



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

TEMA:

“CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS DEL EMBARAZO Y SU INCIDENCIA EN LA ACEPTACIÓN SOCIAL EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS “JACINTO COLLAHUAZO” Y “REPÚBLICA DEL ECUADOR” DEL CANTÓN OTAVALO, CORRESPONDIENTE AL AÑO LECTIVO 2013 – 2014”

Trabajo de Grado previo a la obtención del Título de Licenciado en Ciencias de la Educación, Especialidad Psicología Educativa y Orientación Vocacional.

**AUTOR:** Barriga Zambrano Franklin Javier

**DIRECTOR:** Dr. Luis Braganza Verdezoto

Ibarra, 2014

## CERTIFICACIÓN DE ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

En mi calidad de Director del trabajo de grado, nombrado por el H. Concejo Directivo de la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología.

Certifico que:

El trabajo de grado titulado : "CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS DEL EMBARAZO Y SU INCIDENCIA EN LA ACEPTACIÓN SOCIAL EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS "JACINTO COLLAHUAZO" Y "REPÚBLICA DEL ECUADOR" DEL CANTÓN OTAVALO, CORRESPONDIENTE AL AÑO LECTIVO 2013 – 2014" realizado por el señor Barriga Zambrano Franklin Javier, egresado de la Carrera de Psicología Educativa y Orientación Vocacional, cumple con las normas reglamentarias y se ajusta de manera coherente a los requerimientos técnico-metodológicos estipulados por la Facultad, esto es: problema de investigación, objetivos, marco teórico, metodología, interpretación de datos, conclusiones, recomendaciones y propuesta, en consecuencia, el autor esta facultado para presentarse a la DEFENZA PÚBLICA del Trabajo de grado ante el tribunal Calificador que las autoridades tengan a bien designarlo y pueda optar por el título de Licenciado en ciencias de la educación, especialidad psicología educativa y orientación vocacional.

Ibarra, 05 de marzo del 2014



Dr. Luis Braganza V. MSc.

**DIRECTOR DEL TRABAJO DE GRADO**

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo de investigación a quienes han sido parte de este proceso de formación profesional en especial a mi familia, quienes fueron mi inspiración en el alcance de cada uno de los retos y desafíos propuestos y a mis amigos quienes fueron los motivadores e impulsores en el desarrollo de mi formación profesional.

**Franklin Barriga**

## **AGRADECIMIENTO**

Al Dios y Padre nuestro, por brindarme su fuerza y la bendición de su gracia en todo este proceso de formación para el alcance de uno de los desafíos propuestos.

A la Universidad Técnica del Norte por haberme brindado la oportunidad de superación y aprendizaje que garantizan el desarrollo y éxito personal y profesional.

En especial al Dr. Luis Braganza, Director del Trabajo de Grado, quien ha guiado y contribuido de forma permanente en este trabajo de grado con el suficiente conocimiento, profesionalidad, por su amistad y confianza otorgada. De igual manera al Dr. Oscar Benavides y al Dr. Gabriel Echeverría por el aporte de conocimiento que me brindaron en este proceso de investigación.

A mi padres, quienes con su ejemplo me motivaron y me demostraron que jamás hay que rendirse en los procesos de la vida y de forma especial a mi novia “Johana Valenzuela”, quien fue un soporte y ayuda en la etapa final de este proceso de formación.

A los rectores, docentes y estudiantes de las Unidades Educativas “Jacinto Collahuazo” y “República del Ecuador”, por su colaboración y participación en todo el proceso y desarrollo de este trabajo de grado.

## INDICE

Certificación.....	ii
Dedicatoria.....	iii
Agradecimiento.....	iv
Resumen.....	ix
Abstract.....	x
Introducción.....	xi

## CAPITULO I

### PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Antecedentes.....	1
1.2. Planteamiento del problema.....	2
1.3. Formulación del problema.....	6
1.4. Delimitación del problema.....	7
1.5. Objetivos.....	7
1.6. Justificación.....	8

## CAPITULO II

### MARCO TEÓRICO

2.1. Fundamentación Teórica.....	11
2.1.1. Fundamentación filosófica.....	11
2.1.2. Fundamentación psicológica.....	13
2.1.3. Fundamentación pedagógica.....	15
2.1.4. Fundamentación social.....	18
2.1.5. Conceptualización de la Adolescencia.....	22

2.1.6.	Cambios en la adolescencia.....	26
2.1.7.	Inicio de la sexualidad adolescente.....	28
2.1.8.	Concepción adolescente frente al embarazo.....	30
2.1.9.	Embarazo en la adolescencia.....	39
2.1.10.	Consecuencias del embarazo.....	42
2.1.11.	Problemas familiares.....	50
2.1.12.	Deserción escolar.....	51
2.1.13.	Proyecto de vida.....	52
2.1.14.	Matrimonio precoz.....	56
2.1.15.	Aceptación social.....	59
2.1.16.	Autoestima.....	60
2.1.17.	La Familia.....	62
2.1.18.	Clima familiar y adaptación social.....	69
2.1.19.	Nivel socioeconómico.....	71
2.1.20.	Guía didáctica.....	73
2.2	Posicionamiento Teórico Personal.....	74
2.4	Glosario de Términos.....	77
2.5	Preguntas de investigación.....	83
2.6	Matriz Categorical.....	84

### **CAPITULO III**

#### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

3.1	Tipos de investigación.....	85
3.2	Métodos.....	86
3.3	Técnicas e instrumentos.....	87
3.4	Población.....	88
3.5	Esquema de la propuesta.....	89

## **CAPITULO IV**

### **ÁNÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

4.1	Adolescentes.....	91
4.2	Padres de familia.....	101

## **CAPITULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

5.1	Conclusiones.....	111
5.2	Recomendaciones.....	112

## **CAPITULO VI**

### **PROPUESTA ALTERNATIVA**

6.1	Título de la propuesta.....	113
6.2	Justificación e importancia.....	113
6.3	Fundamentación de la propuesta.....	117
6.4	Objetivos.....	124
	6.4.1 General.....	124
	6.4.2 Específicos.....	124
6.5	Ubicación sectorial y física.....	124
6.6	Desarrollo de la propuesta.....	125
	6.6.1 Taller 1.- Conociendo mi sexualidad.....	129
	6.6.2 Taller 2.- Conociéndome a mí mismo.....	145
	6.6.3 Taller 3.- Controlando mis emociones.....	159
	6.6.4 Taller 4.- ¿Qué es eso de las motivaciones?.....	181
	6.6.5 Taller 5.- Direccionando mi vida.....	197

6.7	Impactos.....	212
6.7.1	Impacto social.....	212
6.7.2	Impacto educativo.....	212
6.7.3	Impacto pedagógico.....	212
6.8	Difusión.....	213
6.9	Bibliografía.....	214
	Anexos.....	221



## RESUMEN

El caso de embarazo adolescente, ha sido uno de los problemas que ha marcado a las familias e instituciones educativas, y esto ha contribuido a que el Estado Ecuatoriano tome medidas para la prevención. En el sistema educativo se ha establecido como parte del pensum académico, la materia de educación sexual con la finalidad que los y las adolescentes tengan información adecuada, sean responsables de su sexualidad y disminuya los embarazos no planificados. Actualmente, rectores, docentes, tutores... se han enfocado en las medidas de prevención, ignorando o tomando poca importancia sobre las consecuencias que sufren las adolescentes durante un embarazo, como las psicológicas, fisiológicas, sociales y familiares. Es por ello, que en el presente trabajo se planteó como objetivo principal: Investigar las consecuencias psicológicas de adolescentes embarazadas y su repercusión en la aceptación social en estudiantes de las Unidades Educativas “Jacinto Collahuazo” y “República del Ecuador”, apoyándose en objetivos específicos como: Diagnosticar las consecuencias psicológicas de las adolescentes embarazadas, determinar si las consecuencias del embarazo permite la aceptación social, proponer una guía de Orientación Psicológica para adolescentes embarazadas y socializar la propuesta a través de la entrega de un ejemplar a las autoridades de la Unidades Educativas, para que sea difundido a los miembros de la comunidad educativa. Metodológicamente fue una investigación descriptiva y propositiva, de campo y documental; se utilizó métodos como: histórico lógico, inductivo-deductivo, analítico-sintético, descriptivo, estadístico; dentro de las técnicas e instrumentos: la observación, el fichaje, entrevista y encuesta. La población estuvo conformada de estudiantes embarazadas y padres de familia. Los resultados alcanzados fueron analizados y tabulados, siendo los más relevantes: el 82,4% de estudiantes demuestran inseguridad, incertidumbre y son indecisas en la toma de decisiones, el 64,7% de estudiantes demuestran ansiedad, nostalgia y baja autoestima por los cambios producidos, debido a su embarazo, el 52,9% de estudiantes presentan vergüenza y evaden relacionarse con las demás personas, el 82,4% de padres de familia no aceptan que sus hijas se hayan quedado embarazadas, el 52,9% de padres de familia demuestran malestar, enojo, explotan y recriminan a sus hijas cada vez que se acuerdan que quedaron embarazadas. Concluyo mencionando que: las consecuencias que se generan por el embarazo precoz en las adolescentes y que incide en la aceptación social, está ligada al tipo de interrelación que se ha desarrollado y cultivado en el hogar, como el afecto familiar, la comunicación, los valores y el tipo de disciplina, es decir, el tipo de educación que se recibe desde la infancia, ya que con la misma, enfrentarán a los problemas de la vida. Entonces, es necesario que las estudiantes dispongan de herramientas para potenciar sus habilidades, cualidades y capacidades psico-socio-afectivas, por el cual se recomienda la lectura y análisis de la “Guía de Orientación Psicológica para Adolescentes Embarazadas”.

## ABSTRACT

The case of teenage pregnancy has been one of the problems scores to families and educational institutions, and this has contributed to the Ecuadorian State to take measures for prevention. The education system has been established as part of the academic curriculum, the sex education in order that adolescents have adequate information, are responsible for their sexuality and decrease unplanned pregnancies. Currently, principals, teachers, tutors... have focused on prevention measures, ignoring or taking little importance on the consequences suffered by adolescents during pregnancy such as psychological, physiological, social and family. Therefore, in this paper arose as a main objective: To investigate the psychological consequences of teenage pregnancy and its impact on social acceptance in students of Educational Units "Jacinto Collahuazo" and "Republic of Ecuador", based on specific objectives as: Diagnose the psychological consequences of teen pregnancy, whether the consequences of pregnancy allows for social acceptance, propose a guide to psychological Counseling for pregnant teens and socialize the proposal by delivering a copy to the authorities of the Educational Units, to be distributed to members of the educational community. Methodologically were a descriptive and purposeful research, field and documentary methods as used. The population consisted of pregnant students and parents. The results obtained were analyzed and tabulated, being the most significant: 82.4% of students demonstrate insecurity, uncertainty and are hesitant in making decisions, 64.7 % of students demonstrate anxiety, nostalgia and low self-esteem by changes produced, due to her pregnancy, 52.9 % of students present shame and evade relate to other people, 82.4 % of parents do not accept that their daughters have become pregnant, 52.9 % of parents family show distress, anger, and reproach exploit their daughters whenever they remember who got pregnant. I conclude by mentioning that: the consequences generated by the early teenage pregnancy and affects the social acceptance, is linked to the type of relationship that has developed and grown in the home and family affection, communication, values and the kind of discipline, that is, the type of education received from childhood, because with it, face the problems of life. So it is necessary that students have the tools to enhance their skills, qualities and psycho-socio-affective, skills for which the reading and analysis of the "Guide to Adolescent Pregnancy Counseling Psychology" is recommended.

## INTRODUCCIÓN

En el estado ecuatoriano desde ya varios años, ha existido la preocupación de cómo evitar el embarazo adolescente, utilizando diferentes tipos de métodos para llegar a la juventud con la finalidad de proporcionarles información correcta sobre métodos anticonceptivos, planificación familiar, infecciones de transmisión sexual, entre otras. Se ha implementado en la educación por el sistema educativo, asignaturas como educación para la vida, educación sexual... Con la finalidad de impartir información pertinente y veraz para despejar mitos y tabús que se han transmitido de generación en generación en los hogares, siendo estos erróneos y tergiversados.

En la actualidad, el Ecuador tiene como fin erradicar la tasa de embarazo adolescente, que es uno de los problemas que ha marcado a América Latina, llevándolo al Ecuador a postularse como el primero en la Región Andina por el alto índice de embarazo precoz. Hoy en día se habla del “Buen Vivir” y que el talento humano es quien lo forja, lo cual es muy interesante, pero en el transcurso de la historia nos damos cuenta que no basta desarrollar talentos sino personas que sean humanas, que puedan entender a sus semejantes y entenderse a sí mismos.

La educación que se imparte en los hogares, que se lo cataloga como el 80% de la educación para la vida de las y los adolescentes, es la que sirve para el desenvolvimiento diario, la que nos cataloga de que estamos hechos y a donde vamos, la que nos hace ver la vida de forma optimista o pesimista, la que nos ayuda a liberarnos de las cargas emotivas sociales o las que nos deja impotentes ante la adversidad.

El desenvolvimiento de los adolescentes en área sexual está asociado al tipo de enseñanza o educación que se recibe y se imparte en los hogares. Cuando observamos al adolescente que no le interesa

cuidarse en su vida sexual, sabemos, cuál es la causa de este tipo de comportamiento, *“la falta de información integral en la educación del hogar”* y es así donde la familia cumple con un rol importante en la educación de los hijos, pero esta se ve afectada cuando no existen las herramientas necesarias para ejecutarla, y la problemática que vive el país como el caso del embarazo precoz, tiene raíz en el hogar, convirtiéndose en un problema social y el Estado le ha llamado como un problema de salud pública.

En este contexto, los diferentes Ministerios del Estado están brindando de forma ardua, información a través de talleres, capacitaciones, metodologías... para prevenir y fortalecer los conocimientos de los adolescentes sobre la sexualidad responsable.

Ahora bien, es importante comprender que la educación sexual no solo debe estar basada en la prevención sino también en el desarrollo integral como persona, el aprendizaje significativo de las experiencias, el desenvolvimiento de actitudes asertivas y el ejercicio de la sexualidad con responsabilidad saludable.

Reflexionemos en lo siguiente: ¿La vida sexual de las y los adolescente solo radica en darles herramientas para que puedan prevenir embarazarse? ¿Cuáles son las herramientas que se les da, para cuando el método de prevención falle y tengan que afrontar un embarazo? ¿Con qué estado emocional enfrentan las consecuencias de sus decisiones? ¿Cuál es la repercusión que tiene un embarazo no planificado en la vida interna de la adolescente?

Podemos hacernos muchas preguntas y reflexionar sobre cada una de ellas, pero no tan solo debe quedar así, sino en ofrecer aquellas herramientas para reconstruir ideales, transformar concepciones, readaptar actitudes, potenciar cualidades y habilidades, entre muchas otras.

Todas estas peculiaridades, fueron las que motivaron llevar a cabo esta investigación, con el fin de contribuir al mejoramiento de habilidades, cualidades y capacidades de las adolescentes embarazadas, para enfrentar con actitudes asertivas el embarazo.

La estructura general del presente estudio, está formada por seis capítulos, en cada uno de ellos, se desarrollan contenidos relacionados con la investigación.

*El capítulo I* se relaciona con el planteamiento del problema, incluyendo antecedentes, formulación de objetivos y justificación, es decir, aquí se manifiesta el por qué y para qué de la investigación.

*El capítulo II* trata sobre el marco teórico, se analizó la fundamentación teórica, relacionada con el estudio, que permitió sustentar el problema planteado.

*El capítulo III* describe la metodología que se utilizó, en este caso un proyecto factible apoyado en una investigación descriptiva y propositiva, técnicas e instrumentos para la recolección de datos, población y el esquema de la propuesta.

*El capítulo IV* se analizó e interpretó los resultados; los mismos que fueron cuidadosamente tabulados y representados en porcentajes.

*El capítulo V* se refiere a las conclusiones y recomendaciones obtenidas al vincular la teoría, la investigación de campo y el aporte del investigador.

*El capítulo VI* se describe la propuesta como una alternativa de solución a los problemas encontrados en la investigación con su respectiva justificación, fundamentación, temas propuestos, actividades, recursos, ubicación e impactos.

Finalmente se señala las referencias bibliográficas y anexos de la investigación.

## **CAPÍTULO I**

### **1. PROBLEMA DE INVESTIGACION**

#### **1.1. Antecedentes**

En países latinoamericanos se ha vuelto común el embarazo entre adolescentes. Este impacto es alarmante por el incremento que ha tenido en estos últimos años, considerándose como un problema universal, tres millones de adolescentes dan a luz anualmente de acuerdo con los datos del Centro de Información de Fecundidad de Washington.

Según el estudio de la situación socio demográfica del área andina, el 18% de la población representa a embarazos adolescentes. En América latina el porcentaje de madres jóvenes o embarazadas oscila entre los 15 a 19 años de edad, se estima que es más de un millón de adolescentes cerca de los 7 millones que existen en la subregión andina. (ORAS CONHU - Organismo Andino de Salud – Convenio Hipólito Unanue, 2009).

En Ecuador dos de cada tres adolescentes entre 15 y 19 años, sin educación, son madres o están embarazadas por primera vez (ENDEMAIN, 2004). La tendencia del incremento del embarazo en menores de 15 años en la última década es del 74 por ciento, y en mayores de 15 años es del 9 por ciento (Documento de la Estrategia Nacional Intersectorial de Planificación Familiar, 2010). La tendencia de la fecundidad adolescente en Ecuador es la más alta de la subregión andina (CELADE, 2007).

De acuerdo con el último censo de población y vivienda del 2010, el índice de niñas que son madres corresponde a 2.080 de 346.700 que habitan en el país; la edad promedio corresponde de 10 a 14 años, a esto también se suma 17,2% de embarazos en adolescentes comprendida en la edad de 15 a 19 años, que corresponde a 121.288 de 705.163 mujeres jóvenes. Estas cifras ubican al Ecuador primero de la región andina con el mayor número de embarazos en niñas y adolescentes y en América Latina segundo después de Venezuela, según consta en el Plan Andino de Prevención del Embarazo en Adolescentes.

Cifra alarmante y considerada como un problema que causa implicaciones a corto y mediano y largo plazo en el ámbito personal, familiar y social de los y las adolescentes. Problema de salud pública que se ve reflejado en cada una de las provincias del Ecuador, dentro de ellas la provincia de Imbabura data en el año 2009 con 580 casos de embarazo precoz en adolescentes de 12 a 17 años, más, en el año 2012, la cifra incrementa a 621 casos de embarazo<sup>1</sup>, lo que demuestra que existe un alce de la tasa de casos por año.

Esta realidad se las vive en cada uno de los sectores urbanos y rurales de esta provincia. En el cantón Otavalo según los datos de los departamentos médicos de las diferentes instituciones educativas, en el año lectivo 2012 - 2013 existió numerosos casos de embarazo en chicas que cursaban décimo año y el bachillerato. Estos datos se han convertido en una realidad interinstitucional de cada cantón y ciudad del Ecuador.

## **1.2. Planteamiento del problema**

Siendo el Ecuador el segundo país con mayor índice de embarazos precoces, es alarmante como el problema se hace más agudo, trayendo

---

<sup>1</sup> Instituto Nacional de Estadística y Censos. INEC 2012.



severas complicaciones en el desarrollo y progreso personal, familiar y social de los y las adolescentes, siendo éstas provocadas por situaciones que existen aún en la sociedad y que influyen en los adolescentes como factores causales de los embarazos.

Según el informe del departamento médico de la Unidad Educativa Jacinto Collahuazo se presentó 16 casos de embarazo en el año lectivo 2012 – 2013, en contraste a 8 casos del periodo lectivo anterior. De igual forma fue evidente el incremento de casos en la Unidad Educativa República del Ecuador según el informe del departamento medico de 12 a 30 casos en estudiantes que cursaban los últimos años de estudio.

Dentro del campo comportamental y conductual de los y las adolescentes de las instituciones observadas, se constató que existe “modelos o normas sociales” distintos para hombres y mujeres, conocidas como el machismo y el hembrismo, que dicen lo que deben hacer o dejar de hacer; por ejemplo, las mujeres son señaladas si son activas sexualmente y tienen temor de ponerse en evidencia, pues sienten que están haciendo algo malo. No pueden hablar abiertamente del tema y tampoco buscan información al respecto por temor a ser discriminadas o rechazadas.

El departamento medico manifestó que los y las adolescentes reciben información sobre sexualidad y métodos anticonceptivos con la finalidad que exista concientización y responsabilidad de las prácticas sexuales. En contraste, se evidenció que las adolescentes sienten temor, solicitar o comprar anticonceptivos porque se preguntan qué pensarán de ellas los boticarios o médicos, por tal razón se protegen de forma equívoca con el llamado método natural, despreviniendo las ITS y el VIH.

La escasa información, orientación y educación sexual que se constató en los padres de familia, “*considerada ésta como el 80% de educación que sale de casa*”, no permite que los y las adolescentes hablen abiertamente del tema con toda confianza y sin temor a ser juzgados; además, el desconocimiento de cómo funciona el cuerpo y de los cambios que se producen durante la adolescencia (físicos, psicológicos, hormonales, etc.) se ha vuelto un limitante en la comunicación de padres a hijos y viceversa.

Todo esto demostró que las y los adolescentes tienen pocas habilidades para resistir a la presión de grupos de amigos y amigas, de la pareja o de medios de comunicación (internet, redes sociales, televisión, entre otras) hacen posible las relaciones sexuales a temprana edad. A ello se suma el desconocimiento del uso correcto de los métodos anticonceptivos, los mitos y tabús familiares y sociales sobre la relación sexual por primera vez, los efectos que producen los anticonceptivos, etc.

Además la falta de comunicación, afecto y valores que tienen las y los adolescentes en sus hogares, son factores que han producido vacíos notables (baja autoestima, intolerancia, descontrol de las emociones, alteración de la personalidad, etc.) provocando decisiones no acertadas y codependencia entre parejas, condicionando a ser fácil presa de un embarazo.

En ambas Instituciones hubo algunos casos de deserción escolar por la falta de apoyo por parte de los padres sobre el embarazo de ciertas adolescentes, y es así común ver como dejan de asistir en diferentes instituciones las adolescentes embarazadas por los prejuicios, presiones y falta de apoyo de compañeros, profesores y padres de familia que no conciben o comprenden el ser una respuesta ante un embarazo precoz. Y en este caso, existe en las dos instituciones por parte de ciertos padres de

familia y compañeros de aulas estigmatización hacia las adolescentes embarazadas.

Además, existe un tipo de concepción cerrada en ciertos padres de familia acerca de la futura profesión de sus hijas, que debido al embarazo no podrá cumplir los sueños que tenía. Y es allí donde se observa con impotencia el alcance de los sueños y planes de vida, por la presión y descalificación en el hogar. El ser profesional, tener trabajo, casa, sueldo digno... (Proyecto de vida), quedan postergados, porque la atención ahora se centran en el hijo que esperan, teniendo en mente que no existe remedio su estado actual.

Ahora bien, en la actualidad existen casos muy inusuales de jóvenes que a pesar que se les presentó un embarazo, siguen estudiando en la institución, no dejan de luchar y siguen esforzándose pero con muchas limitaciones, siendo estos un porcentaje muy bajo en la escala de embarazos adolescentes. Los porcentajes que se tienen del último censo hecho en el país, demuestran que es alarmante e interrumpe en el progreso y desarrollo individual de los y las adolescentes.

Se entiende que un embarazo por sí mismo es un suceso que normalmente cambia todas las funciones del cuerpo de una mujer, este requiere de mejor alimentación y tranquilidad. Es allí, donde surgen grandes complicaciones ya que el proceso de crecimiento y de desarrollo es interrumpido; por ejemplo, existe detención en el crecimiento, las proteínas destinadas solamente para la madre, ahora tiene que compartir con su hijo. Según datos estadísticos del Departamento de Consejería Estudiantil del Unidad educativa Jacinto Collahuazo, dio a conocer que existe bajo rendimiento académico en ciertas estudiantes debido a complicaciones de salud y perturbaciones en la atención relacionada con el embarazo precoz y problemas familiares.

Cuando no existe madurez psicológica y emocional, el embarazo trae conflictos psicológicos, depresión, rechazo, inseguridad y sobre todo en la auto-aceptación como mujer, por los cambios que se producen en su cuerpo, las nuevas funciones y sensaciones que experimenta. Además, el nuevo rol que debe desempeñar como madre, frente a la realidad de lo que internamente es una niña, provoca impotencia, desbordando en sentimientos de inferioridad y frustración que luego dan paso a posibles abortos e ideas de suicidio.

Tomando en cuenta todos estos indicadores que ha tenido el embarazo precoz en conjunto con las experiencias de madres a temprana edad, dio evidencia que el embarazo no planificado produce repercusiones bio-psico-sociales; y es aquí donde esta investigación hizo hincapié en las consecuencias psicológicas y sociales que se producen en el embarazo adolescente, que por el mismo hecho de ser una edad de cambios psicológicos y fisiológicos, se suma los cambios propios de una mujer embarazada, golpeando de forma radical e ilegítima la vida social, psicológica, fisiológica y emocional de las adolescentes.

### **1.3. Formulación del problema**

Tomando en cuenta todas estas consideraciones se planteó el siguiente problema:

¿Cómo las consecuencias psicológicas del embarazo inciden en la aceptación social de las estudiantes de las Unidades Educativas “Jacinto Collahuazo” y “República del Ecuador” del cantón Otavalo, en el año lectivo 2013 - 2014?

## **1.4. Delimitación del problema**

### **1.4.1. Delimitación de las Unidades de Observación**

La presente investigación se realizó a estudiantes y padres de familia de las Unidades Educativas “Jacinto Collahuazo” y “República del Ecuador”, en el año lectivo 2013 - 2014.

### **1.4.2. Delimitación Espacial**

La Unidad Educativa “Jacinto Collahuazo” está ubicada en la calle Atahualpa y Jacinto Collahuazo esquina, frente al Terminal Terrestre; y la Unidad Educativa “República de Ecuador” está ubicado en la calle Sucre y Neptalí Ordoñez junto al Hospital San Luis, barrio San Sebastian, parroquia el Jordán del Canto Otavalo perteneciente a la provincia de Imbabura.

### **1.4.3. Delimitación Temporal**

El tiempo aproximado que comprendió el desarrollo de la investigación, fue en el primer quimestre del año lectivo 2013 - 2014.

## **1.5. Objetivos**

### **1.5.1. Objetivo General**

- Determinar las consecuencias psicológicas de adolescentes embarazadas y su repercusión en la aceptación social en estudiantes de las Unidades Educativas “Jacinto Collahuazo” y “República del Ecuador”, en el año lectivo 2013 - 2014.

### **1.5.2. Objetivos específicos**

- Diagnosticar las consecuencias psicológicas de las adolescentes embarazadas.
- Determinar si las consecuencias del embarazo permite la aceptación social.
- Proponer una Guía de Orientación Psicológica para adolescentes embarazadas.
- Socializar la propuesta a través de la entrega de un ejemplar a las autoridades de la Unidad Educativa “República del Ecuador” y “Jacinto Collahuazo” para que sea difundido a los miembros de la comunidad educativa.

### **1.6. Justificación**

Esta investigación se realizó por la incidencia de casos de embarazo precoz que se presentaron significativamente en las dos instituciones educativas. Motivo que permitió constatar diferentes problemas que enfrentan las madres adolescentes y estudiantes embarazadas; consecuencias que han influido en el comportamiento, en el estado psicológico, en las relaciones interpersonales e intrafamiliares de las adolescentes.

Siempre ha existido afectación en el estado emocional y anímico de las personas cuando no encuentran o tienen apoyo del círculo que les rodea, como amigos, compañeros, familiares... ante problemas o circunstancias adversas. Los casos de embarazo adolescente que se observó en las dos unidades educativas han producido y exacerbado malestar, discriminación, desvalorización y señalamiento en el hogar de las adolescentes.

Por la cual, se hizo hincapié en investigar, analizar y dar una solución coherente a la problemática presentada por lo que se pretendió crear una Guía de Orientación Psicológica para adolescentes embarazadas, la cual contenga temas, dinamizados en talleres y actividades grupales que ayude a potenciar habilidades, aptitudes y el control emocional a estudiantes que pasan por un embarazo no planificado.

Ahora bien, esta guía servirá para las futuras generaciones, en la cual la comunidad educativa tendrán ésta herramienta para asesorar e intervenir psicológicamente ante los casos de embarazo precoz como medida de prevención y de seguimiento.

Cabe señalar que en esta investigación existió limitaciones tales como: la falta de colaboración de ciertos padres de familia por motivos de tiempo, la falta de colaboración de algunas estudiantes por su embarazo y el tiempo necesario que toma esta investigación.

#### **1.6.1. Factibilidad**

Fue factible esta investigación, porque se contó con la colaboración de autoridades, departamentos de consejería estudiantil, departamento médico, docentes, estudiantes y padres de familia de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador, quienes fueron de ayuda en todo este proceso de investigación.

Los recursos económicos que se utilizaron en esta investigación fueron sustentados por el autor, porque conllevaba llegar con éxito a la culminación del proyecto establecido.





## CAPÍTULO II

### 2. MARCO TEORICO

En este capítulo se pone de manifiesto las teorías con las cuales esta investigación se fundamentó, la teoría humanista, la teoría cognitivista, la pedagogía naturalista y el modelo socio-critico.

#### 2.1. Fundamentación Teórica

##### 2.1.1. Fundamentación Filosófica

###### ***Teoría Humanista***

Esta investigación se apoyó en la teoría humanista, debido que al ser humano se lo debe entender como tal, así lo expresa Carl Rogers: *“La conciencia humana y la convicción de que el mejor punto de vista para entender a un individuo, es el de la propia persona”*.<sup>2</sup>

Cuando se mira al adolescente como tal, se va a poder entender, el porqué de su accionar, cuales son los procesos por los que trasciende, se vincula e interactúa, desde que dimensión de su ser se expresa, a tal punto que la empatía toma posesión de las relaciones interpersonales. Esto hace posible que se comprenda la perspectiva humana, desde las dimensión emocional y responsable de su ser.

Como lo declara el mismo autor *“La perspectiva humana se centra en aspectos “superiores” como la creatividad y la tolerancia... valorando la*

---

<sup>2</sup> Teorías de la personalidad. *Edición exclusiva* p. 348.

*experiencia subjetiva del individuo, incluida la experiencia emocional. El individuo es responsable de los resultados de su vida... no hay condiciones pasadas que predeterminen el presente”.*<sup>3</sup>

Además de entender al ser humano, en este caso a la adolescente como tal, nos enfocamos que ella es la llamada a ser responsable de los resultados de su vida, la que toma decisiones y traza un rumbo en la historia desde su génesis, como del proceso del cual es parte en la vida, su persona, su familia y la sociedad. En efecto, esta teoría ayudó a comprender que las experiencias pasadas que se vinculan con la adolescente no son las limitaciones ni las que limitan su presente, sino la falta de interés a la realización.

Para Rogers (1951), la autorrealización es la dinámica dentro de la que el organismo se dirige a la realización, satisfacción y aumento de sus potencialidades, cumpliendo un papel importante las emociones en este proceso.

Abraham Maslow (1968), postuló que las personas inician su desarrollo conforme maduran y se satisfacen las necesidades, desarrollando motivaciones más exclusivamente humanas.<sup>4</sup>

Estas motivaciones cambian conforme ascendemos por una jerarquía de necesidades o “motivos”; las cuales son:

- Necesidades fisiológicas básicas
- Necesidades de seguridad
- Necesidades de pertenencia y amor
- Necesidades de estima
- Necesidades de autorrealización <sup>5</sup>

---

<sup>3</sup> Susan C. Cloninger (2003), *Teorías de la Personalidad*, 3era. Edición. p. 410

<sup>4</sup> *Ibíd.*

La gente autorrealizada percibe el mundo de manera precisa y es creativa. Al centrarnos en las motivaciones de las adolescentes, se encontró que estas son las que empujan al desarrollo de cada etapa de la vida hacia la realización.

El objetivo de esta teoría ayudó a mejorar la condición humana de las adolescentes, alentándoles al desarrollo individual a través de las motivaciones innatas que poseen, no enfocándose en el supuesto fracaso, sino adonde quieren llegar ser, saber y hacer; siempre con esta perspectiva humanista, los seres humanos autorrealizados, desarrollan capacidades como, la habilidad inusual de percibir eficientemente la realidad, aceptación a sí mismos y a los demás, espontaneidad simple y natural, valores emergidos por la aceptación de la naturaleza humana, de sí mismo y de las potencialidades únicas.

## **2.1.2. Fundamentación Psicológica**

### ***Teoría Cognitivista***

Esta investigación se apoyó en esta teoría, como soporte ya que explica que el aprendizaje se da en función de la información, experiencia, actitudes e ideas de una persona y de la forma como está la integra, organiza y reorganiza, desde este punto se proyectó a las adolescentes como las constructoras de su propio conocimiento a través de las experiencias que han pasado. Como lo expresa Piaget (1958), el aprendizaje es un cambio permanente de los conocimientos y/o de la comprensión debido a la reorganización de experiencias pasadas, cuanto a la información nueva que se va adquiriendo. Es decir, cuando una persona aprende, sus esquemas mentales, sus reacciones emotivas y

---

<sup>5</sup> *Ibíd.*

motoras entran en juego para captar el conocimiento, procesarlo y asimilarlo.

Este fue el principio por el cual se apoyó la investigación en esta teoría, cuando el individuo en el caso de las adolescentes, aprende, sea por cualquier vía, empieza un proceso de transformación de la información mental, donde debe procesarlo y asimilarlo. En el embarazo los procesos de información no están aislados de la forma de pensar de una adolescente, lo cual se deben modificar estos esquemas con el fin de crear un nuevo estado de armonía en el individuo.

Al poner esta teoría como parte de esta investigación Sus fundamentos teóricos los basan en los estudios sobre la inteligencia humana como proceso dinámico; partiendo de la concepción que la mente humana es potencialmente superior al del animal, ya que posee atributos de discernir y crear espacios liberadores de presión alguna. El ser humano es tan inteligente que no está llamado a vivir esclavo y preso de sus propios pensamientos antagónicos, sino hacer uso de su capacidad intelectual para forjar armonía entre él y el ambiente.

Por lo cual, en educación al estudiante se lo considera un agente activo de su propio aprendizaje; es decir, es aquel que construye su propio conocimiento; como lo expresa Coll: *“construir aprendizajes es modificar, diversificar y coordinar esquemas de conocimiento del mundo físico y social y potenciar el crecimiento personal”*.<sup>6</sup>

El objetivo que persigue es conseguir que los adolescentes logren aprendizajes significativos de las diferentes experiencias y contenidos con el fin de que alcancen un mayor desarrollo de sus capacidades

---

<sup>6</sup> Poligrafiado - Psicología Educativa. (2007) *Teorías del Aprendizaje*.

intelectivas, afectivas y motoras y así puedan integrarse madura, crítica y creativamente a la sociedad.

En el ser humano radica el potencial y la capacidad de aprender y construir nuevos aprendizajes a partir de sus propias debilidades y errores, lo que no impidió que las adolescentes obtengan poderosos y enriquecedores aprendizajes de su embarazo no planificado, ayudándoles a ver el mundo de forma más crítica y madura.

### **2.1.3. Fundamentación Pedagógica**

#### ***Pedagogía Naturalista***

Fue del apoyo en esta investigación la pedagogía naturalista, porque su enfoque está en que el ser humano necesita serlo, y esto solo indica que a través de la educación lo puede lograr. Para ser hombre o mujer no basta solo con nacer, sino que hay que aprender hacerlo.

Cuando partimos desde este punto, la pedagogía naturalista ayudó a comprender que la adolescente que está en proceso de formación, cultiva actitudes y aptitudes que la predisponen a cambios eficientes y lo conducen a su humanización, y es este el fin que persigue esta pedagogía, la de humanizar al hombre.

En la historia de este movimiento, el naturalismo se reveló contra la vieja pedagogía que distorsionaba la naturaleza de los niños y adolescentes y contra el pragmatismo que pretendía manipular la personalidad de los educandos. Para Rousseau (1762), el ser humano es un ser bueno, que desgraciadamente es corrompido por la sociedad; éste tiene como objetivo disfrutar de libertad, felicidad y el pleno desarrollo de sus potenciales intelectivas, afectivas y motoras; es decir, el ser humano

(adolescente), ha sido fruto en cierta medida lo que la sociedad a impuesto, mas no por lo que realmente es; llenos de prejuicios, ideas estereotipadas que tienden a las nuevas generaciones a esquematizarlas con modelos retrógrados.

El primer postulado de la educación naturalista, es la libertad del educando; la libertad de sentirse presa de los moldes impuestos de la sociedad, a través de sus paradigmas, como en el caso del embarazo precoz, el paradigma del fracaso, las ideas de desvalorización y denigración.

Es por ello, que el tomar en cuenta lo que procede del interior del niño, en este caso de la adolescente, fue el aspecto más importante para la re educación de su concepción de vida, el comprender que es lo bueno y malo que aprendió durante el proceso de gestación de su bebé.

*“El aprendizaje a través de la comunicación con los semejantes y de la trasmisión deliberada de pautas, técnicas, valores y recuerdos, es el proceso necesario para llegar a adquirir la plena estatura humana”.* (Savater, 1997) <sup>7</sup>

Por tanto, el ambiente pedagógico debe ser lo más flexible posible, para que los y las adolescentes desarrollen lo bueno de su interior, sus cualidades y habilidades naturales y se descarte lo malo, lo inhibitor que puede introducirse desde afuera.

Cuando hablamos de educación, nos referimos que la adolescente se potenciará con el aprendizaje que reciba o como se frenará en su proceso de formación para llegar a tener la plena estatura humana, como lo expone Savater (1997), *“la genética nos predispone a llegar a ser*

---

<sup>7</sup> Savater, F (1997). El Valor de Educar. pp. 37

*humanos pero sólo por medio de la educación y la convivencia social conseguimos efectivamente serlo”.*

Los contenidos tienen valor siempre y cuando tengan sentido o significado para los educandos; dice Moreno: *“La educación centrada en la persona es un proceso que está enfocada en el aprendizaje significativo para el individuo y no en la enseñanza por sí misma; le importa más el proceso de descubrimiento de conocimientos y habilidades y la adquisición diaria de nuevas experiencias, que el almacenamiento pasivo de grandes cantidades de información y teorías ya alboradas”.*<sup>8</sup>

Cuando nos referimos al aprendizaje significativo, no solo son enseñanzas de contenido sino de las habilidades para solución y resolución de problemas tanto académicos como para la vida diaria. Por lo que los contenidos que hace énfasis la educación naturalista son propuestos en base de las necesidades e intereses de los alumnos, donde el docente es un auxiliar para el cumplimiento de las aspiraciones y expectativas de los estudiantes. Es decir, el educando es el eje, alrededor del cual gira los contenidos, los métodos y la actuación del educador.

El docente debe desarrollar aptitudes y actitudes: como la autenticidad, el aprecio, la aceptación, la confianza y la empatía para comprender a los educando; como el sistema de Montessori que postula los “centros de interés” donde el educando desarrolla sus capacidades basado en su propio interés de aprendizaje y el docente es un auxiliar del proceso enseñanza aprendizaje, siendo el complemento después de la familia en la formación de habilidades y estrategias para la vida.

---

<sup>8</sup> Poligrafiado - Psicología Educativa. (2007) *Teorías del Aprendizaje*.

## **2.1.4. Fundamentación Social**

### ***Teoría Socio - Crítica***

Esta teoría aportó con su enfoque, presentando al ser humano como un ser social por excelencia, donde sus habilidades, actitudes y hasta sus inteligencias son producto de las relaciones que tiene con sus semejantes. La cual niega la validez de desarraigar la naturaleza del ser humano, ya que esta tiene una base natural, siendo su verdadera creación social.

El ser humano apartado desde el nacimiento del contexto social, éste jamás podrá manifestar sus rasgos de un ser humano. El objeto de estudio es el ser humano en su contexto social, como este viene desarrollándose a través de su interacción social, el cual es capaz de actuar en él, para transformar la realidad; donde el individuo extrae fuerzas y desarrolla sus habilidades sociales.

El fin del hombre es la realización como hombre; es decir, a través de la interacción social se realiza como el ser social que es, a través de ello, hace posible la humanización, porque entiende que no es diferente a los demás en su estructura humana. En la aplicación de la educación ésta se centra en el pleno desarrollo de las potencialidades, para alcanzar su libertad e identidad y con ellas convertirse en constructores de una nueva sociedad, con el objetivo de liberar toda forma de opresión y explotación que atenta contra su naturaleza y dignidad. En este sentido, la educación es vista como una superestructura que coadyuva al proceso de transformación social y personal.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Poligrafiado - Psicología Educativa. (2007) *Teorías del Aprendizaje*.



La escuela, la buena educación, forma al ser humano como crítico, que busca alternativas de organización que revalorice al hombre; es decir, ésta realiza la preparación intelectual, la formación de la personalidad, el trabajo productivo y el desarrollo físico del hombre para el hombre.

Por tanto la educación percibe formar individuos que conozcan, comprendan y transformen el mundo; no obstante, esto está sujeto al ambiente en el que se desenvuelven, como un tipo de conexión interdisciplinaria, ya que ambos están ligados en la formación del individuo. Dentro de ellos tenemos al individuo como el constructor de su persona social, interactuando en el primer escenario, el hogar (familia), como segundo la escuela (educación) y tercero la sociedad (amistades, trabajo, vecindario, etc.).

Entonces la relación docente - estudiante será democrática y participativa, siendo ambos responsables de los objetivos y tareas educativas. Como dice Paulo Freire: *“Nadie educa a nadie; nadie se educa solo, los hombres se educan entre si mediatizados por el mundo”*.<sup>10</sup>

Por esta razón se ha visto de gran importancia a la educación como el eje fundamental en la preparación y formación del ser humano para la vida, porque al interactuar el individuo (niño, adolescente, adulto) con el ambiente hace posible la socialización de lo que es, produciendo cambios congruentes en su medio y en su ser.

Como dice Bandura (2007), *“El ambiente causa cierto comportamiento, pero que el comportamiento causa el ambiente también; por lo tanto, la inteligencia de los seres humanos se desarrolla de manera*

---

<sup>10</sup> Poligrafiado - Psicología Educativa. (2007) *Teorías del Aprendizaje*.

*amplia cuando existe un proceso recíproco de interacción entre el individuo y el medio que le rodea".<sup>11</sup>*

### **La Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura**

Bandura, sugirió que el ambiente causa el comportamiento como también el comportamiento causa el ambiente, es a través de ello que el ambiente, el comportamiento y los procesos psicológicos de la persona interactúan en el aprendizaje,

En lo cual, estos procesos consisten en la habilidad para abrigar imágenes en la mente y en el lenguaje, es decir, a través de estas representaciones mentales se puede comprender la imitación en la fase de la adquisición de la conducta. Para ello Bandura explicó las funciones del moldeamiento.

Primero, Facilitación de la respuesta: los impulsos sociales crean canales para que los observadores reproduzcan las acciones.

Segundo, Inhibición y desinhibición: las conductas modeladas crean en los observadores expectativas de que ocurrirán las mismas consecuencias si imitan las acciones.

Tercero, Aprendizaje por observación: es se divide en atención, retención, ejecución motora y motivación.

- Atención, el observador presta atención a los acontecimientos relevantes del medio.
- Retención, requiere codificar y transformar la información modelada para almacenarla en la memoria.

---

<sup>11</sup> Lema & Pérez (2011), pp.19

- Ejecución motora, consiste en traducir las concepciones visuales y simbólicas de los sucesos modelados en conductas abiertas.
- Motivación, influye puesto que la gente es más vulnerable a atender, retener y producir las acciones modeladas que creen que son importantes.

Desde esta perspectiva, esta teoría ayudó a comprender que la adolescencia y el ser humano en general, es un ser social que en conjunto con el ambiente desarrolla su conducta basada en el aprendizaje por observación. Es a través de ello, que esta investigación toma como fundamento la explicación que, el adolescente es producto de lo que ha vivido e interactuado con su familia y su entorno (ambiente). En su proceso de aprendizaje han interactuado tanto los procesos psicológicos, el comportamiento, el ambiente, dando lugar a lo que se conoce como individuo social.

Esto, quiere decir que el niño/a, adquiere patrones y respuestas intrínsecas simplemente por la observación del comportamiento de modelos apropiados. Estos modelos se los conoce principalmente como los padres de familia, en segundo lugar los pares, y en tercero la sociedad, determinantes de la conducta del individuo.

Por tanto, es de gran importancia conocer que estos procesos por el cual pasa un infante, adolescente y adulto, son lo que forman la identidad, personalidad y el ser social de una persona, y a través de ello, su desenvolvimiento en la sociedad; es decir, se aprende a enfrentar las dificultades, los retos y las avenencias que se presentan en este proceso de aprendizaje por la vida.

Cuando la adolescente se le presenta un embarazo, la mayor parte de su forma de enfrentar este periodo, consecuencias y como estas

golpean sus sentimientos y estado psicológico está ligada al aprendizaje vivido en todo su etapa de niñez y adolescencia misma.

Un adolescente tendrá sus herramientas para la vida dependiendo de lo que aprendió, como asimiló y que provecho sacó de las actitudes y comportamientos observados y vivenciados, como también los sucesos transitorios que lo prepararon para la solución de problemas.

### **2.1.5. La Adolescencia**

Es una etapa en que suceden grandes cambios físicos, biológicos, psicológicos y sociales. Iniciando por un proceso interfaz llamado pubertad, como la transición de la niñez a la edad adulta denotando un periodo de maduración y desarrollo. Primero, los cambios corporales entre ellos, el incremento de la talla y peso, el contenido de grasa y músculos del cuerpo. Segundo tiene que ver con la maduración sexual, como el cambio en los órganos reproductivos y la aparición de características sexuales secundarias, como el vello facial y corporal y el aumento de los senos.

La adolescencia como período de transición, significa desafíos que afrontan los y las adolescentes comunes, las que incluyen: la adaptación a los cambios fisiológicos y anatómicos, relacionados a la pubertad y la integración de una madurez sexual en un modelo personal del comportamiento, el alejamiento progresivo de los padres y el establecimiento de una identidad individual, sexual y social por medio de la relación con sus compañeros, la utilización de una habilidad individual y el desarrollo de potencialidades para actividades ocupacionales y de esparcimiento.

Todo lo anterior lleva a inferir que la adolescencia es un período de crecimiento rápido y de desarrollo personal, sin el cual las personas no

pueden adquirir las competencias necesarias para adaptarse al mundo. Éste se ve influenciado por el contexto social y económico en que se desarrollan los y las adolescentes.

Teóricos como:

**Sigmund Freud** en su teoría psicoanalítica, define la adolescencia como *“un estadio del desarrollo, en el que brotan los impulsos sexuales y se produce una primacía del erotismo genital”*. Supone, por un lado, revivir conflictos edípicos infantiles y la necesidad de resolverlos con mayor independencia de los progenitores y por otro lado, un cambio en los lazos afectivos hacia nuevos objetos amorosos.

**Erik Erikson** en su teoría psicosocial, define: *“La adolescencia es una crisis normativa; es decir, una fase normal de incremento de conflictos, donde la tarea más importante es construir una identidad coherente y evitar la confusión de papeles”*.

**La Visión Psicosociológica** subraya, como *“la influencia de los factores externos. La adolescencia es la experiencia de pasar una fase que enlaza la niñez con la vida adulta, y que se caracteriza por el aprendizaje de nuevos papeles sociales: no es un niño, pero tampoco es un adulto, es decir, su estatus social es difuso”*.

En este desarrollo del nuevo papel social, el adolescente debe buscar la independencia frente a sus padres. Surgen ciertas contradicciones entre deseos de independencia y la dependencia de los demás, puestos que se ve muy afectadas por las expectativas de los otros.

**Jean Piaget**, señala la importancia del cambio cognitivo y su relación con la afectividad. El importante cambio cognitivo que se

produce en estas edades genera un nuevo egocentrismo intelectual, confiando excesivamente en el poder de las ideas.

**Elkind**, autor de orientación piagetiana, expone dos aspectos de ese egocentrismo adolescente: Primero, *“la audiencia imaginaria” que es la obsesión que tiene el adolescente por la imagen que los demás poseen de él y la creencia de que todo el mundo le está observando*; segundo, *“la fábula personal” que es la tendencia a considerar sus experiencias como únicas e irrepetibles*.

**Coleman** en su teoría focal, *“la adolescencia es una etapa de crisis”*, si bien los conflictos se dan en una secuencia, de tal forma que el adolescente puede hacerlos frente y resolver tantos conflictos sin saturarse.

El adolescente desde su corta visión de la vida y al mismo tiempo egocéntrico, traspone la realidad en un segundo plano, basándose más en ideales muy efímeros que sin dirección y aprendizaje de los mismos, se tiende a errar.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), la adolescencia la define como: “La etapa que presentan cambios tanto en el aspecto fisiológico (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas), cambios estructurales anatómicos y modificación en el perfil psicológico y de la personalidad”.

Que subdivide la adolescencia en tres etapas:

- a. **Adolescencia temprana:** Comprende entre los 10 y 13 años. Presenta cambios biológicos, psicológicos, cognitivos propios de la pubertad siendo muy evidentes y centrales. El pensamiento es aún concreto, aumentan sus habilidades cognitivas y sus fantasías; no

controla sus impulsos y se plantea metas vocacionales irreales. Psicológicamente, el adolescente comienza a perder interés por los padres e inicia amistades básicamente con individuos del mismo sexo. Biológicamente, se preocupa mucho por sus cambios corporales con grandes incertidumbres por su apariencia física.

- b. **Adolescencia media:** Comprende desde los 14 a los 16 años. Es la adolescencia propiamente dicha; cuando ha completado prácticamente su crecimiento y desarrollo somático. Es el período de máxima relación con sus pares, compartiendo valores propios y conflictos con sus padres, edad promedio de inicio de experiencia y actividad sexual; se sienten invulnerables y asumen conductas altivas casi siempre generadoras de riesgo, preocupación obsesiva por las transformaciones corporales, pretenden poseer un cuerpo más atractivo y se manifiestan fascinados con la moda.
  
- c. **Adolescencia tardía:** Comprendida entre los 17 a los 19 años. La tendencia al cambio y a la experimentación comienza a disminuir y surgen relaciones interpersonales estables. En lo biológico y psicológico existe mayor capacidad de compromiso. Se acercan nuevamente a sus padres y sus valores presentan una perspectiva más adulta; adquieren mayor importancia las relaciones íntimas y el grupo de pares va perdiendo jerarquía; desarrollan su propio sistema de valores con metas vocacionales reales.

Es importante conocer las características de estas etapas de la adolescencia, para interpretar actitudes y comprender a los adolescentes especialmente durante un embarazo, ya que todas pasan con sus variaciones individuales y culturales; a sabiendas que una adolescente que se embaraza se comportará como corresponde al momento que está

viviendo, sin madurar etapas posteriores por el simple hecho de estar esperando un hijo.

Por su parte Maddaleno (2005), señala que mientras el niño y el adulto tienen un concepto claro del grupo al que pertenecen, el adolescente queda atrapado entre ambos, sin definirse claramente en ninguno de ellos, dado que la sociedad lo trata desde esa concepción, sin dar lugar a que son diferentes.

### **2.1.6. Cambios en la adolescencia**

**Intelectuales.** El pensamiento desarrollado se vuelve más flexible, puede manejar un mayor número de operaciones mentales, comprender y aceptar situaciones sociales y teorizar sobre aquellas que no son comprendidas en forma directa; comienza el empleo de la lógica formal para solucionar problemas, realiza planificación y elabora proyectos a largo plazo.

Empieza a dirigirse sobre sí mismo en la medida en que toma conciencia de que tiene que ser ante el mismo y ante los demás, una persona diferente e irreplicable, varias veces trata de identificarse con personas externas a su familia. Es capaz de reflexionar sobre todo lo que ocurre en su entorno, no sólo desde una postura de espectador, sino desde un punto de vista crítico.

**Emocionales.** Los adolescentes se deben enfrentar a conflictos de la primera infancia, los cuales no han sido resueltos entre ellos, la búsqueda de la propia identidad y lo que piensan de sí mismos, la aparición de la fecundidad como posibilidad de procreación, la identidad es el tema central de la adolescencia. Hay desubicación temporal, el yo se ha constituido en el eje del conflicto adolescente.



**Sociales.** El adolescente tiene complicación para lograr ubicarse socialmente y ejercer obligaciones por lo que su conducta refleja inseguridad. Comienza un largo proceso de autodefinición en la adolescencia, siendo dos procesos claves, la definición sexual y el género. A medida que se acelera el desarrollo hormonal, el deseo y el interés sexual se incrementan y al mismo tiempo enfrentan opuestas presiones desde la dimensión familiar, pares y de la sociedad en general, en cuanto a aceptar ciertas normas de acuerdo a su rol.

Es en esta etapa que se adquiere una filosofía de la vida y del mundo circundante acorde con los cambios sexuales, las transformaciones físicas, el momento social en el cual se desarrolla, el equilibrio que se produce entre los intereses, motivaciones, objetivos y aspiraciones que señalan un nivel de aceptación positiva o negativa de este grupo, en el espacio social y el escenario cultural donde transcurren los años más importantes de su desarrollo humano.

La central formación y específica de la personalidad, es la tendencia a ser y a considerarse adulto, expresando de ésta manera la nueva posición vital del adolescente frente a las personas y al mundo; además, determina la orientación específica y el contenido de su actividad social, el sistema de nuevas aspiraciones y reacciones afectivas.

Los seres humanos tratan en esta etapa de la vida buscar un ámbito de independencia personal, sintiendo la necesidad de ser escuchados, valorados y comprendidos; surge el desbordamiento de la afectividad y la emotividad, rechazando su pertenencia al medio infantil, pero lamentablemente carece aún de la sensación de auténtico y responsable adulto.

Es de fundamental importancia para el adolescente como lo observan sus pares, surge como necesidad principal ocupar una posición respetada dentro del círculo de éstos y la aspiración de encontrar un

amigo. Ellos evalúan a los otros de un modo más completo y correcto que a sí mismos, comienzan a formar su imagen a partir de la valoración que hacen de los demás, teniendo como base los valores adquiridos en casa.

### **2.1.7. Inicio de la sexualidad adolescente**

Soto, (2009) sostiene que: *“El embarazo adolescente es un reto al desarrollo integral de los y las adolescentes”... el embarazo adolescente es más frecuente que lo que la sociedad quisiera aceptar*”. Entre sus posibles causas se encuentra el inicio temprano de la vida sexual de los jóvenes, el uso inadecuado o el no uso de métodos anticonceptivos, así como la falta o insuficiente información sobre sexualidad, el bajo nivel educativo y económico, los bajos niveles de planeación y expectativas que poseen los jóvenes con respecto a su futuro, una pobre imagen y valorización de la mujer, sentimientos de soledad y rechazo, entre otras. (p.3)

Claramente se indica que las posibles causas que están incidiendo en el embarazo en adolescentes, entre los cuales se destacan como factores fundamentales, el inicio temprano de las relaciones coitales, sin la debida planificación e información sobre prevención y salud reproductiva, así como también, la carencia de afecto por parte de las adolescentes, que se traduce en soledad y rechazo, lo que conlleva a que muchas jovencitas, tengan que buscar consuelo, amor y cariño en sus amigos, con las consecuencias ya descritas.

Asimismo, señala Pick (2008), que los factores de riesgos que facilitan que una adolescente quede embarazada son de orden físico, psicológico, social y cultural, tales como:

- Escasa preparación para asumir su sexualidad.

- Inmadurez emocional que obstaculiza el análisis de las consecuencias de sus actos.
- El miedo a estar sola.
- La posibilidad de sentirse adulta.
- La carencia de afecto.
- La necesidad de reafirmarse como mujer.
- Relación y comunicación inadecuada con los padres.
- Curiosidad sexual.
- Búsqueda de independencia.
- Privación económica.
- Baja autoestima.
- Bajo nivel de educación.
- Falta de relaciones estrechas y de confianza.
- Ignorancia en reproducción y sexualidad humana.
- Mala o deficiente comunicación con los padres.
- Ignorancia de los padres en embarazo y sexualidad.
- Problemas entre los padres.
- Padres que viven separados.
- Ser hijo o hija de madre adolescente.

Todo y cada uno de estos factores, motivan al adolescente a buscar manifestaciones de caricias, ternura, de un poco de amor y cariño en una persona del sexo opuesto, para cubrir sus deficiencias afectivas del hogar.

La adolescente encuentra en el “amigo” comprensión, entendimiento, apoyo sentimental y se deja llevar por un momento de placer, sin tener presente que este momento de felicidad puede desviar su enfoque de proyecto de vida. Por lo cual, aquí es donde empieza el desencadenante desenlace de un embarazo no planificado.

### 2.1.8. Concepción adolescente frente al embarazo

Para conocer cuál era la concepción de las adolescentes frente a un embarazo, se realizó una prueba piloto de 10 preguntas, en el que fueron investigadas 41 estudiantes adolescentes de la Unidad Educativa “República del Ecuador” de la ciudad de Otavalo.

Se pudo constatar la realidad del pensamiento y creencia de las adolescentes frente al embarazo, en conjunto, de cuál había sido la preparación que ellas tuvieron dentro del hogar sobre sexualidad, comunicación, educación sobre los cambios de su cuerpo y relación con los padres; es decir, cual había sido la interacción que tenían con sus padres, la educación sexual de donde se sustentaba, el marco de la comunicación y la confianza dentro del hogar, siendo estos los puntos más trascendentales, para que las adolescentes tomen decisiones en la vida.

En la primera pregunta que se estableció, *¿Cuándo diste tu primer beso, quienes fueron las personas que te explicaron que se sentía?* El 56.1% de las encuestadas expresan que nadie les explico, el 34.1% fueron sus amigos y tan solo el 7.3% fueron los padres, esto permite inferir que es muy minoritario el grupo que tiene confianza con sus padres, mientras que el resto se ve obligado a compartir sus intereses que son propios de un hogar con sus amigos y con el desconocimiento, volviéndose vulnerables a obtener información no adecuada.

En la segunda pregunta que se estableció, *¿Quiénes fueron las personas que te dieron información sobre la primera menarquia?* El 85% de las encuestadas expresan que fueron sus madres, el 2,4% declaran que fue la doctora del plantel y el otro 2,4% fue una amiga. Se infiere que en casos que son fortuitos para la vida, las adolescentes tienen mejor

comunicación con sus madres que con sus padres, por el mismo hecho de ser mujeres, pero nos queda una incógnita, ¿Los padres no son aptos para hablarles a sus hijas sobre los cambios que se producirán en la vida? ¿No están capacitados? O ¿Son menos empáticos ante las necesidades de las hijas que las madres? Esto, hace denotar que las señoritas en ciertas cosas de su vida íntima son más apegadas a sus madres, como también en otros casos, son más abiertas a personas ajenas a la familia.

En la pregunta tres, *Cuando las adolescentes se enfrentan a una propuesta de tener relaciones sexuales, ¿con quién conversa?* El 65.8% de la encuestadas expresan que lo hacen con una amiga íntima y el 34.2% lo hacen con su madre. Se infiere entonces que ante escenarios íntimos las adolescentes tienen más confianza con personas ajenas a la familia y cabe preguntarse, qué tanta información correcta tiene las amistades (amigos, compañeros, vecinos) sobre sexualidad. Los datos que arroja el censo del 2010, que se lo describirá más adelante, relata que el índice de embarazo es alto en nuestro país y que las medidas de precaución que han tomado las señoritas no han sido los correctos; por consiguiente, este hecho, demuestra que la información que se maneja en la calles esta tergiversada, volviéndoles vulnerables a las adolescentes a tomar decisiones llevadas por las emociones y no por el pensamiento lógico “la razón”. En efecto, es muy poco el porcentaje que realmente intima con la familia, especialmente con su madre en estos tipos de escenarios.

En el apartado cuarto, *¿Cuándo necesito un consejo, busco ayuda de?* El 65.9% de las entrevistadas expresan que si el caso es grave piden consejo a su madre, el 19.5% lo hacen con una amiga y el 14.6% por lo general, se desenvuelve sola. Se infiere entonces, que en estos tipos de escenarios va de pender mucho de la gravedad del caso, para que hablen con la madre de familia, por lo contrario, lo harán con alguien que les

pueda entender, aunque muchas veces no tenga experiencia y sea menos acertado la dirección a tomar decisiones asertivas.

En el quinto enunciado, refleja muchísimo el grado de confianza que se maneja la familia ante las relaciones interpersonales de las hijas. *¿Cuál fue la reacción de tus padres cuando les contaste de tu primer enamorado?* El 52.9% de las investigadas expresan que sus padres se molestaron y se interpusieron, el 20.6% la madre de familia acepto, pero su padre se interpuso, y el 26.5% aceptaron con tranquilidad. Esto demuestra que es muy relativo el porcentaje de padres de familia que tienen la suficiente confianza para abrirse con sus hijos y aceptar los cambios que se producen en la adolescencia, edad de cambios y transformaciones biopsicosociales.

En efecto, se observa una marcada diferencia en el grupo de mayor porcentaje, demostrando la falta de comunicación y comprensión de los cambios mismos de la edad, la falta de empatía y de direccionalidad basada en el asesoramiento y responsabilidad por parte de los padres. Además se infiere que son hogares donde la imposición, el autoritarismo es la predominancia en la relación de padres a hijos, siendo esto una de las causas que conllevan a las adolescentes a la independencia precoz y vulnerabilidad de sus sentimientos ante una relación de pareja.

A partir de esta pregunta, se conoció la concepción que tienen las señoritas acerca del embarazo y los métodos anticonceptivos. *¿Cuándo una adolescente queda embarazada, fue porque:...?* El 82% expresa que tuvieron la información de métodos anticonceptivos, pero jamás pusieron en práctica, el 10.3% los enamorados no permitieron utilizar método de barrera, por la concepción machista, que no se siente igual tener relaciones sexuales con condón que sin él, y el 7.7% por que el método

anticonceptivo falló. En la actualidad se conoce que cuando no existe el uso correcto de los preservativos como la toma de píldoras anticonceptivas responsable, se presentan embarazos no planificados ni deseados.

En el grupo con mayor porcentaje se infiere que no lo hicieron por temor a ser descubiertas por sus familiares, por vergüenza a comprarlos, aun cuando la Constitución de la República respalda el derecho a tener información y acceso a métodos anticonceptivos seguros, eficaces, asequibles y aceptables; también, al acceso a servicios de salud integral especializados, dirigidos específicamente a jóvenes incluyendo servicio de salud sexual y reproductiva de calidad, calidez, confidencialidad, libres de prejuicios, sin discriminación alguna; o como un mecanismo de salida a los problemas de casa y establecer lazo matrimonial precoz.

En la séptima pregunta se establece *¿Cómo usted define al embarazo adolescente?* El 47.4% expresó que es un acto que afecta de por vida, el 31.6% es un problema que trae frustración y el 21% es un problema insuperable. Desde este punto se observa que la idea del embarazo adolescente está sujeta a fracaso y prejuicios, por lo que se infiere que la mayoría de adolescentes que pasa por un periodo así, está condicionada a sentirse fracasada, interrumpiendo el potencial de su capacidad de resiliencia. No obstante, el resultado de su futuro va depender mucho de lo que piensa. Es decir, cuando existe en el individuo la idea negativa y pesimista, será el tope y límite para superar los estados de ánimo y los escenarios adversos presentes.

Además, el tipo de pensamiento que las adolescentes tienen como prejuicio o límites son aprendidos, provenientes exclusivamente del núcleo familiar, que se tiende a repetir de generación en generación, cuando no existe un cambio productivo de un aprendizaje nuevo. Es decir,

la educación es lo que a las personas les libera de ser fácil presa de la ignorancia y de los mitos relacionados con la vida diaria.

En la octava pregunta se establece, *¿El embarazo no planificado lo considero cómo?* El 60.9% de las investigadas expresó, es una equivocación que no tiene remedio, el 24.4% es un descuido que tiene solución y el 14.6% es un estado de depresión, ansiedad, frustración, impotencia, etc. Por lo expresado por el grupo con mayor porcentaje de las investigadas existe como en el caso de la pregunta anterior una concepción condicionada a la frustración y por ende al sentimiento de fracaso.

Aunque existe un grupo pequeño que pone de manifiesto su optimismo ante una situación de embarazo, se infiere que son parte de familias que aceptarían y ayudarían a progresar en caso de un embarazo precoz, pero no inhibe el estado de incertidumbre que padecen las adolescentes cuando no están preparadas y el estado de frustración del futuro. Sin embargo, cuando la familia es el soporte en un periodo así, la adolescente se ve segura pasar este proceso, no con tanta facilidad sino con seguridad.

La novena pregunta, *Ser madre en la adolescencia lo considero ¿cómo?* El 53.7% de las investigadas expresó que es un estado de impotencia de no poder seguir con los estudios, el 31.7% es un estado de culpabilidad, porque pude evitarlo y el 14.6% es una estado de felicidad. Para el grupo de mayor porcentaje, los estudios se ven amenazados, el proyecto de vida se ve interrumpido, sueños, aspiraciones, denotando la responsabilidad a asumir frente a un hijo; cabe mencionar que las adolescentes se ven impedidas desarrollar logros a corto plazo, volviéndose el proceso más tedioso y largo, aplazando o eliminando la



posibilidad de seguir con los sueños que la mantenían viva desde la infancia.

El porcentaje de la minoría al aceptar que tener un hijo es un estado de felicidad, se infiere que esto se debe a un gran estado de seguridad que proporciona la familia ante la espera de un hijo, aunque haya sido “producto del error”, por tanto, existe un gran desliz en aquellas adolescentes atrapadas por la desesperanza de hogares disfuncionales y/o de escasos recursos, debido que afecta a la economía y se asumen nuevas responsabilidades, como el cuidado, la alimentación, la protección del bebe.

Se ha palpado en casos extremos que las adolescentes cuando no tienen apoyo de sus familiares, ni de la pareja porque la abandonó, es más dramático el escenario que deben vivir, y por más que exista el deseo de superación en la vida, se ven truncados completamente los estudios y los proyectos. Deprimiéndose a tal punto que les lleva al suicidio, al abandono del bebe y si aún no nace él bebe, al aborto. Una vida de descontrol y de consecuencias fisiológicas sociales y psicológicas que más adelante en este capítulo se las detallará.

En la décima pregunta se establece, *El embarazo precoz afecta*. El 63.4% de las investigadas expresaron, afecta a las aspiraciones de ser profesional, el 19.5% afecta a la concepción que tienen acerca de la vida y el 17.1% afecta a la reputación como mujer, daña la imagen familiar. En efecto para el grupo de mayor porcentaje denota que el hecho de estar embarazada o pasar por un evento de estos, automáticamente dañaría sus aspiraciones y el alcance de los logros que se establecen en la vida, tornando como se lo ha mencionado con anterioridad en estado de frustración e impotencia.

El embarazo en sí no radica el problema, sino en el concepto que se tiene de este, el grupo siguiente de las adolescentes encuestadas lo expresan de esta forma, que cambiaría su concepto de vida, acelerando su madures, en una madures forzada a su edad, tornándose la vida en aprendizajes complejos, propios de una madre. Es el caso de muchas adolescentes que en la actualidad son madres, cambiando totalmente su forma de vida y de pensar, centrándose en el hijo, en ciertos casos son frágiles en el amor, y como es el caso de nuestro país, existe la estadística que la mujer que tuvo su primer embarazo en la adolescencia, su segundo hijo lo tiene más temprano del que tuvo primero; esto, permite inferir que las adolescentes por cualquiera haya sido los motivos de su embarazo, son propensas a repetir la historia como un círculo vicioso sino aprende de sus errores y toma responsabilidad de su salud emocional y sexual.

Sin embargo, la vulnerabilidad no solo radica en lo antes expuesto, sino en la área afectiva, trayendo complicaciones como se ha observado en ciertos casos de adolescentes que repudian o no toleran a sus hijos, tomándoles un tiempo de readaptación y aceptación con la finalidad de amar ese nuevo ser y entregarse todo por él.

Como lo menciona el 17.1% de las encuestadas, la reputación como mujer y la imagen familiar que se ve afectada, son los problemas que acarrea un embarazo precoz, aquí la historia se vuelve tensa ante la sociedad, debido que las familias siempre están sujetas a reputación que no desean dañar y ser respetadas como tales, pero cuando se presenta un embarazo, los padres y las adolescentes optan psicológicamente como tipo de condicionamiento la mala imagen, la desvalorización que se yuxtapone al paradigma de vida, movidos por estereotipos y prejuicios familiares y sociales que se transmiten de generación a generación.

En efecto, el embarazo precoz está centrado en escenarios diferentes para cada adolescente, ya que esto comprende que no todas las familias son iguales, unas expresan apoyo y comprensión, otras se ven amenazadas e intolerable, otras la ayuda es desigual-tolerable, otras aceptan con responsabilidad y así se puede describir un sin fin de tipos de actitudes familiares frente al embarazo de una adolescente, pero la esencia del problema sigue siendo frustrante, porque todas pasan por etapas muy complejas y difíciles en su ser biopsicosocial.

En consecuencia, la vida adolescente se ve afectada por los problemas biológicos, psicológicos y sociales que se presentan en post de un embarazo, pero como resultado de esta prueba piloto, se puede inferir que esto va a depender muchísimo de las bases que los padres han implando a sus hijas como educación para la vida en el hogar. Se refiere como primera instancia a la comunicación (proceso por el cual se transmite, se conoce y se interpreta la información), siendo el pilar básico del hogar, es aquí el surgimiento de los problemas, cuando los hijos no tienen relación inter-comunicativa con los padres debido al autoritarismo, falta de confianza, rigidez, incomprensión de los hechos y la falta empatía. En consecuencia, las relaciones entre amigos se volverán más fuertes, con la vulnerabilidad a ser presas de la desinformación o información tergiversada y a los valores y practicas antagónicas a la familia.

En segundo caso tenemos la educación que se recibe en el hogar, conocemos por Bandura, teórico del aprendizaje social, que los niños aprenden por imitación. Las y los adolescentes son vivos reflejos de lo que son los padres con la tendencia a repetir historias que ellos vivieron, cuando no ha existido la orientación adecuada. En educación del hogar, la sexualidad se ha tornado muy pobre, por la creencia que son las instituciones educativas las encargadas de impartir y dar a conocer sobre

sexualidad, desvinculando de la responsabilidad que le compete a los padres de familia quienes deben ser los verdaderos orientadores de educación para sus hijos; por lo cual, como ha existido la otorgación de la responsabilidad a los docentes de las instituciones, los estudiantes aprenden conceptos, definiciones, significados nuevos que al parecer de los padres son incongruentes y promotoras de la actividad sexual, en contraste a lo que ellos han aprendido o saben.

Cabe recalcar, cuan necesario es que los padres se innoven y se preparen para ser los orientadores responsables de sus hijos en sexualidad, responsabilidad, estima, afecto, actitud positiva, solución de problemas de la vida diaria, hábitos entre otros. Porque el resultado que se tiene ahora de los casos de embarazo precoz denota que los hogares no están funcionando como tales, ya que no solo radica en vestir a los hijos ni tampoco darles de comer y el estudio, sino en interrelacionarse, interactuar, dar confianza, comprensión, disciplina, es decir en otras palabras, prepararlos hacia y para la vida.

La idea y concepción de las adolescentes frente un embarazo precoz está condicionada a los prejuicios sociales y ligada a la educación recibida en el hogar, como también a las vivencias que tiene con sus pares y el ambiente, pero por encima de ello, lo que viene del hogar.

En definitiva, la forma como ven las adolescentes un embarazo no planificado, demuestra que existen consecuencias y que no saben cómo afrontarlas y que actitud tener frente a la inseguridad, frustración e impotencia que se genera en el ser, la familia y en las relaciones sociales. No cabe duda, que cuando la familia es el apoyo en esta etapa, las adolescentes no se verán como que se acabado todo, sino que existirá esperanza de un mejor porvenir, que aunque las aspiraciones y los

proyectos se aplacen, van a poder enfrentar los procesos de cambios que genera tener un hijo, con decisiones asertivas.

### **2.1.9. Embarazo en la Adolescencia**

Se la define como la gestación que ocurre dentro de los dos primeros años ginecológicos de la mujer; tiempo transcurrido desde la menarquía o cuando la adolescente depende aún de su núcleo familiar existente. Meachm (2008).

Demuestra una baja percepción de la gravedad del evento, es casi nula la observación de los daños potenciales para la salud; presentan pensamientos y actitudes por lo económico y la falta de apoyo familiar o de la pareja.

Algunos presentan ganancias afectivas, por la compañía que obtienen, mayor libertad, madurez y responsabilidad. En otros casos, refieren el momento ideal para embarazarse, como el momento en que pueden tener estabilidad económica y no parece preocuparles sentirse preparados o desear el embarazo.

Rivera<sup>12</sup>, (2003) expone que dentro de los factores que hacen que una adolescente se convierta en madre, es visualizar la sexualidad como algo pecaminoso, a menudo los adolescentes tienen concepciones “ideas” vagas y distorsionadas de la realidad, con frecuencia no esperan quedar embarazadas después de una relación sexual, son naturalmente impulsivos y es menos probable que actúen en forma planeada como los “adultos”, realicen planificación familiar y que acudan a los servicios de salud posteriormente.

---

<sup>12</sup> RIVERA, Sandra. Embarazo en adolescentes aspectos de tipo social psicológico y cultural. 2003. [en línea]. Disponible en Internet : <http://issuu.com/mijor/docs/embarazo-en-adolescentes>

Maddaleno (2005) "Una adolescente que se embaraza se comportará como corresponde al momento de la vida que está transitando, sin madurar a etapas posteriores por el simple hecho de estar embarazada." (p.34). Es decir, las adolescentes embarazadas, sufrirán desarrollos y cambios psicofisiológicos que influirán en su personalidad.

García (2007), en los cambios emocionales, refiere que los adolescentes deben enfrentarse a conflictos de la primera infancia, los cuales no han sido totalmente resueltos entre ellos, la búsqueda de la propia identidad y el concepto de sí mismo, la aparición de la genitalidad como posibilidad real de procreación, la necesidad de identificación es entonces el tema central de la adolescencia.

Además, los espacios donde son posibles las interacciones sociales se expanden, mientras que se debilita la referencia familiar. La emancipación hacia la familia no se produce en todos los adolescentes; la vivencia de esta circunstancia va a depender mucho de la interacción práctica en la familia; junto a esto, estarán los deseos de independencia y una enorme demanda de afecto y cariño hacia los padres que a su vez estos continúan ejerciendo una influencia trascendental sobre sus hijos.

Investigaciones recientes destacan que existen dos aspectos preponderantes que sufre una de cada diez mujeres embarazadas. En el embarazo planificado generalmente las mujeres rebosan de alegría por estar esperando a un bebé. Sin embargo no todas las mujeres viven al embarazo llenas de felicidad, ya que los cambios hormonales que ocurren durante este periodo pueden provocar depresión; según las investigaciones citan que 1 de cada 10 mujeres sufre problemas de depresión durante el embarazo<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> <http://espanol.babycenter.com/a900163/depresi%C3%B3n-durante-el-embarazo#ixzz2W0enPBgp>

Se pensaba que era después de tener al bebé, los niveles hormonales descendían, y las mujeres estaban más expuestas a la depresión. Ahora, sin embargo, los médicos señalan que el rápido incremento de los niveles hormonales que se da al inicio del embarazo puede variar la química del cerebro y conducir a la depresión.

Estos cambios hormonales que se expone la mujer en el embarazo, tiende a producir sentimientos de angustia y ansiedad, incrementando el riesgo de tener bebés prematuros, lo cual, puede poner en peligro la capacidad para cuidar de sí misma y del neonato.

Por lo tanto, las adolescentes que no están preparadas para un embarazo y más aún su fisiología no es la apta para este periodo, trae consigo estas repercusiones que se puede observar en el comportamiento diario como:

- Una sensación de que nada es ya divertido ni agradable.
- Sentimiento de tristeza, o "vacío" durante la mayor parte del día o todos los días.
- Dificultad para concentrarse.
- Irritabilidad extrema o agitación, o llanto excesivo.
- Dificultad para dormir o estar durmiendo todo el tiempo.
- Fatiga extrema o que nunca se acaba.
- Deseo de comer todo el tiempo o de no querer comer para nada.
- Sentimientos de culpa por sentirte inadecuada, pensamiento de inferioridad o sentimientos de desesperanza.
- Ataques de pánico.
- Preocupación frecuente de algo terrible está a punto de pasar.<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup> <http://espanol.babycenter.com/a900163/depresi%C3%B3n-durante-el-embarazo#ixzz2W0enPBgp>

## 2.1.10. Consecuencias del Embarazo

### Consecuencias Fisiológicas

Para las sociedades modernas el embarazo constituye un problema de gran importancia debido a los riesgos que se presenta en la salud de las adolescentes.

Desde el punto de vista fisiológico, la mujer no alcanza su madurez reproductiva hasta cinco años después de su primera menstruación; por lo que conlleva a mayores riesgos maternos, fetales y perinatales cuando se concibe un embarazo precoz.

Dentro de estos riesgos, la OMS señala que al presentarse e iniciar su primera menarquia las niñas aún deben desarrollar entre un 12% y un 18% de su capacidad pélvica. La mujer que dé a luz antes que su pelvis y su canal de parto esté desarrollado, puede sufrir obstrucción de parto y daño a sus órganos internos (Lee y Made, 1995), citado por Laurie Rionda Marin Foucher y Ana Villafañe Gurza, 2006.<sup>15</sup>

La adolescente embarazada tiene su sistema inmunológico inmaduro, debido a la deficiente nutrición materna en gestantes muy jóvenes (Sibai, 2001)<sup>16</sup>

Los diámetros pelvianos de la adolescente promedio, no alcanzan el tamaño necesario para el recorrido saludable del feto por el canal del parto y un alumbramiento, por lo que origina lesiones traumáticas en el

---

<sup>15</sup> Revista electrónica de Psicología Iztacala (2006). *Relación familiar como un factor que predice el embarazo adolescente.*

<sup>16</sup> Salazar Cutido B, Álvarez Franco E, Maestre Salazar LC, León Duharte D, Pérez Garí, 2006. *Aspectos fisiológicos, psicológicos y sociales del embarazo precoz y su influencia en la vida de la adolescente* [http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol10\\_3\\_06/san07306.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol10_3_06/san07306.htm)



tracto vaginal. Sin embargo, de forma casi general, la mayoría de las mujeres son primigestas, lo cual constituye un riesgo por sí solo. (Molina, 1990)<sup>17</sup>

El embarazo precoz puede provocar debido a muchas razones consecuencias adversas, tales como:

- Preeclampsia o hipertensión inducida por la gestación, frecuentemente en primigestas de bajo nivel socioeconómico.
- Insuficiencia del mecanismo inmunológico adaptativo, lo cual permite la estrecha relación entre el organismo materno y el feto, que tiene 50 % de estructura antigénica de origen paterno y puede ser a su vez causa de hipertensión y otras graves alteraciones inmunológicas, capaces de provocar abortos.<sup>18</sup>

Wallemburg (1995) citado por Salazar, Álvarez, Maestre, León, Pérez (2006), describe un “síndrome de mala adaptación circulatoria” por inadecuado funcionamiento de los mecanismos fisiológicos de adaptación circulatoria durante el embarazo, que tiende a ocasionar:

- Hipertensión arterial materna
- Prematuridad
- Retardo del crecimiento intrauterino (CIUR)
- Desprendimiento prematuro de la placenta

Peláez Mendoza J, (2001) citado por Salazar, Álvarez, Maestre, León, Pérez (2006) expone que:

*“En la primera mitad del embarazo son comunes la anemia, las infecciones urinarias y los abortos espontáneos; en la segunda: la hipertensión arterial, las hemorragias, la insuficiente ganancia de peso,*

---

<sup>17</sup> Ídem.

<sup>18</sup> Ídem.

*asociada a una deficiente nutrición; síntomas de parto anticipado, rotura prematura de membranas y otros".*

Durante el período del parto predominan las malas posiciones y presentaciones fetales por la desproporción cefalopélvica; distocias que provocan mayor uso de fórceps y ejecución de cesáreas que predisponen a sepsis y otras complicaciones, desgarros, hemorragias e infecciones secundarias por la difícil manipulación, debido a la estrechez de su "canal blando" y de la pelvis.<sup>19</sup>

Según Lee y Made (1995), las madres adolescentes tienden a producir niños pequeños y débiles con mínima probabilidad de supervivencia y mayor índice de tendencia a la muerte. Es frecuente observar como las adolescentes con embarazo no planificado se someten o se inducen el aborto, resultando como mecanismo o recurso de salida, sin tomar en cuenta el alto riesgo que tiene para la salud, debido a las bajas condiciones higiénicas que es practicado (Klen 1998)<sup>20</sup>.

### **Consecuencias Psicológicas**

Como referencia a las consecuencias que sufren las adolescentes embarazadas, citaré hallazgos de la investigación de embarazo adolescente de la Universidad de Antioquia (Colombia)<sup>21</sup>, detalla cuatro experiencias esenciales que las adolescentes viven durante su embarazo, como fenómeno del sufrimiento, las cuales son:

---

<sup>19</sup> Ídem.

<sup>20</sup> Ídem.

<sup>21</sup> Tesis de investigación, Marzo 2002. la Facultad Nacional de Salud Pública de la Universidad de Antioquia, Colombia y publicado en: *Investigación y educación en Enfermería*. Nelvia Victoria Lugo Agudelo. Psicóloga Magíster en Salud Pública con énfasis en Salud Mental. Docente Universidad de Caldas –Manizales - Colombia.

- a. **Sentirse abrumada** *“Una de las características principales del sufrimiento que viven las jóvenes en embarazo, es que tiene lugar en un contexto social de desaprobación, el embarazo adolescente es considerado como una conducta desviada y por consiguiente conduce al rechazo, el cual se vive con sufrimiento”*.<sup>22</sup>

Otros estudios demuestran que las adolescentes que sufren, generalmente sienten como si anunciaran o mostraran su debilidad y fragilidad frente al mundo. *“Las experiencias de sufrimiento hablan de sí misma “desnudo y abierto a la vista”*.<sup>23</sup> Por lo tanto, la imagen de sí misma, resultante de la exposición se entremezclan con el autoconcepto.

Existen tres autoimágenes que las adolescentes incorporan para sí:

- a. Mujer no deseable.
- b. Hija que defraudó las expectativas de los padres.
- c. Persona de no fiar.

Como hemos visto, la adolescencia es una etapa de proceso de construcción de la identidad sexual; por consiguiente, el embarazo hace sufrir transformaciones en su fisiología “propios de esa etapa”; primero, trayendo poca o nula aceptación a su autoimagen, ya que ésta rompe con el cuerpo que es aceptado culturalmente.

Segundo, afectando su identidad social, debido que la percepción de los padres es: *“ella ha defraudado nuestras expectativas”*; insertándose en el autoconcepto de sí misma, convirtiéndose socialmente en alguien que no se puede confiar. Por lo cual, el reconocimiento del sufrimiento de la adolescente depende del estatus moral conferido por la

---

<sup>22</sup> Lugo Nelvia, (2002). *El mundo afectivo de la Adolescente Embarazada*, p.4

<sup>23</sup> *Ibíd.*

familia, considerándose el embarazo como una conducta desviada, donde las demandas de la adolescente son cuestionadas y por tanto su sufrimiento no es legítimo, desconociendo lo que realmente ocurre en su mundo interior.

Goffman (1993) argumenta que: *“Es posible que al individuo estigmatizado se le trate como a una no-persona; es decir, que no existiera como individuo digno de atención”*. Por lo tanto, la adolescente al sentirse estigmatizada, hace demandas de reconocimiento, no sólo a su sufrimiento, sino también a su integridad, a su valor como persona.

- b. **Vivir en silencio.** *Esta es una experiencia que la joven vive de forma física y afectiva. Corporalmente, la joven se siente ahogada y ubica esta experiencia en su garganta. Tiene una sensación física de "nudo" o de un "taco" que le aprieta y que se forma al no expresar lo que sucede en su mundo interior.* (Nelvia, 2002).

La adolescente en su área afectiva, vive en silencio al restringir ella misma la expresión de lo que sucede en su mundo interior. Por lo cual, esta experiencia, la vivencia de diversas maneras: ocultando su embarazo, ocultando su sufrimiento y ocultándose ella misma.

Por el contexto social de desaprobación, la adolescente puede ocultar su embarazo, silenciando su nueva condición y su sufrimiento. Diversos autores han notado que en la experiencia del sufrimiento, existe mucho silencio (Jones A, 1999); es decir, las personas que sufren tienen dificultad para encontrar una voz que les permita expresar su experiencia, debido a la indecible naturaleza del sufrimiento, al miedo a no ser escuchados, ser rechazados o al temor de causar sufrimiento a otros (Nelvia, 2002).

Ocultar el sufrimiento puede convertirlo en un "sufrimiento mudo", la persona puede hablar de muchas cosas, llorar e incluso reír, pero el sufrimiento se conserva en silencio. La adolescente en embarazo puede no solo ocultar su sufrimiento sino incluso ocultarse ella misma y aislarse del contacto con las personas que hacían parte de su vida cotidiana. La vida sin el intercambio social se vuelve además de silenciosa, vacía, rutinaria y sin sentido. Es una vida que pierde complejidad y movilidad.

*c. Vivir en descontrol. Cuando una persona sufre atribuye un significado intensamente negativo a la situación que vive y esto supone un sentido de pérdida de control. (Rodgers B and Cowles K, 1997). En el embarazo no planificado, el descontrol, es un suceso de conmoción y desequilibrio, donde ocurren múltiples pérdidas.*

*Perder el control de sí misma.* Durante el embarazo la adolescente pierde el control sobre sus emociones, se desordenan y la confunden. Siente como si todas ellas se juntaran al mismo tiempo, lo que le hace difícil identificar qué es lo que siente.<sup>24</sup>

La investigación data que los cambios emocionales son repentinos y autónomos, lo que impide poder controlar su estado emocional en términos de una cierta continuidad o estabilidad de las emociones, esto significa que pierde su esquema habitual que le permitía interpretar sus emociones cotidianas y podemos observar el descontrol y el estado de incertidumbre que refleja su comportamiento.

*No poder ser la misma.* Los cambios que conlleva el embarazo se convierte en sucesos inesperados en la vida de la adolescente. Esto

---

<sup>24</sup> *Ibíd.*

implica una discontinuidad en el tiempo y en el espacio, la adolescente no puede seguir siendo la misma, lo cual se vuelve en descontrol.

De esta manera, el embarazo se convierte entonces en un punto crítico en la biografía de la adolescencia. Según Giddens (1994), "Los puntos críticos transforman la conciencia del yo". Es decir, lo que percibía antes es diferente a lo que percibe ahora y lo que percibirá después. Esta transformación altera la construcción de su identidad.

Lo hemos citado anteriormente, el embarazo trae consigo cambios, cambios que la obligan a no poder ser la misma, cambios que se producen en su mundo interior y se exageran en la manera como se relaciona con el mundo exterior.

- d. ***Desilusionarse del amor.*** *Es una de las repercusiones en términos generales "básica", que lamentablemente las personas incorporan en su estado consciente, cuando sufren un desliz en su estado afectivo, sin haber entendido verdaderamente que significa el mismo.*

Bernardo Stamateas (2010), expresa: *"El enamoramiento es ciego y el amor ve, y se fundamenta no en los que sentimos, sino en los hábitos palpables, concretos y llenos de sabiduría que se construyen en la pareja"*.<sup>25</sup> La etapa ilusoria que viven los adolescentes en su adolescencia, tiende a que su estructura afectiva sea volcada.

Según Carotenuto (1996), el término de una relación significa el "colapso de un orden psicológico". El amar a otra persona, modifica el sí mismo por la necesidad de unión y conservación de la pareja; es decir, el individuo hace transformaciones en su estructura psíquica con tal de

---

<sup>25</sup> Stamateas (2010). *Pasiones Tóxicas*. 1era. Edición. Buenos Aires- Argentina. p.169

conservar la relación amorosa. Con la ruptura y el abandono se vuelca esta nueva estructura que se ha creado, se cuestionan aspectos fundamentales de la existencia y se sufre.<sup>26</sup>

Tomando como una breve referencia estos cuatro aspectos que arroja la investigación realizada por la Universidad de Antioquía, da luces para inferir que las adolescentes enfrentan problemas psicológicos al embarazarse por el mismo hecho de no estar preparadas; por lo cual:

Rogers (1997), encontró en su estudio sobre la vulnerabilidad que involucra sentimientos de indefensión, desesperanza y una pérdida de control sobre la vida. *“La persona que es vulnerable o marginalizada, frecuentemente tiene el sentimiento de no pertenencia, lo que lleva al aislamiento social y a la alienación; produciendo sentimientos de inferioridad, desencadenando baja autoestima”*.

Ahora bien, según la teoría de Erikson (1986) podemos decir que el embarazo agudiza la crisis de identidad propia de la adolescencia. Como lo plantea Loevinger (1996), puede también afirmarse que el "yo" de la adolescente en embarazo, busca permanentemente un significado coherente que le permita comprender lo que le sucede, ya que no siente ser comprendida por sus congéneres.

Este “yo” se constituye en el marco de referencia desde donde la adolescencia concibe y percibe lo que le sucede en su mundo exterior o interpersonal. Entonces, se puede decir que las múltiples pérdidas que vive la adolescente en el embarazo alteran la construcción de su identidad personal y autoestima.

---

<sup>26</sup> Lugo Nelvia, (2002). *El mundo afectivo de la Adolescente Embarazada*, p.10

## **Consecuencias sociales**

El embarazo en la adolescencia puede ser visto de varias maneras las cuales pueden ser agradables o frustrantes, dependiendo de la capacidad de solución desarrollada de la persona frente a los problemas, transformándose trascendental para cualquier individuo. Álvarez (2007), señala que el embarazo adolescente al inicio tiende ser un trago amargo y por ende para la familia, ya que la mayoría de los casos de chicas son dependientes de sus padres, en recursos, estudio y economía.

Como hemos visto esta etapa es un periodo tormentoso debido a los grandes cambios a los que la adolescente está sujeta, como puede ser el punto de partida de problemas de aceptación y conflictos entre sus pares y las personas de su entorno.

Según el Organismo Regional Andino de Salud (2008), existen efectos negativos para el crecimiento personal, producidas por las consecuencias del embarazo precoz, de los cuales expondremos los siguientes, problemas familiares, deserción escolar, interrupción en el proyecto de vida y matrimonio precoz.

### **2.1.11. Problemas familiares**

En el ámbito familiar, el embarazo impacta directamente sobre la familia, provocando nuevas cargas y una crisis que desequilibra transitoriamente la homeostasis familiar o agrava los patrones de disfuncionalidad previos (alcoholismo, violencia, drogadicción, migración). La familia entra en una fase compleja de ajuste y aceptación progresiva,



haciendo cambios internos y externos, para cumplir con las exigencias dentro de sus propias capacidades.<sup>27</sup>

En efecto, se presentan dificultades significativas tales como, pérdida de la comunicación con los padres lo que les lleva a matrimonios forzados y de corta duración o quedan con el estigma de ser madres solteras, discriminadas o estereotipadas por su estado.

Además de ello, también se generan problemas económicos que se agravan por falta de destrezas y capacidades para generar los mismos, lo que les lleva a una mayor dependencia familiar, disminuyendo su capacidad de decisión y autonomía.

#### **2.1.12. Deserción Escolar**

Conocemos que la adolescencia es una etapa de la vida que se dedica a la formación y mejoramiento del potencial humano, lamentablemente se restringe de manera objetiva las posibilidades de acceso o permanencia de las adolescentes (y en ocasiones de los hombres) en los sistemas educativos, porque se ven obligados a asumir la responsabilidad de ser padres, que les conlleva a trabajar para mantener al hijo que viene en camino.

En los estudios realizados por la CEPAL Y UNICEF (2007), revelan que el embarazo en adolescentes es la principal causa de abandono escolar. En otros casos existe la deserción escolar por sentirse afectadas y discriminadas por compañeros y docentes de las instituciones educativas". Lo cual trae como consecuencia que esta adolescente sea estigmatizada, discriminada y que en muchas ocasiones tiene a postergarse su proyección de vida.

---

<sup>27</sup> Artículo de la Fundación de la Mujer y el Niño. *Proyecto "Embarazo y Maternidad en la adolescencia"*.

En la vigente Ley Orgánica de Educación Intercultural <sup>28</sup> dice: Capítulo tercero, artículo 7.

*Inciso c: Ser tratado con justicia, dignidad, sin discriminación, con respeto a su diversidad individual, cultural, sexual, y lingüística, a sus convicciones ideológicas, políticas y religiosas, a sus derechos y libertades fundamentales garantizados por la Constitución de la Republica, tratados e instrumentos internacionales vigentes y Ley.*

*Inciso p: No ser sancionado por condiciones de embarazo, maternidad o paternidad y recibir el debido apoyo y atención en lo psicológico, académico y lo afectivo, para culminar sus estudios y acompañar un proceso de maternidad y paternidad saludable.*

Aunque en la ley declara el derecho a no ser rechazado/a en el trabajo o institución educativa por embarazo, aun se sigue viendo estos tipos de rechazo en ciertos personajes dentro y fuera de las instituciones, dando como resultados a que las adolescentes por temor a ser señaladas o marginadas deserten del estudio.

En consecuencia, a largo plazo, todo esto se ve afectado en el área social, ya que las y los adolescentes tienen menor instrucción académica por el alto índice de deserción escolar, menor accesibilidad a un trabajo adecuado y estable, en ciertos casos mal remunerados, explotados, llevándoles a conseguir un trabajo no acorde a su edad.

### **2.1.13. Proyecto de vida**

Tomaremos de palabras de Navarro (2007), el proyecto de vida radica en “*un esquema que facilita el logro de tus metas, ya que en él se*

---

<sup>28</sup> Registro Oficial 2011. *Ley Orgánica de Educación Intercultural del Ecuador.*

*describe lo que queremos llegar a ser y los resultados que deseamos obtener*".<sup>29</sup>

Es el horizonte que un individuo establece para su propia existencia, son aquellas elecciones y decisiones que se enrumban en objetivos a corto mediano y largo plazo y la exclusión de otros, en ciertas ocasiones puede llevar a una incertidumbre, pero se enmarca el sentido del porqué de las cosas. Por tanto la proyección de vida, es la forma de instaurar, plantear y transformar a futuro las cosas anheladas y soñadas para la vida, como dice Rogers (1951) es la dinámica dentro de la que el organismo se dirige a la realización, satisfacción y aumento de sus potencialidades.

Esta es la etapa donde el momento de tomar las propias decisiones se enmarcan en determinar responsabilidad sobre sus vidas, es allí el periodo donde deben tomar la vida en sus propias manos y tomar las decisiones asertivas. Pink (2008), dice que en la elaboración de un proyecto de vida en la adolescencia, se debe considerar aspectos como el entorno y el conocimiento de sí mismo, la búsqueda de información que ayuda a satisfacer las necesidades e interrogantes, las posibilidades y la flexibilidad para alcanzar las metas establecidas, ya que los seres humanos poseemos intereses, habilidades, aptitudes y capacidades y una de ellas la de rectificar; por lo que los resultados no solo dependen de la persona si no del apoyo de la familia y de la pareja.

Según, este autor expresa que las personas al definir un proyecto de vida, podrán defender lo que piensan, sus intereses y formar el carácter menos vulnerable al ambiente, con la finalidad de alcanzar lo que se proyecta; es decir, las adolescentes cuando tienen definido a donde quieren llegar, que les apasiona, la vida tendrá sentido y podrán mantenerse en pie cuando la dificultades se presenten, en este caso un

---

<sup>29</sup> Navarro (2007). *Un Proyecto de Vida*. pp. 23

embarazo. Por lo que es necesario que la adolescente tenga en cuenta cuáles son sus fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas, para poder vencer la angustia y el miedo que se impone ante la realidad, el tener un hijo a temprana edad y por ende las complicaciones que surgen.

No obstante, para que las adolescentes embarazadas no interrumpen su proyecto de vida, va estar determinado en definitiva, por el apoyo y ayuda que debe brindar la familia, además el autoconcepto de sí misma, su satisfacción de tener un bebé, el empuje de sacarlo adelante, la autodeterminación por lograr sus metas establecidas, elecciones etc., (Pink, 2008), la familia debe estar inmersa en este proceso, lamentablemente en algunos casos no es así y es allí donde las palabras de:

Carvallo y Elizondo (2008), citado por Acosta Daniela y Gastelo Rebeca (2012) afirman,

*“La maternidad en la adolescencia, crea en las chicas conflicto, angustia y ansiedad. Ven que muchos de sus anhelos, sueños y expectativas para el futuro se desvanecieron, porque deben dejar la vida que tenían para poder asumir la responsabilidad de criar y cuidar al nuevo ser. La mayoría de estas abandonan los estudios y deben dedicarse a labores poco apropiadas, porque no tienen la preparación o formación académica para ejercer un trabajo digno, que le genere los ingresos necesarios para la crianza de su bebé y de ellas mismas. En definitiva, sus proyectos de vida se truncan”.<sup>30</sup>*

---

<sup>30</sup>Acosta Daniela y Gastelo Rebeca (2012). Trabajo de investigación. Embarazo en la Adolescencia y proyecto de vida. pp. 76-77.

Y cuando la familia no es un soporte o la pareja ante esa realidad presente se encuentra en conflicto para continuar con su proyecto, suspendiendo los estudios, lo que ocasiona frustración, indignación e impotencia y poca esperanza de disfrutar del embarazo.

Por otro lado, en el proceso de educación se ve afectado el rendimiento académico, la adolescente al sentirse que no se encuentra preparada y no cuenta con el apoyo de la familia, su capacidad de atención, concentración, análisis y de memoria disminuye, ya que se encuentra enfocada en el problema que lo siente, que en este caso, no tan solo es el hijo, sino el presente escenario de inestabilidad que se ha generado (psicológico, físico, emocional, social y económico) y opta por abandonar sus estudios y se ve obligada a trabajar o posiblemente como en otros casos a atentar contra su propia vida, es decir, suicidarse o abortar.

Por consiguiente, cuan necesario que en todo este proceso, como ya se lo mencionará más adelante, la familia sea el punto de apoyo y sostén para la adolescente que presenta un embarazo no planificado y no se vuelva una deserción a los proyectos de vida, como lo confirma los resultados del informe de CEDES (2005) citado por: Benítez Guerrero Verónica, Escalante y García Susana, Velazco Santana Mercedes de la Universidad de Autónoma de Nayarit, en su investigación “Cambios en el proyecto de vida de estudiantes embarazadas de nivel superior”, donde se afirma que “*el desgranamiento escolar durante el embarazo es significativo*”.<sup>31</sup>

---

<sup>31</sup> Revista Científica Electrónica de Psicología ICSa –UAEH. No.8. pp. 137

#### **2.1.14. Matrimonio Precoz**

El embarazo precoz tiene consecuencias adversas como lo hemos mencionado, de tipo físico, biológico y psicosocial, en especial en las más jóvenes y sobre todo a las que pertenecen a las clases sociales más desfavorecidas “clase social baja”. Una de estas consecuencias, es el matrimonio precoz (a temprana edad).

Lamentablemente por tradición cultural la mujer embarazada tenía que entablar una relación matrimonial prematura, pues la sociedad veía a la mujer a menudo, únicamente en su papel de producción de hijos, llevados por estructuras sociales machistas, percibiéndola como objeto, de uso y de satisfacción sexual. Por tanto, la función era dar a luz y criar a los hijos dando por hecho una unión matrimonial con el padre biológico.

Sin embargo, para Salazar (2008), declara que la situación actual presenta cambios importantes: como la función social de la mujer, ya no es únicamente tener hijos y criarlos, también ha cambiado su estilo de vida, en el que su desarrollo personal es primero antes que una unión sentimental. En efecto, por más que sea la adolescente madre, es capaz de criar y mantener a su hijo por sí sola, sin la necesidad indispensable de contraer matrimonio, mantener unión libre o ayuda de los padres; por lo cual, la concepción de aceptar en la sociedad madres solteras es cada vez mayor.

Actualmente, debido al cambio social y cultural de estos últimos años, se intenta postergar la unión o matrimonio hasta después de terminar parte de sus estudios ya que aparte de la maternidad se tienen aspiraciones. Stern (2007), en su libro *“El embarazo en la adolescencia como problema público”* le llama, el “alargamiento del periodo de espera”, ya que consistente en la prolongación del lapso de tiempo entre la

menarquía, la unión y la maternidad; de esta manera se amplía el riesgo de embarazos no planificados antes de la unión o matrimonio. Entonces, este hecho explica del porqué del fenómeno de las madres solteras, ya que al quedar embarazadas no van a buscar unirse inmediatamente como antes lo hacían.

El estado civil parece entonces depender, como lo dice Stern (2007): de la concepción que tenga la mujer dentro de una sociedad y el paradigma de la sociedad misma. Por ejemplo, en una sociedad tradicional se encontrarán madres adolescentes casadas. En otra, donde la mujer normalmente se incorpore a la vida laboral se encontrará madres adolescentes solteras”<sup>32</sup>

Salazar (2008), da a conocer cómo en la adolescencia, la fecundidad y el hecho de ser madre soltera crean un vínculo muy fuerte. El intervalo protogenésico, parece ser un término insatisfactorio, pues se ha observado que a menor edad de la mujer embarazada mayor es el porcentaje de madres solteras y el fracaso de posibilidad de unión o de matrimonio.

Stern (2007) expone que ser madre adolescente tiende a veces ocasionar un matrimonio forzoso, hecho que suele afectar negativamente a la adolescente y a su pareja. Cuando un individuo en este caso, no se encuentra preparado, a gusto y estable emocionalmente ante la realidad; se genera conflictos, rechazo y recriminaciones, que más adelante terminan en separación, divorcio e inestabilidad emocional, sin mencionar las repercusiones, como los perjuicios para el hijo.

Las madres que tuvieron un hijo en la adolescencia muestran un mayor porcentaje de divorcios en todos los grupos de edad, por lo que

---

<sup>32</sup> Stern, C (2007). *El Embarazo en la adolescencia como problema público*. pp.132.

podría afirmarse que el embarazo adolescente es un factor de inestabilidad conyugal, (Welti 2009); como también el abuso sexual, es muy frecuente en estas adolescentes ya que por temor a perder a la pareja se someten a agresiones, discriminación y maltrato de los mismos.

Según Parada (2005), dice en su libro "*Embarazo Adolescente le cuesta al País*". El proyecto de vida de muchas adolescentes se dirige a conseguir con el embarazo una pareja con el fin de salir de la situación de insatisfacción en la que se encuentran en la familia, como también de las condiciones socioeconómicas en las que viven. Además, expone que el 30% de adolescentes embarazadas al momento del parto ya se encuentran sin pareja estable y a los tres años el 70%, hace parte de las madres solteras. Pero, el ciclo vuelve a empezar porque aproximadamente un 20% vuelve a buscar un segundo embarazo con otra pareja. Por tanto, parece ser que el movimiento de madre soltera trae como consecuencia uniones inestables.

Para Salazar (2008), quien ha estudiado el fenómeno del embarazo adolescente, propone que el embarazo precoz es una estrategia de supervivencia de las mujeres en entornos socioeconómicos adversos, así como un evento que da razón a sus vidas.

Se puede inferir con todo lo expuesto anteriormente que el embarazo precoz trae consecuencias sobre el estado civil como las uniones a corto plazo, en algunos casos como en la clase alta a largo plazo, mientras que ese movimiento de madre soltera predomina en la clase baja o media. Esto de la incidencia del embarazo precoz en la clase social, se analizará en el nivel socioeconómico.



### 2.1.15. Aceptación social

En la sociedad actual, globalizada la mayor parte de los grupos considera socialmente aceptable tratar con igualdad a cualquier persona independientemente de su color de piel u origen étnico.

Según el diccionario de las Ciencias de la Educación la palabra “aceptación” tiene que ver con “*una actitud positiva, de acogida o apertura a algo*”.<sup>33</sup> Carl Rogers dice que “*la aceptación es el resultado de la combinación de las actitudes de tolerancia, respeto y comprensión empática que se fusionan en una actitud de acogida*”.

¿Cómo el embarazo es que afecta en la aceptación social es decir en la interacción adolescente con la sociedad?

Salazar (2008). Expresa: “*la maternidad en la adolescencia frente al plano social, cambia totalmente la expectativa y la vida, por consiguiente se ven obligados a interrumpir sus estudios, las salidas con los amigos, las fiestas, en definitiva, su vida social se deteriora*”.<sup>34</sup>

El asumir la maternidad durante este proceso de crecimiento biopsicosocial, como lo hemos anunciado con anterioridad trae consecuencias como la inestabilidad emocional, con ello “*gran ansiedad incertidumbre e interferencia en su desarrollo de madures biológica, psicológica y social, complicaciones en su identidad personal y madurez emocional*”.<sup>35</sup> En efecto este puede originar actitud de rechazo por parte de sí mismo, como de los grupos de amigos, escuela y familia.

---

<sup>33</sup> Sánchez Cerezo Sergio (1997). *Diccionario de las Ciencias de la Educación*. Editorial Santillana.

<sup>34</sup> Salazar, A (2008). *Consecuencia del Embarazo Adolescente en el Estado Civil de la Madre Joven*. p.56.

<sup>35</sup> Acosta Daniela y Gastelo Rebeca (2010). Trabajo de grado. *Embarazo en la Adolescencia y Proyecto de vida*. pp.88

Para Salazar la influencia social que ejerce el embarazo precoz, como la maternidad, se traduce en rechazo, repudio, hostigamiento y expulsión del grupo, que conlleva especialmente un deterioro de su *autoestima* (del valor propio), angustia, vergüenza, devaluación de su imagen (autoimagen) que conduce a la automarginalización y progresivo deterioro emocional.

#### **2.1.16. La autoestima**

Abraham Maslow (1970) en la jerarquización de las necesidades humana, expresa: *“los seres humanos tenemos la necesidad de estima, es decir, la necesidad de reputación, amor, respeto de los demás (incluye el reconocimiento, aceptación, estatus y aprecio) y el auto-respeto”*.<sup>36</sup>

Según Demo (1985) citado por Kimble, Hirt & Dias-Loving (2002) *“Consiste en sentirse bien, agradarse a uno mismo, ser simpático para la gente y recibir buen trato, pensar que se tiene éxito y considerarse capaz de dirigir e influir en los demás sin que esto nos preocupe”*.<sup>37</sup>

La autoestima va acompañada de cambios importantes en el proceso de la niñez hacia la adolescencia. En la niñez la autoestima es muy alta en la etapa pre-escolar. A lo largo de la adolescencia el componente social la va diferenciando particularmente, volviéndose más compleja, ya que identifican distintas áreas de valía personal.

La valía personal de los niños y adolescentes se ve afectada por la percepción que los demás tienen de ellos, en particular cuando viene de gente que les importa como anteriormente se lo había expuesto; por ejemplo, la opinión de los padres y la disciplina ejercida por ellos; el punto

---

<sup>36</sup> Fernando Zepeda, (2008). Introducción a la psicología: *Motivación y Emoción*. pp.275.

<sup>37</sup> Kimble, Hirt & Dias-Loving. (2002). *Psicología Social de las Américas: El yo*. pp.53

de vista de los pares “compañeros” y la valoración de personas cercanas a ellos.

La autoestima implica competencia, seguridad, dominio, logro independencia, libertad. Cuando estas necesidades no son satisfechas un individuo se siente desalentado, débil e inferior. Entonces, cabe mencionar que la autoestima saludable es una evaluación realista de las propias capacidades y tiene sus raíces en el respeto merecido de los demás.

En la terapia cognitivista expresa que las personas son atemorizadas por la opinión que se emite ante un suceso o ante las circunstancias que se presentan, dando lugar a un desequilibrio emocional por las constantes aseveraciones emitidas por personas externas, condicionando los procesos mentales hacia el problema, más que a la respuesta “solución” del mismo.

Por otra parte, los acontecimientos no son el problema que afecta de forma sustancial a la vida, sino cómo se las percibe dentro de la realidad presente.

Entonces, Tomando las palabras de Kegan<sup>38</sup> *“aun habiendo estas pérdidas; son necesarias en la vida, ya que son fundamentales para la estructuración de significado, puesto que la formación de identidad es el proceso de balanceo y rebalanceo en la relación sujeto – objeto”*.

Entonces es necesario que a través de las experiencias se llegue al aprendizaje de las mismas. Como dice Piaget, todo proceso de construcción necesita de: asimilación y acomodación.

---

<sup>38</sup> Kroger J, (1996). Identity in adolescence: the balance between self and other. New York: Routledge.

- a. *Asimilación*: es el proceso de integración de las cosas y los conocimientos nuevos, a las estructuras construidas anteriormente por el individuo.
- b. *Acomodación*: consiste en la reformulación y elaboración de estructuras nuevas debido a la incorporación precedente.<sup>39</sup>

Hasta aquí hemos visto las consecuencias que se originan por un embarazo en el aspecto social y psicológico, cuya realidad se expone en la vida de la adolescente en su interacción con el mundo que la rodea, pero además de ello, es necesario observar de muy cerca el escenario donde ella convive, donde ha interactuado desde su infancia; nos queremos referir a ese escenario que cumple con un 80% de su formación y educación, donde se aprenden los valores, los conceptos, donde el afecto se lo vivencia para la vida. Con todo lo expuesto nos referimos a la “familia”, ya que es la principal promotora de aspectos positivos, como también negativos en el desenvolvimiento de los hijos.

En efecto, analizaremos el papel que desempeña la familia en el desarrollo evolutivo de los hijos “adolescentes”, cuales son las funciones que la familia cumple para capacitar a los hijos a enfrentar, superar y/o aceptar las adversidades de la vida como también las diferencias en las relaciones interpersonales con sus congéneres y pares.

#### **2.1.17. La Familia**

Desde el punto de vista psicológico, la familia se trata de *“la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se quiere duradero, en el que se genera fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre sus*

---

<sup>39</sup> Poligrafiado – Compilación de teorías del aprendizaje. (2011). pp.87

*miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia”.*<sup>40</sup>

La familia también considerada como un microsistema, el conjunto de relaciones entre la persona que está en proceso de desarrollo y el ambiente próximo en el que se desenvuelve, aquella donde sus elementos se interrelacionan con un fin común; es decir, las personas que componen la familia son interdependientes y se interrelacionan entre sí, cumpliendo funciones específicas con la finalidad de conservar y armonizar el núcleo familiar, donde se originan aquellos aspectos tangibles como los logros, hábitos, responsabilidades, roles, etc., y los intangibles como la comunicación, confianza, afecto, valoración, estima, etc. formando así un contexto de desarrollo y socialización.

Para Olson, Russell y Sprenkle (1979), citado por Marin Laure y Gurza Ana (2006), describen la funcionalidad familiar en adaptabilidad y cohesión. Siendo la adaptabilidad la habilidad del sistema familiar para transformar su estructura de poder, las relaciones, las normas y reglas en función de las demandas situacionales o de desarrollo; resulta como la capacidad que tiene el sistema conyugal para cambiar sus relaciones en respuesta a una adversidad o situación estresante. La cohesión es definida como aquella vinculación emocional entre los elementos de un sistema, en este caso los miembros de una familia, que incluye proximidad, compromiso familiar, interdependencia y tiempo compartido, por tanto, son estos lazos emocionales los que hacen posible que los miembros de la familia tengan unos con otros, autonomía personal en su convivencia.

Para Moos (1974) citado por los mismos autores, expone “*el ambiente es un determinante decisivo del bienestar del individuo; asume*

---

<sup>40</sup> María José Rodrigo y Jesús Palacios (2010). *Familia y Desarrollo Humano*. pp.33

*que el rol del ambiente es fundamental como formador del comportamiento humano ya que éste contempla una compleja combinación de variables organizacionales y sociales, así como también físicas, las que influirán contundentemente sobre el desarrollo del individuo”.*

Por consiguiente, el contexto familiar es el escenario en el que se generan una serie de funciones que influyen en el proceso de desarrollo de los y las adolescentes, tales son como:

- a. Un escenario donde se construyen personas adultas con una determinada autoestima y un determinado sentido de sí mismo.*

El bienestar consigo mismo está relacionado con la calidez y calidad que tuvieron los adultos desde la niñez en su sentido de apego.

- b. Un escenario de preparación donde se aprende a afrontar retos, así como a asumir responsabilidades y compromisos.*

Este es el escenario donde se origina la comprensión y la percepción de la vida, en la familia están las oportunidades para madurar y desarrollar los recursos personales, como la asertividad, el optimismo y el gran componente motivacional para afrontar el futuro.

- c. Un escenario de encuentro intergeneracional donde los adultos amplían su horizonte vital formando un puente hacia el pasado (la generación de los abuelos) y hacia el futuro (la generación de los hijos).*

El afecto y los valores son los que no dejan de regir entre las generaciones, cuya realidad son las que sirven de inspiración y/o guía

para sus acciones, dependiendo siempre y cuando hayan sido factores de construcción y no de descontento.

*d. Es una red de apoyo social para las diversas transiciones vitales que ha de realizar el adulto.<sup>41</sup>*

Este núcleo familiar puede dar problemas como conflictos, pero constituye la fuente de soporte, es decir, es un elemento de apoyo ante dificultades presentadas fuera del ámbito familiar, como también es el punto de encuentro para tratar de resolver las tensiones. En este sentido la familia puede ser un pilar o soporte “valor” seguro que permanece cuando todo puede cambiar y/o peligrar el sentido de continuidad personal.

Descrito estos cuatro puntos de las funciones que cumple la familia en el proceso de desarrollo de los hijos, la familia es comprendida como el pilar de apoyo y la protagonista de la formación y educación de los hijos para la vida, es allí donde los adolescentes adquieren su identidad, su forma de ver al fracaso como un desafío, un punto de partida o como la limitación que obstaculiza el logro; además, es donde se generan los valores; con el cual, él y la adolescente se observa a sí mismo y al mundo que le rodea y pone de manifiesto en su personalidad.

Por consiguiente, la familia es el escenario donde el afecto, el amor, la estima y la confianza se aprende y por ende, hace uso de lo que tiene para dar a los demás, donde las influencias más sutiles se hacen evidentes y que a posterior se potencializa en la sociedad.

Estas necesidades la experimentan todos los seres humanos en su desarrollo evolutivo, necesidad que es fuente de desajuste, debido que en

---

<sup>41</sup> María José Rodrigo y Jesús Palacios (2010). *Familia y Desarrollo Humano*. pp.35

ésta etapa, la persona revela lo que tiene dentro hacia afuera; es decir, lo que se vivió y se convivió en el hogar se pondrá de manifiesto en las interacciones sociales.<sup>42</sup>

La vida social de los adolescentes es un reflejo vivo de cada una de las vivencias adquiridas por el ambiente que percibió de sus padres, las creencias y expectativas que se formaron y al mismo tiempo se aprendieron de la familia como del medio social.

Albert Bandura (1978)<sup>43</sup>, en su teoría del aprendizaje social expone: la conducta humana se debe a un determinismo recíproco en el que implican factores conductuales, cognoscitivos y ambientales.

El determinismo recíproco señala que no tan solo influyen los estímulos ambientales a la conducta sino también los factores personales, tales como las creencias y las expectativas; es decir, que cuando las personas están realizando algún tipo de comportamiento, también piensan en lo que están haciendo, por lo que también sus pensamientos influyen en el modo que su conducta es afectada por el ambiente.

Por consiguiente existe una estrecha y muy ligada interrelación en lo que se observa (ambiente), se piensa (cognoscitivo) y se hace (conductual), lo que conlleva a los adolescentes hacer uso de lo que aprendieron en toda su totalidad para enfrentar el mundo exterior; por ejemplo:

- Si existió calidad y calidez de comunicación en el hogar, se producen en el individuo sociable, comunicativo, expresivo, seguro

---

<sup>42</sup> Susan C. Cloninger, (2003). *Teorías de la Personalidad*. Tercera Edición. pp. 447.

<sup>43</sup> Evaluación de las teorías de la personalidad. pp. 230



en sus capacidades y que si falla, asume con responsabilidad sus defectos.

- Si existió en casa hostilidad y agresividad entre sus padres, muchas veces siendo él o ella parte de ello, es lo que también reflejará en el mundo exterior. Como dice un viejo adagio "*Nadie puede dar de lo que no tiene*", es decir, todo lo que se aprende, se vivencia en el hogar, se replica después con los comportamientos, actitudes y procedimientos que se ejercen en la vida.

Podemos exponer muchos ejemplos negativos como positivos sobre lo que se ocasiona en el núcleo familiar; siendo el principal influyente y promotor del aprendizaje para la vida de los y las adolescentes.

Entonces, podemos afirmar que el aprendizaje está basado en una situación social, donde al menos participan dos personas; el modelo que realiza una conducta determinada y el sujeto que la observa, es decir, que el aprendizaje se realiza por imitación del modelo a quien sigue o se interrelaciona (Bandura, 1978).

Es de interés, entonces preguntarse ¿Cómo las señoritas hacen frente a un embarazo que no planificaron? ¿Cuáles son las herramientas que en casa se obtuvieron para solucionar o enfrentar los problemas de la vida?; nos damos cuenta que gran parte de lo que somos, se ha aprendido en casa y de la misma forma las adolescentes cuando enfrentan un embarazo, reaccionan con actitudes y comportamientos evasivos o asertivos.

Según Renny Yagosesky (2008), la define el ser *asertivo* como: "una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y

equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos sin la intención de herir, actuando desde un estado interior de autoconfianza, en lugar de la emocionalidad limitante típica de la ansiedad, la culpa o la rabia”. Se trata de una comunicación compleja vinculada con la buena autoestima y que puede aprenderse como parte de un proceso amplio de desarrollo emocional.

Por consiguiente, la asertividad es conveniente a causa de los beneficios que genera, a continuación los siguientes:

- Favorece enormemente la confianza en la capacidad expresiva.
- Potencia la autoimagen positiva, pues favorece el sentido de eficacia personal.
- Genera bienestar emocional.
- Mejora la imagen social pues promueve el respeto de los demás.
- Favorece las negociaciones y el logro de objetivos que dependan de la comunicación en general.

Entonces, la asertividad es el estilo de comunicación abierto a las opiniones ajenas, dándoles la misma importancia que a las propias. Parte del respeto hacia los demás y hacia uno mismo, aceptando que la postura de los demás no tiene que coincidir con la propia y evitando los conflictos sin por ello dejar de expresar lo que se quiere de forma directa, abierta y honesta.

Ésta impide que seamos manipulados por los demás es por esto que es muy importante dentro de la sexualidad ya que es un factor decisivo en la conservación y el aumento de nuestro autoestima, además de valorar y respetar a los demás recíprocamente.

Dentro de lo afectivo, está el aspecto emocional que influye de manera significativa en el comportamiento de los y las adolescentes. Fuhrman y Holmbeck (1995), expresan que la autonomía emocional está asociada con el ambiente familiar.

#### **2.1.18. Clima Familiar y Adaptación Social**

A los largo de la historia de la psicología ha existido el gran interés de en conocer el papel que los padres juegan en el desarrollo del estatus social de los hijos. Por dos razones importantes, primero porque existen evidencias en la que los padres cumplen ese fundamental papel de desarrollo del estatus social, segundo porque existen diversos autores en el que han sugerido que existe una clara relación entre el estatus social, el comportamiento (conducta) social y el conocimiento de las normas sociales tanto en niños como en adolescentes, Asher y Renshaw, 1987; Putallaz, 1983; Rubin y Daniels – Beimes,1983) citado por Carmen Pichard, Eduardo Fernández y Juan Antonio Amezcua (2002).

Partiendo de este aspecto, los padres como se lo ha mencionado con anterioridad, ejercen cierta influencia en la conducta social de los adolescentes y ésta a la vez está relacionada con el estatus social.

Según investigaciones el clima familiar como por ejemplo, expresividad, cohesión, control, conflicto, la expresión de amor y la intensidad de los conflictos entre padres e hijos son los que de manera significativa influye en la adaptación personal y la autonomía emocional de los hijos. Esto quiere decir, cuando es positivo el clima emocional de las relaciones de padres a hijos, las más elevadas expresiones de afecto y es baja la intensidad de los conflictos, se establece una asociación entre las bajas puntuaciones de autonomía emocional y el ajuste positivo de los y las adolescentes. Sin embargo, cuando es negativa la naturaleza de las

relaciones, se observa una asociación entre las medidas elevadas de autonomía emocional y el ajuste positivo de los y las adolescentes. Por tanto, cuando no existe un clima propicio en el hogar, la autonomía emocional tiende a convertirse en un factor protector o mecanismo de defensa contra el desajuste personal y social durante la adolescencia. (Carmen Pichard, Eduardo Fernández y Juan Antonio Amezcua, 2002).<sup>44</sup>

En efecto, algunos autores definen significativamente que la experiencia de los y las adolescente, dentro de la familia, es mucho más importante cuando los hijos no tienen amistades que cuando han establecido buenas relaciones con sus pares (Hetherington, 1989); es decir, cuando el niño/a aún están en la etapa de su infancia es determinante las experiencias que vivencia dentro de la familia.

En los estudios de Herbert (1980) en su estudio del clima familiar sugiere que algunos desordenes de conducta en la adaptación puede arraigar debido a que los padres no tienen habilidades suficientes para afrontar las conductas inadecuadas de sus hijos adolescentes. De fundamental importancia que los padres como los principales agentes de socialización, proporcionen control hacia el comportamiento de sus hijos de modo que estos aprendan a desarrollar la empatía y principalmente el control de sus impulsos, ya que estas son dos habilidades básicas para el desarrollo moral y la socialización de los hijos.

Por otro lado, estudios realizados por Simon, Lin, Gordon (1998) y Tavecchio, stams, Brugman y Thomeer – Bouwens (1999), demuestra que el control paternal ejercido mediante castigos físicos, junto con un bajo apoyo y compromiso familiar se convierten en los mejores predictores de conductas agresivas y delincuencia en la adolescencia. En el caso de las

---

<sup>44</sup> Revista de Psicología General y Aplicada (2002). *Importancia del clima social familiar en la adaptación personal y social de los adolescentes*. pp. 577, 578.

adolescentes, se genera la necesidad de la independencia precoz; es decir, la urgencia de salir de casa; relaciones amorosas vulnerables, embarazos precoces, etc.

Además, otros estudios realizados por Kleinman, Handal, Enos, Searight y Ross (1989), citado por Pichard, Fernández, Amezcua (2002), en relación con las variables de la adaptación social, hallaron que las familias con alta cohesión y expresividad, así como una valoración de actividades recreativas y bajo en conflictos, conducen a una mejor adaptación, socialización, asertividad y resiliencia de sus hijos adolescentes.

Pichard, Fernández y Amezcua (2002), expresan que en la totalidad de las investigaciones realizadas sobre el clima familiar y la adaptación social, muestran que los sistemas familiares estables, con un clima afectivo proporcionan a sus miembros seguridad y afecto, cuyos elementos son de suma importancia e indispensables para un buen funcionamiento psicológico, en lo personal como en lo social.

#### **2.1.19. Nivel Socioeconómico**

Según el Ministerio de Coordinación de Desarrollo Social, el nivel socio económico de las adolescentes embarazadas en el último censo de población 2010<sup>45</sup> realizado en el Ecuador demuestra que las mujeres que tuvieron embarazo en la adolescencia alcanza una educación sensiblemente menor, tienen las probabilidades de ser pobres y hogares menos estables que otras mujeres, convirtiéndose en hogares disfuncionales.

---

<sup>45</sup> Instituto Nacional de estadísticas y Censo INEC (2010). *Censo de Población y Vivienda*.

La realidad actual data que existen hijos de padres emigrantes, lo que conllevado a una mayor obstrucción a la relación familiar, padres-hijos e hijos-padres, que un porcentaje ayudado a la economía del país, aquí se observa la clase media y clase alta, pero con un gran revestimiento de relaciones afectivas desconcertantes y álgidas.

En el censo se demuestra que las mujeres en situación de pobreza extrema, tienen casi el doble de hijos que las mujeres no pobres. Esto quiere decir, que lamentablemente están expuestas al maltrato físico y al sometimiento sexual por parte de sus conyugues.

Una mujer que recibió maltrato antes de los 15 años, tiene más posibilidades de tener dos o tres hijos, mientras que si la violencia se mantiene más allá de los 15 años, aumenta la posibilidad de 4 o más hijos.<sup>46</sup>

10 de cada 100 (o cien de cada mil) adolescentes dan a luz un hijo nacido vivo anualmente. Se estima que 67 deseaban embarazarse, las demás querían esperar más tiempo o no querían hijos en aquel momento, esto data que aproximadamente el 15% de las adolescentes pobres tienen un hijo nacido vivo anualmente. Sin embargo, solo el 10% quería tener un hijo, restante 5% no quería o quería esperar.

Las mujeres indígenas tienen en promedio 3.3 hijos, las afroecuatorianas tienen 2.8 y las montubias tienen 2.7 hijos durante su vida y las mujeres más pobres tienen en promedio 1.8 hijos más que el promedio nacional y 3.2 hijos más que el quintil más rico.

---

<sup>46</sup> Informe mundial sobre la violencia y la salud, OPS.( 2003)

Estas cifras han llevado a datos estadísticos donde se infiere que el embarazo precoz está ligado al nivel de educación que tienen las adolescentes, los padres y al contexto familiar en el que se desenvuelve.

### **2.1.20. Guía Didáctica**

Para García Aretio (2002, p. 241) citado por Ruth Aguilar (2004). Expresa que *“es el documento que orienta el estudio, acercando a los procesos cognitivos del alumno el material didáctico, con el fin de que pueda trabajarlos de manera autónoma”*.

Guía Didáctica es el material educativo que deja de ser auxiliar, para convertirse en herramienta valiosa de motivación y apoyo; pieza clave para el desarrollo del proceso de enseñanza, porque promueve el aprendizaje autónomo al aproximar el material de estudio al alumno (texto convencional y otras fuentes de información), a través de diversos recursos didácticos (explicaciones, ejemplos, comentarios, esquemas y otras acciones similares a la que realiza el profesor en clase).<sup>47</sup>

#### **Función básica de una guía**

Una de sus funciones más importante de las guías en el proceso de enseñanza aprendizaje es la función motivadora:

- Despierta el interés y mantiene la atención durante el proceso de aprendizaje.
- Motiva y acompaña al estudiante... (Holmberg, 1985).

---

<sup>47</sup> Guía didáctica, *Un material educativo para promover el aprendizaje autónomo. evaluación y mejoramiento de su calidad en la modalidad abierta y a distancia de la UTPL*. Ruth Marlene Aguilar Feijoo - Universidad Técnica Particular de Loja, UTPL (Ecuador)

## **Características**

- Es un material de lectura, fácil y comprensible.
- Aporta al mejoramiento de la calidad de vida de quienes se informa.
- Es un instrumento que sirve para orientar, guiar y asesorar el crecimiento y desarrollo personal.

## **2.2. Posicionamiento Teórico Personal**

De acuerdo a lo expuesto el posicionamiento se realizó en la siguiente teoría: La teoría humanista, debido que esta se enfoca al estudio del individuo como el ser humano que es y que su conducta es movida por fuerzas internas, llamadas motivaciones y que éstas, están ligadas a la satisfacción de las necesidades. Desde esta perspectiva se comprende que la adolescencia es una etapa que aflora la necesidad de satisfacción de las diferentes áreas, emocional, física, intelectual y social. No obstante, mediante el estudio se constató que el embarazo adolescente agudiza ciertas necesidades volviéndose en problemas comportamentales.

La teoría humanista con su precursor *Carl Rogers*, postula que si se enfoca la vida de la adolescente desde la perspectiva humana, se va valorar la experiencia subjetiva que tiene de cada una de sus vivencias, lo cual responde a los resultados de la libertad de elección y decisión, donde no hay condiciones pasadas que predetermine el presente; es decir, existe cambios que se generan cada vez que la adolescente es consciente de su propia existencia.



Los seres humanos son capaces de enfrentar adecuadamente los problemas, adversidades y dificultades de su propia existencia debido a que tiene un deseo natural por aprender.

El aprendizaje en el ser humano es genuino cuando el intelecto las emociones y las motivaciones son tomadas como funciones indispensables para el aprendizaje. El aprendizaje significativo no solo se da en materia de educación, sino en materia de la vida, donde la adolescente está expuesta a la experiencia, los sentimientos y pensamientos directos, es decir involucra toda la persona, teniendo un impacto en la conducta y en las actitudes.

Igual Maslow, propone que el ser humano es movido por motivaciones conocidas por necesidades y dentro de ellas, está la necesidad de estima de amor, pertenencia y como la cúspide la necesidad del ser, que se denomina como la motivación del ser. No obstante, el tener en cuenta lo expresado por este autor; las adolescentes en su falta de comprensión, de seguridad, afecto y sentido o pertenencia interpersonal como intrapersonal, indica que satisfaciendo estas necesidades, se producirá equilibrio y bienestar en su ser interior y exterior. Entonces, el trabajo radica en potenciar habilidades, cualidades y capacidades para el pleno desarrollo como persona y la satisfacción de necesidades internas.

Bandura en su teoría del aprendizaje social, sugirió que el ambiente causa el comportamiento como también el comportamiento causa el ambiente, es a través de ello que el ambiente, el comportamiento y los procesos psicológicos de la persona interactúan en el aprendizaje,

Desde esta perspectiva, esta teoría ayudó a comprender que la adolescencia y el ser humano en general, es un ser social que en

conjunto con el ambiente desarrolla su conducta basada en el aprendizaje por observación. Es a través de ello, que en esta investigación toma como fundamento en la explicación que el adolescente, es producto de lo que ha vivido, interactuado, con su familia, su entorno (ambiente), que en su proceso de aprendizaje interactúan tanto los procesos psicológicos, el comportamiento como el ambiente, dando lugar a lo que se conoce como individuo social.

Esto, quiere decir que el niño/a, adquiere patrones y respuestas intrínsecas simplemente por la observación del comportamiento de modelos apropiados. Estos modelos se los conoce principalmente como los padres de familia, en segundo lugar los pares, y en tercero la sociedad, determinantes de la conducta del individuo.

Por tanto, es de gran importancia conocer que estos procesos por el cual pasa un infante, adolescente y adulto, son lo que forman la identidad, personalidad y el ser social de una persona, y a través de ello, su desenvolvimiento en la sociedad; es decir, se aprende a enfrentar las dificultades, los retos y las avenencias que se presentan en este proceso de aprendizaje por la vida.

Es por ello, que cuando la adolescente presentó un embarazo, la mayor parte de su forma de enfrentar este periodo está ligada al aprendizaje vivido en todo su etapa de niñez y adolescencia misma.

Un adolescente tendrá sus herramientas para la vida dependiendo de lo que aprendió, como asimiló y que provecho sacó de las actitudes, comportamientos ejecutados y aprendidos por su vivencia con el medio, como los sucesos transitorios que transformaron su información mental y lo prepararon para la solución de problemas.

### 2.3. Glosario de Términos

1. **Aborto** Interrupción del embarazo por causas naturales o deliberadamente provocadas. Puede constituir eventualmente un delito.
2. **Adaptación** Estado en el que el sujeto establece una relación de equilibrio y carente de conflictos con su ambiente social.
3. **Aceptación social** Acción desplegada por la interacción social, de recibir voluntaria e involuntariamente, aceptación, valoración, de sí mismo y de otras personas.
4. **Actitudes** Son juicios evaluativos duraderos sobre los objetos, personas y las ideas.
5. **Adolescencia** La adolescencia es un periodo de la vida que transcurre entre la infancia y la edad adulta. Lo que caracteriza fundamentalmente a este periodo son los profundos cambios físicos, psicológicos, sexuales y sociales que tienen lugar en esos años.
6. **Afectividad** Conjunto de emociones y sentimientos que un individuo puede experimentar a través de las distintas situaciones que vive.
7. **Afecto** Patrón de comportamientos observables que es la expresión de sentimientos (emoción) experimentados subjetivamente. Tristeza, alegría y cólera son ejemplos usuales de afecto.
8. **Agresión** Es todo acto realizado con la intención de dañar a un ser vivo, tanto en el aspecto físico como psicológico.
9. **Ambiente** Espacio vital en el que se desarrolla el sujeto. Conjunto de estímulos que condicionan al individuo desde el momento mismo de su concepción.
10. **Angustia** Un estado de gran activación emocional que contiene un sentimiento de miedo o aprehensión. Clínicamente se define como una reacción de miedo ante un peligro inconcreto y desconocido.

11. **Ansiedad** Miedo anticipado a padecer un daño o desgracia futuros, acompañada de un sentimiento de temor o de síntomas somáticos de tensión.
12. **Antagónico** Es la oposición mutua y evidente entre dos o más opiniones o doctrinas.
13. **Aprendizaje** Es un cambio permanente de la conducta de la persona como resultado de la experiencia. Se refiere al cambio en la conducta o al potencial de la conducta de un sujeto en una situación dada, como producto de sus repetidas experiencias en dicha situación.
14. **Aptitud** La capacidad de aprovechar toda enseñanza, capacitación o experiencia en un determinado ámbito de desempeño.
15. **Asequible** Que puede conseguirse o alcanzarse.
16. **Aspiración** Meta que el sujeto se establece a sí mismo al realizar una tarea determinada.
17. **Asertividad** Es una forma de transmitir nuestros sentimientos positiva e inocuamente.
18. **Autoestima** Es el concepto que tenemos acerca de nosotros, la forma en que nos evaluamos.
19. **Autorrealización** Tendencia innata a desarrollar al máximo los propios talentos y potenciales, que contribuyen a obtener un sentimiento de satisfacción hacia uno mismo por parte del individuo.
20. **Biopsicosocial** Estado de completo físico, mental y social.
21. **Cefalopélvica** Desproporción Céfalo Pélvica o DCP, es decir, una desproporción entre la cabeza del bebé y la pelvis de la madre.
22. **Coadyuvar** Contribuir o ayudar en la realización de algo o en el logro de alguna cosa.
23. **Concepción mental** Opinión o juicio que una persona tiene formada en su mente acerca de una persona o cosa.

24. **Congruente** Que tiene una relación lógica y coherente con una cosa.
25. **Creencias** Son pensamientos no evaluativos referentes a las características de los objetos de nuestro mundo.
26. **Consecuencias** Es el hecho que surge o resulta de un estado o etapa que subyace en el comportamiento del individuo proveniente de la experiencia.
27. **Devaluación** El individuo se enfrenta a conflictos emocionales y amenazas de origen interno o externo atribuyendo cualidades exageradamente negativas a sí mismo o a los demás.
28. **Discriminación** Trato diferencial que se da a las personas por su pertenencia a una categoría social determinada.
29. **Distocias** Se emplea cuando el parto o alumbramiento procede de manera anormal o difícil. Puede ser el resultado de contracciones uterinas incoordinadas, de una posición anormal del feto, de una desproporción cefalopélvica relativa o absoluta o por anormalidades que afectan el canal blando del parto.
30. **Emancipación** Es toda aquella acción que permite a una persona o a un grupo de personas acceder a un estado de autonomía por cese de la sujeción a alguna autoridad o potestad.
31. **Embarazo** Es el período que transcurre entre la implantación en el útero del cigoto, el momento del parto en cuanto a los significativos cambios fisiológicos, metabólicos e incluso morfológicos que se producen en la mujer encaminados a proteger, nutrir y permitir el desarrollo del feto.
32. **Empatía** Estado mental en el que un sujeto se identifica con otro grupo o persona, compartiendo el mismo estado de ánimo.
33. **Esquema mental** Estructura cognoscitiva que organiza nuestro conocimiento de un objeto o dominio en particular. Poseer el esquema de un dominio significa tener almacenado en la memoria todos los aspectos comunes de dicho objeto.

34. **Estado de ánimo** Es una situación psicológica positiva o negativa de carácter transitorio. A menudo lo producen o cambian hechos ordinarios. Es un estado emocional o afectivo transitorio.
35. **Estereotipo** Es un conjunto fijo de atributos que el observador de un grupo determinado adjudica a todos sus integrantes.
36. **Estima** Es considerado como el afecto o consideración de una persona.
37. **Estrés** La experiencia subjetiva de una excitación fisiológica.
38. **Expectativa** Esperanza de realizar o conseguir algo
39. **Familia** Grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas.
40. **Fórceps** Es un instrumento obstétrico en forma de tenazas, que sirve para ayudar a la extracción fetal desde la parte exterior simulando los mecanismos del parto normal.
41. **Fracaso** Es un suceso lastimoso, inopinado y funesto.
42. **Frustración** Es una respuesta emocional común a la oposición relacionada con la ira y la decepción, que surge de la percepción de resistencia al cumplimiento de la voluntad individual. La causa de la frustración puede ser interna o externa.
43. **Identidad** Denota la experiencia del autoconocimiento consciente, basado en los rasgos y en los atributos que nos hacen únicos y nos confieren una congruencia interna a lo largo de la vida.
44. **Imitación** Adquisición voluntaria de una conducta observada en otras personas. Elemento fundamental del aprendizaje.
45. **Impotencia** Es el profundo e inconsolable dolor emocional que resulta de no poder remediar una situación o circunstancia desagradable, o de no poder llevar a cabo una idea.
46. **Incidencia** Circunstancia o suceso secundarios que ocurre en el desarrollo de un proceso, pero que puede influir en el resultado final.

47. **Inestabilidad emocional** Es un rasgo de la personalidad que se caracteriza por una variación en los sentimientos y los estados emotivos, como por los altibajos del ánimo, sin motivo o por causas insignificantes.
48. **Intervalo protogenésico** Se refiere al período de tiempo comprendido entre la fecha del matrimonio y la fecha de nacimiento del primer hijo nacido vivo.
49. **Microsistema** Ambiente inmediato del individuo y todos los aspectos relativos a su vida diaria, como son la familia, la escuela o los amigos (en el caso, por ejemplo, de un niño).
50. **Paradigma** Es un conjunto de compromisos compartidos dentro de los cuales yacen supuestos que permiten crear un marco conceptual a partir del cual se le da cierto sentido y significado al mundo.
51. **Pensamiento crítico** Proceso cognitivo que se propone analizar o evaluar la estructura y consistencia de la manera en la que se articulan las secuencias cognitivas que pretenden interpretar y representar el mundo, en particular las opiniones o afirmaciones que en la vida cotidiana suelen aceptarse como verdaderas.
52. **Personalidad** Estructura psíquica de cada individuo, la forma como se revela por su modo de pensar y expresarse, en sus actitudes e intereses y en sus actos. Son patrones duraderos de percibir, relacionarse y pensar acerca del ambiente y de uno mismo.
53. **Percepción** Función psíquica que permite al organismo, a través de los sentidos, recibir y elaborar las informaciones provenientes del exterior y convertirlas en totalidades organizadas y dotadas de significado para el sujeto.
54. **Prejuicio** Actitud, creencia u opinión que no se basa en una información o experiencia suficiente como para alcanzar una conclusión rotunda. Literalmente se define como un "juicio previo".
55. **Primigestas** Primitivo, originario.

56. **Proyección** Es un mecanismo de defensa que el individuo se enfrenta a conflictos emocionales y amenazas de origen interno o externo atribuyendo incorrectamente a los demás sentimientos, impulsos o pensamientos propios que le resultan inaceptables.
57. **Pubertad** Etapa de la vida en que se realizan un conjunto de transformaciones morfológicas y fisiológicas que posibilitan el inicio de las funciones sexuales; marca el paso de la infancia a la adolescencia.
58. **Resiliencia** Se refiere a la capacidad de los sujetos para sobreponerse a períodos de dolor emocional y situaciones adversas. Cuando un sujeto o grupo es capaz de hacerlo.
59. **Soledad** Es una reacción emocional ante la imposibilidad de establecer relaciones con otros, ante la incapacidad de comunicar nuestras esperanzas y ante la lejanía de amigos y seres queridos.
60. **Timidez** Indica ansiedad y renuncia a iniciar interacciones.
61. **Valores** Son evaluaciones de la bondad o maldad de los objetos del pensamiento.
62. **Variable** En estadística es cualquier rasgo, atributo, dimensión o propiedad capaz de adoptar más de un valor o magnitud.
63. **Vulnerabilidad** Este se refiere al comportamiento humano ratificado en la variación de actitudes perdiendo o no un poder o dominio.
64. **Yuxtaponer** Poner una cosa junto a otra sin interposición de ningún nexo o elemento de relación.



## **2.4. Preguntas de investigación**

- ¿Cuáles son las consecuencias psicológicas de las adolescentes embarazadas?
- ¿En qué medida afecta las consecuencias psicológicas de las adolescentes embarazadas en la aceptación social?
- ¿A través de qué material dinámico y práctico, potenciar habilidades y cualidades que sirvan para el pleno desarrollo y comportamiento asertivo de las adolescentes?

### **2.4.1. Respuestas a las interrogantes de investigación**

- Consecuencias que se evidenciaron: inseguridad de sí mismas, incertidumbre a la hora de tomar decisiones, ansiedad, nostalgia, baja autoestima.
- Afecta en un 52,9% en las relaciones interpersonales y en la relación familiar, como: vergüenza al relacionarse y autoexclusión ante los pares; desvalorización y malestar por parte de sus progenitores.
- A través de una Guía de Orientación Psicológica para Adolescentes Embarazadas, compuesta de talleres grupales, prácticos, dinámicos y con metodología que facilita el autoaprendizaje.

## 2.5. Matriz Categorial

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIÓN	INDICADOR
Es el hecho que surge o resulta de un estado o etapa que subyace en el comportamiento del individuo proveniente de la experiencia.	Consecuencias psicológicas del embarazo	<p>Afectivo</p> <p>Sentimental</p> <p>Perceptivo</p> <p>Expectativo</p> <p>Conductual</p>	<p>Desilusión</p> <p>Nivel de angustia Nivel de ansiedad</p> <p>Autoconcepto Baja Autoestima Autoimagen</p> <p>Vida de fracasos</p> <p>Nivel de descontrol Represión</p>
Acontecimiento que sobreviene en el curso de un evento (embarazo precoz) y tiene con él alguna conexión.	Incidencia en la aceptación social	<p>Relación familiar</p> <p>Relación de pares</p> <p>Relación laboral / actividades</p>	<p>Eficiente-comunicación Valorización Aprobación</p> <p>Inclusión Aislamiento</p> <p>Estigmatización Aplazamiento de metas</p>

## **CAPÍTULO III**

### **3. METODOLOGÍAS DE INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La presente investigación fue de tipo descriptivo y propositivo.

##### **3.1.1. Investigación factible**

Es proyecto tipo factible por cuanto involucró un proceso de investigación, elaboración y desarrollo de una propuesta viable destinada a solucionar el problema del Instituto Tecnológico Superior “República del Ecuador”, las consecuencias psicológicas del embarazo y su repercusión en la aceptación social, y se apoyó en una investigación documental y de campo.

##### **3.1.2. Investigación Descriptiva – Propositiva**

Es descriptiva por cuanto se utilizó para conocer y especificar las características importantes del problema de estudio “las consecuencias psicológicas del embarazo y su incidencia en la aceptación social”, que se presentó en el Instituto tecnológico Superior “República del Ecuador”, con lo que se obtuvo datos significativos, lo que se conoce como acumulación de datos.

Es propositiva, por cuanto sirvió para plantear una propuesta de solución, una Guía de Orientación para Adolescentes Embarazadas, como respuesta al problema existente, después de haber obtenido los resultados determinados, con lo que se cumplió con unos de los objetivos específicos de esta investigación.

### **3.1.3. Investigación documental**

Se fundamentó en la investigación bibliográfica, ya que permitió el estudio y la recopilación de fuentes de información, documentos de estudios actuales, entre otros; con la finalidad de ampliar, profundizar y ensanchar el conocimiento sobre el problema de estudio y realizar las conclusiones, recomendaciones y la propuesta legible.

### **3.1.4. Investigación de campo**

Se desarrolló ésta investigación en el lugar de los acontecimientos, donde se tuvo la ventaja de observar de cerca la realidad del problema, que permitió profundizar y a la vez aplicar los instrumentos seleccionados para recolectar información con la finalidad de describir, interpretar, diagnosticar, evaluar y recomendar.

## **3.2. MÉTODOS TEÓRICOS**

### **3.2.1. Histórico Lógico**

Se utilizó para estructurar el marco teórico en forma secuencial y representar progresivamente los fenómenos de la trayectoria del problema que es objeto de estudio.

### **3.2.2. Inductivo – Deductivo**

A través de este método se hizo una relación de lo particular con lo general, por tanto este método está presente en la revisión, selección de los contenidos bibliográficos que han permitido elaborar el marco teórico haciendo un vínculo entre los conocimientos empíricos y teóricos propuestos en el marco teórico.

### **3.2.3. Analítico – Sintético**

Fue utilizado durante todo el proceso investigativo principalmente en la selección de la información para la fundamentación teórica y la elaboración de la propuesta. Permitió además, procesar la información, estructurar los resultados del diagnóstico como base de la propuesta.

### **3.2.4. Descriptivo**

En la investigación se aplicó en la descripción de resultados y en la elaboración de la propuesta.

### **3.2.5. Estadístico**

Fue utilizado en la recopilación, tabulación, descripción e interpretación de datos en porcentajes además, en la elaboración de tablas conceptuales y de diagnóstico.

## **3.3. TÉCNICAS**

Las técnicas que se utilizaron para la investigación fueron, la observación, el fichaje y la encuesta.

### **3.3.1. La observación**

Se utilizó como mecanismo en la determinación del problema y el objetivo de la investigación.

### **3.3.2. Fichaje**

Mediante esta técnica se recopiló toda información científica de contenidos bibliográficos para la construcción de marco teórico y en la sistematización de los contenidos de la guía de orientación para adolescentes embarazadas.

### **3.3.3. Encuesta**

Se utilizó para recopilar información de estudiantes y padres de familia a través de un cuestionario elaborado técnicamente, con el fin de obtener información detallada y veraz.

### **3.3.4. Instrumentos**

Se utilizó un cuestionario elaborado técnicamente de 10 ítems, extraída del marco teórico y la matriz categorial, para adolescentes y padres de familia.

## **3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA**

El universo poblacional de la Unidad Educativa “Jacinto Collahuazo” del Bachillerato General Unificado BGU es de 449 estudiantes mujeres y se investigó a siete chicas adolescentes; de la Unidad Educativa “República del Ecuador” del Bachillerato General Unificado BGU es de 600 estudiantes mujeres y se investigó a diez adolescentes.

No se aplicó ninguna fórmula estadística por cuanto se hizo una selección real de las chicas embarazadas en los Unidades Educativas. De igual manera, los padres de familia corresponden al número mismo de adolescentes embarazadas durante el primer quimestre del año lectivo 2013 – 2014.

- Muestra global de estudiantes 17 (100%).
- Muestra global de padres de familia 17 (100%).

### **3.5. ESQUEMA DE LA PROPUESTA**

**3.5.1. Título:** “Guía de Orientación Psicológica para Adolescentes Embarazadas”.

**3.5.2. Definición:** La guía es una herramienta que constituye una estrategia de autoaprendizaje, que facilita información significativa para el conocimiento de forma práctica y dinámica.

#### **3.5.3. ¿Cuál es el fin de esta guía?**

Tiene como finalidad el orientar, fortalecer, motivar e impulsar a realizar cambios de actitudes, procedimientos y comportamientos en las adolescentes a través de la potenciación de sus capacidades asertivas.

#### **3.5.4. Estructura de la guía.**

Esta contiene lo siguiente:

- Caratula
- Título de tema
- Objetivo
- Contenido
- Actividades
- Metodología
- Recursos
- Evaluación
- Bibliografía
- Anexos





## CAPÍTULO IV

### 4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1. Adolescentes

##### 1. ¿Te entusiasma llevar un hijo en el vientre?

Cuadro No. 1

No.	Indicadores	f	%
1	Siempre	11	64.7%
2	Casi siempre	1	5.9%
3	A veces	3	17.6%
4	Nunca	2	11.8%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

#### INTERPRETACIÓN:

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 64.7% de adolescentes indican que les entusiasma siempre llevar un hijo en el vientre; el 5.9% indica que casi siempre; el 17.6% indica que a veces y el 11.8% no le entusiasma llevar un hijo en el vientre.

De estos datos se deduce que un porcentaje muy elevado de estudiantes adolescentes (mujeres) se sienten a gusto estar embarazadas, lo que significa que el deseo de concebir y desempeñar el papel de madres no es tomado como un problema para su edad.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Embarazo en la Adolescencia*, que consta en la pág. 39 del marco teórico.

2. ¿Estar embarazada te provoca inseguridad, incertidumbre y dificultad para tomar decisiones?

Cuadro No. 2

No.	Indicadores	F	%
1	Siempre	2	11.8%
2	Casi siempre	1	5.9%
3	A veces	11	64.7%
4	Nunca	3	17.6%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 11.8% de adolescentes, indican que estar embarazada siempre les provoca inseguridad, incertidumbre y dificultad para tomar decisiones; el 5.9% indica que casi siempre; el 64.7% indica que a veces y el 17.6% no les afecta algún tipo de dificultad para la toma de decisiones.

De estos datos se deduce que un porcentaje muy elevado de estudiantes mujeres a veces sienten inseguridad a la hora de tomar decisiones, se infiere que esta incertidumbre y dificultad, es debido a que no se ha podido superar los sentimientos de culpabilidad por la experiencia pasada, repercutiendo en su estado presente, tornándose en una vida de descontrol.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Consecuencias del embarazo*, que consta en la pág. 42 y en el tema *Aceptación social* en la pág. 59 del marco teórico.

**3. ¿Tienes dudas de ser capaz de enfrentar los problemas del embarazo sin la ayuda de alguien?**

**Cuadro No. 3**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	3	17.7%
<b>2</b>	Casi siempre	4	23.5%
<b>3</b>	A veces	4	23.5%
<b>4</b>	Nunca	6	35.3%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 17,7% de adolescentes, indican que siempre tienen dudas en ser capaces de enfrentar los problemas del embarazo sin la ayuda de alguien; el 23,5% indica que casi siempre; el 23,5% indica que a veces y el 35.3% se sienten capaces de darse el caso de afrontar sola los problemas del embarazo, lo harían solas.

De estos datos se deduce que un porcentaje elevado de estudiantes mujeres, no tienen dudas de afrontar los problema del embarazo sin la ayuda de alguien, esto implica dejar en un segundo plano los proyectos, sueños y metas por el hecho de asumir la responsabilidad de ser madre; el otro porcentaje de estudiantes no se sienten capaces de afrontar solas las complicaciones del embarazo y se ven en la necesidad del apoyo familiar, tanto en el mundo afectivo como económico.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Proyecto de Vida* que consta en la pág. 52 del marco teórico.

4. ¿Los cambios que se producen en tu cuerpo, te hacen sentir ansiosa (ansiedad), nostálgica e inferior que los demás?

**Cuadro No. 4**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
1	Siempre	2	11.8%
2	Casi siempre	0	-----
3	A veces	9	52.9%
4	Nunca	6	35.3%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 11.8% de adolescentes, indican que siempre se siente con ansiedad, nostálgica e inferior que los demás, al observar los cambios que se produce en su cuerpo por el embarazo; el 52.9% indica que a veces; el 35.3% indica que nunca les afecta estos cambios en su estado emocional.

De estos datos se deduce que un porcentaje muy elevado de estudiantes mujeres se ve afectado el estado emocional por los cambios fisiológicos, esto significa que el embarazo les provoca poca o nada de aceptación y sentimientos de inferioridad (baja autoestima) ante el ambiente, volviéndose susceptibles ante la nostalgia y/o depresión.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Embarazo en la adolescencia* que consta en la pág. 39 del marco teórico.

## 5. ¿Sientes que perdiste la oportunidad en la vida de triunfar?

**Cuadro No. 5**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	1	5.9%
<b>2</b>	Casi siempre	2	11.8%
<b>3</b>	A veces	4	23.5%
<b>4</b>	Nunca	10	58.8%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

### **INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 5,9% de adolescentes, indican que sienten siempre la pérdida de oportunidad de triunfar en la vida; el 11,8% indica que casi siempre; el 23,5% indica que a veces y el 58,8% indican que no han perdido la oportunidad de triunfar.

De estos datos se deduce que un porcentaje elevado de estudiantes mujeres nunca han perdido el optimismo de triunfar, lo cual frente a la demanda de un embarazo se sienten motivadas a luchar por alcanzar sus metas; existe el deseo latente y el potencial para triunfar con un proceso más largo, en contraste el otro porcentaje siente vulnerabilidad permanente como ocasional en la pérdida de oportunidades.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Proyecto de vida* que consta en la pág. 52 del marco teórico.

**6. ¿Cuándo no te comprenden pierdes la esperanza, te sientes irritable y no soportas a nadie?**

**Cuadro No. 6**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	<b>0</b>	
<b>2</b>	Casi siempre	<b>3</b>	17.7%
<b>3</b>	A veces	<b>11</b>	64.7%
<b>4</b>	Nunca	<b>3</b>	17.6%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 17,7% de adolescentes, indican que casi siempre se sienten irritables, no soportan a nadie y pierden la esperanza cuando no les comprenden; el 64,7% indica que a veces y el 17,6% que no les afecta cuando no les comprenden.

De estos datos se deduce que un porcentaje elevado de estudiantes mujeres a veces se desmotivan y pierden el control emocional cuando no existe comprensión debido a su estado de embarazo, se deduce además que por su etapa de adolescencia se agudiza esta inestabilidad que es propia de su edad, interrumpiendo a su percepción actual.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Consecuencias del embarazo* que consta en la pág. 42 del marco teórico.

7. ¿Cambian de actitud tus padres, cada vez que se acuerdan que quedaste embarazada?

Cuadro No. 7

No.	Indicadores	F	%
1	Siempre	1	5.9%
2	Casi siempre	1	5.9%
3	A veces	5	29.4%
4	Nunca	10	58.8%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 5.9% de adolescentes indican que sus padres cambian de actitud, cada vez que se acuerdan que quedaron embarazadas; 5.9% indica que casi siempre; el 29.4% indica que a veces y el 58.8% sus padres no cambian de actitud ante el recuerdo de su embarazo.

De estos datos se deduce que un porcentaje elevado de padres de familia de estudiantes adolescentes (mujeres) tienen una actitud favorable hacia el embarazo de su hija, lo que significa que las adolescentes se sienten apoyadas frente a esta nueva etapa de vida y esto cambiará la percepción de los errores y la inseguridad propia de la edad.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema, *Proyecto de vida* que consta en la pág. 52 y *La familia*, en la pág. 62 del marco teórico.

## 8. ¿Tus padres se abren contigo para platicar cómo te sientes?

**Cuadro No. 8**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	11	64.7%
<b>2</b>	Casi siempre	2	11.8%
<b>3</b>	A veces	2	11.8%
<b>4</b>	Nunca	2	11.7%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

### **INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 64.7% de adolescentes indican que siempre sus padres se abren para platicar como se siente; el 11.8% indica que casi siempre; el 11.8% indica que a veces y el 11.7% no existe esa comunicación en casa.

De estos datos se deduce que un porcentaje muy elevado de estudiantes adolescentes (mujeres) sus padres presentan acercamiento a sus hijas, lo que significa que se ha producido una atmosfera de confianza y seguridad para la adolescente embarazada, en contraste de un porcentaje mínimo de padres que muy poco lo hacen.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *La familia*, que consta en la pág. 62 del marco teórico.



## 9. ¿Evades relacionarte con los demás por vergüenza?

**Cuadro No. 9**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	2	11.7%
<b>2</b>	Casi siempre	1	5.9%
<b>3</b>	A veces	6	35.3%
<b>4</b>	Nunca	8	47.1%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

### **INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 11,7% de adolescentes indican que siempre evade relacionarse con los demás por vergüenza; el 5.9% indica que casi siempre; el 35,3% indica que a veces y el 47.1% nunca les da vergüenza relacionarse por su embarazo

De estos datos se deduce que un porcentaje elevado de estudiantes adolescentes (mujeres) se sienten seguras de lo que son, cuando existe apoyo familiar en este caso de la madre de familia, esto significa que si no han recibido estigmatización en el hogar se vuelven menos vulnerables enfrentar los problemas sociales y de aceptación social; en contraste, el otro porcentaje de adolescentes embarazadas en cierta medida tienden a sentirse vulnerables en relacionarse, debido que no se sienten capaces de ser ellas mismas por los prejuicios sociales.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Consecuencias del embarazo*, que consta en la pág. 42 del marco teórico.

**10. ¿Te integran tus amigos (vecinos, compañeros del colegio) en las conversaciones, como lo hacían antes?**

**Cuadro No. 10**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	12	70.6%
<b>2</b>	Casi siempre	4	23.5%
<b>3</b>	A veces	1	5.9%
<b>4</b>	Nunca	0	
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 70,6% de adolescentes indican que siempre sus amigos las integran en las conversaciones; el 23.5% indica que casi siempre; el 5,9% indica que a veces les integran.

De estos datos se deduce que un porcentaje elevado de estudiantes adolescentes (mujeres) se sienten integradas y aceptadas por sus compañeros, esto significa que sus compañeros en cierta medida han logrado cambiar el esquema mental de prejuicio y exclusión hacia las adolescentes embarazadas; en contraste con el grupo minoritario de sentirse excluidas o tomadas en cuenta por su estado, esto significa que las adolescentes no son tan afectadas por lo social sino por lo familiar, marcado esto su comportamiento social.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Autoestima*, que consta en la pág. 60 del marco teórico.

## 4.2. Padres de Familia

### 1. ¿Se le hace difícil aceptar que su hija este embarazada?

Cuadro No. 1

No.	Indicadores	F	%
1	Siempre	7	41.2%
2	Casi siempre	2	11.8%
3	A veces	5	29.4%
4	Nunca	3	17.6%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Padres de Familia de las estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

#### INTERPRETACIÓN:

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 41,2% de padres de familia (madres) indican siempre se les hace difícil aceptar que su hija este embarazada; el 11,8% indica que casi siempre; el 29,4% indica que a veces y el 17,6% indica que nunca se le ha hecho difícil aceptar que su hija este embarazada.

De estos datos se deduce que un porcentaje mínimo de padres de familia son de mente abierta que han logrado aceptar con muy poca dificultad el embarazo de sus hijas, por lo contrario del mayor porcentaje de padres encuestados les es complejo y complicado aceptar un embarazo, esto significa que son propensos a estigmatizar y desvalorizar a las adolescentes por el suceso ocurrido.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Problemas familiares*, que consta en la pág. 50 del marco teórico.

**2. ¿Siente como un apretón en el pecho cada vez que piensa que debe afrontar el embarazo, que no esperaba en su hija?**

**Cuadro No. 2**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	8	47.1%
<b>2</b>	Casi siempre	0	
<b>3</b>	A veces	7	41.2%
<b>4</b>	Nunca	2	11.7%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Padres de Familia de las estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 47,1% padres de familia indican que siempre que piensan que deben afrontar el embarazo de sus hijas sienten un apretón en el pecho; el 41,2% indica que a veces; y el 11,7% no se han sentido afectados emocionalmente por afrontar el embarazo de sus hijas.

De estos datos se deduce que un porcentaje elevado de padres de familia, viven en cierta incertidumbre y al mismo tiempo dolidos por el suceso ocurrido que cada vez que piensan que deben afrontar o hacer frente desearían que no hubiera pasado, esto significa que cambia su estado emocional y por ende las actitudes, debido a que se vive con la desilusión del pasado, no percatándose que afecta el presente y limita ser una respuesta ante el afrontamiento de la problemática del embarazo.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en los temas *Problemas familiares y Aceptación Social*, que consta en la pág. 50 y 59 del marco teórico.

**3. ¿Le pone mal y explota cada vez que se acuerda que su hija se embarazó?**

**Cuadro No. 3**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	2	11.7%
<b>2</b>	Casi siempre	2	11.8%
<b>3</b>	A veces	5	29.4%
<b>4</b>	Nunca	8	47.1%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Padres de Familia de las estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 11,7% padres de familia indican que siempre les pone mal y explotan cada vez que se acuerdan que su hija se embarazo; el 11,8% indica que casi siempre; el 29,4% indica que a veces; y el 47,1% no se ponen mal ni explotan cuando recuerda que su hija se embarazó.

De estos datos se deduce que un porcentaje elevado de padres de familia se vuelven intolerables ante el recuerdo de los errores de sus hijas, lo que significa que en cierta medida tienden a descontrolar su temperamento, provocando culpabilidad y cierto grado de ansiedad en las adolescentes; en cambio el otro porcentaje de padres se ve menos afectado por el embarazo precoz.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en los temas *Problemas familiares y Aceptación Social*, que consta en las págs. 50 y 59 del marco teórico.

#### 4. ¿Siente felicidad por él bebe que su hija trae al mundo?

**Cuadro No. 4**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	14	82.4%
<b>2</b>	Casi siempre	0	
<b>3</b>	A veces	3	17.6%
<b>4</b>	Nunca	0	
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Padres de Familia de las estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

#### **INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 82,4% padres de familia indican que siempre sienten felicidad por el bebé que su hija trae al mundo; y el 17,6% indica que a veces siente felicidad.

De estos datos se deduce que un porcentaje muy elevado de padres de familia, desbordan emoción y se sienten ilusionados por la llegada de un bebé, lo cual significa que es recompensado en cierta medida el haberse sentido defraudados por la llegada de un niño a la familia, exacerbando felicidad, seguridad e equilibrio emocional hacia la adolescente.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en los temas *Aceptación Social y la Autoestima*, que consta en las págs. 59 y 60 del marco teórico.

5. ¿Cuándo su hija se pone mal al verse gorda por el embarazo, usted le dice frases cómo? “Es tu culpa por andar en cosas que no debías”.

**Cuadro No. 5**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	<b>2</b>	11.8%
<b>2</b>	Casi siempre	<b>1</b>	5.9%
<b>3</b>	A veces	<b>4</b>	23.5%
<b>4</b>	Nunca	<b>10</b>	58.8%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Padres de Familia de las estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

#### **INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 11,8% padres de familia indican que siempre expresan frases acusativas cuando su hija se pone mal por lo cambios del embarazo; el 5,9% indica que casi siempre; el 23,5% indica que a veces; y el 58,8% no expresan frases despectivas a sus hijas por el embarazo.

De estos datos se deduce que un porcentaje elevado de padres de familia, brindan soporte y ayuda ante los cambios fisiológicos por el embarazo, lo que significa que esto ayuda a inhibir las concepciones mentales, que repercuten en la autoestima y que no se pierde el sentido de pertenencia en la relación intrafamiliar a pesar de los errores.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *La Familia*, que consta en la pág. 62 del marco teórico.

**6. ¿Culpa al embarazo de su hija, como el causante de los problemas económicos y familiares en casa?**

**Cuadro No. 7**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	0	
<b>2</b>	Casi siempre	0	
<b>3</b>	A veces	2	11.8%
<b>4</b>	Nunca	15	88.2%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Padres de Familia de las estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 11,8% padres de familia indican que a veces culpan a sus hijas por las causantes de los problemas económicos y familiares; y el 88,2% no culpabilizan a sus hijas por los problemas de hogar.

De estos datos se deduce que un porcentaje muy elevado de padres de familia, son conscientes que los problemas tienen soluciones y son responsables de los mismos, lo que significa que no culpabilizan a terceros de las responsabilidades propias de una familia.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en los temas *Problemas Familiares y La Familia*, que consta en las págs. 50 y 62 del marco teórico.



**7. ¿Cuándo usted se enoja, le recuerda el pasado o le recrimina del embarazo a su hija?**

**Cuadro No. 7**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	0	
<b>2</b>	Casi siempre	0	
<b>3</b>	A veces	9	52.9%
<b>4</b>	Nunca	8	47.1%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Padres de Familia de las estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 52,9% padres de familia indican que a veces le recuerdan el pasado o le recriminan del embarazo a su hija; y el 47,1% nunca les recuerda ni les recriminan por el error cometido.

De estos datos se deduce que un porcentaje muy elevado de padres de familia, les es difícil olvidar los errores del pasado, que cuando se enojan pierden el control y tienden a desvalorizar la personalidad y culpar de los sucesos anteriores de sus hijas, lo que significa que a veces lastiman con sus palabras y acciones llevándolas a sufrir en silencio y sentirse abrumadas por los hechos de incomprensión.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Consecuencias del embarazo*, que consta en la pág. 42 del marco teórico.

**8. ¿Con que frecuencia se comunica con su hija, para platicar cómo se siente?**

**Cuadro No. 8**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	6	35.3%
<b>2</b>	Casi siempre	5	29.4%
<b>3</b>	A veces	6	35.3%
<b>4</b>	Nunca	0	
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Padres de Familia de las estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 35,3% padres de familia indican que siempre dialogan con sus hijas; el 29,2% indica que a veces; y el 35,9% a veces se comunican con sus hijas.

De estos datos se deduce que un porcentaje de padres de familia, tienen interés por saber y conocer el estado de sus hijas de forma permanente y otro porcentaje de forma esporádica, lo que cabe indicar que existe comunicación irregular y la interrelación de hijos a padres se ve muy limitada.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en los temas *La familia, Clima familiar y adaptación social*, que constan en las págs. 62 y 69 del marco teórico.

**9. ¿Su hija se abre, de tal manera que conversa todo lo que le pasa ya que tiene total confianza en usted?**

**Cuadro No. 9**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	7	41.1%
<b>2</b>	Casi siempre	1	5.9%
<b>3</b>	A veces	8	47.1%
<b>4</b>	Nunca	1	5.9%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Padres de Familia de las estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

**INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 41,1% padres de familia indican que siempre sus hijas se acercan a conversar lo que les pasa ya que tiene confianza en ellos; el 5,9% indica casi siempre; el 11,7% indica que a veces; y el 5,9% no tienen la confianza para abrirse con sus padres.

De estos datos se deduce que un porcentaje de adolescentes tiene confianza con sus padres, que la comunicación de hijas a padres de familia es permanente y esporádica en otros casos de familia, lo que significa que existe siempre el interés de las adolescentes ser escuchadas y abrirse a las personas que les brindan confianza.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en los temas, *Consecuencias del embarazo y clima familiar* que consta en la pág. 42 y 69 del marco teórico.

**10. ¿Piensa usted que un bebé limita a su hija la obtención de las metas? Por ejemplo: profesión, buen trabajo, estatus social, etc.**

**Cuadro No. 10**

<b>No.</b>	<b>Indicadores</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Siempre	0	
<b>2</b>	Casi siempre	2	11.8%
<b>3</b>	A veces	3	17.6%
<b>4</b>	Nunca	12	70.6%
<b>TOTAL</b>		<b>17</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Padres de Familia de las estudiantes del Bachillerato General Unificado BGU de las Unidades Educativas Jacinto Collahuazo y República del Ecuador del cantón Otavalo.

#### **INTERPRETACIÓN:**

Luego de la tabulación de datos, se observa que un 11,8% padres de familia indican que casi siempre piensan que un bebe limita la obtención de metas para su hija; el 17,6% indica que a veces; y el 70,6% indican que no limita un hijo la obtención de objetivos propuestos.

De estos datos se deduce, que un porcentaje muy elevado de padres de familia perciben de forma positiva y optimista el alcance de metas a pesar de un embarazo, lo que significa que ellos serán pilares de sostén y de apoyo para sus hijas adolescente en su proyecto de vida aunque este sea más prolongado.

Estos enunciados se sustentan con lo expresado en el tema *Proyecto de vida*, que consta en la pág. 52 del marco teórico.

## CAPÍTULO V

### 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Conclusiones

Luego del análisis de interpretación de datos, se llegó a las siguientes conclusiones y recomendaciones:

1. Un alto porcentaje de estudiantes embarazadas demuestran inseguridad, incertidumbre y son indecisas en la toma de decisiones.
2. Las adolescentes embarazadas demuestran ansiedad, nostalgia y baja autoestima por los cambios producidos, debido a su embarazo.
3. Un porcentaje elevado de adolescentes embarazadas presentan vergüenza y evaden relacionarse con las demás personas.
4. Un alto porcentaje de padres de familia no aceptan que sus hijas se hayan quedado embarazadas.
5. Un porcentaje muy significativo de padres de familia demuestran malestar, enojo y presentan manifestación efusiva de su estado de ánimo (explotan) y recriminan a sus hijas, cada vez que se acuerdan que quedaron embarazadas.
6. No se cuenta con ningún material que fortalezca o capacite las habilidades, cualidades y capacidades emotivas, físicas y mentales de las adolescentes para el desarrollo de sus potencialidades psico-socio-afectivas y superación de las consecuencias psicológicas.

## **5.2. Recomendaciones.**

1. El personal de Consejería Estudiantil y profesores tutores deben readaptar la concepción o paradigma de vida de las adolescentes a través de talleres, para atenuar el fracaso, fortalecer habilidades y la seguridad de sus capacidades.
2. El personal de Consejería Estudiantil y profesores tutores deben fortalecer a través de técnicas psicológicas la autoestima y autoimagen de las adolescentes.
3. El personal de Consejería Estudiantil y profesores tutores deben fortalecer el autoconcepto y la capacidad de resiliencia de las adolescentes.
4. El personal de Consejería Estudiantil y profesores tutores deben trabajar con los padres en el fortalecimiento de la inteligencia emocional.
5. El personal de Consejería Estudiantil y profesores tutores deben trabajar con los padres de familia, higiene mental (el valor del perdón y el vivir el aquí - ahora), para que la relación de padres a hijos sea saludable.
6. Las Autoridades de las Unidades Educativas deben procurar utilizar la Guía de Orientación Psicológica para adolescentes embarazadas, para la concientización, atenuación del problema y fortalecimiento de capacidades de las estudiantes.

## **CAPITULO VI**

### **6. PROPUESTA ALTERNATIVA**

#### **6.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA**

##### **GUÍA DE ORIENTACION PSICOLÓGICA PARA ADOLESCENTES EMBARAZADAS**

#### **6.2. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA**

Luego de haber obtenido los resultados de la investigación, es de carácter prioritario dar una solución congruente al problema encontrado en las adolescentes embarazadas de las Unidades Educativas “Jacinto Collahuazo” y “República del Ecuador”.

Es de vital importancia y al mismo tiempo darle una Guía de Orientación Psicológica, debido que las consecuencias psicológicas por el embarazo en estudiantes adolescentes han repercutido en la interacción del área intrapersonal e interpersonal.

En el área intrapersonal se encontró cambio en la forma de pensar como inseguridad e indecisión en la toma de decisiones; dentro del campo de las emociones, manifestaron incertidumbre, ansiedad, nostalgia; y en el campo de las actitudes, baja autoestima, vergüenza y evasión a relacionarse, lo que ha conllevado a desencadenar conflictos en el medio donde se desenvuelve.

En el área de las relaciones interpersonales, dentro de ellas, la relación familiar (padres – hijos) se vio afectada provocando malestar, enojo e inaceptación de un embarazo en los progenitores, desencadenando manifestaciones efusivas de estados de ánimo, recriminación y culpabilidad hacia sus hijas por el pasado.

Por lo cual, es de necesaria importancia reconocer que la familia cumple y cumplirá la función de ser el soporte ante las circunstancias de la vida en los hijos; como tal, todo este proceso de readaptación la familia se ve obligada de igual forma a readaptarse y cambiar el tipo de interacción en la relación familiar con sus hijas e hijos. En efecto, el alcance de los sueños y propósitos del desarrollo del proyecto de vida de las adolescentes está enmarcada al tipo de apoyo y solides que los padres deben brindar a sus hijas.

Dada esta realidad, es necesario el diseño de esta Guía de Orientación Psicológica como la posible solución al problema presentado en las adolescentes embarazadas. Una guía es un material educativo que deja de ser auxiliar, para convertirse en herramienta valiosa de **motivación y apoyo**; pieza clave para el desarrollo del proceso de enseñanza, promoviendo el aprendizaje autónomo.

En efecto esta guía permitirá lo siguiente:

- Primero, ayudará a cambiar los conceptos equívocos (concepción mental) que se asumieron por el impacto inesperado personal y familiar de un embarazo. *Por cuanto el individuo cree, de esa forma se maneja en la vida.*
- Segundo, ayudará a superar los sentimientos de culpabilidad y frustración conocidos dentro de la autoestima.



- Tercero, ayudará a que la adolescente se re-enfoque en los logros que desea alcanzar.
- Cuarto, ayudará al reforzamiento de la capacidad de resiliencia y asertividad.
- Quinto, ayudará a la adolescente a tolerar y aceptar las opiniones y diferencias de los demás.

Esta guía beneficia en primera instancia a las adolescentes embarazadas a superar las consecuencias psicológicas del embarazo frente a las relaciones interpersonales e intrapersonal de la aceptación social.

Segundo a los padres de familia, debido que las estudiantes – hijas tendrán herramientas para sentirse saludables frente a las adversidades sociales y contratiempos familiares; las actitudes y comportamientos mejorarán debido al enfoque del alcance del bienestar interior de la adolescente.

Tercero a la comunidad educativa tendrá esta herramienta para trabajar con adolescentes embarazadas, en función del mejoramiento de las relaciones familiares y el rendimiento académico de las adolescentes, ya que la mira de las adolescentes estará enfocada al logro que desean alcanzar y el ser que desean protagonizar en la vida.

### **Factibilidad / limitaciones de la propuesta.**

En el aspecto legal, esta propuesta se enmarca a lo expresado en la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI), ya que está propende ayudar para el bienestar y la inclusión dentro y fuera de la institución, como se describe en el Artículo 7:

*O: Contar con propuestas educacionales flexibles y alternativas que permitan la inclusión y permanencia de aquellas personas que requieran atención prioritaria, de manera particular personas con discapacidades, adolescentes y jóvenes embarazadas;*

*p: No ser sancionados por condiciones de embarazo, maternidad o paternidad, y recibir el debido apoyo y atención en lo psicológico, académico y lo afectivo para culminar sus estudios y acompañar un proceso de maternidad y paternidad saludable.*

Por consiguiente, esta propuesta en el aspecto material no tiene ninguna limitación, ya que es un documento que estará al alcance de las Instituciones Educativas para que las mismas sean ejecutadas en beneficio de las estudiantes adolescentes, esto dará a la institución un mejor alcance a la solución de las necesidades que se producen por los embarazos no planificados, cuya realidad abarca a toda la comunidad educativa.

En el aspecto presupuestario tendrá un valor significativo aproximado de \$10,00 dólares, lo que no limita la obtención del material para su difusión.

## **6.3. FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA**

### **Teoría Humanista**

Carl Rogers, postula que si nos enfocamos en la adolescente desde la perspectiva humana, se va valorar la experiencia subjetiva que tiene de cada una de sus vivencias, lo cual responde a los resultados de la libertad de elección y decisión, donde no hay condiciones pasadas que predetermine el presente; es decir, existe cambios que se generan cada vez que la adolescente es consciente de su propia existencia.

Los seres humanos son capaces de enfrentar adecuadamente los problemas, adversidades y dificultades de su propia existencia debido a que tiene un deseo natural por aprender.

El aprendizaje en el ser humano es genuino cuando el intelecto las emociones y las motivaciones son tomadas como funciones indispensables para el aprendizaje. El aprendizaje significativo no solo se da en materia de educación, sino en materia de la vida, donde la adolescente está expuesta la experiencia, los sentimientos y pensamientos directos, es decir involucra toda la persona, teniendo un impacto en la conducta y en las actitudes.

Igual Maslow, propone que el ser humano es movido por motivaciones conocidas por necesidades y dentro de ellas, encajonamos la necesidad de estima de amor y pertenencia y como la cúspide la necesidad del ser, denominado como la motivación del ser.

## **Pedagogía Naturista**

Nacer humano no tan solo es suficiente, sino serlo, para ello a través de la educación se logra, la educación que abarque todo el ser de forma integral.

Desde este enfoque se tomó a Rousseau con su descripción y ponencia que el ser humano es un ser bueno, que desgraciadamente es corrompido por la sociedad; éste tiene como objetivo disfrutar de libertad, felicidad y el pleno desarrollo de sus potenciales intelectivas, afectivas y motoras; es decir, en cierta medida somos el reflejo de lo que la sociedad a impuesto, mas no por lo que realmente somos. La sociedad está llena de divergencias, paradigmas, prejuicios y estereotipos, que el individuo debe estar preparado para afrontar esa realidad.

A través de sus sentidos, las sensaciones permiten que la conciencia del hombre entre en contacto con el mundo externo y puede interpretarlo. El individuo debe liberarse de presiones, manipulaciones y condicionamientos, que viene de lo externo al hombre. El aprendizaje se da cuando lo que aprende sea endógeno o exógeno tenga sentido o significado para él, las que son movidas por su deseo e interés.

En educación, lo fundamental e importante es el desarrollo natural, que a través de sus propias experiencias adquieran sentido y conciencia de su vida, dando lugar a un aprendizaje que está marcado al ritmo propio de cada individuo, no todos aprenden de la misma forma, cada uno tiene su propio paso en este mundo del aprendizaje.

## **Teoría Cognitivista**

Piaget, postula que a partir de los doce años empieza a razonar el adolescente de forma más abstracta y en este puede utilizar representaciones de la realidad sin manipularla de manera uniforme, lo que se conoce en esta teoría como el pensamiento formal, donde las habilidades intelectuales están íntimamente relacionadas con los requerimientos del aprendizaje.

En la adquisición de conocimientos el adolescente pasa por un proceso en el que las nuevas informaciones se incorporan a los esquemas de estructuras preexistentes en la mente, que se modifican y reorganizan según un mecanismo de asimilación y acomodación facilitado por la actividad del individuo.

Estas funciones son las que están presentes en todo el desarrollo evolutivo del ser humano, la adaptación y la organización. La adaptación, contiene dos vías la asimilación y la acomodación.

La asimilación, ésta se da cuando incluimos lo externo en la información ya existente en el individuo. La acomodación, cuando se modifica lo existente propio del individuo para poder asumir lo externo.

Organización, función que estructura la información en elementos internos de la inteligencia, es decir el comportamiento visible manifestado son simplemente manifestaciones de las estructuras internas que han sido incorporados por el individuo a través de la interacción con el sistema social.

Las estructuras, son variables a los largo del desarrollo. Cambian como consecuencias de las funciones de adaptación y organización; es

decir, los nuevos niveles de adaptación y de organización harán inútiles las estructuras existentes en un momento determinado y darán lugar a otras.

Los esquemas siendo las unidades de las estructuras que cambian a través del desarrollo, provoca la regularidad observada en la conducta de las personas. Los esquemas cambiaran cuando no se logra la adaptación al medio, por ejemplo: cuando las experiencias de un infante sobre su entorno no concuerdan en su estructura mental se produce una situación de desequilibrio y/o confusión.

Primero, se produce una asimilación del estímulo sin que esto constituya un cambio en la estructura mental; después, dentro de un proceso de acomodación, se modifica la estructura para incorporar los nuevos elementos y así logrando un estado de equilibrio.

El estado de equilibrio es un estado de autorregulación y se refiere a la tendencia a construir nuevos esquemas que superan las contradicciones internas y las inconsistencias entre esquemas y datos, por esta razón Piaget afirmaba que el desarrollo psíquico como el aprendizaje es el resultado de un proceso de equilibración.

Por lo que cabe decir, que el aprendizaje modifica y transforma las estructuras, permitiendo la realización de nuevos aprendizajes de mayor complejidad y este aprendizaje es un proceso de adquisición en un intercambio con el medio.

Piaget en su teoría propone cuatro estadios o etapas a lo largo de las cuales se construye la inteligencia a partir del nacimiento los cuales son:

1. *Etapa sensoriomotriz*: Es del nacimiento hasta los dos años de vida, donde los niños descubren las relaciones entre su cuerpo y el entorno.
2. *Etapa pre-operacional*: Ocurre de los dos a seis años; en ella el pensamiento de los niños comienza a utilizar símbolos y es egocéntrico, donde considera su perspectiva de ver al mundo como realidad absoluta.
3. *Etapa de operaciones concretas*: ocurre de los siete a doce años, momento en el que el niño comienza a razonar lógicamente.
4. *Etapa de operaciones formales*: se caracteriza por la habilidad de formar hipótesis y probarlas sistemáticamente<sup>48</sup>.

En cada una de estas etapas están presente las dos funciones las cuales son: adaptación y organización. Es aquí donde me identifiqué con esta teoría, porque en todo el proceso que el niño pasa hasta hacerse adulto, están presente los principios que hemos visto, desarrollando la construcción de su inteligencia, observando como a través de ese mismo tiempo va cambiando su pensamiento a medida que adquiriendo nuevas experiencia y va interactuando con su ambiente.

Las adolescentes pueden rediseñar su percepción de la vida a través de las experiencias vividas; es decir, el aprender de cada una de las experiencias que se presentan.

### **Aprendizaje Social de Albert Bandura**

Bandura, sugirió que el ambiente causa el comportamiento como también el comportamiento causa el ambiente, es a través de ello que el ambiente, el comportamiento y los procesos psicológicos de la persona interactúan en el aprendizaje. En lo cual, estos procesos consisten en la

---

<sup>48</sup> Kail & Cavanaugh (2011). Desarrollo Humano: *Teorías del desarrollo*. pp. 13-14

habilidad para abrigar imágenes en la mente y en el lenguaje, es decir, a través de estas representaciones mentales se puede comprender la imitación en la fase de la adquisición de la conducta. Para ello Bandura explicó las funciones del moldeamiento.

Primero, Facilitación de la respuesta: los impulsos sociales crean canales para que los observadores reproduzcan las acciones.

Segundo, Inhibición y desinhibición: las conductas modeladas crean en los observadores expectativas de que ocurrirán las mismas consecuencias si imitan las acciones.

Tercero, Aprendizaje por observación: es se divide en atención, retención, ejecución motora y motivación.

- Atención, el observador presta atención a los acontecimientos relevantes del medio.
- Retención, requiere codificar y transformar la información modelada para almacenarla en la memoria.
- Ejecución motora, consiste en traducir las concepciones visuales y simbólicas de los sucesos modelados en conductas abiertas.
- Motivación, influye puesto que la gente es más vulnerable a atender, retener y producir las acciones modeladas que creen que son importantes.

### **Teoría Socio - Crítica**

Expone que los seres humanos tienen una base humana y una base social, estos dos juegan un papel importante en su desarrollo como



tal, por tanto, es indispensable conocerlo como ese ser social que es por excelencia.

Las habilidades, actitudes y hasta la inteligencia son producto de la interacción con sus semejantes, lo que quiere decir que si un hombre es separado del contexto social, este jamás podrá manifestar los rasgos de un ser humano. Por tanto, la educación está focalizada al pleno desarrollo de sus potencialidades con el fin de alcanzar su libertad e identidad y con ello sean constructores de su sociedad en una nueva.

El fin radica que el hombre se libere de toda forma de presión y explotación que se va contra su propia naturaleza y dignidad, es decir, todo aquello que se va contra la vida de confraternidad, justicia y dignidad.

En efecto, la idea esencial radica en tratar de comprender al mundo por encima de sus apariencias, de tal modo que se reconozca la necesidad de reestructurarla y desarrollar nuevos estilos de vida, mediante la asimilación de conocimientos científicos y la formación de su personalidad con una concepción y actitud científica hacia los fenómenos de la realidad social. Como lo expuso Paulo Freire; "Nadie educa a nadie; nadie se educa solo. Los hombres se educan entre sí mediatizados por el mundo.

## **6.4. OBJETIVOS**

### **6.4.1. Objetivo General**

- Promover información eficiente y relevante mediante la utilización de la Guía de Orientación Psicológica, para la readaptación de concepciones mentales y actitudes de las estudiantes adolescentes embarazadas.

### **6.4.2. Objetivos Específicos**

- Capacitar a las adolescentes sobre el verdadero sentido y significado sobre sexualidad, a través del taller.
- Potenciar el comportamiento asertivo, a través de la capacitación de los talleres de autoconocimiento y autocontrol emocional.
- Estimular el aprendizaje de la automotivación y la readaptación del plan de vida.

## **6.5. UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA**

La presente propuesta se ejecutara en las Instituciones Educativas siguientes:

- Unidad Educativa “Jacinto Collahuazo” está ubicada en la calle Atahualpa y Jacinto Collahuazo esquina, frente al Terminal Terrestre.
- Unidad Educativa “República de Ecuador” está ubicado en la calle Sucre y Neptalí Ordoñez, junto al Hospital San Luis.

## **6.6. DESARROLLO DE LA PROPUESTA**

La GUÍA DE ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA está diseñada a través de talleres que tienen como propósito desarrollar actitudes positivas y asertivas frente a las circunstancias predecibles e impredecibles de la vida familiar y social; no obstante, estas herramientas psicológicas capacitan a la adolescente a utilizar sus habilidades, cualidades y capacidades emotivas, físicas y mentales para el desarrollo de sus potencialidades psico-socio-afectivas.

Los talleres a desarrollar en esta guía son los siguientes:

1. Sexualidad Adolescente
2. Autoconocimiento Personal
3. Autocontrol Emocional
4. Motivación Adolescente
5. Rediseño del Proyecto de Vida



# GUÍA DE ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA PARA ADOLESCENTES EMBARAZADAS



Ibarra, 2014



## **TALLER No. 1**

### **1.1. TITULO**

#### **“CONOCIENDO MI SEXUALIDAD”**



### **1.2. OBJETIVO**

Conocer las verdaderas funciones de la sexualidad para el manejo responsable y maduro de una vida sexual.

### **1.3. JUSTIFICACIÓN**

La sexualidad, una palabra muy hablada, usada, pero poco entendida, debido al desconocimiento, tergiversación de la correcta información y/o la poca importancia dada. Se ha encontrado en las familias grandes aprietos por malos hábitos comportamentales de sus hijos; es decir, la información que se ofrece en el hogar no abastece hoy en día a las necesidades y vivencias que se presentan en el ambiente que las adolescentes interactúan con sus pares y la relación en si familiar.

Los padres se sienten limitados por que todo esto, aunque en las instituciones se imparte información, no está acorde a lo que ellos aprendieron o fueron formados; se sienten incapaces de entablar una conversación abierta con sus hijos porque se vuelve el tema delicado y ambiguo, cuando no se tiene las herramientas necesarias, para afrontarla con soltura y deliberación. En efecto, es de suma importancia que tanto

padres como hijos conozcan y reflexionen sobre este tema tan trascendental.

A fin a cabo, cada uno de nosotros hemos estructurado una concepción sobre sexualidad pudiendo ser esta reduccionista, amplio, integrado o sesgado, lo cual es necesario comprender desde el punto real del ser humano.

#### **1.4. CONTENIDO**

##### **El Ser Sexual**



El ser sexual es parte de nuestra naturaleza humana y es parte de nuestra personalidad. Somos sexuales desde que nacemos y hasta que morimos; es decir, que está en nosotros, se expresa de diversas maneras y de formas diferentes a lo largo de nuestra vida, por lo cual esta no lo es todo, sino que es parte vital de nuestra totalidad como ser bio-psico-social que somos.

Nuestra sexualidad tiene que ver con aquella capacidad de sentir, experimentar, expresar y compartir placer y afecto. El ser humano es un cuerpo dotado de estructuras y funciones biológicas que le permiten sentir múltiples sensación y emociones entre ellas conocidas como sensoriales, sexuales y eróticas.

Nacemos sexuados y aprendemos a ser sexuales a vivir y expresar sexualidad, a gozar del placer sexual a través de ciertas prácticas y/o actividades reguladas por ciertas normas actitudes y valores culturales.

Así como lo expresa Anameli Monroy Y Genoveva de H. (1980) citado por Leonardo Romero, en su libro Elementos de sexualidad y educación



sexual (1998) “las expresiones de la sexualidad van, en consecuencias, más allá de las respuestas genitales, manifestándose en las diarias conductas de relación con personas del mismo sexo y del otro. Las fuerzas fisiológicas, emocionales, intelectuales, sociales y culturales condicionan la sexualidad de manera muy importante, especialmente durante la infancia y la niñez, influyendo sobre una amplia gama de posibles actitudes y conductas de la vida adulta que están sujetas a modificaciones en forma constante, como resultado de la experiencia y el aprendizaje”.

### ¿Para qué somos sexuales?

*“El sexo no es lo que hacemos sino lo que somos”.* Mary Calderone

Somos sexuales para expresar a través de nuestras actitudes, lo inherente de nuestro ser. La sexualidad cumple funciones, tiene un propósito definido, el serlo, el hecho de realizar muchas cosas que nos cataloga sexuales, expresiones como, el hablar, besar, abrazar, fantasear, mirar, escuchar, seducir, hacer poemas, establecer pareja, comunicarse con otras personas, tener relaciones coitales, entre muchas otras., nos delata la realidad del ser sexual que somos; por tanto, estas están implicadas dentro de las siguientes funciones:

#### a. Función Comunicativa

La sexualidad la expresas con todos tus sentidos, con todo lo que tú eres.



Esta función permite vincular y establecer contacto con los demás, por lo que nos sentimos atraídos, nos relacionamos, satisfacemos necesidades afectivas, de compañía de valía nos sentimos importantes para otros. Maslow expresa que el ser humano es movido por motivaciones

conocidas por necesidades y dentro de ellas, encajonamos la necesidad de estima de amor y pertenencia y como la cúspide la necesidad del ser, denominado como la motivación del ser. El enamoramiento y la formación de relaciones eróticas y amorosas juegan un papel importante en la vida de los seres humanos.

No solo somos sexuales para reproducir la especie (como los animales) si no que la sexualidad tiene función recreativa, lúdica y comunicativa para compartir placer que no solo es sexual y afecto en comunión con otro ser humano.

Expresamos sexualidad cuando:

- Sales a caminar con alguien
- Admiras a alguien
- Expresas afecto
- Das un abrazo
- Tomas de la mano a alguien
- Besas a alguien



La sexualidad se expresa y refleja a cada segundo donde vayamos, donde estemos y ésta no tiene límites de ser expresada, nacimos sexuados y potenciamos la sexualidad en el diario vivir, pero está ligada al aprendizaje directo e indirecto que se ha obtenido de la familia.

### **b. Función reproductiva**

Desde el punto de vista filogenético esta función es muy antigua, que tiene como propósito perpetuar la especie humana, pero a más de ser una función biológica, es una función psico-socio-trascendental porque esta satisface la necesidad de procrear, crear y perpetuar, es decir, sentirse satisfechos siendo protagonistas de un nuevo ser.



Pero esto no solo queda aquí; la reproducción no solo está basada o enmarcada a la fisiología y anatomía de la fecundación, el embarazo y el parto, sino que en la formación de actitudes y valores que desarrollan y estructuran una maternidad y paternidad responsable y realizante, por ejemplo, existe un gran diferencia

entre tener una relación coital para procrear, es decir, que el fin del espermatozoide fecunde al ovulo, que criar positivamente y responsable a ese bebe.

Lamentablemente desde la antigüedad a la sexualidad se la dogmatizado para la función reproductora, donde culturalmente el sexo tenía sentido serlo, restando o minimizando lo lúdico, creativo, comunicativo y placentero del ejercicio sexual. Por lo que culturalmente se espera que las parejas recién casadas o las que se casan, tengan el objetivo de tener hijos, sin importar que si están o no preparados para asumir la paternidad y maternidad responsable.

Por ello, estructurar una familia conlleva tener presente condiciones personales, emocionales y sociales que ayudan a asumir responsable y maduramente a la paternidad y maternidad. Cabe mencionar que la planificación familiar, los métodos anticonceptivos y la educación sexual son alternativas que otorgan a la función de reproducción solides y responsabilidad. En efecto, mientras se desarrolla este tipo de condiciones emocionales y sociales, es imprescindible el

“El sexo es algo maravilloso que merece vivirse, no de cualquier forma, sino de manera responsable”

disfrute de lo hermoso y maravilloso que la sexualidad nos permite, como la ternura, el placer, el amor, y la comunicación de pareja.

### c. Función erótica

En la realización sexual de las personas es de suma importancia la satisfacción sexual, lamentablemente las personas en ocasiones no viven sino que sufren la sexualidad, debido a la educación sexual negativa que se sistematizó en la cultura. La educación sexual tradicional ha tenido como fin el reprimir las emociones y el placer sexual que es innato de todo ser humano, a tal punto que empobrece y limita el desarrollo del gran potencial erótico que tenemos como seres sexuados.



Imagen 7



Imagen 8

Por lo cual, somos sexuales para disfrutar el placer, el goce sexual y erótico, por lo que va más allá de la función reproductiva y cumple la función de intercambiar y compartir placer con la pareja y con uno mismo. Cuando estamos excitados podemos distinguir la diferencia entre otras

emociones y sensaciones que son o no son sexuales. Por tal razón, la vida activa de una sexualidad responsable consigo mismo y con los demás, está enmarcada en la madurez mental, emocional y física que el ser humano debe educar.

Desde la dimensión psicológica se espera que la y el adolescente logre estructurar su identidad personal y precisar lo que desea ser de adulto, lo

que conlleva alcanzar el sentido de autonomía e independencia emocional en relación a su familia.

### ¿Cómo lo logra?



El y la adolescente debe aprender a basarse cada vez más en su propio criterio y menos en la aprobación emocional de los padres, aprender de los demás, estructurar escala de valores que le ayudarán para el desarrollo de su ser autónomo y social que está en formación.

Desde lo biológico la actividad hormonal, genera una serie de cambios internos y externos (caracteres sexuales) y maduración reproductiva; en lo psicosexual se iniciará el aprendizaje de la sexualidad coital y de pareja hasta convertirse en una persona sexualmente activa.

En lo social y familiar se pretende que él y la adolescente logren la elección de su profesión vocacional, un status quo en la familia y la sociedad, lo que se pretende que se desarrolle comportamientos socialmente aceptables y se convierta en un ser productivo.

## 1.5. Actividades

### 1era. Actividad Resolver el siguiente crucigrama.

- Encuentra las funciones de la sexualidad y significado.

N	I	C	P	E	L	U	R
O	P	O	J	P	T	E	E
I	A	M	G	R	A	V	P
C	M	U	E	O	R	I	R
E	P	I	F	C	N	A	D
R	E	C	M	R	O	M	U
P	L	A	C	E	R	L	C
X	V	C	O	A	S	A	C
E	S	I	X	R	O	T	I
E	R	O	T	I	S	M	O
P	R	N	O	C	O	L	N

- Una con líneas las funciones de la sexualidad con su definición.

### FUNCIONES DE LA SEXUALIDAD

#### COMUNICACION

Es aquella que satisface la necesidad de crear juntos un nuevo ser, de forma responsable y madura.

#### REPRODUCCIÓN

Es aquella que nos permite disfrutar y experimentar un placer único y particular: el placer sexual.

#### ERÓTISMO

Es aquella que nos permite vincularnos y establecer contacto expresar afecto y placer con otras personas.

## **2da. Actividad Lectura y análisis de documento**

Para una mejor comprensión de sexualidad lea con atención el siguiente documento.

### **ELEMENTO CLAVE PARA UNA SEXUALIDAD RESPONSABLE**

Por *Leonardo Romero S.*

Nacemos sexuados con un determinado sexo, sea este masculino o femenino, nacemos con una función llamada “función sexual”. A lo largo de toda nuestra vida aprendemos, en una determinada cultura, una forma particular de vivir la sexualidad. Cada persona desde su niñez aprende a ejercer, de una determinada manera su capacidad de sentir, compartir y experimentar placer y afecto. Cada cual con base en lo que le brinda su ambiente, construye su propia vida sexual.

La afirmación personal y autoestima hacen parte importante y fundamental en la vivencia de la sexualidad, de hecho, quererse y afirmarse a sí mismo, hacen parte de lo que somos como seres sexuales. Es más difícil disfrutar de una sexualidad gratificante, responsable, constructiva, autónoma y libre si no se adquirió de la niñez la capacidad para afirmarse a sí mismo, y si no se ha estructurado una sólida y fuerte autoestima. Analicemos: ¿Cómo disfrutar del amor y el placer con otros si no lo tenemos con nosotros mismos?, ¿Cómo ejercer nuestros derechos sexuales y considerar los ajenos si no sabemos afirmarnos a nosotros mismos?, ¿Cómo ejercer nuestra autonomía si somos incapaces de ser auténticos y permitimos que nuestras necesidades y deseos ocupen un segundo plano en relación con los demás?, ¿Cómo dar a los demás lo mejor de nosotros mismos, si nos consideramos poco valiosos y poco dignos de amor y aprecio?, ¿Cómo expresar y compartir nuestros deseos, aspiraciones y necesidades sexuales si no sabemos comunicarlas

afirmativamente a los demás?, ¿Cómo construir proyectos de vida constructivos y gratificantes si nos sentimos insuficientes e incompetentes para ello?.

Somos sexuales en un contexto social, disfrutamos o sufrimos con nuestra sexualidad en relación con otros. Interactuar con otros implica

“Una sexualidad saludable es aquella que se da, en el marco de afecto y del respeto”

“comunicarse” (en todo aspecto); compartir, comunicar y expresar placer y afecto requerirá saber “SER con otros” y afirmarse con otros, otros que también tienen derecho a afirmarse a sí mismos. Relacionarse social y amorosamente con otros requerirá de una actitud de respeto y consideración por sus necesidades, sentimientos y aspiraciones propias y ajenas.

La sexualidad adquiere un sentido positivo en la medida en que esta se convierte en una fuente de superación personal y somos nosotros las personas que hacemos esto que sea posible o no.

“La manera como ejerzamos la sexualidad determinará si esta es fuente de bienestar o malestar”

Afirmarse así mismo tiene que ver con la capacidad que podemos tener las personas para hacernos cargo de nosotros mismos, responsabilizarnos de nuestra vida y ejercer control sobre ella. Nos afirmamos a nosotros mismos cuando asumimos la autonomía en la conducción de la vida (incluyendo lo sexual y lo afectivo) y nos apropiamos de nuestro porvenir. La afirmación personal es el sello personal que incorporamos cuando decimos al mundo: éste soy yo, esto es lo que quiero ser, esto es lo que quiero lograr y esto es lo que quiero hacer con mi vida.



### **3era. Actividad Trabajo individual y grupal**

Luego que haya leído el texto anterior, desarrolle las siguientes acciones:

- ¿Cuál es mensaje principal que el autor da a conocer en este artículo?
- ¿Con que argumento se identifica usted con el autor? y ¿Por qué?
- Haga un recuerdo desde su infancia y observe cuales fueron las herramientas que adquiriste para desarrollar la capacidad de afirmación a sí misma, según lo expuesto por el autor.
- Reúnase con dos compañeras o más. Dialogar sobre los tres ítems antes mencionados.
- Cuál es el criterio de ustedes sobre de la siguiente frase:

La sexualidad la expresas con todos tus sentidos, con todo tu ser y con todo lo que tú eres.

## **1.6. METODOLOGÍA**

- Talleres grupales
- Lectura y análisis de artículo.
- Trabajo individual

## **1.7. RECURSOS**

- Documento de apoyo (Guía de Orientación Psicológica)
- Hojas de papel bond
- Lápices

## 1.8. EVALUACIÓN

### CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN

**Instrucciones:** Lea los enunciados que están a continuación y marque con una X en el casillero que contenga la respuesta correcta, sea esta VERDADERO o FALSO.

No	Cuestionario	Verdadero	Falso
1	La sexualidad tiene que ver con la capacidad de sentir, experimentar y compartir placer y afecto.		
2	Nacemos sexuados, pero no aprendemos hacer sexuales porque ya lo somos.		
3	Expresamos sexualidad con nuestras actitudes		
4	Las funciones de la sexualidad son: genitalidad, sexo y reproducción.		
5	La sexualidad está en todo lo que hacemos, en lo que somos.		
6	La sexualidad es comunicación, reproducción y erotismo.		
7	Somos sexuales solo para reproducir la especie.		
8	La sexualidad tiene función recreativa, lúdica y comunicativa para compartir placer solo sexual.		
9	Cuando admiramos, damos afecto, abrazos, besamos o caminamos con alguien... ¿expresamos sexualidad?		
10	La función de la reproducción no solo se basa en procrear sino en criar positivamente y ser responsable con ese nuevo ser.		
11	Asumir la paternidad y maternidad es necesario tener condiciones personales, emocionales y sociales, que conlleva una sexualidad responsable.		
12	La función erótica se basa en el disfrute del placer y goce sexual, con alguien o uno mismo.		
13	Para una sexualidad responsable es necesario hacernos cargo y ejercer control de nosotros mismos.		
14	Para no sufrir de una sexualidad dañina, debemos aprender saber SER, que conlleva una actitud de respeto y consideración hacia sí mismo y hacia otros. (necesidades, sentimientos y aspiraciones)		
15	La sexualidad se la entiende desde las dimensión bio-psico-social, como también socio-cultural		

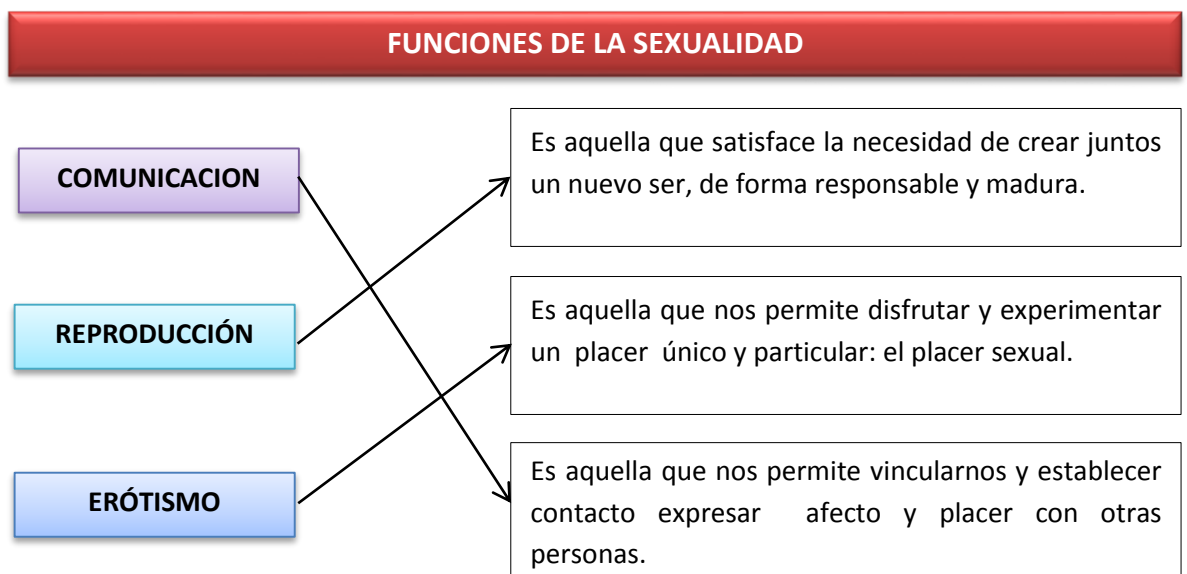
## 1.9. HOJA DE RESPUESTA

1era. Actividad Resolver el siguiente crucigrama.

- Encuentra las funciones de la sexualidad y significado.

N	I	C	P	E	L	U	R
O	P	O	J	P	T	E	E
I	A	M	G	R	A	V	P
C	M	U	E	O	R	I	R
E	P	I	F	C	N	A	D
R	E	C	M	R	O	M	U
P	L	A	C	E	R	L	C
X	V	C	O	A	S	A	C
E	S	I	X	R	O	T	I
E	R	O	T	I	S	M	O
P	R	N	O	C	O	L	N

- Una con líneas las funciones de la sexualidad con su definición.



## CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN

**Instrucciones:** Lea los enunciados que están a continuación y marque con una X en el casillero que contenga la respuesta correcta, sea esta VERDADERO o FALSO.

No	Cuestionario	Verdadero	Falso
1	La sexualidad tiene que ver con la capacidad de sentir, experimentar y compartir placer y afecto.	X	
2	Nacemos sexuados, pero no aprendemos hacer sexuales porque ya lo somos.		X
3	Expresamos sexualidad con nuestras actitudes	X	
4	Las funciones de la sexualidad son: genitalidad, sexo y reproducción.		X
5	La sexualidad esta en todo lo que hacemos, en lo que somos.	X	
6	La sexualidad es comunicación, reproducción y erotismo.	X	
7	Somos sexuales solo para reproducir la especie.		X
8	Para no sufrir de una sexualidad dañina, debemos aprender saber SER, que conlleva una actitud de respeto y consideración hacia sí mismo y hacia otros. (necesidades, sentimientos y aspiraciones)	X	
9	Cuando admiramos, damos afecto, abrazos, besamos o caminamos con alguien... ¿expresamos sexualidad?	X	
10	La función de la reproducción no solo se basa en procrear sino en criar positivamente y ser responsable con ese nuevo ser.	X	
11	Asumir la paternidad y maternidad es necesario tener condiciones personales, emocionales y sociales, que conlleva una sexualidad responsable.	X	
12	La función erótica se basa en el disfrute del placer y goce sexual, con alguien o uno mismo.	X	
13	Para una sexualidad responsable es necesario hacernos cargo y ejercer control de nosotros mismos.	X	
14	La sexualidad tiene función recreativa, lúdica y comunicativa para compartir placer solo sexual.		X
15	La sexualidad se la entiende desde las dimensión bio-psico-social, como también socio-cultural	X	



## TALLER No. 2

### 2.1. TITULO

“CONOCIENDOME A MI MISMO”



Imagen 10

### 2.2. OBJETIVO

Aprender a conocerse, ser conscientes de las propias reacciones y comportamiento que influyen en las relaciones interpersonales, mediante técnicas psicológicas.

### 2.3. JUSTIFICACIÓN

Es de vital importancia que las adolescentes tengan habilidades y herramientas como enfrentar las diferencias en las relaciones interpersonales y familiares, lo cual consiste en que sean conocedoras y conscientes de sus motivaciones, modos de reaccionar, necesidades, valores, entre otras., es aquí donde las necesidades de ser lo que somos demanda de un autogobierno y de un autoconocimiento, es por ello que este tema va a potenciar el autodescubrimiento; es decir, la autoexploración.

El ambiente familiar de una adolescente embarazada no es relajante, sino tenso, de incertidumbres, por los prejuicios y estereotipos que las familias cultural y socialmente tienen, lo que no permite una sana convivencia. Por consiguiente, es de sumo interés dotar de estas herramientas, para que las adolescentes puedan enfrentar estas divergencias con

comportamientos y decisiones asertivas, lo cual ayudará a una sana y placentera convivencia.

## 2.4. CONTENIDO

### ¿QUÉ ES EL AUTOCONOCIMIENTO?

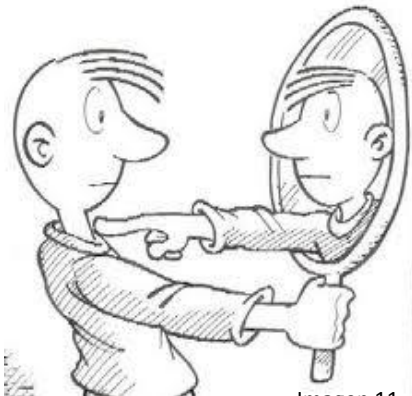


Imagen 11

El autoconocimiento constituye un elemento fundamental y es considerado la primera aptitud de la inteligencia emocional. Existen algunos autores que expresan sobre el:

“Es el proceso reflexivo (y su resultado) por el cual la persona adquiere noción de su yo y de sus propias cualidades y características”. Como todo proceso, puede ser desglosado en diversas fases, como: autopercepción, autoobservación, memoria autobiográfica, autoestima, auto-aceptación. No puede haber, pues, autoestima sin autoconocimiento. (Lic. Elena Lanantuoni)

El autoconocimiento está basado en aprender a querernos y a conocernos a nosotros mismos. (María Josepa)

Es el conocimiento propio, supone la madurez de conocer cualidades y defectos y apoyarte en los primeros y luchar contra los segundos. (Pilar Belda Plans)

Es conocerse a sí mismo, saber cuáles son todas nuestras cualidades aceptando las buenas y cambiando todas las que nosotros vemos que están mal. (Edy Mónico)



En la vida personal como en la profesional es de suma importancia ser conscientes de nuestras propias motivaciones, los modos de reaccionar, los valores que tenemos y practicamos, las necesidades, nuestros lados oscuros... es decir, es una vía de autogobierno.

Como lo dice William Shakespeare, *“De todos los conocimientos posibles, el más sabio y útil es conocerse a sí mismo”*.

De igual forma Weisinger, *“La clave para gestionar a otros de manera efectiva es manejarse uno mismo primero. Cuanto más conoces de ti mismo, más puedes relacionarte con los demás, desde una posición de confianza, seguridad en uno mismo y fortaleza”*.

El autoconocimiento es radica en conocernos desde todos los ángulos de nuestra vida y esto implica también en integrar la propia sombra, ese lado oscuro que no es puesto a descubierto en nuestras relaciones interpersonales y muchas de las veces somos inconscientes de esa realidad, que sale a flote en momentos desbastadores y de presión. La sombra está constituida por todo aquello que hemos arrojado al inconsciente por temor a ser rechazados o estigmatizados.

“Constituye un oscuro tesoro compuesto por los elementos infantiles del ser, los apegos, los síntomas neuróticos, y los talentos y dones no desarrollados” (J. Monbourquette). Por lo cual, la aceptación e integración de la propia sombra no supone su eliminación, sino que radica en ser utilizada con fines positivos.

Encaminarse a ser conscientes de la propia sobra implica reconocer como presentes y actuales los lados oscuros o sombríos de la persona y su influencia en la conducta y en la vida moral.

Uno de los requisitos para adquirir un estilo correcto de relación, es poner en jaque el propio modo de estar con los demás, esto conlleva a que debe persuadirse que en el área del comportamiento siempre es posible mejorar.

Para ello, A. Rocamora en su libro “*Hombre en crisis y relación de ayuda*” nos da algunas pautas en las que para ayudar a otros es necesario conocerse a sí mismo.

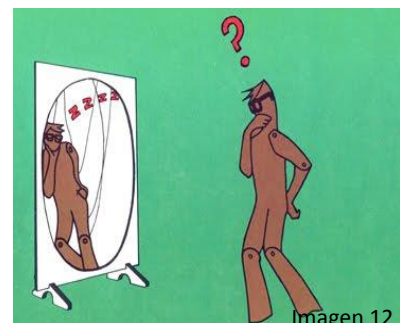
- a. Nadie conoce y comprende a los demás si antes no se **conoce a sí mismo**.
- b. La valoración positiva de los otros **pasa** necesariamente por la **autoestima**.
- c. Nadie puede aceptar a los demás si no se **acepta a sí mismo**.
- d. El amor a los demás **empieza** por el amor a sí mismo.

Por otro lado Carl Rogers, expresa “*Si puedo crear una relación de ayuda conmigo mismo; si puedo percibir mis propios sentimientos y aceptarlos, probablemente lograré establecer relación de ayuda con otra persona*”...

Nuestras emociones nos proporcionan información las cuales nos pueden ayudar a modificar nuestra conducta y pensamientos con la finalidad de transformar las situaciones y/o el ambiente. Las emociones desempeñan un papel importante en todo en lo que nos desenvolvemos. Desde la ira al entusiasmo, de la frustración a la satisfacción y es por ello que cada día nos enfrentamos a emociones “propias y ajenas” en casa, en el colegio, en el barrio, en el trabajo, con los amigos...

### ¿Cómo conocernos a nosotros mismos?

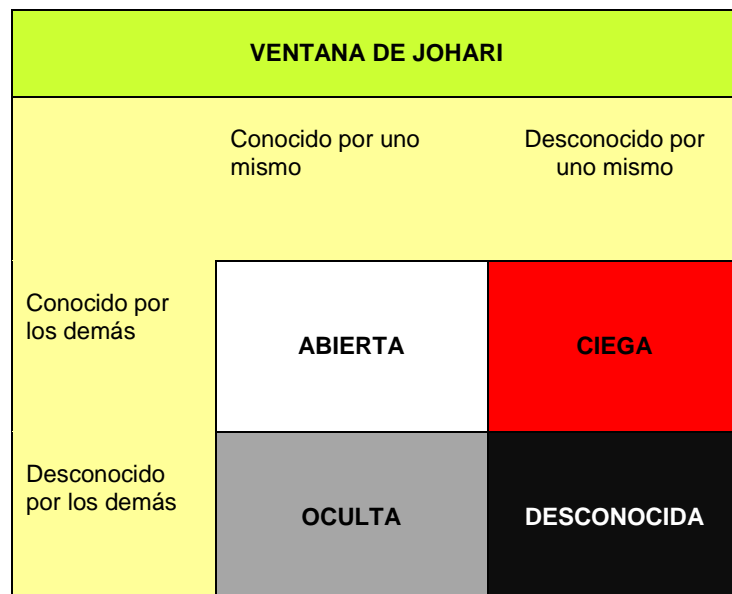
Consiste en que las emociones deben trabajar en beneficio propio, de modo que nos



ayuden a controlar nuestra conducta y nuestros pensamientos para obtener mejores resultados. Es aquello lo que nos quiere comunicar D. Goleman con la inteligencia emocional: *“Es la capacidad de una persona de manejar con competencia una serie de habilidades estrechamente relacionadas con las actitudes. Entre las habilidades emocionales se incluyen la conciencia de uno mismo; la capacidad para identificar, expresar, y controlar los sentimientos; la habilidad para controlar los impulsos y posponer la gratificación, así como para manejar las sensaciones de tensión y de ansiedad: la capacidad de conocer la diferencia entre los sentimientos y las acciones y la adopción de mejores decisiones emocionales, controlando el impulso a actuar e identificando las distintas alternativas de acción y sus posibles consecuencias.*

### Conociendo mis propias dimensiones internas

Utilizaremos la ventana de Johari, elaborado por los autores, Joseph Luft y Harry Ingham, la cual nos ayudará a distinguir cuatro zonas distintas que nos conviene conocer para trabajar en el autoconocimiento.

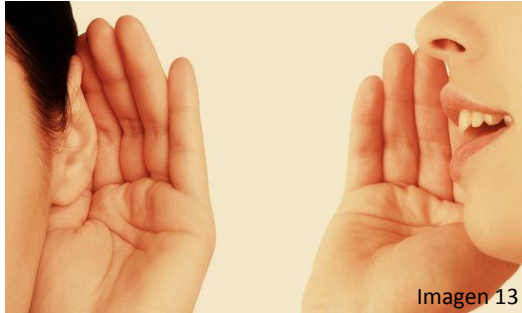


### Descripción de las áreas:<sup>49</sup>

- *Área abierta:* Se trata de aquella parte que yo conozco de mí y es conocida también por los demás. Es una zona de intercambio de información con los demás. Los comportamientos, los conocimientos en esta zona son públicos y a medida q crece la confianza con otros se incrementa de tamaño esta zona.
- *Área ciega:* Está conformada por aquello que yo ignoro de mí mismo y que, es conocido por los demás. Pueden ser costumbres, modos de reaccionar, de los que no somos conscientes y aquellos que nos conocen saben de nosotros, aunque no nos lo digan. Por ejemplo nuestra manera de actuar, modo de hablar, estilo de relacionarnos, etc.
- *Área oculta:* Contiene informaciones que yo no quiero que los demás conozcan (“secretos”), quizá por miedo a revelar los propios sentimientos u opiniones, con riesgo de que ello pueda provocar reacciones en los demás. Normalmente se trata de defenderse para no ser valorado negativamente.
- *Área desconocida:* Contiene aquello de mí mismo que ni yo ni los demás conocen. Puede haber aquí motivaciones desconocidas o inexploradas, dinámicas personales que no se hacen conscientes, secuelas de algunas experiencias afectivas, potencialidades latentes y recursos aún por descubrir...

---

<sup>49</sup> Bermejo J. (2005) Inteligencia emocional, p. 41.



Tenemos que estar abiertos a modificar nuestros pensamientos y comportamientos, a través de la integración del **feed-back** (*reacciones o respuestas que manifiesta un receptor respecto*

*a la actuación del emisor, lo que es tenido en cuenta por este para cambiar o modificar su mensaje*), que nos vienen o podemos demandar de los demás, ya que esto ayudará a aumentar la zona “plena luz o área abierta”.

A la medida en que uno es transparente, auténtico, sincero, en esa misma medida podrá ser más libre en las relaciones con otros.

## 2.5. ACTIVIDADES

### 1era. Actividad Explorándote a ti mismo

Tómate tu tiempo reflexiona y describe cada una de las áreas de la ventana de Johari, con la honestidad y sinceridad posible.

- *Área abierta* (Conocido por uno mismo y por los demás)
- *Área ciega* (Desconocido por uno mismo y conocido por los demás)
- *Área oculta* (Conocido por uno mismo y desconocido por los demás)
- *Área desconocida* (Desconocido por uno mismo y por los demás)

VENTANA DE JOHARI	
Área abierta	Área ciega
Área oculta	Área desconocida

**2da. Actividad Mejorando el autoconocimiento**<sup>50</sup>

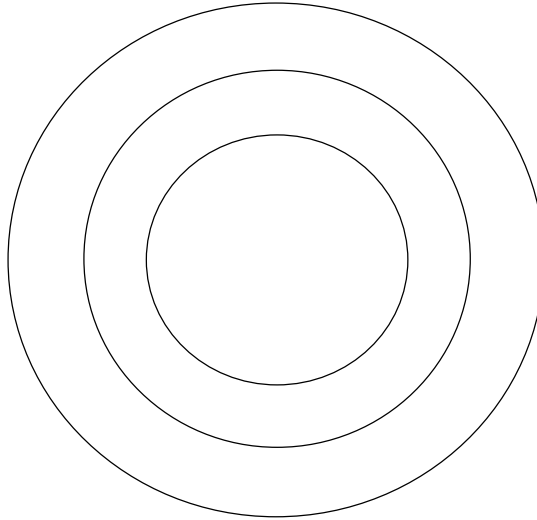
Desarrolla cada uno de los enunciados, el cual contribuirá a un mejor conocimiento de ti mismo.

- 1 Describe el periodo actual de tu vida.
  - a. Delimítalo: ¿Cuándo comenzó y con ocasión de qué?
  - b. Céntrate en este periodo, escuchando tus sentimientos.
  - c. Descríbelo: personas implicadas, sucesos, circunstancias, salud física, sueños, experiencias de valores...
  
- 2 Imagina el periodo actual de tu vida: ¿qué imagen, tomada de la naturaleza, representa adecuadamente el periodo actual de tu vida? Dibújala.

---

<sup>50</sup> Bermejo José. (2005) Inteligencia emocional, p.47.

- 3 Identifica la importancia de los distintos aspectos de tu vida actual. Utiliza el dibujo de tres círculos concéntricos. Pon en el círculo central aquello que representa lo más importante; el resto, ponlo en los círculos restantes.



- 4 Imagina tu vida como un reloj.  
¿Qué hora es en el reloj de tu vida?

Completa las frases siguientes:

- a. Es demasiado pronto para...
  - b. Es demasiado tarde para...
  - c. Es el momento justo para...
  - d. Necesito tiempo para...
- 5 Escribe una frase que refleje tu estado de ánimo en este momento de tu vida.



### 3era. Actividad La propia estatua<sup>51</sup>

**Instrucciones:** Luego de leer el pequeño párrafo que está a continuación, intenta imaginar y responder a las siguientes preguntas:

*...Me imagino que estoy visitando un museo de escultura. Mientras voy pasando por las salas, voy observando diferentes estatuas de personas conocidas y desconocida. De pronto, en una sala cualquiera, encuentro “mi estatua”, la estatua que me representa, la de mi persona...*

Utiliza una hoja adicional y responde:

- ¿Cómo es mi estatua? ¿de qué material? ¿Es policromada (varios colores) o de un solo color?
- ¿Qué lugar ocupa en la sala y dentro del museo?
- ¿Me gusta mi estatua? ¿Qué comentario hago sobre ella?
- Mientras permanezco mirándola, pasa por allí mucha gente y escucho los comentarios que hacen de ella: ¿qué dicen los que no me conocen?; ¿qué dicen mis amigos?; ¿qué dice mi familia?; ¿qué dicen mis compañeros?; ¿qué dicen las personas que tienen autoridad sobre mí?
- Paso también yo mismo (me desdoble con la imaginación), ¿qué digo al contemplar *mi estatua*?; ¿me gusta?; ¿la cambiaría de sitio?; ¿modificaría algo en ella?

**Reflexiona** sobre lo que puedes aprender de ti mismo al tomar conciencia de la información que este ejercicio te suministra sobre la imagen de ti mismo y la idea que tienes de la imagen que se hacen los demás de ti.

---

<sup>51</sup> Bermejo J. C. (2005) Inteligencia emocional, p.51.

## 2.6. EVALUACIÓN

### RECORRIENDO MI PROPIA HISTORIA

#### Instrucciones:

1. Elabora una autobiografía en algunas páginas, dando espacio a tu propio ambiente de origen, a las relaciones significativas en el crecimiento y la maduración personal, a los acontecimientos importantes de tu vida propia. Describe: la familia, la relación con tus padres, con los amigos, tu salud, tus experiencias educativas, etc.
2. Describe tus principales convicciones personales (valores) sobre la vida, las relaciones humanas, la vida espiritual...
3. Reflexiona sobre una situación concreta, más o menos importante, en la que hayas tenido que prestar ayuda a una persona (enfermo, familiar, amigo, etc.). Narra por escrito el desarrollo de la situación (como has intentado ayudar, cuáles han sido tus dificultades personales y cuales tus puntos fuertes "*cualidades y valores*" que has puesto en práctica). Da nombre a los sentimientos experimentados en esa situación.

## **2.7. METODOLOGÍA**

- Talleres grupales
- Análisis y reflexión
- Desarrollo de actividades
- Trabajo individual

## **2.8. RECURSOS**

- Documento de apoyo (Guía de Orientación Psicológica)
- Hojas de papel bond
- Lápices

## **2.9. HOJA DE RESPUESTA**

### **1era, 2da, y 3era. Actividad**

Es necesario encarnar en el momento presente la experiencia verdadera del conocimiento, lo cual, la reflexión que se piden en estos ejercicios, ayudará a interiorizar más la experiencias, la concientización y el conocimiento de sí misma.

### **Evaluación**

#### **Recorriendo la propia historia**

El escribir su propia biografía, le permite explorar la propia historia con herramientas concretas que son útiles para uno mismo y que con la persona adecuada (Psicólogo-orientador) podría ser compartida en clave de solicitud de ayuda para comprenderse mejor a sí misma.

## TALLER No. 3

### 3.1. TITULO



### 3.2. OBJETIVO

Aprender a identificar, comprender, expresar y controlar las emociones con actitudes y comportamientos asertivos ante relaciones tóxicas.

### 3.3. JUSTIFICACIÓN

El descontrol e inseguridad que las adolescentes embarazadas que presentan al momento de tomar decisiones viables en la vida, ha sido un factor que ha generado consecuencias en su estilo de vida, por lo que han tomado decisiones equívocas, que lamentablemente ha repercutido en su desenvolvimiento como hijas, hermanas, amigas, compañeras y como mujeres; esto les ha conllevado a un estado de quietud e incertidumbre por el porvenir. Por tal razón, es necesario que las adolescentes tengan herramienta y habilidades para controlar las emociones frente las consecuencias de decisiones erradas tomadas en el pasado que han afectado su personalidad y sus relaciones personales y familiares.

### **3.4. CONTENIDO**

#### **LAS EMOCIONES**

Se las conoce como las reacciones psicofisiológicas que se adaptan a estímulos que las personas perciben a través de los sentidos sean estos objetos, lugares, personas, sucesos o recuerdos.

En el área psicológica de las personas, las emociones alteran la atención haciéndonos comportar en cierta forma ante estímulos percibidos como una respuesta ante recuerdos que se asocian en la memoria.

En la área fisiológica, éstas organizan respuestas de distintos sistemas biológicos. Dentro de estos sistemas biológicos tenemos a las expresiones faciales, los músculos, la voz, la actividad del sistema nervioso y endocrino, con la finalidad de establecer un estado interno óptimo para el comportamiento más efectivo.

Conductualmente las emociones nos ayuda a establecer posición con respecto al entorno donde nos desenvolvemos, nos impulsan hacia ciertas personas, cosas, acciones, ideas y además nos aleja de otras.

Cada persona experimenta emociones de forma particular, relacionadas con sus experiencias pasadas, aprendizajes, carácter y/o situaciones concretas. En efecto, son las emociones las que producen reacciones fisiológicas o comportamentales, pudiendo ser adquirida y otras vienen en el paquete genético, es decir son innatas.

¿Las emociones son estados afectivos?

Sí, y al ser estados afectivos, indican estados internos personales, motivaciones, deseos, necesidades e incluso objetivos. Lamentablemente las emociones han sido consideradas poco importantes en relación a la parte racional del individuo.

Encontramos seis categorías de emociones básicas.

- 1) MIEDO: Anticipación de una amenaza o peligro que produce ansiedad, incertidumbre, inseguridad.
- 2) SORPRESA: Sobresalto, asombro, desconcierto. Es muy transitoria. Puede dar una aproximación cognitiva para saber qué pasa.
- 3) AVERSIÓN: Disgusto, asco, solemos alejarnos del objeto que nos produce aversión.
- 4) IRA: Rabia, enojo, resentimiento, furia, irritabilidad.
- 5) ALEGRÍA: Diversión, euforia, gratificación, contentos, da una sensación de bienestar, de seguridad.
- 6) TRISTEZA: Pena, soledad, pesimismo.

De estas categorías, las emociones tienen un propósito de ser, ósea funciones que se expresan en nosotros:

- MIEDO: Tendemos hacia la protección.
- SORPRESA: Ayuda a orientarnos frente a la nueva situación.
- AVERSIÓN: Nos produce rechazo hacia aquello que tenemos delante.
- IRA: Nos induce hacia la destrucción.
- ALEGRÍA: Nos induce hacia la reproducción (deseamos reproducir aquel suceso que nos hace sentir bien).
- TRISTEZA: Nos motiva hacia una nueva reintegración personal

Hemos visto hasta aquí que son las emociones y estas que funciones cumplen en nosotros; las mismas que permiten diferentes tipos de reacciones ante estímulos emotivos. Ahora bien para entrarnos a hablar acerca del control emocional, tenemos que identificar lo que es el sentimiento.

Desde una perspectiva panorámica el sentimientos es el resultado de las emociones; es decir, los sentimientos son el conjunto de resultados que provocan las emociones en el sujeto.

Ahora bien, estas respuestas están mediatizadas por neurotransmisores como parte dinámica del cerebro del individuo, como son la dopamina, la noradrenalina y la serotonina. Por tal razón, se dice que los sentimientos son los modos más íntimos de experimentarse, reaccionando ante estímulos externos e internos.

Estas tienen connotaciones que pueden ser placenteras o de displacer, por lo que nombrarlas es determinadamente humana. Por ejemplo, cuando una persona ha perdido a un ser querido y si se le pregunta ¿Cómo te sientes? Responde: *“tengo un nudo en el estómago”* y no puede nombrar de otra forma su experiencia interna, su mundo emocional está reducido a su manifestación física de la sensación que le produce angustia o tristeza.

Como dice Carlos Castilla del Pino, el sentimiento es el estado del sujeto caracterizado por la impresión afectiva que le causa determinada persona, animal, cosa, recuerdo o situación en general.

Lo cual es necesario comprender que el sentir (de sentimiento) es un proceso que tiene dos partes funcionales: primero la experiencia cognitiva – emocional que el objeto provoca, y segundo los efectos que dicha



experiencia desencadena en el organismo, tanto internamente como externa, en lo externo se refiere a lo conductual.

Un estímulo provoca una connotación mental, por ejemplo, producen ideas e imágenes mentales, referencias graficas que producen emociones, luego estas liberan en el organismo hormonas y como efecto estas producen reacciones comportamentales o conductuales, que pueden ser placenteras o displacenteras.

## LENGUAJE DE LOS SENTIMIENTOS



Imagen 15

Cuando no vivimos nuestros sentimientos no vivimos en el mundo real, Descartes decía en una de sus expresiones: “Siento, luego existo”. Los sentimientos dice mucho de nosotros, de nuestra vida íntima. Lamentablemente el intento que se ha aprendido o se adquirido en manejar nuestros sentimientos ha sido el de recurrir a la negación o a la defensa, distorsionando la percepción de la verdad, esto no cambia nada; los sentimientos están ahí y el negarlos no los libera, como tampoco el culpar a otros, no quita ni disminuye la intensidad de los mismos, ni disfrazarlos no hace que desaparezca.

Para ello, veamos tres importantes sentimientos que producen displacer, como la tristeza, la ansiedad y la rabia.

## Tristeza

Resulta significativo, la reacción emocional ante la experiencia de pérdida de algo o alguien, por lo cual no es posible aprender ni crecer a partir de una experiencia que negamos o que nos sentimos tristes o heridos por las pérdidas.



Por su naturaleza el dolor es difícil de negar. **Cuando aceptamos nuestra condición vulnerable y consideramos como prueba de que estamos en una posición abierta y de sensibilidad a nuestro mundo aceptamos que no somos todopoderosos e invulnerables, podemos sacar gran provecho de la experiencia de perder y sentirnos heridos.**

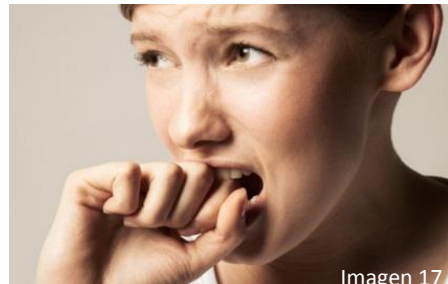
Atentos...

Si perder algo importante hiere, **más aun hiere fingir que no es así.** La tristeza es el terminación minuciosa de la vida vital, que bien utilizada, puede hacernos más reflexivos, capaces de interiorizar y tomar conciencia de nuestra realidad.

Por lo cual, la experiencia de la tristeza es una oportunidad para **recargar nuevas energías, valorando cuanto se tiene y redimensionando la realidad de uno mismo y del entorno.** No obstante, es un valioso legado que nos puede dejar la tristeza es la aceptación de la responsabilidad en el manejo de nuestros propios sentimientos y la decisión de descubrir que es lo mejor que tenemos dentro de nosotros. Pero esto será siempre y cuando renunciemos a esas falsas expectativas o ilusiones de perfección y todopoderosos o invulnerabilidad que no tenemos.

## **Ansiedad**

La ansiedad es uno de los sentimientos que causa en ocasiones esa experiencia de zozobra e inquietud del ánimo por una amenaza indefinida, cuyo objeto suele estar dentro de uno mismo y suele ser bastante indefinido.



Por el contrario cuando existe objeto definido y fuera de uno mismo hablamos de miedo.

Esta ansiedad puede ser definida como aquel sentimiento de aprehensión o una tensión incómoda producida por la amenaza interior de un peligro inminente y de origen desconocido. Por lo cual, la ansiedad es meramente intra-psíquica y el miedo es derivada por causas externas.

La ansiedad se presenta bajo diferentes formas y afecta a la persona en el nivel de todas sus dimensiones fundamentales, como en la dimensión corporal (tensión muscular, temblores, palpitaciones cardiacas, entre otras), intelectual-cognitiva (incomprensión de su incomodidad y malestar, la concentración entre otras), emotivo (susto, temor, irritación con facilidad, cambios repentinos de humor) comportamental (elude determinadas circunstancias de la vida, discapacidad en la motricidad) y por lo general las relaciones interpersonales se reducen, disminuyendo la capacidad de dar y recibir amor.

No siempre la ansiedad como el miedo no es un fenómeno negativo, por ejemplo el miedo agudiza los sentidos y prepara a la persona para la respuesta inmediata ante el peligro, como la lucha o la fuga. La ansiedad en cambio puede ser útil para afrontar las incógnitas de las situaciones de la vida, estimulando y mejorando las prestaciones intelectuales y de comportamiento, lo que quiere decir, que la ansiedad normal, es la que se

afronta con comportamientos constructivos y de protección, permitiendo manifestar un equilibrio emotivo.

### **Rabia**

La rabia es ese sentimiento que produce indignación, ira ante lo que tendemos a rechazar o ante lo que nos hiere en cualquier ámbito de nuestra vida.



Existen personas que resisten enfadarse debido a que sus fantasías son tan violentas y agresivas que les provoca susto y confusión, que les preocupa temor salirse de sus casillas si se expresa o se da a conocer al mundo que son unos verdaderos monstruos y no los demás. **Estas fantasías son nada más que el resultado del mecanismo de represión en existe en el individuo**, en vista de ellos unos no actúan. Lamentablemente ninguna de estas dos opciones son asertivas, ni el de reaccionar exageradamente, ni el de no actuar (reaccionar), debido que ambas son mal sanas.

Ahora bien, ¿Cómo controlar este tipo de sentimiento?

Consiste primero en admitir que sentimos rabia para situarnos en una perspectiva correcta.

Entendamos que la ira es un sentimiento poderoso y demanda del consumo de mucha energía y autocontrol, poder canalizarlo por vías respetuosas y medios intelectuales. E aquí encontramos un primer obstáculo, la admisión de la herida, la cual debe vencer la persona; es decir, **no permitir que este sentimiento lo hiera**. No consiste en cavilar en silencio sobre el dolor, creando fantasías llenas de rabia alrededor de

una eventual venganza, sino en encarar abiertamente con la persona que lo hirió y en los términos más breves posibles, expresando lo que piensa de la situación, sin exageraciones y menor desencadénate de adjetivos.

Junto a la rabia o ira la rabia se mueve la culpa, la cual lleva a tener una visión negativa de nosotros. Nuestra memoria selecciona los recuerdos negativos, ya que estamos convencidos de nuestra maldad. Lo cual, los recuerdos positivos y los logros que apoyen a una imagen positiva de uno mismo se hace difícil de hallar.

Ahora bien, primero es necesario buscar las razones que nos impidieron expresar nuestra rabia al principio; segundo, debemos tener cierta comprensión del origen de nuestra dificultad antes de poder volver a ella e intentar resolverla.

Cuando nos sentimos culpables es bueno establecer de donde proviene nuestra rabia, es decir, comprender como nos hirieron o cómo podemos reparar las heridas que producimos a los demás superando la tentación de una interminable culpa.

## **CONTROL EMOCIONAL**

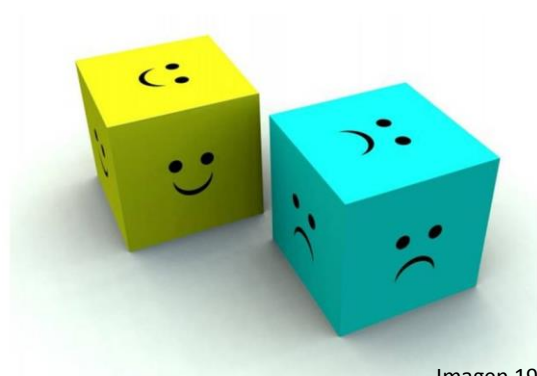


Imagen 19

La falta de conciencia de un sentimiento hace que esta persona actué de manera incontrolable, manifestándose de forma salvaje, ciega, es decir, sin participación (o con un participación mínima) de la inteligencia y la voluntad.

Para ello, son los valores fundamentalmente los mediadores en el trabajo del control emocional, es decir, estos son lo que han de guiar nuestra conducta, aprovechando la energía de los sentimientos.

L. Arrieta, expresa en su libro, *Los rostros de la tristeza*. “La clave de la regulación emocionales está en tener en jaque a las emociones angustiosas; teniendo en cuenta que si son desmesuradamente intensas y se prolongan más de lo necesario, resquebrajan la propia estabilidad (...) una sana maduración personal no trata de eliminar los sentimientos angustiosos, sino por aprender a detectarlos y tratarlos adecuadamente”.

El objetivo del control emocional no radica en eliminar las reacciones o respuestas emocionales negativas, sino en dirigir las, reconocerlas y metabolizarlas, ya que resultaría inútil el esfuerzo y el trabajo en eliminarlas. Es por ello que si tienes ira no debes tomar decisiones ni reaccionar, sino identificarla (este es un proceso meramente cognitivo “mental”) y no permitir que esta descarga emocional se vuelva una reacción conductual agresiva o negativa, así lo dice Francesc Borrell – como si colocáramos un filtro entre nuestra primera sensación de que nos estamos poniendo agresivos y la primera reacción conductual efectivamente agresiva o negativa.

Nos preguntamos, ¿Cómo evitar que estas reacciones emocionales nos produzcan daño y hagamos daño?

- Primero: Mantenernos en nuestra propia sintonía emocional, independientemente de las cargas emocionales negativas externas (de otras personas, objetos o acciones.)
- Segundo: Tomar conciencia, ser capaces de darle nombre a las emociones, aceptarlas, liberándolas del vínculo moral que saben estar cargadas, integrarlas y aprovechar su energía en la

dimensión conductual, es allí donde nuestros propios sentimientos deben sintonizarse con los valores.

Estos dos pasos son de suma importancia y fundamentales en el control emocional, ya que nos capacitamos ante descargar emocionales negativas externas o propias, ayudándonos a aprovechar la energía de los mismos, siendo DUEÑOS de nuestra propia conducta.

El objetivo de estos pasos es que no seamos fácil presa y seamos libres de la tiranía propia de los sentimientos negativos y tengamos una expresión asertiva, es decir, metabolizamos las descargas emocionales negativas y expresarlas de forma positiva.

## **HACIA EL CONTROL EMOCIONAL**

Es necesario que aprendamos a comprender nuestros sentimientos y a ser abiertos y sinceros en la expresión de ellos, vamos a liberarnos de la factura emocional



del pasado (pudiendo ser ésta fuente de gran dosis de sufrimiento), y ver con claridad cada vez mayor la forma como percibimos las relaciones y el mundo que nos rodea.

Ahora bien, el camino de la integración, consiste en permitirnos sentir lo que sea que sentimos, sin formular juicios de valor. Lo adecuado no está en no tratar de sentir, sino en comprobar que *sentimos*. Nuestros sentimientos como lo hemos dicho anteriormente que nos pueden decir mucho del mundo y de nosotros mismos, por lo que es necesario asumir cierta responsabilidad de nuestros sentimientos, especialmente en el

modo que nos manejamos, lo cual implica el aprender a amarnos lo suficiente por encima de lo que sentimos.

Dejarlos salir  
(comunicarlos), esto  
puede ser alarmante,

No podemos crecer si no admitimos nuestros sentimientos.  
*José Carlos Bermejo*

pero la realidad es que ni tu ni el mundo se derrumbarán porque expresemos nuestros sentimientos. En consecuencia, la expresión apropiada de los mismos muy difícil es que desemboque en la pérdida del autocontrol.

Por ejemplo, enfadarse y/o llorar, no es perder el control, sino simplemente expresar sentimientos intensos. En efecto, la consecuencia de liberarnos de emociones que imponen una carga es volvernos abiertos.

No es posible aceptar sentimientos cuya existencia no reconocemos.

**La clave está en comprender lo que sentimos, saber de**

**dónde provienen dichos sentimientos y ser capaces de expresarlos ante quien sea apropiado hacerlo.** A medida que nos abrimos, dependemos menos de la opinión de los demás y más de nuestra propia visión del mundo, de lo que nos dicen nuestros sentimientos.

Los sentimientos definen el tiempo, por ejemplo, la pérdida futura es percibida como temor; la pérdida en el presente es sentida como dolor; la pérdida en el pasado es experimentada como rabia, es por ello, que los sentimientos hablan de nuestro mundo y lo vuelven accesible.

Entonces, **encauzar los sentimientos implica comprometerse a vivir la vida dando realce al presente**, ya que solo es en el presente que



podemos ejercer control sobre ella. Por lo cual, no podemos cambiar nuestro pasado y el futuro depende netamente del presente; es decir, el futuro se forma constantemente del presente.

### 3.5. ACTIVIDADES

#### 1era. Actividad Aprender a nombrar los sentimientos<sup>52</sup>.

Atribuye cada palabra a la descripción correspondiente.

- **Sentimientos:** recelo, desconcierto, confianza, desconfianza

Descripción de los sentimientos:

1. Temor, recelo que excluye casi toda esperanza:\_\_\_\_\_
2. Sentimiento por la que creemos que va a suceder aquello que deseamos que ocurra:\_\_\_\_\_
3. Desorden, confusión, perturbación trastorno:\_\_\_\_\_
4. Actitud de temor ante ciertas cosa de la que sospecha puede ocultar algún peligro, o prevención con respecto a cierta persona de la que se puede abrigar malas intenciones:\_\_\_\_\_

- **Sentimientos:** susto, sobresalto, estupefacción, estupor.

Descripción de los sentimientos:

5. Asombro muy grande:\_\_\_\_\_
6. Admiración muy intensa y paralizante:\_\_\_\_\_
7. Alteración producida en el ánimo por algún suceso brusco e inesperado:\_\_\_\_\_
8. Trastorno y sobresalto del ánimo, producido por cualquier accidente u objeto repentino:\_\_\_\_\_

---

<sup>52</sup> Bermejo José. (2005) Inteligencia emocional, p.59.

- **Sentimientos:** pasmo, extrañeza, espanto, asombro, sorpresa.

Descripción de los sentimientos:

9. Impresión general de alegría, producida a alguien, haciendo una cosa que no espera:\_\_\_\_\_
10. El efecto producido por alguna cosa extraordinaria y singular:\_\_\_\_\_
11. Sinónimo de extrañeza:\_\_\_\_\_
12. Terror grande:\_\_\_\_\_
13. Admiración grande que deja en suspenso la razón y el discurso:\_\_\_\_\_

- **Sentimientos:** respeto, fascinación, admiración, embeleso.

Descripción de los sentimientos:

14. Una especie de sorpresa. Considerar con sorpresa y placer un objeto o a una persona:\_\_\_\_\_
15. Admiración, asombro, atracción, encanto:  
\_\_\_\_\_
16. Olvido de todo debido al placer producido. La persona se mueve irresistiblemente hacia el estímulo cautivador. Cuando la persona mira está dotada de mérito u autoridad, aparece el respeto:\_\_\_\_\_
17. Miramiento y reverencia que se tiene con respecto a alguna persona:\_\_\_\_\_

- **Sentimientos:** ridículo, humor (bueno), gracia.

Descripción de los sentimientos:

18. Lo que hace reír burlona o despectivamente:\_\_\_\_\_
19. Estado de ánimo del que se está satisfecho:\_\_\_\_\_
20. Cualidad de divertir o hacer reír:\_\_\_\_\_

## **2da. Actividad Trabajando la tristeza, la ansiedad y la rabia-agresividad.**<sup>53</sup>

Completa las siguientes frases:

### **Tristeza**

1. Me siento especialmente triste cuando...
2. La forma que tengo de expresar mi tristeza hace que los demás...
3. Cuando me entristezco, normalmente yo...
4. Cuando los demás expresan tristeza, me siento...
5. Me entristezco cuando las personas que tienen autoridad sobre mí...

### **Ansiedad**

6. Experimento miedo o ansiedad especialmente cuando...
7. Cuando me siento ansioso(a), normalmente yo...
8. La forma que tengo de expresar mi miedo-ansiedad hace que los demás...
9. Cuando los demás expresan miedo-ansiedad, me siento...
10. Siento ansiedad cuando las personas que tienen autoridad sobre mí...

### **Rabia-agresividad**

11. Experimento rabia especialmente cuando...
12. Al manifestar mi agresividad, me siento...
13. La forma en que expreso mi rabia hace que los demás...
14. Cuando los demás expresan rabia, me siento...
15. Siento rabia cuando las personas que tienen autoridad sobre mí...

---

<sup>53</sup> Bermejo José. (2005) Inteligencia emocional, p.65.

### 3ra. Actividad Lectura individual

#### ENCAUZANDO LOS SENTIMIENTOS

Por. *J.C. Bermejo y R. Carabias.*

La causa principal de las dificultades en las relaciones interpersonales son los sentimientos, tanto propios como ajenos.

En nuestras relaciones con los demás nos esforzamos en considerar nuestros sentimientos y no prestar atención al de los demás. Cada uno de nosotros, no obstante, sigue experimentando constantemente diversos sentimientos.

La dificultad de aceptar y comunicar los sentimientos depende también del de que se trate... Es más fácil aceptar y manifestar que experimentamos rabia que envidia...

...Por nuestra educación hemos aprendido a ignorar nuestros sentimientos y a fijar nuestra atención en otras cosas...

Pongamos un ejemplo: mi jefe no está satisfecho de mi trabajo... Lo que me hace experimentar, es un estado de inferioridad, de resentimiento y de incompetencia... Como todo esto es desagradable, no centro mi atención en estos sentimientos, sino en mi jefe y pienso –y quizá también digo-: “es injusto, insensible...”. Ignoro, por tanto, mis emociones, las pongo a un lado, no les presto atención y las reprimo, racionalizo... Esta es la forma clásica de llegar al control emocional del que tanto se habla... Ignorar los sentimientos, reprimirlos, es el camino para “controlarse”, sino más bien para ser controlado por todo lo que se quiere “controlar”.

Es así en el ejemplo propuesto, los sentimientos hacia mi jefe que yo quería ignorar seguirán influyendo en mi conducta, aunque yo no me dé cuenta...

“Controlar” los sentimientos, “encauzarlos”, no es “ignorarlos”, no es “reprimirlos”... En este sentido, las dificultades surgen cuando se quieren aceptar o manifestar. Con frecuencia, lo que hacemos es dar lugar al mecanismo psicológico defensivo –pero inconsciente - de represión...

Los sentimientos buscan una vía indirecta para expresarse, ordinariamente mediante un *juicio de valor o moral*. Se cambia el objeto de atención de los propios sentimientos a la persona del otro...

En lugar de decir, por ejemplo, “Siento que *me* es difícil la relación contigo” digo “*Tú* eres un estúpido”... En lugar de decir: “Estoy enfadado porque ya es la tercera vez que vienes a la mesa sin lavarte las manos”, digo: “Eres el niño más sucio del barrio”.

Desde el punto de vista psicológico, el ideal sería la expresión directa de los sentimientos, en el cual se manifestarían dos cosas:

1. Que *soy yo* el que está en juego...
2. Que *el sentimiento está en mí*... Por ejemplo: “Estoy enfadado”.  
Soy yo el que tengo rabia... No digo nada de ti...

Los sentimientos negativos hacia una persona son signos de que algo no va bien en mis relaciones con ella... hay algo que es necesario aclarar... Son un signo de inseguridad ante ella, de no ser libre en relación con ella, de necesidad de defenderse, de cerrarse en el propio castillo, de enmascararse... de lo contrario, se temen desagradables consecuencias.

Cuando existe un conflicto en las relaciones interpersonales, es conveniente, en el momento oportuno, expresar *directamente* los propios

sentimientos, si bien esto conlleva siempre un riesgo. Pero la relación será más probablemente más intensa, más limpia, más comprensiva...

En el campo de las relaciones interpersonales, el lenguaje más importante es el que se realiza mediante los sentimientos.

Luego que haya leído el texto anterior, reflexione y júntese con dos personas y haga un colase respondiendo las siguientes interrogantes:

- ¿Qué es lo que más le impacta y en qué ha estado errando?
- ¿Será que sus relaciones interpersonales y familiares serán más duraderas si es honesto(a) con sus sentimientos y los expresa?
- ¿Cuál es el aporte que esta lectura hace a su vida diaria?

### **3.6. METODOLOGÍA**

- Talleres grupales
- Lectura comentada
- Análisis y reflexión
- Trabajo individual
- Exposición grupal

### **3.7. RECURSOS**

- Documento de apoyo (Guía de Orientación Psicológica)
- Hojas de papel bond
- Revistas
- Goma
- Papelotes
- Tijeras
- Marcadores
- Lápices
- Másquin



### 3.8. EVALUACIÓN

#### TABLA DE AUTOEXPLORACIÓN<sup>54</sup>

**Instrucciones:** Rellena los cuadros de la tercer, cuarta y quinta columna, relativo al contexto que sueles experimentar estos sentimientos con más facilidad o frecuencia, a la expresión que sueles dar y a la relación que tienes con cada una de ellas.

EMOCIÓN	SENSACIÓN	CONTEXTO	EXPRESIÓN	RELACIÓN
¿Qué estoy sintiendo?	¿Cómo reconozco físicamente lo que estoy sintiendo?	¿Cuándo y dónde tengo este sentimiento especialmente?	¿Qué suelo hacer con él? ¿Lo expreso, lo reprimo, lo exploto?	¿Hay alguna persona relacionada especialmente con este sentimiento?
<b>MIEDO</b> Asustada, aterrada, ansiosa, atemorizada, nerviosa, tensa, estresada, inquieta.	Falta de aire en la respiración, taquicardia, opresión en la parte de atrás del cuello.			
<b>RABIA</b> Airada violenta, furiosa, irritada, disgustada, frustrada, resentida, enérgica, inquieta.	Puños cerrados, tensión en los músculos, dolor en el abdomen, cuello tenso, brazos listos para golpear.			
<b>TRISTEZA</b> Triste, melancólica, afligida, deprimida, abatida, desanimada, dolorida.	Nudo en la garganta, opresión detrás de los ojos y en la parte baja del pecho.			
<b>ALEGRIA</b> Feliz, realizada, optimista, satisfecha, contenta, relajada, agradable, apacible, amable, gentil.	Músculos relajados.			

<sup>54</sup> Bermejo José. (2005) Inteligencia emocional, p.78.

### **3.9. HOJA DE RESPUESTA**

#### **1era. Actividad - Solución**

1. Desconfianza, 2. Confianza, 3. Desconcierto, 4. Recelo, 5. Estupefacción, 6. Estupor, 7. Sobresalto, 8. Susto, 9. Sorpresa, 10. Extrañeza, 11. Asombro, 12. Espanto, 13. Pasma, 14. Admiración, 15. Fascinación, 16. Embeleso, 17. Respeto, 18. Ridículo, 19. Humor, 20. Gracia.

#### **2da y 3era. Actividad**

Estas actividades tienen la finalidad que la adolescente distinga y reflexione, de donde y cuando el sentimiento es producido en relación con una persona, en relación a su medio donde se desenvuelve y familia.

#### **Evaluación**

##### **Tabla de Autoexploración**

La siguiente evaluación se calificará de forma cuantitativa y cualitativa.

##### **Cuantitativo**

Se otorgará 2,5 puntos a la contestación de los 3 casilleros de cada una de las filas. NO EXISTE RESPUESTAS CORRECTAS O INCORRECTAS.

##### **Cualitativo**

Se tomará en cuenta cada una de las respuestas de los casilleros, para el análisis y la intervención profesional, con la finalidad de reforzar las habilidades y actitudes de ayuda para el autocontrol emocional.

## TALLER No. 4

### 4.1. TITULO

¿QUÉ ES ESO DE LAS MOTIVACIONES



### 4.2. OBJETIVO

Identificar y comprender el estado de disponibilidad que promueve el alcance y la satisfacción de necesidades, afectivas, físicas, espirituales y materiales.

### 4.3. JUSTIFICACION

El sentirse satisfecho y apasionado en la realización de alguna actividad o cosa, es el señalamiento de que lo que realizamos está encaminado en el beneficio propio y el deseo de sentirnos bien. Los y las adolescentes en esta etapa son muy vulnerables a sentirse desmotivadas por ciertos eventos que acontecen ha su alrededor, como pueden ser: falta de comprensión, falta de afecto, falta de comunicación, discriminación.

Nuestra cultura, de la que somos parte y nuestra familia, no es la que potencializa las capacidades emotivas en los niños, jóvenes o adultos,

sino que, es más bien la que se ha interesado en desarrollar competencias físicas e intelectuales dejando a un lado lo que es importante.

Cuando un individuo se siente con algún tipo de desequilibrio emocional (“tristeza, amargura, soledad, resentimiento, dolor, vergüenza, miedo, frustración...”) su capacidad de concentración y desenvolvimiento actitudinal y aptitudinal se ven afectados, dando como resultado bajo rendimiento, baja autoestima, insatisfacción y muchas veces pérdida de sentido existencial. No obstante, el reconocimiento e interiorización del sentido del “*por qué*” hago las cosas, nos va a ayudar a comprender, que las motivaciones son las que nos impulsan a conseguir y obtener logros de cualquier ímpetu, ayudando a sentirnos satisfechos y realizados en lo que hacemos.

#### **4.4. CONTENIDO**

##### **Las Motivaciones**

Este es un ingrediente elemental de la inteligencia emocional. Cualquier persona que sea capaz de motivarse personalmente, indica la capacidad de encontrar energía interior, incluso en momentos de adversidad o dificultad.

Las motivaciones según los expertos la definen como el señalamiento o énfasis que se descubre en una persona hacia un determinado medio de satisfacer una necesidad, creando o aumentando con ello el impulso necesario para que ponga en obra ese medio o esa acción, o bien para que deje de hacerlo.

El Psicólogo José Luis Pinillos nos dice que *“Es la raíz dinámica del comportamiento, es decir, los factores o determinantes internos que incitan a una acción”*.

No obstante, en psicología se la considera a la motivación la que implica estados internos que dirigen el organismo hacia metas o fines determinados; Es decir, son aquellos impulsos que mueven a la persona a realizar determinadas acciones y persistir en ellas para su culminación.

### **Comprendiendo mi motivación**

“Tu posible talento e inspiración son absolutamente inútiles si no enlazan con una acción”

**Alejandro Suárez**

La motivación es un estado de disponibilidad o deseo de cambiar, el cual puede fluctuar de un momento a otro o de una situación a otra. Expresándolo de otro modo, es aquella que mueve a los individuos a actuar, tomar decisiones, a calibrar las propias posibilidades y límites.

### **Tipos de motivación**

Dentro de las motivaciones encontramos dos tipos la intrínseca y extrínseca.

**Motivación intrínseca** Es la que induce a la persona a realizar una actividad por el simple placer de hacerla, sin que nadie de manera obvia le de algún incentivo o premio externo. Ejemplo, un hobby, una sensación de placer, la auto-superación o la sensación de éxito.

**Motivación extrínseca** En cambio está es diferente, aparece cuando lo que atrae a la persona es lo que va a recibir a cambio de la actividad realizada, por ejemplo, una situación social, dinero, comida o cualquier tipo de recompensa.

“La automotivación es la clave para iniciar una tarea y llevarla a término”

Weisinger

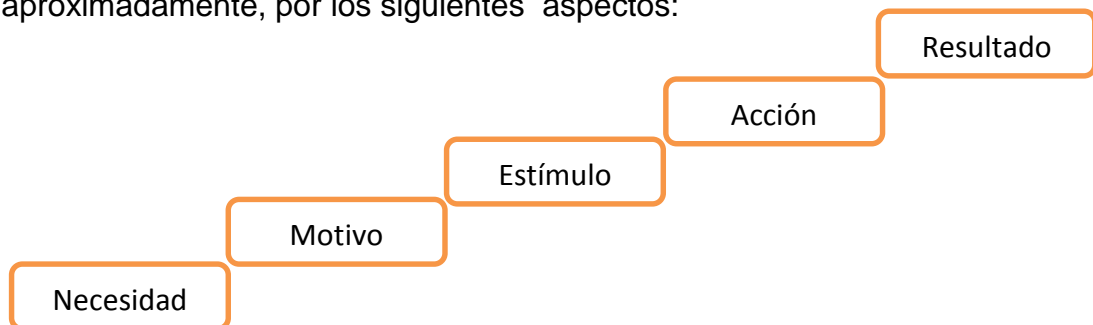
### Aprendiendo a automotivarse

Después de comprender y lograr el *autoconocimiento* y el *autocontrol*, es de suma importancia encontrar fuentes que nos inspiren y nos proporcionen energías para la acción.

Nunca sabes lo fuerte que eres, hasta que ser fuerte, es tu única opción.



Los expertos consideran a la motivación como un proceso que transita, aproximadamente, por los siguientes aspectos:



- *La necesidad* es una insatisfacción ejemplo, sentir sed.
- *El motivo* es el objeto con el que pensamos satisfacer, ejemplo, agua.
- *Es estímulo* un factor que genera inspiración para la acción, este puede algo externo (reconocimiento, premio, recompensa); el interno (logro, poder).
- *La acción* es la actividad que se realiza para satisfacer la necesidad.
- *El resultado* es meramente la satisfacción de la necesidad.

Desde un punto de vista técnico, la motivación es el empleo de energía en una dirección específica y para un fin determinado. Es entonces, el derroche de energía en función de un objetivo específico, que produce satisfacción y bienestar interno.

Weisinger en uno de sus artículos propone que existen cuatro fuentes de motivación a las que podemos acudir.

a. Nosotros mismos

Nuestros pensamientos, nuestra respuesta moral, nuestras experiencias anteriores, nuestro comportamiento. *Las experiencias pasadas como el fracaso*, son nada más que motivos de aprendizaje, que te desarrollan a hacer cosas nuevas, pero con inteligencia y sabiduría.

Lo cual consiste en aprender a pensar de forma positiva, utilizando:

1. Afirmaciones motivadoras.
2. Vivir el presente, *el aquí y ahora*.
3. Hacer críticas constructivas
4. Establecer metas significativas

Cuando no tenemos en nuestros pensamientos afirmaciones motivadoras, el signo o indicador que estamos mal, son los pensamientos negativos por ejemplo: *“nunca alcanzaré esto, no podré terminar mi plan”*. Por consiguiente, es necesario remplazar éstas por reafirmaciones motivadoras, como: *“hoy va ser un día muy productivo, no lo abandonaré hasta terminarlo con éxito”*.

b. Amigos comprensivos y familiares



Cuan necesario es aprender a desarrollar relaciones motivadoras, que son las que nos ayudarán en los días devastadores y difíciles a encauzar nuestra energía y pensamientos en el enfoque de la meta propuesta. Para ello, las características en las relaciones que se deben manejar para la ayuda son: confianza, idoneidad y la disponibilidad.

c. Un mentor emocional

Es esa persona que nos inspira, nos da aliento cuando, observamos su trabajo, su obra, que eres capaz de preguntarle. *“¿Qué harías tu ene esta situación? ¿Cómo te sentirías en esta situación?”*

Weisinger nos propone dos cosas, para elegir a una persona como mentor.

1. Elige como mentor a esa persona que te resulta extraordinariamente motivadora
2. Elige ese momento motivador de la vida de esa persona, para revisarlo a menudo.

d. Nuestro entorno

Convierte ese espacio donde pasa más tiempo, en una fuente de motivación, rodéalo de objetos que te motiven que te resulten de inspiración y no de perjuicio.



## ¿Cómo enfrentar a los contratiempos que producen desmotivación?

“Si no te importa lo que piense la gente, ya diste el primer paso del éxito”

Paulo Coelho

Todos los seres humanos de este planeta sufren contratiempos en determinados momentos, los cuales hacen que nos desviemos de nuestro camino y se reduzca nuestra energía y entusiasmo, a tal punto de sentir emociones negativas como: depresión, miedo, ira, ansiedad... afectando todo nuestro entorno.

Por lo cual se propone que hacer uso de su capacidad de resiliencia, la cual es el proceso de adaptarse bien a la adversidad a un trauma, tragedia, amenaza o las fuentes de tensión significativas, como los problemas familiares o de relaciones personales... la resiliencia consiste en rebotar una experiencia difícil.



Imagen 24

Cada persona responde de forma diferente un mismo contratiempo, pero solo *“La persona emocionalmente inteligente, no sólo sabe qué hacer ante los contratiempos, si no que suele sacar ventaja de ellos”*  
- Weisinger.

Esta consiste en procesar y utilizar de forma productiva las emociones generadas por la experiencia del contratiempo. Utilizando las siguientes herramientas:

- Sintonizar con nuestros sentimientos e interpretaciones.
- Utilizar reafirmaciones motivadoras y diálogos internos positivos.

- Mantener el sentido del humor.
- Practicar la relajación.
- Realizar actividades físicas.
- Reafirmar nuestras metas y plantearnos otras.

Como lo declara Napoleón en uno de sus dichos: *“los hombres no pueden evaluarse por las veces que se caen, sino por las veces que son capaces de levantarse”*.

## 4.5. ACTIVIDADES

### 1era. Actividad Escribe lo positivo

Coge una hoja de papel bond, divídela en dos y escribe a cada lado lo siguiente:

Primer lado:

- Concéntrate en lo que te gusta hacer.
- Escríbela en la hoja lo que te gusta hacer
- Luego pon todos los aspectos positivos de esa actividad
- Reflexiona y pregúntate ¿Cuál es beneficio de hacerlo?

Segundo lado

- Concéntrate en lo que no te gusta hacer.
- Escríbela en la hoja lo que no te gusta hacer
- Reconoce los aspectos positivos de esa actividad que no te gusta y descríbelos en la hoja
- Reflexiona y pregúntate ¿Si tiene aspectos positivos, qué es lo que se produce en mí, que no me permite disfrutar de estas actividades?

## **2da. Actividad Lectura de la historia del burro y el granjero**

### El burro y el granjero

Un burro había caído en un profundo pozo, y no podía salir. Su dueño, un granjero del pueblo, desesperado trataba por todos los medios de sacar al burro del pozo, sin éxito.

Luego de una jornada de trabajo extenuante, decidieron darlo por perdido, y, a pesar del granjero, comenzaron a echarle tierra al pozo para que el animal no siguiera sufriendo.

Cuando el pozo estuvo medio lleno de tierra, para sorpresa de todos, el burro salió caminando de su próxima tumba. Resultó ser que con cada palada de tierra que los granjeros tiraban, el burro la apisonaba bajos sus patas y eso le permitió salvarse de una muerte segura.

### **Indicaciones para la reflexión individual**

- ¿Cuál es la enseñanza que nos deja el burro?
- Contextualizando con la realidad que vives, ¿Qué significado tiene la tierra?
- ¿Qué nos enseña el burro hacer con la tierra?
- ¿En la vida podemos evitar que nos echen tierra? ¿Cuál debe ser nuestra actitud, frente aquello que no nos gusta, pero sirve para surgir?
- ¿Es bueno darse por vencido?
- ¿Qué esperas para surgir?

### **3era. Actividad Lectura de cuento**

#### **Paganini y su Violín<sup>55</sup>**

Érase una vez un gran violinista llamado Paganini. Algunos decían que era muy raro. Otros, que era sobrenatural. Las notas mágicas que salían de su violín tenían un sonido diferente. Por eso nadie quería perder la oportunidad de ver su espectáculo.

Una noche, el escenario de un auditorio repleto de admiradores estaba preparado para recibirlo.

La orquesta entró y fue aplaudida. El director fue aclamado. Pero cuando la figura de Paganini surgió, triunfante, el público deliró y aplaudía sin cesar. Paganini apoyó el violín en su hombro, y lo que siguió fue indescriptible. Blancas y negras, fusas y semifusas, corcheas y semicorcheas, parecían tener alas y volar con el roce de aquellos dedos encantados.

De repente, un sonido extraño interrumpió el ensueño de la platea. Una de las cuerdas del violín de Paganini se rompió.

El director se detuvo. La orquesta enmudeció. El público contuvo la respiración. Pero Paganini, sin dejar de mirar su partitura, siguió extrayendo sonidos deliciosos de un violín con problemas. El director y la orquesta, admirados, volvieron a tocar. El público se calmó.

De repente, otro sonido perturbador atrajo la atención de los asistentes. Otra cuerda del violín de Paganini se rompió.

El director se detuvo de nuevo. La orquesta volvió a enmudecer. Pero Paganini, como si nada hubiera ocurrido, olvidó las dificultades y siguió arrancando sonidos imposibles. El director y la orquesta, impresionados, volvieron a tocar.

El público, sin embargo, no podía imaginar lo que iba a ocurrir a continuación. Todas las personas, asombradas, gritaron un ¡Oooohhh!

---

<sup>55</sup> Bermejo José. (2005) Inteligencia emocional, p.93.

que retumbo por toda la sala: una tercera cuerda del violín de Paganini se había roto.

El director se detuvo. La orquesta enmudeció. El público contuvo la respiración. Pero Paganini, como si fuera un contorsionista musical, arrancó todos los sonidos posibles de la única cuerda que quedaba en el violín destruido. Ninguna nota fue olvidada.

El director, embelesado, se animó. La orquesta se motivó. El público pasó del silencio a la euforia, de la pasividad a la emoción.

Paganini alcanzó la gloria. Su nombre perdura a través del tiempo. Él no es un violinista genial. Es el símbolo del que continúa adelante aun ante lo imposible y en medio de las condiciones más adversas y desmotivadoras.

### **Indicaciones para la reflexión individual**

- Al terminar la lectura reflexionemos sobre las reacciones personales ante los elementos desmotivadores externos.
- ¿Qué puede motivarnos personalmente en las circunstancias adversas?
- ¿En qué circunstancias concretas estamos llamados a comportarnos como Paganini?

## 4.6. EVALUACION

### TEST DE MOTIVACIÓN<sup>56</sup>

**Instrucciones:** Lee con atención cada uno de los ítems presentados adelante, y encierra con un círculo es que se identifica contigo.

1. **En mi trabajo, casa, las cosas las hago...**
  - a. Porque las tengo que hacer.
  - b. Porque me gusta lo que hago y disfruto con ello.
  - c. Porque no me queda otra, pero me anima pensar en el dinero que voy a ganar haciéndolo.
  
2. **Cuando me planteo una meta a largo plazo...**
  - a. Me voy animando con cada parte del camino recorrido.
  - b. Suelo desistir pensando en todo lo que me queda por conseguirla.
  - c. Intento conseguirla siempre que no me resulte muy complicado.
  
3. **Si deseo algo pero me faltan los medios para conseguirlo...**
  - a. Paso página y me busco otro objetivo.
  - b. Busco a otra persona que los tenga o los consigo por mí mismo si no son del todo complicados.
  - c. Me preocupo de adquirirlos yo mismo para conseguir mi objetivo.
  
4. **En lo que respecta al resultado final de las cosas...**
  - a. Sólo estoy satisfecho si han salido bien.
  - b. A pesar de que indudablemente prefiero que salgan bien, lo que realmente me satisface es sentir que el proceso ha sido bueno, que he hecho las cosas bien.
  - c. Me gusta que el resultado sea el esperado aunque me consuela un poco el haberlo intentado.
  
5. **Los problemas o contratiempos los vivo...**
  - a. Como un reto o desafío.
  - b. Como un estresor algo desagradable.
  - c. Como una catástrofe.
  
6. **Cuando he tenido un éxito...**
  - a. No lo siento como tal hasta que no me lo reconoce otra persona significativa para mí.
  - b. Estoy muy contento, pero esta felicidad no es completa si no me lo destacan otras personas.
  - c. Me siento orgulloso de mí mismo. Si no lo estoy yo quién lo va estar.

---

<sup>56</sup> Webconsultas Healthcare S.A. (2014). Test de motivación. Equipo de psicólogos, médicos y especialistas.

7. **Tengo claro que las cosas que requieren un esfuerzo...**
  - a. Son las que realmente merecen la pena y después más valoras.
  - b. Son las que te cansan y debes evitar.
  - c. Hay que hacerlas, pero invirtiendo el menor gasto personal posible.
  
8. **Cuando no me apetece hacer una tarea importante...**
  - a. No la hago y la sustituyo por otra similar
  - b. La acabo haciendo, aunque he de admitir que después de haberla postergado en más de una ocasión.
  - c. No le doy demasiadas vueltas y comienzo a hacerla.
  
9. **Cuando las cosas han salido bien...**
  - a. Me alegro.
  - b. No despierta ninguna emoción en mí, pues así debería ser siempre.
  - c. Me siento satisfecho y me premio con algún pequeño capricho por el esfuerzo.
  
10. **En lo que respecta a mis éxitos y fracasos...**
  - a. Creo que dependen de mí.
  - b. Creo que dependen de mí, pero dudo de si la situación se repetirá o no en un futuro.
  - c. Son completamente aleatorios. Yo no tengo nada que ver con ellos.
  
11. **Cuando conseguir una meta u objetivo me está costando mucho me digo cosas como...**
  - a. Déjalo, no lo vas a conseguir, en realidad no te interesaba tanto.
  - b. Es lo que quieres. Continúa adelante y piensa en lo que has avanzado.
  - c. Un poquito más y si no sale ya lo dejas.
  
12. **En esos días en los que ni me levantaría de la cama...**
  - a. Pienso en las cosas buenas que puede aportarme ese día o en las malas como me quede en la cama.
  - b. Me arropo y sigo durmiendo sin pensar en las consecuencias.
  - c. Me levanto porque de lo contrario tendré problemas aunque lo hago con un humor de perros.



#### **4.7. METODOLOGÍA**

- Talleres grupales
- Análisis y reflexión
- Desarrollo de actividades
- Trabajo individual

#### **4.8. RECURSOS**

- Documento de apoyo (Guía de Orientación Psicológica)
- Hojas de papel bond
- Lápices

## 4.9. HOJA DE RESPUESTA

### Evaluación

#### Claves y resultados del test de motivación

Suma los puntos obtenidos en el test anterior para comprobar cuál es el estado de tu capacidad de motivación. Estas son las claves:

- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| 1. a= 0 b=2 c=1 | 7. a= 2 b=1 c=0  |
| 2. a= 2 b=0 c=1 | 8. a= 0 b=1 c=2  |
| 3. a= 0 b=1 c=2 | 9. a= 1 b=0 c=2  |
| 4. a= 0 b=2 c=1 | 10. a= 2 b=1 c=0 |
| 5. a= 0 b=2 c=1 | 11. a= 0 b=2 c=1 |
| 6. a= 0 b=1 c=2 | 12. a= 2 b=0 c=1 |

#### 0-8 puntos - Totalmente desmotivado

Te falta alegría porque te falta motivación. Tienes lo suficiente para seguir adelante cada día pero te falta el “aliño” de la vida. Incluye metas y esfuerzo en tu vida. De esta manera podrás motivarte por algo, evitando así emociones negativas como la apatía o la dejadez.

#### 8-16 puntos - En la cuerda floja

Sabes que hacer las cosas requiere un esfuerzo, pero partes del hecho de que cuanto más pequeño sea mejor. Te pierde la impaciencia y a veces la desgana. Resalta tu punto fuerte; pasa a la acción. Las ganas no vienen solas; verás que cuando empieces a hacer las cosas será cuando te encuentres más motivado.

#### 16-24 puntos - Como una moto

Lo tuyo sí que son ganas de conseguir tus objetivos. Y es por eso que los consigues. Te lo propones y asumes el esfuerzo que supone alcanzarlos. Esta actitud te motiva a seguir motivado y aumentar la confianza en ti mismo.

## TALLER No. 5

### 5.1. TITULO



### 5.2. OBJETIVO

Comprender la importancia de tener, desarrollar y ejecutar un plan de vida, dando horizonte y satisfacción a la necesidad de logro de una vida saludable.

### 5.3. JUSTIFICACIÓN

En la adolescencia encontramos una compleja e inconfundible búsqueda de identidad, independencia, sentido de pertenencia y comprensión por los demás. Lo cual, cuando la familia no tiene las herramientas para guiar al adolescente a plantearse objetivos en la vida, siempre se tiende a cometer errores por falta de esa información, los cuales pudieron ser evitados; el sentido de vivir se ve afectado por la frustración y el porvenir se vuelve desconcertante.

Cuán importante es tener objetivos claros que ayuden a la obtención de logros y el alcance de metas, es donde el adolescente tiene motivos porque luchar y enfrentarse a los retos con decisión y determinación. Donde la actitud y el carácter son demostrados por el deseo de sentirse realizado y satisfecho en la vida.

Es por ello que el tener un plan de acción, es decir, un plan de vida, va ayudar a que muchas adolescentes enfrenten las divergencias de la vida

con optimismo y deseo de superación, porque tienen un motivo que incita al compromiso, a la perseverancia de sentirse realizado y una meta a donde llegar.

#### 5.4. CONTENIDO

##### ¿Qué es un proyecto de vida?

Declaran los expertos que es una herramienta que busca orientar nuestro crecimiento personal, por medio de la



identificación de aquellas metas que deseamos lograr y de las capacidades que poseemos; evita la dispersión y el desperdicio de tiempo y de nuestras propias capacidades.

El definir un proyecto de vida, ayuda a que el individuo defienda lo que piensa, defienda sus intereses y forme un carácter menos vulnerable al medio en el que se desenvuelve.

Un pasaje de “*Alicia en el País de las Maravillas*”, cuando se encuentra con el Gato de Chesire, nos enseña que tan importante es tener donde llegar en la vida. Tuvieron el siguiente diálogo:

- Alicia: ¿Podrías decirme, por favor, qué camino debo seguir para salir de aquí?
- Gato: Esto depende en gran parte del sitio al que quieras llegar.
- Alicia: No me importa mucho el sitio...
- Gato: Entonces tampoco importa mucho el camino que tomes.



Cuando no tenemos claro a dónde queremos ir, tampoco sabremos cómo llegar. El Gato aunque era loco, conocía el camino a tomar, pero es necesario trazarse una idea de a dónde queremos llegar.

Y es aquí donde la gente que no tiene éxito, va por la vida sin un rumbo definido y claro; resolviendo lo que se le presenta, pero sin establecer su destino. Tener una vida sin metas claras, puede provocar como una sensación de vacío o de poca satisfacción existencialista.

Tomando palabras de la Psico. Silvia Russek, expresa que *“la meta está relacionada con una necesidad que decidimos satisfacer o con un malestar importante que queremos eliminar... Una meta es el antecedente de la acción; va más allá, de la simple intención de hacer algo; es la solución a ese malestar, sufrimiento o necesidad”*.

### **¿Por qué no nos planteamos y establecemos metas en la vida?**

De igual forma Silvia Russek nos dice que son por varias razones:

1. No reconocemos su importancia.
2. Creemos que al establecerlas de manera clara y firme nos estamos comprometiendo y no todos queremos hacerlo, aunque ello implique menor bienestar.
3. No sabemos cómo establecerlas y qué pasos son los que tenemos que dar. Incluso, en ocasiones, no estamos dispuestos a aprender.
4. Le tenemos miedo al fracaso y pensamos que si no nos fijamos metas, nuestra posibilidad de fracasar es mucho menor. No nos



Imagen 28

damos cuenta, de que el fracaso de no lograr lo que deseamos o de no tener una vida mejor, es mucho mayor.

5. Deseamos una vida "fácil" y sabemos que lograr las metas requiere de esfuerzo y trabajo. No vemos el desgaste y malestar que provoca la insatisfacción o el sufrimiento, causados por dejar nuestra vida en manos de los demás o por obtener menos de lo que queremos y podemos tener.
6. Creemos que desear es suficiente para obtener lo que necesitamos o queremos.

### ¿Para qué sirve un proyecto de vida?

<b>PROYECTO DE VIDA</b>	Ayuda aprovechar el tiempo para el logro personal.
	Es útil para vivir buscando un futuro que brinde satisfacción y bienestar personal.
	Favorece el ejercicio y desarrollo de una libertad responsable.
	Ayuda a tomar decisiones reflexivas y no impulsivas.
	Brinda una visión esperanzadora del pronto futuro.
	Favorece el autoconocimiento y fortalece la autoestima.
	Evita conflicto o vacíos existenciales al tener claridad de lo que se quiere en la vida.

Ahora bien, para lograr elaborar el proyecto de vida es de suma importancia conocer a que características responde, en las cuales encontramos las siguientes:

1. *Personal.* Obedece a tu situación en particular, en ello, están tus gustos, necesidades e intereses.

Es necesario que comprendas que nadie puede generarlo por ti, aunque existan situaciones sociales o personas que tengan

influencia en aquello que deseas hacer, lo cual no lo determinan. Estas metas son meramente tuyas, “personales” y solo *tú* decides hacia dónde quieres ir.

2. *Es realista y objetivo.* El establecimiento de metas y la planificación responden a tu realidad, a tus posibilidades y a tus habilidades.

Es por ello, que esto implica un conocimiento personal y del medio en el que te desenvuelves, como también de ti mismo. Por ejemplo: puedes planear en viajar a otro país y para ello te proponer ahorrar para el viaje, (esto depende de ti), pero no puedes planear sacarte el premio mayor de la lotería y decir con ello viajo, porque eso no está en tus manos. Es de esta forma que la planeación de vida, se vuelve objetiva y concisa a la hora de plasmarla.

3. *Es flexible.* En la vida tenemos que pasar por diferentes etapas, como situaciones laborales, familiares, sociales entre otras., que nos pueden cambiar la percepción de lo propuesto. Por ejemplo la llegada de un bebe, cambio de trabajo, la muerte de un ser amado, un accidente... que se nos pueden presentar, lo cual demanda que lo que planificamos sea de carácter flexible, para poder replantear el proyecto de vida, tanto en el rubro de las metas como en los medios y los recursos para alcanzarlas.

Flexible por cuanto puede ser revisado y ajustado en cualquier momento de nuestra vida, a través de la reflexión de la situación actual, con decisión, voluntad, disciplina hacia aquello que quieres y propones lograr.

## Metas



Imagen 29

### ¿Cómo determinarme metas?

El Dr. J. Villarroel en su “*Guía para la formulación del proyecto de vida académica*” nos propone algunas sugerencias a la hora de establecer metas:

1. Elija algo que desee intensamente.
2. Defina bien lo que elije, de manera clara y concreta.
3. Elija algo que pueda medir y contar.
4. Debe ser creíble y realizable. Para ellos, debe tener probabilidades de éxito razonable al empezar al menos. Fíjese al principio, pequeñas metas con altas probabilidades de éxito.
5. Sus diferentes metas deben de estar en armonía.

Es necesario a la hora de fijar tus metas tengas en cuenta las áreas que debes atender:

<b>Área Profesional</b>	Esta consiste en planear la carrera o actividad laboral donde anhelas desarrollar en un futuro. Tiene que ver con objetivos como, tener una carrera profesional, una ocupación, recibir capacitación, entrenamiento, desarrollar habilidades, tener un negocio propio o ser gerente de una empresa.
<b>Área Emocional</b>	Se refiere a la forma en que deseamos satisfacer las necesidades afectivas y de pertenencia. Consiste en dar y recibir amor, tener pareja y una familia.
<b>Área Social</b>	Tiene que ver con la manera que nos proyectamos y nos relacionamos con los demás (amigos, aprobación social, nuevas amistades, etc.)
<b>Área Espiritual</b>	Esta consiste en la forma que nos sacamos en evidencia nuestra vida interior, valores, ideales y principios.



<b>Área Física</b>	Hace hincapié a lo que deseas lograr con tu bienestar físico y personal, como la salud y realizar ejercicio físico.
<b>Área Material</b>	Se refiere a lo que quieres lograr obtener como, bienes materiales y físicos en un futuro, los cuales son los motivadores del esfuerzo y sacrificio actual, por ejemplo: casa, automóvil, ropa, viajes, diversión entre otras.

Listo, hasta aquí, puedes observar con más claridad que es un proyecto de vida y que responde en tu vida el hacerlo. En efecto, también, es de suma importancia que reflexiones acerca de tus capacidades emocionales, físicas y mentales. Lo cual, aprender a reconocer cada una de ellas te va ayudar a proyectarte con más eficacia a la hora de establecer metas y objetivos.

## **FODA**

Es una herramienta analítica que nos permite utilizar toda la información que poseemos sobre una organización, en este caso, sobre nuestra vida. Contribuye al reconocimiento en un principio los elementos internos y externos que afecta como un todo tanto de manera positiva como negativa al individuo y que además nos ayuda a definir como los elementos pueden ayudar o retrasar el cumplimiento de sus metas.

Lo cual el diagnóstico FODA está constituida por dos niveles; los factores internos y los factores externos, que nos permiten identificar nuestra situación actual.

- a. Factores Internos: nos referimos a las fortalezas y debilidades que son aspectos principales y forma parte de una persona.
  - *Las Fortalezas:* Son los elementos positivos que posees, son tus cualidades sobresalientes, competencias, aptitudes y capacidades... Ejemplo: Carácter, compromiso, valentía,

perseverancia, pasión, actitud positiva, responsabilidad, visión; conocimiento, buen estado físico, motivación, creatividad...

- *Las Debilidades:* Son los factores negativos que posees y que se constituyen en barreras u obstáculos en la obtención objetivos propuestos. Ejemplo: Falta de motivación, mal manejo de situaciones, intolerancia, desanimo, impuntualidad, mal manejo de recursos, desorden...
  
- b. Factores Externos: Esta se refiere al análisis de la situación externa o del ambiente que nos rodea y que afecta, como tales, tenemos a las oportunidades y las amenazas.
  - *Las oportunidades:* Son situaciones positivas que se generan en ambiente y que están disponibles para aprovecharlas en la obtención de logros y metas. Son aquellas opciones que nos facilitan el alcance de lo propuesto, ejemplo: situación económica, ofertas de trabajo, programas de capacitación, becas...
  
  - *Las amenazas:* Son los aspectos o situaciones externas del ambiente que pueden llegar a constituir un peligro para el logro de los objetivos y requieren de un examen atento y lúcido del entorno. Ejemplo: falta de aceptación, antipatía de otros, malas relaciones interpersonales, falta de trabajo, competencia, rivalidad, falta de apoyo...

Es de fundamental importancia que analicemos y reflexionemos sobre cada uno de estos elementos que se constituirá parte de nuestra trayectoria en el alcance de objetivos y metas que nos propongamos.

Ahora bien, conociendo tus *fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas*, vas a poder distribuir tu energía y trabajar en post de lo que necesitas cambiar o rediseñar en tu vida, para lograr alcanzar lo que te has propuesto.

El fracaso no es otra cosa más que el motivo por mejorar mis habilidades y el alcance de mis sueños.

Como lo dice Samuel Smiles: *“El éxito resulta de la lucha contra los obstáculos. Sin obstáculos no hay verdadero éxito. En la necesidad del esfuerzo hallamos la fuente principal del progreso de las naciones y de los individuos”*.

## 5.5. ACTIVIDADES

### 1era. Actividad. Realizar tu FODA

Piensa y reflexiona sobre las *fortalezas*, *debilidades*, *oportunidades* y *amenazas* que tienes y luego escríbelas en el siguiente apartado:

Fortalezas	Debilidades
Oportunidades	Amenazas

**2da. Actividad Metas a corto plazo**

Escribe en el siguiente casillero una cosa que deseas lograr o alcanzar (METAS), en 5 meses (TIEMPO), que parte de tu vida mejorará (Área), que harás para obtenerlo (ACCIÓN), como lo harás para lograrlo (OBJETIVO), como medir si lo estás logrando (INDICADOR).

Aquí tienes un ejemplo:

<b>META</b>	<b>ÁREA</b>	<b>ACCIÓN</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>INDICADOR</b>	<b>TIEMPO</b>
Licencia de conducir	Mejorará mi Autoestima	Inscribirme en el curso de conducción	Pasar el curso de conducción	Pasar las evaluaciones cada semana	Un mes

<b>META</b>	<b>ÁREA</b>	<b>ACCIÓN</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>INDICADOR</b>	<b>TIEMPO</b>

### **3era. Actividad Reconociéndome**

Responde cada una de las preguntas que están a continuación.

1. ¿Qué hago muy bien?
2. ¿En qué sobresalgo de entre los demás?
3. ¿Cuáles son mis talentos?
4. ¿Qué es lo que más me gusta hacer?
5. ¿En qué me destaco?
6. ¿Qué tipo de vida quiero llevar?
7. ¿Qué tipo de trabajo deseo?
8. ¿Qué necesito hacer para lograr cada meta?
9. ¿En cuánto tiempo quiero conseguirlo?
10. ¿Qué estoy dispuesto a sacrificar para obtenerlo?

## 5.6. EVALUACIÓN

### PLANEANDO MIS METAS

**Instrucciones:** Piensa sobre las cosas que deseas alcanzar en un futuro y escríbelas en el siguiente cuadro de metas, estas pueden ser a corto mediano o a largo plazo.

No.	METAS	TIEMPO - AÑOS				
		2	4	6	8	10
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

## **5.7. METODOLOGÍA**

- Talleres grupales
- Análisis y reflexión
- Desarrollo de actividades
- Trabajo individual

## **5.8. RECURSOS**

- Documento de apoyo ( Guía de Orientación Psicológica)
- Hojas de papel bond
- Lápices



## **5.9. HOJA DE RESPUESTAS**

Todas las actividades realizadas en este taller tienen por objetivo reforzar el aprendizaje del taller propuesto en esta guía, por lo que es necesario realizarlas con la honestidad posible, ya que esta ayudará a aclarar el panorama del alcance de sus metas y dar sentido al plan de vida de las adolescentes.

### **Evaluación**

El desarrollo de la planeación a corto mediano y largo plazo de metas, refuerza todo el tema tratado en el taller, por lo cual, ayuda a que la adolescente se centre y enfoque su energía en el alcance de sus logros en el tiempo que ella planifica, tomando en cuenta las fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas de su alrededor y de sí misma.

En efecto, esto le conlleva a rediseñar el plan de vida que fue truncado por experiencias como el embarazo o en otros casos, las que nunca han realizado un proyecto de vida, deben realizar una planeación en la que se enrumbarán y enfocarán sus recursos y capacidades.

## **6.7. Impactos**

### **6.7.1. Impacto Social**

El estudio de las *Consecuencias Psicológicas del Embarazo Adolescente y su Incidencia en la Aceptación Social*, permitió ofrecer una "Guía de Orientación Psicológica" acorde a la necesidad socio-familiar, siendo uno de sus objetivos promover información eficiente y relevante para la readaptación de concepciones mentales y actitudes de estudiantes adolescentes embarazadas.

El objetivo más importante es potenciar el comportamiento asertivo de las adolescentes a través de técnicas del autoconocimiento y autocontrol, enfrentando de esta forma las circunstancias adversas y contratiempo que se presentan en la vida de desarrollo adolescente y por ende como madres futuras.

### **6.7.2. Impacto Educativo**

Las instituciones educativas cuentan ahora con un material de trabajo, que se ha enfatizado en el desarrollo de actitudes y comportamientos asertivos de adolescentes embarazadas. Material que se enfoca en la concientización de las potencialidades propias de la adolescente, que utilizando bien su energía y acción, de forma inteligente y sabia, pueden hacer frente a los contratiempos que se les presentan por el embarazo precoz. Sean estas familiares, sociales o educativas.

### **6.7.3. Impacto Pedagógico**

El trabajo de potenciar las habilidades y cualidades emotivas, afectivas, psicológicas y mentales dentro del proceso educativo debe ser

continuo y vinculado a la formación integral de las y los estudiantes adolescentes y cuanto más, de las chicas embarazadas; que les permite incorporar información científica y elementos de esclarecimiento y reflexión sobre su propio ser, y sobre el proyecto de vida que quieren tener.

El sentirse libre de las presiones internas y externas, trae grandes beneficios físicos como espirituales en los adolescentes. No obstante, es un proceso que demanda de energía y esfuerzo diario, donde las habilidades y cualidades del adolescente se ponen en acción para el mejoramiento de su entorno y porvenir.

#### **6.8. Difusión**

Esta guía de orientación psicológica se la difundió en las unidades educativas investigadas, con la finalidad que tengan material para el trabajo de grupos de adolescentes embarazadas, y ellas no puedan perder el enfoque de sus estudios, proyectos... por prejuicios y/o estereotipos sociales y/o familiares.

Además la difusión se centró, pensando en el trabajo de los orientadores y tutores de cursos, ya que ellos son los que están más cerca de los problemas que las adolescentes pasan y reflejan a través de sus comportamientos. En lo cual, se les determinó como los principales responsables de la socialización de esta guía de orientación psicológica, que está basada en talleres reflexivos y reforzadores de la autoestima.

Esta guía está constituida por cinco talleres participativos que potencializan las cualidades y capacidades de las adolescentes embarazadas en un modus vivendi asertivo.

## 6.9. Bibliografía

1. Bermejo José Carlos. (2005) *Inteligencia emocional*. Editorial Sal Terrae
2. Carotenuto A. Eros y pathos: matices del sufrimiento en el amor. 2ed. Santiago de Chile: editorial cuatro vientos, 1996.
3. Castilla del Pino, Carlos (2.008). *Teoría de los sentimientos*. Barcelona: Tusquets Editores, S.A
4. Instituto Nacional de Estadísticas y Censo INEC. (2010) *Datos estadísticos de población y vivienda*.
5. Erikson E. Sociedad y adolescencia. México: siglo XXI editores; 1986
6. Fernández C., López L. (2011). "*La educación sexual como tema transversal de las instituciones públicas educativas de la básica primaria en Armenia, Colombia*". Revista Cultural del Cuidado. Vol. 8.
7. Fundación de la Mujer y el Niño (2012). Proyecto "Embarazo y Maternidad en la adolescencia". Artículo.
8. García M. Desarrollo afectivo de la adolescencia. En: Aguirre A. Psicología de la adolescencia. México: Alfa omega; 1996.
9. Giddens A. Modernidad e identidad del yo: el yo y la sociedad en la época contemporánea. Barcelona: Península, 1994.
10. Goffman E. *Estigma: la identidad deteriorada*. Buenos Aires: Amorrortu editores; 1993.
11. Hernández, S. y Fernández, C. (2006): Metodología de la Investigación. México. Editorial Mc Graw Hill.
12. Jones A. 'Listen, listen trust your own strange voice' (psychoanalytically informed conversations with woman suffering serious illness). *J Adv Nurs* 1999; 29: 826-831.

13. Kail & Cavanaugh. Desarrollo Humano: *Una perspectiva del ciclo vital*. 5ta. Edición. D.F. México, 2011.
14. Kroger J. Identity in adolescence: the balance between self and other. New York: Routledge; 1996.
15. Maddaleno, M (2005): la Salud del Adolescente y del Joven. Publicación Científica N° 552. .D.F. México.
16. Meachm, D (2008): Sexualidad y Salud Reproductiva del Adolescente. El Desafío del Siglo. España.
17. Parada, A (2005): Embarazo Adolescente le Cuesta al País. Universidad Autónoma del Estado de México. Editorial Trilla.
18. Pick, S (2008): Planeando tu vida. 7ma Edición Editorial Trillas. Buenos Aires.
19. Registro Oficial (2011). Ley Orgánica de Educación Intercultural del Ecuador.
20. Rogers A. Vulnerability, health and health care. *J Adv Nurs* 1997; 26: 65-72.
21. Rodgers B. and Cowles K. A conceptual foundation for human suffering in nursing care and research. *J Adv Nurs* 1997; 25: 1048-1053.
22. Romero S. L. (2009). *Elementos de Sexualidad y Educación Sexual*. Editorial Centro de Asesoría y Consultoría. 2da. Edición.
23. Salazar, A (2008): Consecuencia del Embarazo Adolescente en el Estado Civil de la Madre Joven. Estudio Piloto en Bogotá. Colombia. Universidad de la Sabana.
24. Savater, F (1997): El Valor de Educar. Editorial Ariel, S. A. Barcelona. Segunda Edición
25. Soto, M (2009): Cambios en el Proyecto de vida de la Adolescente Embarazada en la Escuela Preparatoria N° 7. Universidad de Guadalajara. México. Tesis de Grado.

26. Stern, C (2007): El Embarazo en la Adolescencia Como Problema Público: Una Visión Crítica. Salud Pública México .Editorial Panapo.
27. Tesis de investigación, Marzo 2002. la Facultad Nacional de Salud Pública de la Universidad de Antioquia, Colombia y publicado en: Investigación y educación en Enfermería.
28. Villarroel J. (2013). Guía para la formulación del proyecto de vida académica. Ibarra-Ecuador.
29. Welti, C (2009): Inicio de la Vida Sexual y Reproductiva. Centro de Investigación Multidisciplinaria. México.
30. Zepeda Fernando. Introducción a la Psicología. *Una visión científico humanista*. Tercera edición. Pearson educación, México, 2008.

#### 6.9.1. Lincografía

31. Alexis Codina, (2011). *La automotivación en la inteligencia emocional -Expresar vs reprimir*. De gerencia.com.  
(<http://www.degerencia.com/articulo/la-automotivacion-en-la-inteligencia-emocional>)
32. American Psychological Association. *El camino a la resiliencia*.  
<https://www.apa.org/centrodeapoyo/resiliencia-camino.aspx#>
33. Carmen Berzosa, (2012) Cambio Personal. *Ejercicio de Automotivación*. Psicología del cambio.  
<http://psicologiadelcambio.com/2012/01/25/motivacionautomotivacionpsicologia/>
34. Definiciones. *Psicología de la educación para los padres y profesionales*. PsicoPedagogia.com  
<http://www.psicopedagogia.com/definicion/autoconocimiento>

35. Jeanneville, A, (2007). Planificación familiar y algunas perspectivas de embarazo en adolescentes de Nicaragua. (Documento en línea]) (Día de consulta 04-05-2013) Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua en: <http://www.Monografías.com/trabajos-pdf4/planificación-familiaradolescentes/planificación-familiar-adolescentes>
36. Lee todo en: Definiciones, Significados y Conceptos <http://definicion.de/aceptacion/#ixzz2bD7uQstQ>
37. Manuel Gross, (2013) *La motivación como filosofía de vida*. Pensamiento Imaginativo. <http://blogs.cincodias.com/miempresa/2013/05/la-motivacion-como-filosofia-de-vida.html>
38. Navarro, C (2007) Un Proyecto de Vida. (Documento en línea): <http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloID=4772#ixzz15N47nS9n>
39. Nicolás De Vita, (2011) *Como automotivarse*. ComoAutomotivarse.Com <http://comoautomotivarse.wordpress.com/2011/08/26/como-automotivarse-ejercicios-practicos/>
40. Organización Mundial de la Salud. (2007): Promoción de la Salud sexual. Recomendaciones para la acción. Febrero Antigua. (Documento en línea) <http://www.oms.org>
41. Psicoactiva, (2012). *Las emociones*. Artículos psicológicos. <http://www.p psicoactiva.com/emocion.htm>
42. RIVERA, Sandra. (2003): Embarazo en adolescentes aspectos de tipo social psicológico y cultural. <http://issuu.com/mijor/docs/embarazo-en-adolescentes>
43. <http://espanol.babycenter.com/a900163/depresi%C3%B3n-durante-el-embarazo#ixzz2W0enPBgp>

44. Salazar Cutido B, Álvarez Franco E, Maestre Salazar LC, León Duharte D, Pérez Garí O. Aspectos fisiológicos, psicológicos y sociales del embarazo precoz y su influencia en la vida de la Adolescente [artículo en línea]. MEDISAN 2006; 10(3). [http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol10\\_3\\_06/san07306.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol10_3_06/san07306.htm)
45. Webconsultas Healthcare S.A. (2014). *Test de motivación*. Equipo de psicólogos, médicos y especialistas. <http://www.webconsultas.com/mente-y-emociones/test-de-psicologia/test-de-motivacion-2813>
46. Wikipedia. *Las emociones - motivaciones*. La Enciclopedia Libre. <http://es.wikipedia.org/wiki/Emoci%C3%B3n>

#### 6.9.1.1. Gráficos

- *Imagen 1*. Marina Tavmon. (2011). *Embarazo* [Imagen]. Recuperado de <http://www.artelista.com/obra/7305250990916164-embarazo.html>
- *Imagen 2*. Amor-y-afecto-entre-un-par-joven. [Fotografía]. Recuperado de [http://www.enterao.com/?attachment\\_id=11715](http://www.enterao.com/?attachment_id=11715)
- *Imagen 3*. *Obdulio Bailador*. (2011). [Fotografía]. Recuperado de <http://www.facundocabral.info/plumas-invitas-texto.php?id=347>
- *Imagen 4*. Coks Feenstra. Las Muestras de afecto del bebe [Fotografía]. Recuperado de <http://www.crecerfeliz.es/El-bebe/Psico-desarrollo/Muestras-de-afecto-del-bebe>
- *Imagen 5*. Neurocapital Humano. [Imagen] Recuperado de <http://neurocapitalhumano.ilvem.com.ar/shop/detallenot.asp?notid=97>
- *Imagen 6*. Háblale a tu bebe (2012). [Fotografía]. Recuperado de <http://www.ecobaby.es/blog/?cat=15&paged=7>
- *Imagen 7*. El misterio del abrazo (2014). [Fotografía]. Recuperado de <http://03442.com.ar/2012/09/el-misterio-del-abrazo-%C2%BFexperiencia-erotica-o-quimica-del-amor/>



- *Imagen 8.* Tapanes José (2011). Abrazos. [Imagen]. Recuperado en <http://josedetapaneszerquera.blogspot.com/2011/12/abrazos.html>
- *Imagen 9.* [Imagen] Recuperado en <http://jairoandres.com/crecimiento-personal-en-una-actitud-positiva/>
- *Imagen 10.* Actividades de autoconocimiento [Imagen]. Recuperado en <http://op09-10-4eso.blogia.com/2010/012003-sesion-4-actividades-de-autoconocimiento..php>
- *Imagen 11.* [Imagen]. Recuperado en <http://www.transpersonal-integral.com/category/mente/autoconocimiento/>
- *Imagen 12.* Smith Niño (2012). Autoconocimiento. [Imagen]. Recuperado en <http://syjzfransemita.blogspot.com/2012/08/autoconocimiento.html>
- *Imagen 13.* López M. Curbelo S. (2013). Feedback [fotografía]. Recuperado en <http://www.zoomnews.es/98767/espacio-coaching/importancia-dar-feedback-positivo-empresa>
- *Imagen 14.* León Montse (2013). Sublimando las emociones. [Imagen]. Recuperado en <http://montse55.blogspot.com/2013/10/sublimando-las-emociones.html>
- *Imagen 15.* Características de la alexitimia. [Imagen]. Recuperado en <http://depsicologia.com/te-cuesta-identificar-y-expresar-tus-propias-emociones/>
- *Imagen 16.* Admin (2012). Tristeza. [Fotografía]. Recuperado en <http://reflexionsdelavida.net/tristeza-sin-motivo/tristeza>
- *Imagen 17.* Pérez Cristian (2013). Ansiedad. [Fotografía]. Recuperado en <http://depsicologia.com/ansiedad-conociendola-mas-de-cerca/>
- *Imagen 18.* Conozca cómo manejar la rabia y la tristeza. [Fotografía]. Recuperado en <http://www.monagasaldia.com/noticia.php?ide=11268>

- *Imagen 19.* Castilla Claudio (2010). Emociones. [Imagen]. Recuperado en <http://psicologuia.wordpress.com/tag/emociones/>
- *Imagen 20.* Automotivación [fotografía]. Recuperado de <http://www.escuela-aefi.com/aefi/index.php/tienda-virtual/details/21/4/ventas/automotivaci%C3%B3n,-pnl-y-psicolog%C3%ADa-de-la-venta.-online>
- *Imagen 21.* Tania (2013). Mercadotecnia multinivel. [Fotografía]. Recuperado en <http://conquistandoelexito.com/2013/06/30/mercadotecnia-multinivel-verdad-o-fraude/>
- *Imagen 22.* Ortega G. (2012). Valor. [Imagen]. Recuperado de <https://plus.google.com/+GerardoOrtega7/posts/gnT2d7YJxqt>
- *Imagen 23.* Rubio Paco (2011). Haciendo acuerdos poderosos. [Fotografía]. Recuperado de <http://pacorubio7.wordpress.com/2011/10/16/haciendo-acuerdos-poderosos/>
- *Imagen 24.* [Imagen]. Recuperado de <http://700startup.com/wp-content/uploads/2013/03/motivaci%C3%B3n1.jpg>
- *Imagen 25.* Tiene mi vida una dirección [Fotografía]. Recuperado de <http://amen-amen.net/reflexion/tiene-mi-vida-una-direccion/>
- *Imagen 26.* Navarro Belén (2012). Hacia el éxito. [Imagen]. Recuperado de <http://bcoaching-belen.blogspot.com/2010/09/con-la-afirmacion-de-que-el-exito-no.html>
- *Imagen 27.* Alicia y el gato [Imagen]. Recuperado de <http://moroccoblu.com/roads>
- *Imagen 28.* El autoconocimiento de la motivación (2012). [Imagen]. Recuperado de <http://www.emprenderalia.com/el-autoconocimiento-para-la-motivacion/>
- *Imagen 29.* Sirena Lea (2014). Metas. [Imagen]. Recuperado de <http://sirenale.wordpress.com/2014/01/29/la-motivacion-por-atraccion/>

## ANEXOS

### ANEXO 1

#### CUESTIONARIO PARA ADOLESCENTES

**Estimada estudiante.**

**Instrucciones.-** El presente cuestionario tiene como finalidad conocer cómo usted piensa, se siente y actúa ante su presente situación de embarazo adolescente.

Solicitamos su colaboración realizando una marca en el casillero correspondiente SIEMPRE, CASI SIEMPRE, A VECES o NUNCA, según sea su realidad.

CUESTIONARIO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. ¿Te entusiasma llevar un hijo en el vientre?				
2. ¿Estar embarazada te provoca inseguridad, incertidumbre y dificultad para tomar decisiones?				
3. ¿Tienes dudas de ser capaz de enfrentar los problemas del embarazo sin la ayuda de alguien?				
4. ¿Los cambios que se producen en tu cuerpo, te hacen sentir ansiosa, nostálgica e inferior que los demás?				
5. ¿Sientes que perdiste la oportunidad en la vida de triunfar?				
6. ¿Cuándo no te comprenden pierdes la esperanza, te sientes irritable y no soportas a nadie?				
7. ¿Cambian de actitud tus padres, cada vez que se acuerdan que quedaste embarazada?				
8. ¿Tus padres se abren contigo para platicar cómo te sientes?				
9. ¿Evades relacionarte con los demás por vergüenza?				
10. ¿Te integran tus amigos (vecinos, compañeros del colegio) en las conversaciones, como lo hacían antes?				

## ANEXO 2

### CUESTIONARIO PARA PADRES DE FAMILIA

**Estimado(a) Padre o Madre de Familia.**

**Instrucciones.-** El presente cuestionario tiene como finalidad conocer cómo piensa y actúa usted ante una situación de embarazo adolescente.

Solicitamos su colaboración realizando una marca en el casillero correspondiente SIEMPRE, CASI SIEMPRE, A VECES o NUNCA, según sea su realidad.

O Mujer

U Hombre

CUESTIONARIO	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. ¿Se le hace difícil aceptar que su hija este embarazada?				
2. ¿Siente como un apretón en el pecho cada vez que piensa que debe afrontar el embarazo, que no esperaba en su hija?				
3. ¿Le pone mal y explota cada vez que se acuerda que su hija se embarazó?				
4. ¿Siente felicidad por él bebe que su hija trae al mundo?				
5. ¿Cuándo su hija se pone mal al verse gorda por el embarazo, usted le dice frases cómo? "Es tu culpa por andar en cosas que no debías".				
6. ¿Culpa al embarazo de su hija, como el causante de los problemas económicos y familiares en casa?				
7. ¿Cuándo usted se enoja, le recuerda el pasado o le recrimina por el embarazo a su hija?				
8. ¿Con que frecuencia se comunica con su hija, para platicar cómo se siente?				
9. ¿Su hija se abre, de tal manera que conversa todo lo que le pasa ya que tiene total confianza en usted?				
10. ¿Piensa usted que un bebé limita a su hija la obtención de las metas? Por ejemplo: profesión, buen trabajo, estatus social, etc.				

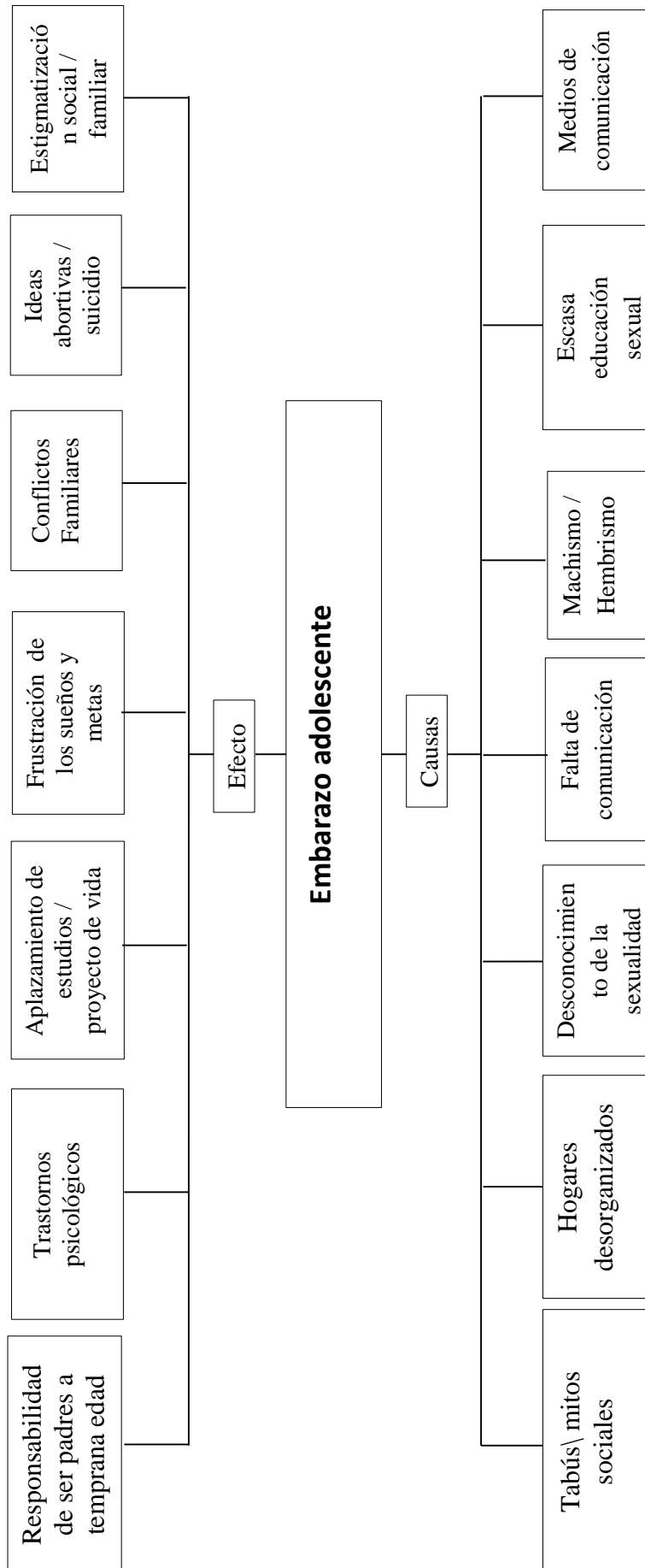
### ANEXO 3

#### Matriz de Coherencia:

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
<p>¿Cómo las consecuencias psicológicas del embarazo inciden en la aceptación social de las estudiantes de las Unidades Educativas “Jacinto Collahuazo” y “República del Ecuador” del cantón Otavalo, en el año lectivo 2013-2014?</p>	<p>Investigar las consecuencias psicológicas de adolescentes embarazadas y su repercusión en la aceptación social en estudiantes de las Unidades Educativas “Jacinto Collahuazo” y “República del Ecuador”, en el año lectivo 2013 - 2014.</p>
SUBPROBLEMAS / INTERROGANTES	OBJETIVO ESPECÍFICOS
<p>¿Cuáles son las consecuencias psicológicas de las adolescentes embarazadas?</p> <p>¿En qué medida afecta las consecuencias psicológicas de las adolescentes embarazadas en la aceptación social?</p> <p>¿A través de qué material dinámico y práctico, potenciar habilidades y cualidades que sirvan para el pleno desarrollo y comportamiento asertivo de las adolescentes?</p>	<p>Diagnosticar las consecuencias psicológicas de las adolescentes embarazadas.</p> <p>Determinar si las consecuencias del embarazo permite la aceptación social.</p> <p>Proponer una Guía de Orientación Psicológica para adolescentes embarazadas.</p> <p>Socializar la propuesta a través de la entrega de un ejemplar a las autoridades de la Unidad educativa “República del Ecuador” y “Jacinto Collahuazo” para que sea difundido a los miembros de la comunidad educativa.</p>

## ANEXO 4

### ÁRBOL DE PROBLEMAS



## ANEXO 5

### FOTOGRAFIAS DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS

#### Unidad Educativa “Jacinto Collahuazo”



#### Unidad Educativa “República del Ecuador”







# UNIDAD EDUCATIVA "JACINTO COLLAHUAZO"

Otavalo - Ecuador

SECCIONES MATUTINA, VESPERTINA Y NOCTURNA  
BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO EN CIENCIAS Y TÉCNICO

## CERTIFICACION

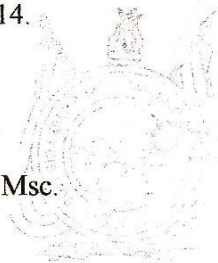
En mi calidad de Rectora de la Unidad Educativa "Jacinto Collahuazo", CERTIFICO: que el Sr. **BARRIGA ZAMBRANO FRANKLIN JAVIER**, portador de la cédula de identidad No. 0921600359, realizó la investigación en esta Entidad Educativa sobre el tema: "Consecuencias Psicológicas del embarazo y su incidencia en la aceptación social en estudiantes de la Unidad Educativa "Jacinto Collahuazo" y la Unidad Educativa "República del Ecuador" correspondiente al año lectivo 2013-1014". La misma que la realizó con la colaboración de Estudiantes, Padres de Familia y Docentes. Posteriormente entregó el ejemplar sobre la propuesta: "Guía de Orientación Psicológica para Adolescentes Embarazadas", para que el Departamento de Consejería Estudiantil socialice con la comunidad educativa.

Particular que pongo en su conocimiento, para los fines consiguientes.

Otavalo, abril 25 del 2014.

Dra. Lilian Guerrero R. Msc.  
RECTORA.

Elaborado: Ha.



RECTORA





**UNIDAD EDUCATIVA  
"REPÚBLICA DEL ECUADOR"**

Otavalo - Ecuador

**MSC. FRANCISCO DOMÍNGUEZ P.  
RECTOR (E) DE LA UNIDAD EDUCATIVA  
"REPÚBLICA DEL ECUADOR"**

**C E R T I F I C A :**

Que el señor **BARRIGA ZAMBRANO FRANKLIN JAVIER**, portador de la Cédula de Identidad No. 0921600359, Estudiante de la Universidad Técnica del Norte, Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología, realizó la Investigación relacionada con el Proyecto de Tesis: **"LAS CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS DEL EMBARAZO Y SU INCIDENCIA EN LA ACEPTACIÓN SOCIAL EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS JACINTO COLLAHUAZO Y REPÚBLICA DEL ECUADOR, CORRESPONDIENTES AL AÑO LECTIVO 2013 - 2014"**, previo a la obtención del título de Licenciado en Psicología Educativa y Orientación Vocacional, para lo cual aplicó encuestas a Estudiantes y Padres de Familia de nuestro Plantel Educativo.

Es preciso indicar que realizó también la entrega de un ejemplar de la investigación aplicada a la institución.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente documento en lo que estime conveniente.

Otavalo, 15 de mayo de 2014

  
**Msc. Francisco Domínguez P.  
RECTOR (E)**





**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE  
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA**

**AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN  
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA**

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

<b>DATOS DE CONTACTO</b>			
<b>CÉDULA DE IDENTIDAD:</b>	092160035-9		
<b>APELLIDOS Y NOMBRES:</b>	BARRIGA ZAMBRANO FRANKLIN JAVIER		
<b>DIRECCIÓN:</b>	Otavalo, ciudadela 31 de octubre.		
<b>EMAIL:</b>	columbus_1987@hotmail.com		
<b>TELÉFONO FIJO:</b>	062 921011	<b>CELULAR</b>	0998503338

<b>DATOS DE LA OBRA</b>	
<b>TÍTULO:</b>	“CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS DEL EMBARAZO Y SU INCIDENCIA EN LA ACEPTACIÓN SOCIAL EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS “JACINTO COLLAHUAZO” Y “REPÚBLICA DEL ECUADOR” DEL CANTÓN OTAVALO, CORRESPONDIENTE AL AÑO LECTIVO 2013 – 2014”
<b>AUTOR (ES):</b>	BARRIGA ZAMBRANO FRANKLIN JAVIER
<b>FECHA: AAAAMMDD</b>	2014/05/23
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
<b>PROGRAMA:</b>	<input checked="" type="checkbox"/> <b>PREGRADO</b> <input type="checkbox"/> <b>POSGRADO</b>
<b>TÍTULO POR EL QUE OPTA:</b>	Título en Ciencias de la Educación, Especialidad Psicología Educativa y Orientación Vocacional.
<b>ASESOR /DIRECTOR:</b>	Dr. LUIS BRAGANZA VERDEZOTO

## 2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, BARRIGA ZAMBRANO FRANKLIN JAVIER, con cédula de identidad Nro. 092160035-9, en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

## 3. CONSTANCIAS


El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 23 días del mes mayo de 2014

EL AUTOR:

ACEPTACIÓN:

  
(Firma).....  
Nombre: BARRIGA ZAMBRANO FRANKLIN JAVIER  
C.C.: 092160035-9

  
(Firma).....  
Nombre: MSc. Ximena Vallejos  
Cargo: JEFE DE BIBLIOTECA

Facultado por resolución de Consejo Universitario



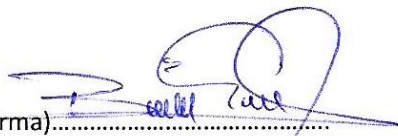




## UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

### CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, BARRIGA ZAMBRANO FRANKLIN JAVIER, con cédula de identidad Nro. 092160035-9 manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado titulado: **“CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS DEL EMBARAZO Y SU INCIDENCIA EN LA ACEPTACIÓN SOCIAL EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS “JACINTO COLLAHUAZO” Y “REPÚBLICA DEL ECUADOR” DEL CANTÓN OTAVALO, CORRESPONDIENTE AL AÑO LECTIVO 2013 – 2014”** Ha sido desarrollado para optar por el Título en Ciencias de la Educación, especialidad Psicología Educativa y Orientación Vocacional, en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

(Firma) 

Nombre: BARRIGA ZAMBRANO FRANKLIN JAVIER

Cédula: 092160035-9

Ibarra, a los 23 días del mes de mayo de 2014