- Trata de mantener a su pareja aislada.
- La controla en todos sus movimientos.
- Tiene doble identidad, mientras se muestra agresivo en la casa, es "bueno" con otras personas.
- Puede tener o haber tenido problemas con la ley.
- Tiene un temperamento explosivo, se enfurece fácilmente.
- Le hecha la culpa del abuso a su pareja.
- Proyecta sus propios errores a su compañera.
- No toma responsabilidad de sus acciones.
- Tuvo una mala niñez.
- Tiene problemas económicos.
- Ingiere alcohol, es fumador.
- Se pone agresivo con sus hijos cuando estos hacen alguna "travesura".
- Abusa verbalmente (insulta, grita, dice "palabrotas" )
- Creció en una familia donde vio abuso. Puede ser mas violento cuando su compañera está embarazada o ha dado a luz.
- Tiene tendencia a negar el abuso, lo minimiza y a veces ni se acuerda.
- Presiona a su pareja para que abandone la casa, si la compañera se va de la casa hace lo posible para que regrese. Le pide disculpas.
- Es egoísta, ignora los sentimientos de los demás.
- Cree que los hombres tiene derechos a ciertos privilegios (extremadamente machista)
- Vive amenazando a su esposa.

## EL NOVIAZGO

El noviazgo, es un tiempo de conocimiento mutuo y de trato más profundo entre un hombre y una mujer con vistas al matrimonio. Generalmente cuando apenas se está entrando en la juventud, el matrimonio no es algo en lo que se piensa y sólo te lanzas a la aventura del amor. Por esto, se hace muy importante que aunque tengas 15, 16 o 17 años y el primer amor toque a tu puerta te encuentre preparada, informada y con la madurez necesaria desde tus cortos años para que esta experiencia sea lo que realmente tiene que ser: el primer encuentro de tu intimidad con alguien que no es de tu mismo sexo y además te atrae. Ese encuentro, que deberá ayudarte a conocerte a ti misma y aprender a pensar con rigor para que no pases de la confianza a los celos y sea una verdadera experiencia de crecimiento como mujer, lejos de una experiencia de inestabilidad interior y tormento.

### Intimidad

La palabra intimidad deberás entenderla como esa zona espiritual reservada a una persona. Tiene su origen en el vocablo latino *intimus*, que es superlativo de *inter*. La intimidad siempre hace referencia a las personas, a los seres pensantes como tú, que somos los únicos que tenemos un "yo" y con una conciencia de ser únicos e irrepetibles. La intimidad es el núcleo oculto de cada persona, donde se toman las decisiones más propias e intransferibles. Cuando tenemos un amigo especial o una amiga con quien compartimos todo, estamos aplicando el adjetivo intimidad ya que conoce cosas nuestras que no comentaríamos con nadie más. Cuando te enamoras la relación ya no es superficial sino "íntima" y por lo mismo es importante que también conozcas el concepto del amor.

### ¿Qué es el amor?

Los seres humanos, somos los únicos que podemos facilitar el encuentro con los otros. También somos los únicos que nos enamoramos de una forma totalmente consciente, y personal. No sucede lo mismo con los perros o los gatos ya que ellos no piensan por sí mismos, quieren, comprenden y deciden. Pero, ¿qué es el amor?

Como esté dentro de ti- la raíz del amor-, decía San Agustín, ninguna cosa sino el bien podrá salir de tal raíz. Estar enamorada es convertirse en un bien para el otro. El amor, es un movimiento de tu voluntad activo, vivo, constructor, edificador, creativo y que SIEMPRE buscará hacerse el bien en la vida de ese chico que hoy ocupa u ocupará tu corazón. Enamorarse pues, será empezar a ejercitar esa capacidad espiritual e inteligente de hacer el bien, a través de tus actos a ese otro que tu corazón ha elegido y que yace en el alma misma, en el interior de cada una. No quiere decir que perderás tu identidad y ya no serás capaz de gobernar tu voluntad; tampoco será poner a ese chico en la cúspide de tu corazón de una manera desordenada.

Al contrario, tu personalidad se verá enriquecida porque es alguien a quien tú ayudas a crecer y a su vez te ayuda a crecer. Tendrá un lugar especialísimo pero con la coherencia de no venir a reemplazar por ejemplo, el amor de tus padres. El amor, a tu edad es hermoso, pero también es nuestra primera prueba para aprender a ser inteligentes en las relaciones humanas.

### Conocerse y aprender

Tu primer noviazgo será una de las aventuras más inolvidables y memorables de tu vida. Ese primer sentir que tu corazón palpita, el percibir que a él lo miras diferente, los momentos de soledad que se buscan para "pensar" por primera vez en alguien de manera definida. Subirás por momentos como la espuma hasta tocar el cielo; otros caerás como cuando lo hace un fruto maduro. A veces todo será luz, alegría, júbilo, nerviosismo, pero en otras ocasiones sentirás las primeras punzadas que traen la indiferencia del amado o las peleas por que hay puntos de vista diferentes así como la angustia de perderle.

### Es normal

Todo esto, es normal, pero sobre todo es la materia prima que necesitas (el palpitante del corazón, la inseguridad, las peleas) para conocerte y recorrer el camino sabio y misterioso del amor. Tu relación pues, deberá ayudarte a vivir de una manera creativa, a mejorarte como persona y a querer el bien para el otro. Pues el amor es hacerse siempre el bien para el amado. Es aprender a dar respuesta ante los momentos difíciles que construyen y hacen sólida una relación. Por ejemplo: Alguna vez tu novio no tendrá tiempo de dedicarte un fin de semana, ¿cuál sería la actitud correcta? ¿Será bueno empezar a darle vueltas a la imaginación y llenarse de rabia? La actitud correcta desde ti deberá ser de madurez.

La persona que esta en vías de crecimiento a adulto, va madurando a medida que va ejercitando el control de sí misma, de sus emociones y de sus propios querer. Por lo tanto, si tu novio no puede dedicarte un fin de semana y conociendo que estás en una escuela de aprendizaje a vivir un noviazgo que construye, puedes repetirte a ti misma: no pasa nada. Comprendo, ya nos veremos el próximo fin de semana. Eso sí, lo esperaré con muchas más ganas. ¿Te das cuenta como una actitud así te hace crecer como mujer y edifica tu relación? Al contrario si das vuelta a la imaginación, tu comportamiento sería algo así: si no estás este fin de semana conmigo, olvídate de mí. Esto nos da a entender que hay mucha inmadurez de tu parte y síntomas de posesión del otro demasiado marcados.

### Una verdadera experiencia

Cuando se ama, no se intenta poseer o manipular al otro. Al contrario, se afirma constantemente a la persona, se hace un esfuerzo por conocerle y sobre todo se le sigue respetando su libertad. Tener novio, no significa que el, pasará a ser tu propiedad o que toda tu vida girará en torno a lo que diga y haga. Un novio es un amigo, un compañero, un alma afín a la tuya y aquel que tú has elegido para asomarte por primera vez un poco al mundo de los adultos.

### **¿Cómo tener un noviazgo de éxito?**

Para tu poder amar a otra persona, primero necesitas ser *independiente emocionalmente*, debes amar porque quieres y deseas, no porque lo necesites. Si experimentas una necesidad muy fuerte de ser amado(a) viene de una *baja autoestima*, que viene de falta de cariño por tus padres en la edad infantil, y ves en tu pareja el compensatorio del amor y cuidado que te fue negado por tus padres en tu niñez. Y así cuando eras un niño pequeño que reaccionaba caprichosamente cuando tu madre no te prestaba atención, así reaccionas con celos cuando tu pareja no te presta atención o no está la mayor parte del tiempo contigo.

Por eso, el primer paso para amar es que tengas una autoestima sana, no tratar a tu pareja como tu posesión amorosa. Y no puedes amar a alguien que no conoces *profundamente*. Crees amar porque piensas que conoces a la otra persona. Pero solo te autoengañas. Si conocieras realmente a tu pareja, sabrías que no tiene las cualidades que tú crees que tiene. ¿Te es conocida la frase "quiero a alguien que me comprenda y que me ame como soy"? Esto implica egoísmo. Buscas ser comprendido antes de comprender. Y si en el noviazgo ambos esperan ser comprendidos antes de comprender *¿que futuro les espera en la relación?*

El respeto.

Si amas a tu pareja ¡no la critiques! solo escúchala respetuosamente, estimúlala a que hable ¡y no la interrumpas! Tu pareja, al descargarse contigo y escucharse a sí misma, encuentra el alivio que necesita y resuelve sus propios problemas, sin tu intervención. Debes dejar que tu pareja se desarrolle y aprenda de la vida por su propia experiencia y decisiones. No la obligues a cambiar "por su bien" cuando, en el fondo, lo que deseas es *que cambie para agradarte a ti*: "No uses esa falda, no me gusta", "Píntate el cabello", "No me gusta que andes con tus amigotes", "No quiero que veas tanto fútbol en la tele".

Estas y otras frases denotan falta de respeto *hacia lo que tu pareja realmente es*. Es una persona con actitudes, formas de pensar y de vestir que la distinguen de las demás. Acéptala como es, no la obligues a no ser ella misma, ni a ser falsa, ni a mentirte cuando esté a tu lado. Y de la misma forma, debes exigirle que te respete como eres. Si las cosas positivas que tiene tu relación de pareja superan a las negativas, y sientes que vale la pena ¡adelante! Recuerda que las relaciones perfectas solo existen en las telenovelas y en las caricaturas. Pero si no te sientes bien, toma la decisión de buscar una persona con la

## EL NOVIAZGO TEMPRANO

¿Es recomendable el noviazgo a edades tempranas? Hay personas que alcanzan pronto la madurez, dominio propio y capacidad de sacrificio necesarios para amar y casarse. Pero en general, el noviazgo temprano no es aconsejable:

- No conviene que el noviazgo dure muchos años por el peligro de confianzas excesivas.
- En esas edades se confunde más fácilmente el amor con el placer o el gusto. Si se fomenta esas apetencias, el corazón se hace egoísta y en el futuro le será más difícil la entrega y sacrificio propios del verdadero amor y del auténtico noviazgo.
- Amar a alguien es desear su bien, aún a costa del esfuerzo propio.