

**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA**



H 3

*Manuel
Presidente
Tribuna I*



TRABAJO DIRIGIDO

**"PROGRAMA DE DESARROLLO PSICOLÓGICO
PARA ADOLESCENTES DEL COLEGIO
LIBERTADORES DE AMÉRICA"**

Presentado por

ANGÉLICA ELVIRA BALBOA ALCÓN

Tutor:

MSc. MARUJA SERRUDO O.

*Quico Pérez
Tribuna*

Nº 01157

**LA PAZ - BOLIVIA
2003**

ADOLESCENCIA > DESARROLLO PSICOLÓGICO >
EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD, ASERTIVIDAD > ORIENTACIÓN >

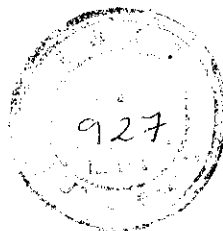
[Signature]
*Lic. VICTORIANO SORIA
Tribuna I*

DEDICATORIA:

A mi mamita Ángela y mi hermana

*Tatiana por su permanente apoyo y
estimulo en la realizaci6n de este trabajo.*

*A mi mamá Toyita por ella todo es
posible y que Dios la tenga en su gloria.*



AGRADECIMIENTO:

- ✍ *Agradexco a la Lic. Maurya Serruelo Ormacheca, por su asesoramiento y apoyo constante como profesor guía.*
- ✍ *Especial reconocimiento y gratitud a los docentes de la carrera de Psicología, UMSA por haberme brindado sus valiosos conocimientos durante el transcurso de estudios realizados.*
- ✍ *Un sincero agradecimiento a los adolescentes participantes de la Institución Educativa, por la espontaneidad, el interés y disposición.*
- ✍ *Al PETAE que ha hecho posible la elaboración de este trabajo.*

Muchas gracias...

ÍNDICE

	<i>Pág.</i>
<i>INTRODUCCIÓN</i>	<i>1</i>
 <i>CAPÍTULO I</i>	
<i>DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL</i>	<i>5</i>
<i>I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</i>	<i>5</i>
<i>1.1 ASPECTOS CURRICULARES</i>	<i>5</i>
<i>1.2 ASPECTOS POBLACIONALES</i>	<i>6</i>
<i>1.3 ASPECTOS FÍSICOS</i>	<i>6</i>
<i>1.4 ASPECTOS INSTITUCIONALES</i>	<i>7</i>
<i>1.5 ENTORNO DEL ESTABLECIMIENTO</i>	<i>8</i>
<i>1.5.1 Ubicación del Colegio</i>	<i>8</i>
<i>1.5.2 Características del entorno</i>	<i>8</i>
<i>1.5.3 Actores</i>	<i>8</i>
<i>1.5.4 Servicios</i>	<i>8</i>
<i>1.6 HISTORIAL — ANTECEDENTES DEL COLEGIO</i>	<i>9</i>
 <i>CAPITULO II</i>	
<i>PROPOSITIVA</i>	<i>12</i>
<i>21 JUSTIFICACIÓN</i>	<i>12</i>
<i>2.2 OBJETIVOS DEL PROGRAMA</i>	<i>13</i>
<i>2.2.1 OBJETIVO GENERAL</i>	<i>13</i>
<i>2.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS</i>	<i>13</i>
 <i>CAPÍTULO III</i>	
<i>MARCO TEÓRICO</i>	<i>14</i>
<i>3.1 ¿QUIÉN ES EL ADOLESCENTE?</i>	<i>14</i>
<i>3.2 EL IMPACTO PSICOLÓGICO DE LOS CAMBIOS FÍSICOS</i>	<i>15</i>
<i>3.3 EFECTOS DE UNA MADURACIÓN TEMPRANA O TARDÍA</i>	<i>15</i>
<i>3.3.1 NATURALEZA Y SIGNIFICADO</i>	<i>16</i>
<i>3.3.2. DESARROLLO FÍSICO Y FISIOLÓGICO</i>	<i>16</i>
<i>3.3.3 DESARROLLO INTELECTUAL</i>	<i>17</i>
<i>3.3.4. DESARROLLO ESCOLAR Y VOCACIONAL</i>	<i>18</i>
<i>3.3.5 DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD</i>	<i>19</i>
<i>3.4 EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD</i>	<i>20</i>
<i>3.4.1 INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL</i>	<i>21</i>
<i>3.5 AFECTIVIDAD</i>	<i>22</i>
<i>3.6 DEFINICIÓN DE AUTOESTIMA</i>	<i>25</i>
<i>3.6.1 ASPECTOS DE LA AUTOESTIMA</i>	<i>26</i>
<i>3.7 A UTOEFICACIA</i>	<i>27</i>
<i>3.8 AUTODIGNIDAD</i>	<i>27</i>
<i>3.9 FUENTES INTERIORES DE LA AUTOESTIMA</i>	<i>28</i>
<i>3.9 LOS NIVELES DE LA AUTOESTIMA</i>	<i>29</i>

3.10	AUTOESTIMA ALTA	29
3.11	AUTOESTIMA BAJA	31
3.12	DEFINICIÓN DE ASERTIVIDAD	32
<i>CAPÍTULO IV</i>		
	<i>DESARROLLO DEL PROGRAMA</i>	36
4.1	PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD	38
4.2	PROGRAMA DE ASERTIVIDAD	44
4.3	PROGRAMA DE AUTOESTIMA	50
<i>CAPÍTULO V</i>		
	<i>RESULTADOS OBTENIDOS</i>	57
5.1	CUESTIONARIO SOBRE SEXUALIDAD	58
5.1.1	Conocimiento sobre sexualidad	58
5.1.2	Consideras que estás bien informado sobre la sexualidad	59
5.1.3	Cuando tienes dudas al respecto a quién recurres	60
5.1.4	Consideras que es importante este tema para tratarlo dentro de una clase en el colegio	61
5.1.5	La sexualidad se expresa en la comunicación, en el deseo de dar y recibir palabra miradas, risas, caricias, atención y comprensión	62
5.1.6	Sexualidad es únicamente reproducción	63
5.2	APLICACIÓN DEL INVENTARIO DE ASERTIVIDAD	64
5.2.1	Rehusar prestar tu carpeta	64
5.2.2	Alabar a un amigo	66
5.2.3	Pedir un favor a alguien	68
5.2.4	Disculpate cuando cometes una falta	70
5.2.5	Pedir al profesor que repita algo que no entendiste	72
5.2.6	Pedir críticas constructivas	74
5.2.7	Pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve	76
5.2.8	Discutir con una persona que crítica tu trabajo	78
5.2.9	Decirle a un amigo que lo que hace te molesta	80
<i>CAPÍTULO 17</i>		
	<i>CONCLUSIONES</i>	83
	<i>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS</i>	87
	<i>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</i>	89
	<i>ANEXOS</i>	90

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1		
Conocimiento sobre sexualidad		58
Tabla 2		
Información acerca de la sexualidad		59

<i>Tabla 3</i>	
<i>Referencias sobre dudas de la sexualidad</i>60
<i>Tabla 4</i>	
<i>Opinión sobre la importancia de éste tema</i>	61
<i>Tabla 5</i>	
<i>La sexualidad se expresa en la comunicación</i>62
<i>Tabla 6</i>	
<i>Sexualidad es únicamente reproducción</i>63
<i>Tabla 1 –A-</i>	
<i>Rehusar prestar tu carpeta</i>64
<i>Tabla 1 –B-</i>	
<i>Rehusar prestar tu carpeta</i>	65
<i>Tabla 2 –A-</i>	
<i>Alabar a un amigo</i>	66
<i>Tabla 2 –B-</i>	
<i>Alabar a un amigo</i>	67
<i>Tabla 3 –A-</i>	
<i>Pedir un favor a alguien</i>	68
<i>Tabla 3 –B-</i>	
<i>Pedir un favor a alguien</i>	69
<i>Tabla 4 –A-</i>	
<i>Disculparte cuando comentes una falta</i>	70
<i>Tabla 4 –B-</i>	
<i>Disculparte cuando cometes una falta</i>	71
<i>Tabla 5 –A-</i>	
<i>Pedir al profesor que repita algo que no entendiste</i>	7 ²
<i>Tabla 5 –B-</i>	
<i>Pedir al profesor que repita algo que no entendiste</i>	73
<i>Tabla 6 –A-</i>	
<i>Pedir críticas constructivas</i>	7-1
<i>Tabla 6 –B-</i>	
<i>Pedir críticas constructivas</i>	75
<i>Tabla 7 –A-</i>	
<i>Pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve</i>	76
<i>Tabla 7 –B-</i>	
<i>Pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve</i>	77
<i>Tabla 8 –A-</i>	
<i>Discutir con una persona que crítica tu trabajo</i>	78
<i>Tabla 8 –B-</i>	
<i>Discutir con una persona que crítica tu trabajo</i>	79
<i>Tabla 9 –A-</i>	
<i>Decirle a un amigo que lo que hace te molesta</i>	80
<i>Tabla 9 –B-</i>	
<i>Decirle a un amigo que lo que hace te molesta</i>	81

ÍNDICE DE GRÁFICOS

<i>Gráfico 1</i>	
<i>Conocimiento sobre sexualidad</i>58
<i>Gráfico 2</i>	
<i>Conocimiento sobre sexualidad</i>59
<i>Gráfico 3</i>	
<i>Referencias sobre dudas de la sexualidad</i>	60
<i>Gráfico 4</i>	
<i>Opinión sobre la importancia de éste tema</i>61
<i>Gráfico 5</i>	
<i>La sexualidad se expresa en la comunicación</i>62
<i>Gráfico 6</i>	
<i>Sexualidad es únicamente reproducción</i>63
<i>Gráfico 1 –A-</i>	
<i>Rehusar prestar tu carpeta</i>65
<i>Gráfico 1 –B-</i>	
<i>Rehusar prestar tu carpeta</i>66
<i>Gráfico 2 –A-</i>	
<i>Alabar a un amigo</i>	67
<i>Gráfico 2 –B-</i>	
<i>Alabar a un amigo</i>	68
<i>Gráfico 3 –A-</i>	
<i>Pedir un favor a alguien</i>	69
<i>Gráfico 3 –B-</i>	
<i>Pedir un favor a alguien</i>70
<i>Gráfico 4 –A-</i>	
<i>Disculparte cuando cometes una falta</i>71
<i>Gráfico 4 –B-</i>	
<i>Disculparte cuando cometes una falta</i>72
<i>Gráfico 5 –A-</i>	
<i>Pedir al profesor que repita algo que no entendiste</i>73
<i>Gráfico 5 –B-</i>	
<i>Pedir al profesor que repita algo que no entendiste</i>74
<i>Gráfico 6 –A-</i>	
<i>Pedir críticas constructivas</i>75
<i>Gráfico 6 –B-</i>	
<i>Pedir críticas constructivas</i>76
<i>Gráfico 7 –A-</i>	
<i>Pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve</i>77
<i>Gráfico 7 –B-</i>	
<i>Pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve</i>78
<i>Gráfico 8 –A-</i>	
<i>Discutir con una persona que crítica tu trabajo</i>79
<i>Gráfico 8 –B-</i>	
<i>Discutir con una persona que crítica tu trabajo</i>80

<i>Gráfico 9 —A-</i>	
<i>Decirle a un amigo que lo que hace te molesta</i> 81
<i>Gráfico 9 —B-</i>	
<i>Decirle a un amigo que lo que hace te molesta.....</i>	82

ÍNDICE DE CUADROS

<i>Cuadro 1</i>	
<i>Características Sexuales Primarias</i>17
<i>Cuadro 2</i>	
<i>Características Sexuales Secundarias</i>17
<i>Cuadro 3</i>	
<i>Infecciones de Transmisión Sexual</i>21

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación que a la postre se desempeñó como "Programa de Desarrollo Psicológico para adolescentes" fue desarrollado en las aulas del Colegio Particular Libertadores de América, constituye un aporte valioso, cuya aplicación puede beneficiar a la educación boliviana -sobretudo a la población adolescente- con la redundancia correspondiente en la realidad nacional y porque la educación asume un rol protagónico, como forma de solucionar gran parte de los males por los que atraviesa el sistema educativo en la actualidad, siendo que en ésta recae la mayor parte de las expectativas de solución.

Sin embargo, es necesario ponderar que existen varias necesidades en el aspecto educativo, entre estas se encuentra la falta de integración entre alumnos, como también con el maestro, y viceversa, por otra parte, se identifica la carencia de programas educativos, donde se intervengan temas de mucho interés para el diario vivir del adolescente.

De esta manera, con todo lo mencionado anteriormente, la motivación para desarrollar el presente programa fue la elección de tres temas de mucha importancia como ser la Educación para la Sexualidad, La Asertividad y Autoestima, siendo que estos tienen un grado de relevancia e influencia en los adolescentes como también son de alto beneficio ya que se brinda una información amplia y clara, el cual pueda ser aprovechado por los alumnos. Cabe señalar que la edad por la que atraviesa la población (44 alumnos/as) que se benefició con el presente programa oscila entre los 15 a 17 años.

Por otra parte, es oportuno mencionar que en el Programa de Educación para la Sexualidad se empleó diferentes instrumentos, entre estos se encuentra el cuestionario el mismo que nos ayudó a identificar el grado de información del alumno, por otra parte, hubo sesiones de videos como también la disertación de temas de mucha relevancia con respecto al tema. De esta manera, se trató de impartir información progresiva y adecuada con respecto a la sexualidad humana, el cual pueda servir para su formación biopsicosocial (biológico como en lo afectivo social). Cabe resaltar que el adolescente debe perseguir la

realización de una sexualidad plena y madura, el mismo que permita obtener una comunicación equilibrada ya sea en su entorno como en su contexto de responsabilidad.

También se puede señalar que en la presente actividad, se tuvo la colaboración desinteresada de la Institución CIES, la misma colaboró con la entrega de información necesaria como de los métodos anticonceptivos como los condones, trípticos entre otros.

En lo que concierne la Asertividad, en esta actividad se utilizó el inventario de Gambrell y Richey (40 Items) el cual tuvo la intención de reflejar las reacciones emocionales de cada alumno. Por otro lado, también se desarrollaron dinámicas las cuales tuvieron el objetivo de poder motivar e incentivar actitudes positivas y valores los mismos que fueran de gran beneficio para el desenvolvimiento cotidiano de cada adolescente.

La implementación de este tipo de entrenamiento, dedicada a una población joven tiene características preventivas, en cuanto fortalece la estructura de la personalidad, guiando en lo que involucra la defensa de sus derechos, como también el respeto y el aprendizaje de valores y sobretodo el control de sí mismos. En sí, el presente programa, hizo énfasis en la maduración, desarrollo y crecimiento de la personalidad del adolescente, donde se les impartió lo referente a la interrelación social y la mejor forma de actuar en diversas circunstancias.

El Programa de Autoestima, fue otra principal actividad desempeñada en la cual se pudo enfocar la aceptación de cada uno, ya sea con todas sus virtudes emocionales como físicas, en esta actividad de igual manera que en la anterior se emplearon dinámicas relacionadas con el tema, entre ellas se puede rescatar el tema de los 6 pilares de la autoestima.

El fortalecimiento del autoestima en los adolescentes fue el principal objetivo de este programa, ya que la edad por la que atraviesan los mismos, es donde se debe aprovechar como también explotar el potencial de cada persona, reforzando el concepto que

tiene cada uno de ellos sobre sí mismos, la confianza con la cual enfrentan la vida y sobretodo el respeto y amor de sí mismos.

De acuerdo a los resultados que se lograron, se puede decir que fueron aceptables, pero con ello no se desea afirmar que todos los alumnos lograron tener un cambio de actitud radical, por el contrario la intención del programa no fue rescatar resultados de manera inmediata, lo que sí se buscó, fue de informar y/o orientar al adolescente de todas las ventajas y los riesgos que cada uno puede enfrentar en su diario vivir y con ello poder contribuir en su posterior madurez personal.

Es importante mencionar, que la obtención de resultados claros, no se darán de manera inmediata, ya que el programa debe ser ampliado y desarrollado en otras áreas, se puede decir que el presente programa expuesto, es el inicio para crear otros, los mismos que sean enfocados en beneficiar de manera sencilla y concreta a la vida personal de cada alumno.

El presente documento esta dividido en seis etapas:

En la primera se encuentra el Diagnóstico Institucional Laboral, donde se refleja todo lo referente a sector de estudio en este caso el Colegio Particular Libertadores de América.

Seguidamente, se encuentra la parte Propositiva, en este punto se refleja la justificación y objetivos que guiaron el desarrolló del presente tema de investigación.

Como el Capítulo III, se encuentra la Fundamentación Teórica que sustenta el documento desarrollado.

En el Capítulo IV, se puede encontrar las referencias de las actividades (Programas) que se desempeñaron en la mencionada institución educativa, en esta se aclara cada fase y etapa desarrollada.

Por otra parte, en el Capítulo V, se describe los resultados obtenidos de los programas efectuados en la unidad educativa, es importante señalar que en ésta sección se reflejan gráficas, donde se logra apreciar los resultados.

Por último se plantea la parte conclusiva como Capítulo VI, donde se analizan los resultados obtenidos y logros rescatados en el periodo de ejecución de los Programas como la Educación para la Sexualidad, Asertividad y Autoestima.

Finalizando se puede mencionar, otras actividades complementarias que se desempeñaron en el Colegio Particular Libertadores de América. Donde es posible rescatar que se trató de cubrir a la mayoría de los alumnos, beneficiando con diferentes programas, en los cuales se puede mencionar la detección de problemas de aprendizaje, como también la evaluación y atención psicopedagógica, orientación vocacional, el asesoramiento curricular y la intervención en el núcleo familiar; es oportuno mencionar que se realizaron otras actividades, las cuales son detalladas a la culminación del presente documento.

CAPÍTULO I

DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL

1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Nombre: Colegio Particular Libertadores de América

1.1 ASPECTOS CURRICULARES

Objetivo: Formación orientada al bachillerato en humanidades.

- a) Contenido: Niveles inicial, primario, secundario. Materias las siguientes: Matemáticas, Física, Biología, Química, Ciencias Naturales, Estudios Sociales, Geografía , Cívica, Literatura, Lenguaje, Psicología, Filosofía, Música, Religión, Educación Física, Inglés, Talleres, Artes Plásticas.
- b) Extracurriculares: Oratoria, ajedrez, computación, francés, instrumentos musicales, campamentos, caminatas.
- c) Implementación: Inclusión de niños(as) con necesidades educativas extraordinarias (Educación Especial).
- d) Recursos didácticos: Salón audiovisual, juegos didácticos, rincones de aprendizaje, biblioteca, laboratorios de computación y química, sala de inglés.
- e) Tipos de evaluación de aprendizaje: sumativa, formativa, observación diagnóstica.

1.2 ASPECTOS POBLACIONALES

a) Alumnos/as

- Cuenta con un número de 186 alumnos, los cuales reflejan ostentar con una buena condición económica.

Relaciones horizontales tíos (profesores), estudiantes, padres de familia.

b) Tíos/as (docentes)

Cuenta con un número de 24 tías y tíos.

- Cuenta con un plantel altamente Académico, maestros normalistas en sus respectivas especialidades, profesionales titulados y egresados de las diferentes casas de estudios superiores.

El término de Tíos o Tías, modo en que se nombra al docente, el propósito del mismo es de tratar que el alumnado logre congeniarse con su maestros y la parte administrativa de la institución educativa.

- c) Personal administrativo y de servicio.
- d) Conductores en el servicio de góndolas.

1.3 ASPECTOS FÍSICOS

a) Infraestructura :

- 12 aulas
- 2 laboratorios
- Espacios recreativos (columpios, resbalin, etc.)
- Salón audiovisual
- Dos campos deportivos
- Jardines y espacio amplio
- Sala para dirección académica
- Sala para Sub dirección académica
- Una sala de reuniones
- Oficina psicopedagógica

Oficina para secretaria

- Sala de comedor
- Sala de cocina
- Baños para damas
- Baños para varones
- Baños para tíos, tías

Depósito de material de escritorio

b) Descripción y cuantificación del equipamiento:

- El equipamiento por medio de financiamiento bancario
- Los insumos se obtuvieron con lo recaudado de matrículas y pensiones

1.4 ASPECTOS INSTITUCIONALES

a) Captación de recursos financieros de otras instituciones.

Ninguna

b) Organigrama

Directorio del Colegio Libertadores de América (ver anexo).

c) Calendario oficial

De acuerdo a determinación al Ministerio de Educación

d) Horario oficial

9 a 12 a.m. Nivel inicial

8 a 13 p.m. Niveles primario, secundario y especial

e) Tipo de evaluación institucional del establecimiento.

Participativa general.

1.5 ENTORNO DEL ESTABLECIMIENTO

1.5.1 Ubicación del Colegio

a) Localización

Departamento de La Paz, Provincia Murillo ciudad de La Paz.

b) Área de Acción

Zona sur, Cota Cota

1.5.2 Características del entorno

a) Sur, urbano

b) Cuenta con todos los servicios

1.5.3 Actores

Responde a las características propias de una sede de gobierno y principal ciudad del país.

1.5.4 Servicios

a) Servicios de seguro médico para la unidad educativa

Aseguradora CIACRUZ

Hospital San Gabriel

b) Servicios médicos en su área de influencia clínica del sur

SAMI

PROSALUD

1.6 HISTORIAL — ANTECEDENTES DEL COLEGIO

El colegio coeducacional "Libertadores de América", fue fundado en primera instancia el año 1990 según Resolución Ministerial N° 2739; luego el año 1991 se amplió con una segunda Resolución Ministerial N° 1077 teniendo por lo tanto 12 años de funcionamiento, como se verifica en los documentos respectivos de archivo del Colegio.

La justificación del nombre de la unidad educativa, responde a la necesidad de desarrollar en niños y jóvenes, la mentalidad de integración latinoamericana y la colaboración interamericana según recomendaciones de la declaración de los presidentes americanos, proclamada en Punta del Este — Argentina.

Ostenta el sugestivo lema:

*"La educación prepara
a la juventud latino - americana en su puesto
de avanzada"*

El Reglamento de Régimen Administrativo Técnico — Pedagógico aprobada en la Resolución Ministerial N° 1077 y con las transformaciones pertinentes de la Reforma Educativa, el establecimiento educativo sostiene la filosofía de acuerdo a las bases y fines de la Educación Nacional, brindando una formación integrativa, haciendo hincapié en el *desarrollo de la personalidad* en términos familiares con el significativo slogan "Un colegio, una familia" haciendo que la dimensión institucional forme miembros unidos por lazos fraternales; tanto con el plantel docente académico — administrativo, donde es oportuno mencionar que son llamados cariñosamente "tíos" por los estudiantes que tienen como principal afán el desarrollar un abanico de valores éticos de solidaridad, amor y autoestima, unidos al ideal de progreso y trabajo productivo, que dignifica y exalta los valores culturales, tradicionales e históricos de Latinoamérica.

El aniversario de la fundación del colegio se celebra cada año el 26 de Julio, en homenaje al "Gran abrazo de Guayaquil" protagonizada por el libertador Simón Bolívar y el General José San Martín a quienes se las tributa homenajes de gratitud y respeto en actividades cívicas.

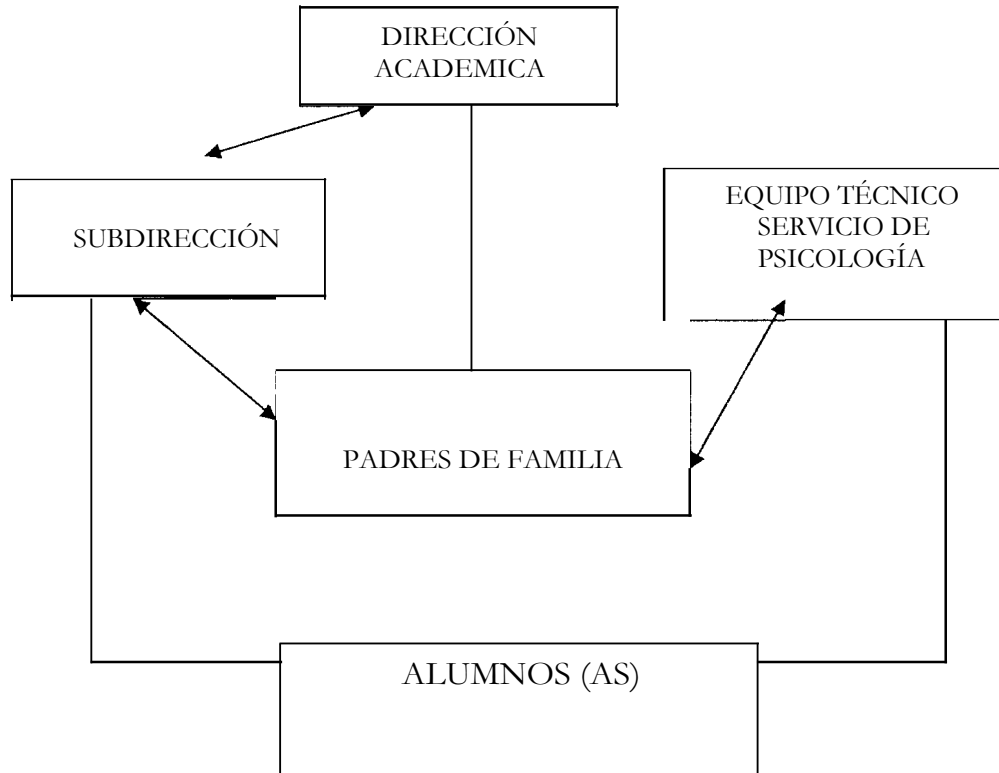
Los objetivos formulados referentes a la institución para un aprendizaje total y eficiente, proponiendo alternativas son:

1. Formar ciudadanos consientes de unir fortalezas, su autoestima y sus derechos.
2. Transformar estructuras, modos materiales y orientaciones pedagógicas, para que el aprendizaje sea dinámico con aula abierta y evaluación formativa.
3. Cumplir a cabalidad el slogan "Un colegio una familia" con la interacción cotidiana de todos los miembros de la Unidad Educativa, de esta manera consiguiendo que se aprenda con *guías* cariñosas, comprensivas y ecuánimes.

El colegio consecuente con los cambios, continuamente traza nuevos objetivos para lograr que él y la estudiante este integro con sus fortalezas y sus limitaciones demostrando valor en las vicisitudes y generosidad con sus compañeros que conforman la familia.

Actualmente, el establecimiento cuenta con una sección de alumnos con necesidades educativas extraordinarias, donde se desea que encuentran una comunidad familiar no discriminatoria, elevando la autoestima, permitiendo una vida equilibrada y feliz. Esta sección cuenta con maestros que recibieron preparación académica científicamente adecuada y que tienen la capacidad suficiente para confiar en resultados eficientes en el tratamiento de cada caso que tenga dificultades físicas como mentales.

ORGANIGRAMA



CAPITULO II

PROPOSITIVA

2.1 JUSTIFICACIÓN

En el presente trabajo se destacaron tres actividades de relevancia cuyo objetivo fue el de contribuir a la difusión y la importancia de educación para la sexualidad, Asertividad y la Autoestima en los adolescentes por la falta de información en la curricula del sistema educativo regular. Educación para la Sexualidad se constituye en una respuesta a las interrogantes de los adolescentes., porque contempla no solo la información biológica-anatómica y sexual (de infecciones y métodos de prevención) así como también la información de los cambios comportamentales (sus causas y consecuencias).

La falta de comunicación con los padres, falta de un modelo de referencia o de algún adulto con quién develar las dudas que implica el inicio y el explorar la sexualidad, mitos y tabúes que rodean y constituyen, los mayores conflictos que deben enfrentar los adolescentes. Todo esto se enfocó de una forma abierta, sincera con el fin de promover en los y las jóvenes responsabilidad, seguridad y respeto hacia si mismo.

Resulta necesario ocuparse de la asertividad y la autoestima, ya que existen deficiencias a nivel relacional por la carencia de conductas asertivas, éstas se manifiestan en la inseguridad de uno mismo, dificultad para relacionarse con los demás, hacer prevalecer los derechos, etc. Entonces se emitirán conductas inadecuadas a la situación de interacción, lo que genera conflictos a nivel de adaptación no serán asertivos porque carecen de autoestima.

Los y las jóvenes serán capaces de manejar en forma adecuada sentimientos de fastidio, oposición, ternura, amistad, amor y afecto; así como alternativas a la agresión como una forma de encarar el stress.

Lo que permitirá en los adolescentes generar repertorios conductuales prosociales, ofreciéndole una alternativa para su desarrollo personal y social.

2.2 OBJETIVOS DEL PROGRAMA

2.2.1 OBJETIVO GENERAL

- Fortalecer el desarrollo psicológico de los adolescentes del colegio Libertadores de América y colaborar al logro de una vida satisfactoria.

2.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Proporcionar contenidos y aplicar instrumentos para el desarrollo de la Educación para la sexualidad.
- Proporcionar contenidos y aplicar instrumentos para el desarrollo de la asertividad.
- Proporcionar contenido y aplicar instrumentos para el desarrollo de la autoestima.

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

REFERENCIAS CONCEPTUALES DEL ADOLESCENTE

3.1 ¿QUIÉN ES EL ADOLESCENTE?

La palabra adolescencia tiene su origen en el verbo latino *adoléscere* que significa crecer o llegar a la madurez; por eso lo utilizamos para referirnos al niño que se encuentra en la fase del desarrollo durante la cual deja de ser niño para convertirse en adulto. Según esto, la adolescencia es una transformación profunda que le impone al joven grandes exigencias de adaptación, de acuerdo con nuevas funciones biológicas, nuevos tipos de relación interpersonal, nuevos roles, y nuevas responsabilidades sociales y familiares.

La adolescencia comienza mas o menos de los 12 a los 13 años y termina un poco antes o un poco después de los veinte., es mas fácil determinar cuando termina la infancia, que decidir cuando ha llegado la vida adulta. La primera etapa se anuncia por inconfundibles cambios en el cuerpo; la segunda esta seguida por desarrollos socialmente definidos.

En el aspecto psicológico se llega a la edad adulta cuando ellos descubren su identidad, se independizan de sus padres desarrollan su propio sistema de valores y pueden iniciar relaciones maduras de amistad y amor. Algunas personas nunca dejan la adolescencia no importa su edad cronológica.

La *pubescencia* es la etapa durante la cual maduran las funciones reproductivas, ocurre un rápido aumento de peso y talla, se agrandan los órganos sexuales primarios y aparecen las características sexuales secundarias. La pubescencia dura normalmente cerca de dos años y termina en la pubertad, el punto en el cual un chico o una chica alcanzan total madurez sexual y están capacitados para reproducirse. La pubescencia es la época de

la vida en la que se realiza el mayor aumento en la diferenciación sexual desde el estado prenatal

3.2 EL IMPACTO PSICOLÓGICO DE LOS CAMBIOS FÍSICOS

La adolescencia es probablemente el tiempo más embarazoso de todo el trayecto de la vida. En una época en que la gente está extremadamente autoconsciente y segura de que todo el mundo está observando su más leve movimiento, sus cuerpos los están traicionando constantemente. Las voces de los chicos se destiemplan inesperadamente, y sus penes hacen erección, muy obvia, en tiempos inoportunos. Las chicas se preocupan por el tamaño de sus senos y por no manchar sus vestidos con la sangre menstrual. No es sorprendente que los dramáticos cambios físicos de la adolescencia deban tener muchas consecuencias en el aspecto psicológico, incluyendo la necesidad de manejar las insistentes urgencias sexuales que vienen con la pubertad.

3.3 EFECTOS DE UNA MADURACIÓN TEMPRANA O TARDÍA

Una de las paradojas más grandes de la adolescencia es el conflicto entre el deseo vehemente de un joven de encontrar una identidad individual para afirmar un yo único y el deseo abrumador de ser exactamente como sus amigos o amigas. Cualquier cosa que coloque a un adolescente obviamente fuera del grupo puede inquietar, y los jovencitos se perturban con frecuencia si maduran sexualmente o mucho antes o mucho después que sus amigos. Aunque la maduración tardía ni la temprana son necesariamente una ventaja ni un problema, los estudios (tanto clásicos como recientes) han encontrado que el ritmo de la maduración puede tener importantes efectos psicológicos, especialmente en los varones.

Algunos estudios de investigación han demostrado que los chicos que tienen una maduración temprana son más equilibrados, más relajados, de buen estado de ánimo, menos afectados, más populares entre los compañeros, tienen más tendencias a ser líderes en la escuela y menos impulsivos que los que maduran más tarde, mientras otros estudios

¹ PAPALIA, Diane E. "Desarrollo Humano".(1992).

han encontrado que éstos se preocupan más por ser populares, son más cautelosos y más ligados a las reglas y rutinas.

3.3.1 NATURALEZA Y SIGNIFICADO

La adolescencia es un período de transición en el desarrollo entre la niñez y la edad adulta. Por lo general, se considera que comienza alrededor de los 12 ó 13 años y termina hacia los 19 ó 20.

La adolescencia comienza con la pubertad, que es el proceso que conduce a la madurez sexual, es decir, cuando una persona puede engendrar. Siendo éste un proceso que no sólo presenta cambios físicos sino sociales y emocionales que no dependen únicamente de la edad cronológica.

3.3.2 DESARROLLO FÍSICO Y FISIOLÓGICO

Las niñas comienzan a presentar el cambio a los 9 ó 10 años, la edad promedio para que los muchachos entren en la pubertad son los 12 años, no obstante estos cambios pueden pasar antes o después.

La pubertad comienza cuando en un determinado momento biológico, la glándula pituitaria envía un mensaje a las glándulas sexuales de una persona joven la cual empieza a segregar hormonas. En las niñas el estrógeno y en los muchachos el andrógeno.

Las características sexuales primarias son los órganos necesarios para la reproducción. El principal signo de madurez sexual en las niñas es la menstruación; en los muchachos es la presencia de espermatozoides en la orina.

Las características sexuales secundarias son signo fisiológico de madurez sexual que no incluyen en forma directa los órganos sexuales.

A continuación se presentan algunas de estas características:

CUADRO 1
CARACTERÍSTICAS SEXUALES PRIMARIAS

Femeninas	Masculinas
• Ovarios	• Testículos
• Trompas de Falopio	• Pene
• Utero	• Escroto
• Vagina	• Vesículas seminales

Fuente: Papalia D. Desarrollo Humano 1992

CUADRO 2
CARACTERÍSTICAS SEXUALES SECUNDARIAS

Niñas	Niños
• Senos	• Vello púbico
• Vello púbico	• Vello axilar
• Vello axilar	• Vello facial
• Cambios en la voz	• Cambios en la voz
• Cambios en la piel	• Cambios en la piel

Fuente: Papalia D. Desarrollo Humano 1992

Las hormonas también se hallan en estrecha relación con las emociones, específicamente con la agresión de los muchachos y con la agresión y la depresión en las niñas.

3.3.3 DESARROLLO INTELECTUAL

La etapa de las operaciones formales según Piaget, se caracteriza por la habilidad para pensar en forma abstracta.

1. Las personas pueden aplicar el razonamiento hipotético - deductivo, es decir, puede pensar en términos de posibilidades, tratar problemas de manera flexible y probar hipótesis.
2. No todas las operaciones pueden llegar a las operaciones formales.
3. El adolescente presenta tendencias egocéntricas como: hallar fallas en la figuras, contradecir y aparentar hipocresía.

Según Kohlberg, (1976) "los adolescentes se encuentran en el nivel convencional del desarrollo moral, es decir han internalizado los estándares de los demás y se ajustan a las convenciones sociales, apoyan el statu quo y piensan en términos de hacer lo correcto para complacer a otros o para cumplir la ley.

3.3.4 DESARROLLO ESCOLAR Y VOCACIONAL

La atmósfera familiar, el interés de los padres y las relaciones familiares parece tener una influencia mayor en los resultados escolares de los adolescentes que el estatus socioeconómico. Tanto las familias pobres como las ricas pueden crear un clima que fortalezca el aprendizaje.

En el período de tentativa que se presenta después de la pubertad, se anuncia como un esfuerzo de los jóvenes para equilibrar intereses con habilidades y valores. Luego los jóvenes entran al período de realidad y pueden planear la educación apropiada para satisfacer los requerimientos de una carrera, aunque muchos jóvenes al final de la adolescencia aun no se encuentren en ese período.

Diversos factores intervienen a la hora de elegir una carrera entre ellos son: la habilidad individual y personalidad, educación, antecedentes socioeconómicos, raciales o étnicos, valores sociales y los accidentes de las experiencias particulares en la vida, siendo las más importantes los padres y su sexo.

3.3.5 DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

El aspecto principal en esta etapa de la vida es la búsqueda de la identidad, de esta manera se puede presentar la siguiente teoría:

- *Teoría de Erik Erikson*

Para la teoría de Erik Erikson (citado por Papalia, 1992), la principal tarea de esta etapa de la vida es resolver el conflicto de la identidad versus la confusión de la identidad para poder convertirse en un adulto que pueda cumplir un rol en la vida, para construirla, el yo organiza las habilidades, las necesidades y los deseos de las persona para adaptarlos a las exigencias de la sociedad la virtud que debe presentarse es la fidelidad, es decir, lealtad a toda prueba, confianza o sentimientos de entrega al ser amado, a los amigo o a los compañeros, también implica identificarse con una serie de valores, ideología, una religión, un movimiento político o un grupo étnico.

El amor forma parte importante en el camino hacia la identidad ya que permite que el adolescente exponga su propia tentativa de identidad que se ve reflejada en el ser amado y le ayuda a clarificar el yo.

- *Teoría de James Marcia y Carol Gilligan*

Marcia y Gilligan y otros (1982) investigadores han encontrado diferencias en la manera como logran la identidad los varones y las mujeres.

Las mujeres jóvenes y los adultos se juzgan a si mismos por sus responsabilidades y su capacidad para cuidar de los demás y de sí mismas mientras que los hombres se juzgan más importantes sus los logros.

• *Identidad sexual*

Uno de los cambios profundos en la vida de los adolescentes es acercarse a las personas del otro sexo para establecer amistad y relaciones amorosas.

Por lo general, la orientación sexual de una persona se manifiesta en la adolescencia si es consistente sexual y afectivamente con las personas del otro sexo (heterosexual) o con las personas de su mismo sexo (homosexual)

Las actitudes y los comportamientos sexuales son más liberales en la actualidad que en el pasado. Uno de los principales cambios es la admisión de relaciones sexuales prematrimoniales así como la disminución del doble patrón (código que permitía mayor libertad sexual a los hombres que a las mujeres).

3.4 EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD

Maldonado, Ruth (1993) dice, que se debe tomar en cuenta la diferencia que existe entre socialización sexual y educación sexual.

Socialización sexual implica transmisión de valores, creencias, costumbres y mitos a través de la familia, la escuela y los medios de comunicación sin que generalmente haya una intencionalidad de cambio.

La educación sexual implica la intencionalidad educativa a través del desarrollo de una estrategia de enseñanza basadas en la información y orientación de conocimientos entregados a los educandos.

La sexualidad en los adolescentes interviene en la formación de lazos afectivos que estimulan su incorporación a la sociedad. Existe una interacción entre afectividad y sexualidad de modo que la dinámica del sexo permite la solidez afectiva del sujeto respecto a sus intereses vitales, la afectividad regula los impulsos ante la sociedad. De esta

interacción surge el establecimiento de círculos de amistad, orientación familiar o actitudes de rechazo o adhesión a personas o instituciones. La conformación comunitaria de la sexualidad adolescente forma grupos unidos por ideales comunes, por ejemplo el enamoramiento, que se caracteriza por su fuerza y apasionamiento, los amigos y los grupos.

3.4.1 INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

También conocidas como enfermedades venéreas; a continuación se presenta un cuadro con infecciones de transmisión sexual más comunes:

CUADRO 3
INFECCIONES DE **TRANSMISION** SEXUAL

Enfermedad	Causa	Síntomas en el hombre	Síntomas en la mujer
Clamidia	Infección bacterial	Dolor al orinar, supuración por el pene.	Flujo vaginal, malestar abdominal.
Gonorrea	Infección bacteriana	Supuración del pene, dolor al orinar	Incomodidad al orinar, flujo vaginal, menstruación irregular.
Herpes	Infección viral	Vejigas dolorosas en los genitales por lo general en el pene,	Vejigas dolorosas en los genitales que en ocasiones producen fiebre, y dolor muscular. Las mujeres con ulceraciones en la cervix pueden no darse cuenta de los brotes.
Sífilis	Infección bacteriana	En la primera etapa, ulceraciones rojizas - café se presentan en la boca, los genitales o ambos, las cuales	Igual que en los hombres

		pueden desaparecer aunque la bacteria permanece. En la segunda etapa, más infecciosa se presenta un amplio salpullido en la piel.	
SIDA	Infección viral	Fatiga extrema, fiebre, inflamación de los ganglios linfáticos, pérdida de peso, diarrea, sudoración nocturna, susceptibilidad a otras enfermedades.	Igual que en los hombres.

Fuente: Sexualidad y Reproducción Humana. Maldonado, Ballón Ruth (1993)

Las causas son muchas: aumento en la actividad sexual, utilización de anticonceptivos orales que no protegen contra estas enfermedades, en lugar de condones, el supuesto de que estas enfermedades se curan con facilidad y la creencia de que sus parejas son inmunes a estas enfermedades.

3.5 AFECTIVIDAD

¿Qué es el afecto?

Según M.P. González, E. Barrull, C. Pons y P. Marteles, (1998) menciona algo aproximado al afecto donde se puede decir que en general se suele identificar el afecto con la emoción, pero, en realidad, son fenómenos muy distintos aunque, sin duda, están relacionados entre sí. Mientras que la emoción es una respuesta individual interna que informa de las probabilidades de supervivencia que ofrece cada situación, el afecto es un proceso de interacción social entre dos o más organismos.

Del uso que hacemos de la palabra "afecto" en la vida cotidiana, se puede inferir que el afecto es algo que puede darse a otro. Decimos que "damos afecto" o que "recibimos afecto". Así, parece que el afecto debe ser algo que se puede proporcionar y recibir. Por el

contrario, las emociones ni se dan ni se quitan, sólo se experimentan en uno mismo. Las emociones describen y valoran el estado de bienestar (probabilidad de supervivencia) en el que nos encontramos.

Se suele describir el estado emocional a través de expresiones como "me siento cansado" o "siento una gran alegría", mientras que describimos los procesos afectivos como "me da cariño" o "le doy mucha seguridad". En general, no decimos "me da emoción" o "me da sentimiento" y sí decimos "me da afecto". Además, cuando utilizamos la palabra 'emoción' en relación con otra persona, entonces decimos "fulanito me emociona" o "fulanito me produce tal o cual emoción". En ambos casos, se alude básicamente a un proceso interno más que a una transmisión. Parece que una diferencia fundamental entre emoción y afecto es que la emoción es algo que se produce dentro del organismo, mientras que el afecto es algo que fluye y se traslada de una persona a otra.

A diferencia de las emociones, el afecto es algo que puede almacenarse (acumularse). Utilizamos, por ejemplo, la expresión "cargar baterías" en vacaciones, para referirnos a la mejoría de nuestra disposición para atender a nuestros hijos, amigos, clientes, alumnos, compañeros, etc. Lo que significa que en determinadas circunstancias, almacenamos una mayor capacidad de afecto que podemos dar a los demás. Parece que el afecto es un fenómeno como la masa o la energía, que puede almacenarse y trasladarse.

Por otra parte, nuestra experiencia nos enseña que dar afecto es algo que requiere esfuerzo. Cuidar, ayudar, comprender, etc., a otra persona no puede realizarse sin esfuerzo. A veces, no nos damos cuenta de este esfuerzo. Por ejemplo, la ilusión de una nueva relación no nos deja ver el esfuerzo que realizamos para agradar al otro y para proporcionarle bienestar. Pero, en la mayoría de los casos, todos experimentamos el esfuerzo más o menos intenso que realizamos para proporcionar bienestar al otro.

En resumen, el conocimiento sobre el afecto nos permite señalar algunas características claras:

- El afecto es *algo* que fluye entre las personas, *algo* que se da y se recibe.
- Proporcionar afecto es *algo* que requiere esfuerzo
- El afecto es *algo* esencial para la especie humana, en especial en la niñez y en la enfermedad.

- *Afecto como ayuda social*

El conjunto de los seres vivos puede dividirse en especies sociales y asociales. Se entiende por especies asociales aquellas cuyos individuos no necesitan, en ninguna ocasión, la colaboración de otros individuos de su misma especie para sobrevivir. Esto significa que los recursos que un individuo de una especie asocial necesita los puede obtener por sí mismo. Existe un gran número de especies asociales, como pueden ser el mosquito o la zarzamora.

Por el contrario, las especies sociales son aquellas que, por lo menos en algún período de su vida, necesitan indudablemente la colaboración de otros miembros de su misma especie para sobrevivir. Un individuo social no puede obtener por sí mismo todos los recursos que necesita para sobrevivir. Para ello, necesita la ayuda y la colaboración de sus congéneres. El hecho social es, pues, el resultado de la necesidad del otro para la supervivencia o, lo que es lo mismo, de la dependencia de los demás para obtener los recursos necesarios para sobrevivir. La cooperación social constituye una necesidad para todas aquellas especies que denominamos sociales. Sin ayuda social, sin la cooperación de los demás, un individuo de una especie social no puede sobrevivir.

Cuando se dice habitualmente que el ser humano necesita afecto para su bienestar, nos estamos refiriendo, en realidad, al hecho de que necesita la ayuda y la cooperación de otros seres humanos para sobrevivir. Es decir, la necesidad de ayuda social la expresamos como necesidad de afecto o necesidad afectiva. De ahí que el afecto sea considerado algo esencial en la vida de todo ser humano. Dar afecto significa ayudar al otro, procurar su bienestar y su supervivencia. Efectivamente, el afecto, entendido como ayuda o cooperación para la supervivencia

3.6 **DEFINICION DE AUTOESTIMA**

Branden, Nataniel (1991) psicoterapeuta de visión humanista, contribuye al estudio de la autoestima convirtiéndose en uno de los especialistas de nuestro tiempo. Menciona que la autoestima es una fuerza poderosa dentro de cada ser humano, es decir que; es la experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades de la vida, es tener confianza en nuestra capacidad de pensar y afrontar los desafíos básicos de la vida.

Por último es tener confianza de ser felices con el sentimiento de ser dignos de merecer, de tener derecho a formar nuestras necesidades y a gozar de los frutos de nuestros esfuerzos " ²

Se entiende a partir de este pensamiento que la autoestima es una necesidad vital para todo ser humano, es una necesidad que se debe aprender a satisfacer a través del ejercicio de nuestras facultades más humanas como ser la razón, la elección y la responsabilidad lleva a pensar que debemos enmarcamos a vivir racionalmente y a ser conscientes de la realidad.

Stanley Coopermith ,(1967) define así " Por autoestima entendemos la evaluación que efectúa y mantiene comunmente el individuo en referencia así mismo , expresa una actitud de aprobación é indica la medida en que el individuo se cree capaz, significativo con éxito y merecedor. En síntesis, la autoestima es un juicio de la persona sobre el merecimiento que se expresa en la actitud que mantiene ésta hacia sí misma " ³

Científicos de tendencia humanista como Maslow A. y Roger, C.(1986) afirman que la autoestima es una parte fundamental para que el hombre alcance la plenitud y la autorealización en la salud física y mental , productividad y creatividad, es decir, la plena expresión de si mismo. Por otra parte se puede añadir , de acuerdo al primero que la persona que no tiene amor por si mismo se vuelve egoista y la autoestima es la base y

² BRANDEN NATANIEL, 5: *Los seis pilares de la autoestima*

³ COPERMITH STANLEY, *Los antecedentes de la autoestima* pág. 5

centro del desarrollo humano y a la vez es conocimiento y práctica de todo el potencial de cada individuo

Roger (1986), dice que sólo podremos respetar a los demás cuando uno se respeta a uno mismo ; sólo podremos dar cuando nos hemos dado a nosotros mismos ; sólo podremos amar cuando nos amemos a nosotros mismos y para referirse al constructo " el si mismo " es necesario aproximarnos a éste término.

Un investigador psicopedagogo señala con toda precisión que: "el si mismo" abstracción o pensamiento que se forma en el niño cuando reconoce que es una entidad separada determinada por las interacciones sociales, desde temprana edad por lo que incluye ideas (cognición) y afectos (estima) respeto a uno mismo. Solamente se puede hablar de si mismo, en la medida en que uno haya hecho conciencia de su individualización con relación a los sujetos y haya desarrollado ideas y emociones en un proceso de intervención social. Rallo, L.(1993)

Carl, Roger, en su teoría del concepto de " si mismo " sobre el cuál indica puede considerarse como una configuración organizada de percepciones del si mismo admisible para la consciencia ". a la vez señala que están presentes los elementos, como ser: las percepciones de las propias características y capacidades de uno mismo, los preceptos y conceptos de "si mismo" que están relacionados con el medio ambiente sociocultural, las cualidades valiosas están relacionadas con la experiencia, los objetos e ideales.

3.6.1 ASPECTOS DE LA AUTOESTIMA

La autoeficacia y la autodignidad son los aspectos de la autoestima positiva, son las bases fundamentales y al mismo tiempo representa la esencia de la autoestima.

Siguiendo el recorrido de Nathaniel Branden, indicaremos que existe un sentido de eficacia personal, que denomina autoeficacia, el otro es el sentido de mérito personal que se

lo nombra como autodignidad, ambos constructos tienen una relación estrecha como las dos caras de una moneda .

3.7 AUTOEFICACIA

Todo sujeto social pretende tener confianza en el funcionamiento de su mente, en su capacidad de pensar, en el proceso de pensar, en el proceso por donde juzgar, elegir y decidir.

Al mismo tiempo, confianza en su capacidad de comprender los sucesos reales, estos están en el contexto de sus intereses y necesidades ; así mismo confianza en su inteligencia como ser pensante y ser consciente de su realidad, que enfrenta los desafíos de la vida y a la vez manifiesta un control sobre su propia persona.

Desde la visión Rogeriana el concepto de autoeficacia , es el sujeto que ha alcanzado la confianza en la totalidad de su personalidad y que le ha permitido alcanzar la confianza en comprender su realidad experiencial y cognocitiva para todo proceso de aprendizaje y le permita ser competente y ser eficaz y ser un sujeto de pensamientos positivos

3.8 AUTODIGNIDAD

Nathaniel , Branden (1991), indica que ésta en cada persona, que tiene un nivel alto de autoestima en el cuál se manifestará en la seguridad de su valor como ser humano o ser persona y que tiene una actitud positiva hacia el derecho de vivir con dignidad y de ser feliz, de expresar en forma adecuada sus pensamientos, deseos y necesidades.

Las personas deben experimentar en su si mismo, de ser dignas de lograr metas y objetivos, el éxito la felicidad , el respeto y la amistad, finalmente la autorealización.

La autorealización es, pues el más ambicioso programa de desarrollo personal del ser humano. A medida que aumenta la seguridad y quedan satisfechas las necesidades básicas de alimento, amor, respeto, aprobación, autoestima, etc; se va poniendo en marcha el segundo sistema de fuerza que activa el desarrollo la autorealización.

3.9 FUENTES INTERIORES DE LA AUTOESTIMA

Nuevamente Nathaniel Branden,(1993) quién en su obra "Los seis pilares de la autoestima; " fundamentalmente se centra a partir de la persona y de lo que decide hacer en su entorno, los cuáles son todos operaciones de la consciencia que a travez de la práctica cotidiana permite afirmar el fenómeno psicológico.

Dicho autor señala que los seis pilares de la autoestima desde una perspectiva humanista son los aspectos importantes para fortalecer el nivel de éste recurso psicológico, los cuales son:

- 1.-"Vivir conscientemente " significa estar mentalmente activo en lugar de pasivo.
- 2.-"Aceptación de si mismo" supone la disposición a experimentar, que pensamos que pensamos, sentimos que sentimos, hemos hecho lo que hemos hecho y somos lo que somos

Este juicio exige a toda persona la aceptación de si mismo con toda experiencia que ha asimilado porque va a permitir modificar su propia organización interna, gracias a esta actitud positiva de la aceptación de si mismo. (pag;112)

- 3.-"La responsabilidad de si mismo", la autoresponsabilidad es la clave de la eficacia y permite que la persona crezca para ser más plena y equilibrada. "Soy responsable del nivel de consciencia con que realizo mis actividades.

- 4.-"La autoafirmación", significa la disposición a valerme por mi mismo, a ser quién soy abiertamente, a tratarme con respeto en todas las relaciones humanas.(Idem.139)

5.-"Vivir con propósito",ningun ser humano puede vivir sin propósitos, nuestros objetivos a corto y largo plazo esta marcando por donde vivir para encontrar a través de la acción necesaria, la meta preciada de logros y éxitos .(Idem,197)

6.-"Integridad personal y autenticidad ", definir la integridad personal lleva a pensar que todo ser humano debe tener un comportamiento coherente con los valores, creencias, convicciones, normas y mostrar concordancia entre sus palabras y el comportamiento e inclinarse al bien.

En definitiva se ha considerado cada uno de los 6 Pilares de la Autoestima en forma esporádica para su mejor comprensión . Sin embargo, es imprescindible hacer notar que cada uno de ellos está articulado a la autoestima para el funcionamiento óptimo de la persona, y cualquiera de ellos que entren en el sentido de merma o incoherencia sufrirá un deterioro a nivel global que afectara su personalidad.

3.9 LOS NIVELES DE LA AUTOESTIMA

Según Roger, menciona que el comportamiento de un ser humano esta determinado por la percepción que tiene de si mismo y de su entorno.

Precisamente al considerar los niveles básicos de la autoestima se debe tomar en cuenta al sujeto social que está inmerso en su contexto, influido por las fuerzas motivadoras externas e internas, a merced de constantes desafíos, donde tiene que poner toda su capacidad personal y su sentimiento de valía que dependen de los grados de autoestima.

3.10 AUTOESTIMA ALTA

La autoestima alta está asociada a lo que suele referirse como afecto positivo, así mismo se debe indicar que la personalidad esta asociada con la autoestima a través de la afectividad en el manejo de diferentes tareas y retos de la vida, en que se presentan como desafíos.

Branden dice, (1993) las personas que tienen presente los seis pilares de la autoestima, son los que posteriormente reflejarán un estado emocional alto; éstos son aquellos que lograrán percibir situaciones con mayor exactitud de realismo, tanto de su mundo externo y de uno mismo.

La autoestima alta se manifiesta en el sujeto cuando su autopercepción valorativa es positiva sobre si mismo, es decir "se percibe a si mismo como persona más apta, con más mérito y más posibilidades de enfrentarse a la vida, así menciona Roger .(1993).

El alumno es activo en la medida en que tenga fortalecida su autoestima y está le permite nuevas aperturas de asimilar experiencias y confianza en el si mismo, para asumir actitudes conscientes respecto a su mundo inmediato

Se ha comprendido que la persona que tiene autoestima alta es el que sabe vivir humanamente en su entorno y manifiesta los atributos siguientes: "Comprende, valora y desarrolla su cuerpo, es autentico(a), honesta(o), consigo mismo y con los demás dispuesto(a) a arriesgarse; ser creativa (o) demostrar su competencia, cambiar cuando la situación lo exige y encontrar la forma de adaptarse

A lo que es nuevo y diferente el resultado es una persona físicamente saludable, mentalmente despierta, amorosa, sensible, autentica, creativa y productiva lucha tenazmente por lograr sus objetivos.

Son características muy claras de la persona que goza de un nivel alto de autoestima y que le permite desarrollar niveles de aprendizaje superiores y de vivir una vida plena. Satir,V.(1981)

3.11 AUTOESTIMA BAJA.

El nivel bajo de autoestima muestra a sujetos que tienen la sensación de ser personas que sufren la situación crónica de afecto negativo: sentimiento de inferioridad, falta de merecimiento, inseguridad y soledad; son ansiosas, depresiva e ineficaces.

Roger (1993), hace énfasis en el libro "Psicoterapia Centrada en el cliente", indicando que "la persona desciende su autoestima a nivel muy bajo y se siente indigno y desesperanzado".

El sujeto desvalorizado es un ser que no se conoce, que no se acepta y que no se valoriza su sí mismo; que se engaña, ha perdido el contacto consigo mismo.

Branden, Nathaniel (1991) señala que las personas con baja autoestima terminan en compañía de las de su especie; el miedo la inseguridad compartidos reafirman la autoevaluación negativa tienden a generar depresión y ansiedad. Si nos sentimos significativamente carentes de eficacia y valor casi con seguridad sentiremos que la existencia es aterradora é infructuosa.

Se puede señalar que los alumnos que son desvalorizados por las actitudes de los profesores y sus padres, estos tienden a ser inseguros de sus cualidades intelectuales, habilidades y destrezas de aprendizaje, a esto se debe añadir la opinión negativa de sus compañeros.

Finalmente, L.. Raffo (1993), manifiesta que un sujeto que tiene un nivel bajo de autoestima, en el proceso de enseñanza - aprendizaje tendera a la pasividad e insatisfacción y a una baja iniciativa y creatividad; a la vez miedo a aprender y temor al fracaso escolar.

3.12 DEFINICION DE ASERTIVIDAD

Lange y Jakuboski, (1976) sostienen que la misma puede ser definida como, "La comunicación de las opiniones , creencias, sentimientos y deseos personales de una forma directa honrada y adecuada," destacándose aspectos como el respeto de los derechos personales y de los demás, la ausencia de la agresividad en la conducta, la comunicación de pensamientos y sentimientos en forma clara, los cuales guiados por un objetivo , conducir al individuo hacia lo que desea (de forma general ser feliz, implicando una forma de vida más saludable) y lo alejan de lo que no desea.

Se debe tomar en cuenta que teniendo la asertividad. Como características importantes; la comunicación, el respeto, la ausencia de agresividad, estrategias y objetivos representa en si misma una habilidad social, pues permite el manejo adecuado no solo a nivel individual sino también ambiental.

El entrenamiento centrado en ella, representa la adquisición, mejora o incremento en las habilidades sociales.

La implementación de este tipo de entrenamiento en cualquier población, pero sobre todo en una población joven tiene características preventivas, en cuanto fortalece la estructura de la personalidad tiende a la no-formación de problemas adaptativos y esta enfocado hacia el futuro como parte de la estructuración de un nuevo estilo de vida, en una sociedad cada día más competitiva y modernizante.

Arthur Lange (citado por Albert Ellis 1981: 309) señala, "el entrenamiento de la asertividad es un proceso que ayuda a las personas a comunicar lo que quieren expresar en forma eficaz".

Este entrenamiento de la asertividad se centra en las situaciones concretas, en los tipos de interacciones en las que los miembros del grupo creen que no están actuando tan bien como quisieran.

Lange, incluye cuatro etapas en el proceso de entrenamiento asertivo.

- a) "El desarrollo de un sistema de creencias que mantiene un gran respeto de los derechos personales propios y de los derechos de los demás.
- b) La distinción entre las respuestas pasivas, asertivas y agresivas
- c) La reestructuración cognitiva en casos concretos
- d) El ensayo conductual de las respuestas asertivas en situaciones específicas.

- Nivel de asertividad

Se refiere a la capacidad para comunicar sus opiniones, creencias, sentimientos y deseos personales en forma directa, honrada y adecuada manifiesta a través de ansiedad interpersonal, ejecución de conducta adecuada, interferencia emocional en situaciones de interacción social (Lange y Jakubowsky, 1976: .310).

Los mismos autores señalan acerca de la conducta asertiva que se caracteriza por la comunicación de sentimientos, opiniones, creencias y deseos personales por parte del sujeto en forma directa y adecuada, que incluye el respeto a uno mismo y a los demás, ausencia de agresividad en la conducta acercamiento a lo deseado y alejamiento de lo que no desea y que contribuye al establecimiento de relaciones adecuadas con el entorno.

Hay quien considera que asertividad y habilidades sociales son términos sinónimos. Sin embargo, vamos a considerar que la asertividad es solo una parte de las habilidades sociales, aquella que reúne las conductas y pensamientos que nos permiten defender los derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido.

Póngase un ejemplo: Usted se sienta en un restaurante a cenar. Cuando el camarero le trae lo que ha pedido, se da cuenta de que la copa está sucia, con marcas de pintura de labios de otra persona. Usted podría:

- a) No decir nada y usar la copa sucia aunque a disgusto.
- b) Armar un gran escándalo en el local y decir al camarero que nunca volverá a ir a ese establecimiento.
- c) Llamar al camarero y pedirle que por favor le cambie la copa.

Este ejemplo ilustra los tres puntos principales del continuo de asertividad:

- A. Estilo pasivo**
- B. Estilo agresivo**
- C. Estilo asertivo**

Ni a) ni b) sean conductas apropiadas en esa situación si lo que pretendemos es reducir nuestro estrés.

Estas formas de comportarse hace a veces ineficaces para la vida social, generándose malestar. Sin embargo, como cualquier otra conducta, es algo que se puede ir aprendiendo con la práctica.

Una de las razones por la cual la gente es poco asertiva, es debido a que piensan que no tienen derecho a sus creencias, derechos u opiniones. En este sentido, el entrenamiento asertivo no consiste en convertir personas sumisas en quejicas y acusadoras, sino a enseñar que la gente tiene derecho a defender sus derechos ante situaciones que a todas luces son injustas. Expongamos aquí una serie de ideas falsas y el derecho de la persona que es violado:

- No hay que interrumpir nunca a la gente. Interrumpir es de mala educación.
 - Usted tiene derecho a interrumpir a su interlocutor para pedir una explicación.
- Los problemas de uno no le interesan a nadie más y no hay que hacerles perder el tiempo escuchándolos.
 - Usted tiene derecho a pedir ayuda o apoyo emocional.

- Hay que adaptarse a los demás, si no es posible arriesgarnos a perder una amistad.
 - Usted tiene derecho a decir "NO".
- Cuando alguien tiene un problema hay que ayudarlo.
 - Usted tiene el derecho de decidir cuando prestar ayuda a los demás y cuando no.

Los casos en los cuales no es aconsejable defender nuestros derechos en ese preciso momento son aquellos en los cuales se corre peligro de agresión física o violemos la norma, Recuerde: para todo hay un momento, y saber encontrar el momento adecuado para decir las cosas es también una habilidad.

Hay muchas técnicas para ser asertivos. Una de las técnicas que mejor funcionan es desarmar antes al otro con un cumplido o un reconocimiento de su labor, de su persona o de su tarea, para después pasar a expresar lo que necesitamos.

Tomar en cuenta que defender los propios derechos (derecho a pedir ayuda y a expresar las opiniones) sin vulnerar los derechos del otro, puesto que no hay ningún tipo de orden, menosprecio o agresividad hacia la otra persona. Ser asertivo es expresar nuestros puntos de vista respetando el de los demás.

CAPÍTULO IV

DESARROLLO DE PROGRAMAS

El programa se enfocó básicamente a desarrollar contenidos y aplicar instrumentos en las tres actividades importantes; Educación para la sexualidad, Asertividad y Autoestima.

El método que se utilizó para el desarrollo de las actividades fue dialógico y participativo combinando una serie de técnicas y estrategias, como ser exposiciones, charlas explicativas, dinámicas grupales, dramatizaciones, lluvia de ideas, discusiones y comunicación audiovisual mediante proyección de videos.

Los medios didácticos utilizados fueron de acuerdo a los temas expuestos con lo siguiente; Proyección de videos, cuestionarios, rotafolios impresos, en tela, láminas explicativas, libros, afiches, fotografías, tizas, papelógrafo, calendarios, hojas blancas, marcadores, cinta adhesiva, etc.

Los instrumentos que se utilizaron se validaron según criterio de profesionales vinculados al área de psicología y educación.

Durante el cronograma de actividades la frecuencia de charlas y exposiciones fue en base al desarrollo del contenido de las tres actividades principales. A modo general la frecuencia fue de dos horas diarias por el lapso aproximado de tres meses

Educación para la sexualidad fue la primera actividad como primer tema se disertó la sexualidad explicando aspectos relacionados a los cambios biológicos y psicológicos de los adolescentes, la anatomía y fisiología tanto del varón como de la mujer.

El segundo tema, Infecciones de transmisión sexual (I.T.S.) en la que se informo acerca de los síntomas, causas, tratamiento, prevención, formas de contagio y las consecuencias en el futuro.

Como último tema se abordó métodos anticonceptivos, en el cual se destacó la importancia de la aplicación de estos métodos y su correcto uso, las ventajas y desventajas.

Prosiguiendo con el programa como actividad segunda se abordó la asertividad cuyo objetivo fue el de permitir que los adolescentes actúen en base a sus intereses o necesidades a expresar cómodamente sentimientos honestos a defenderse sin ansiedad inapropiada o bien ejercer sus propios derechos sin negar el de los demás.

En lo que concierne como tercera actividad, se abarcó la autoestima cuyo objetivo principal fue el de reforzar la autoestima, a tener un buen concepto de si mismo, recordar a si mismo que uno es tan importante como los demás. La carencia de autoestima o confianza en uno mismo genera poca habilidad en el trato interpersonal.

A continuación se presenta el Programa de Educación para la Sexualidad, Asertividad y Autoestima en forma esquemática y luego se describirán por actividades y fases:

4.1 Programa de Educación para la Sexualidad

ACTIVIDAD 1

TEMA 1	OBJETIVOS	MATERIALES INSTRUMENTOS	ACTIVIDADES	EVALUACIÓN	TIEMPO	OBSERVACIONES
SEXUALIDAD	Informar las características de los órganos reproductores de la mujer y el varón.	-Videos: Reproducción humana I, -papelógrafos, -láminas didácticas, revistas, fotografías, pizarras, tizas -rotafolios.	<ul style="list-style-type: none"> • Observación de láminas • Proyección de videos • Aclaración y debate • Exposición trabajo de grupo • Desensibilización de términos. 	Cuestionario discusiones	160 minutos en cuatro periodos.	
					80 minutos de dos periodos.	Tiempo reducido para seguir debatiendo.
	Formular hábitos de higiene y cuidado					

TEMA 2	OBJETIVOS	MATERIALES INSTRUMENTOS	ACTIVIDADES	EVALUACIÓN	TIEMPO	OBSERVACIONES
MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS	Informar sobre los diferentes medios por los cuales es posible evitar la concepción y las I.T.S. destacar la importancia de la aplicación de estos métodos	Calendarios Pildoras Anticonceptivos Condomes Rotafolios en tela Rotafolios impresos	Exposición de los diferentes métodos anticonceptivos explicación de su uso y abuso destacando las ventajas y desventajas.	Resúmenes de las diferentes modalidades de prevención Trabajos Grupales.	40 minutos	Tiempo cedido por profesora de Inglés.

TEMA 3	OBJETIVOS	MATERIALES INSTRUMENTOS	ACTIVIDADES	EVALUACIÓN	TIEMPO	OBSERVACIONES
INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL	Reconocer las diferentes I.T.S. Que se relaciona con la actividad sexual, cuando se desarrolla en condiciones inadecuadas	- Fotografías - Láminas - Rotafolios - Guías explicativas	Disertación sobre el tema, explicando las consecuencias que trae consigo esta situación	Conclusiones de los temas expuestos	Mencionados en el cuadro anterior	Se contó con la presencia del profesor de biología

ACTIVIDAD No. 1

EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD

1. *Lugar de Trabajo*

Colegio Particular Libertadores de América, ubicado en la Zona Sur (Cota Cota) en la Calle Muñoz Reyes No. 50, de la ciudad de La Paz.

2. *Tiempo y Duración*

El presente programa propuesto, fue desarrollado durante 2 horas diarias, por el lapso aproximado de tres meses.

3. *Temas tratados*

- *Sexualidad*
- *Métodos Anticonceptivos*
- *Infecciones de Transmisión Sexual(I:T:S:)*

4. *Sexualidad*

- *Objetivos*
 - Informar las características de los órganos reproductores del varón como de la mujer.
 - Formular hábitos de higiene y cuidado

4.1 Fases del programa

- *Fase 1*

Dinámicas de presentación

En esta fase se desempeñaron las siguientes actividades:

- Se explicó el motivo principal del programa, presentando al alumnado en general los temas que se iban a disertar.
- Se realizaron entrevistas dirigidas a los alumnos (as) nuevos, el cual tuvo la intención del acercamiento entre alumno — expositora.

- *Fase 2*

Aplicación de Cuestionarios

- Primera Parte.- Se presentó un cuestionario a los alumnos (as) con el fin de identificar el conocimiento básico, o lo contrario con respecto al tema.
- Segunda Parte.- Formulación de dudas que tuviera el alumno(a), con el fin de aclarar las mismas en la duración del programa.

- *Fase 3*

Proyección de videos

- Se presentó un video de "Anatomía y Fisiología" y el mismo fue explicado de la siguiente manera.
 - Aclarando cada una de las partes proyectadas.
 - Explicando la funcionalidad de cada parte y órgano.

- *Fase 4*

Dinámicas en grupos

- Se vio conveniente la realización de un sociodrama con el tema "Educación para la Sexualidad", involucrando a una familia y sus posibles reacciones.
- Se empleó el ejercicio de Desensibilización de Términos.
 - Se formó grupos de 8 personas, para trabajar con los siguientes aspectos.
 - Aparato Genital Masculino
 - Aparato Genital Femenino

El fin de esta dinámica fue identificar los diferentes términos que emplean o escucharon los alumnos(as) en relación a los dos puntos anteriores mencionados.

- *Fase 5*

Charlas y Debates

Se realizó sesiones de charlas, agrupando dos cursos con el fin de conseguir diferentes criterios o ideas, posteriormente ello dio lugar a un debate con diversos comentarios.

5. *Métodos Anticonceptivos*

Objetivo

Informar sobre los diferentes medios por los cuales es posible evitar el embarazo como las infecciones de transmisión sexual entre otros.

- *Fase 1*

Aspectos importantes y su exposición sobre:

- Prevención
- Riesgos
- Contagios

- *Fase 2*

Modalidades propuestas

Se realizó la exposición de los siguientes puntos:

- Calendarios
- Píldoras anticonceptivas
- Condones de varón y de mujer

- *Fase 3*

Evaluación

- Análisis de los resultados de:
 - Resúmenes
 - Trabajos grupales

6. *Infecciones de Transmisión Sexual (I.T.S.)*

Objetivo

Orientar a los adolescentes de las infecciones de transmisión sexual y las secuelas que se presentan.

• *Fase I*

Exposición

En el siguiente punto, se expuso el tipo de enfermedad como las causas de las infecciones y los síntomas posteriores, tanto en el hombre como en la mujer.

Clamidia

- Gonorrea

Herpes

- Sífilis

Sida

4.2 Programa de Asertividad

ACTIVIDAD 2

TEMA	OBJETIVOS	MATERIALES INSTRUMENTOS	ACTIVIDADES	EVALUACIÓN	TIEMPO	OBSERVACIONES
ASERTIVIDAD	Expresar lo que quieren de manera directiva, clara y abierta	Pizarrón Tizas Hojas en blanco Lápices Canasta Bolsa	Exposición de los objetivos y el contenido	Cuestionario Discusiones	20 minutos	.
NIVEL DE ASERTIVIDAD	Defender lo que quieren	Inventario de asertividad	Dinámica habla mi yo		20 minutos	
ESTILOS DE ASERTIVIDAD Y DEL SUJETO	Entender la importancia de una adecuada comunicación		Aprendiendo a ser asertivo		40 minutos	No se tomo en cuenta el recreo
CONDUCTAS ASERTIVAS	Identificar conductas asertivas		Análisis de mitos		40 minutos	Tiempo tomado en ausencia del profesor

ACTIVIDAD No. 2

ASERTIVIDAD

1. *Lugar de Trabajo*

Colegio Particular Libertadores de América, ubicado en la Zona Sur (Cota Cota) en la Calle Muñoz Reyes No. 50 , de la ciudad de La Paz.

2. *Tiempo y Duración*

El presente programa propuesto, fue desarrollado durante 2 horas diarias, por el lapso aproximado de tres meses.

- *Tema tratado*

- *ASERTIVIDAD 1)*

- ¿Qué es la Asertividad?

- > Tipos de Asertividad

- *ASERTIVIDAD*

- *Objetivos*

- La expresión real de lo que quieren, siendo esta de manera directa

- Defender lo que quieren

- La importancia de una adecuada comunicación

- Identificación de las conductas asertivas

3.1.1 ¿Qué es la Asertividad?

- *Fase 1*

Dinámicas de presentación (persona — tema)

El rol que se desempeñó en la siguiente actividad fueron:

En Primera instancia se hizo la presentación de la expositora.

Por otra parte, se expuso propósito del programa, los fines que busca el mismo, como también las modalidades que se iban a optar para su ejecución.

- *Fase 2*

Exposición

En esta fase, se expuso todo lo relacionado con la Asertividad, explicando de manera clara y concreta el concepto y la finalidad que se busca con la disertación del tema, haciendo hincapié en los siguientes puntos:

> *La expresión real de lo que quieren, siendo esta de manera directa*

En el presente punto se vio necesario el cumplimiento de los siguientes puntos:

- Exposición de los objetivos y el contenido que fundamentará el mismo.

- La expresión Comunicación clara y concreta.
- El respeto y defensa de los derechos de uno, implicando la expresión de lo que se cree, piensa y siente.
- Habilidades sociales.

➤ *Defender lo que quieren*

En el presente punto, se utilizó la dinámica:

- *HABLA MI YO*

Los objetivos que persiguió esta dinámica fueron:

- ✓ Aprender a hablar en primera persona
- ✓ Asumir responsabilidad de cada acto
- ✓ Aprender a expresar los deseos, sentimientos y pensamientos propios

Los Materiales que se emplearon fueron:

- Canasta
- Bolsa o cualquier recipiente, para insertar papeles.

3.1.2 Tipos de Asertividad

• *Fase 1*

Exposición específica del tema

En el presente punto, se vio necesario la exposición de los tipos de asertividad, como son:

- *Estilo pasivo*
- *Estilo asertivo*
- *Estilo agresivo*

Según los puntos mencionados, requerían de lo siguiente.

- *Fase 2*

Desarrollo y ejecución de dinámicas

➤ *La importancia de una adecuada comunicación*

En el presente punto, se empleó la dinámica:

- *APRENDIENDO A SER ASERTIVO*

Los objetivos que persiguió esta dinámica fueron:

- ✓ Aprender a evaluar que tan asertivo se es.
- ✓ Aprender a comunicarse de manera clara y abierta.
- ✓ Aprender a dar respuestas asertivas.

La duración de esta dinámica fue de:

- 40 minutos.

Los Materiales que se emplearon fueron:

- Canasta
- Bolsa o cualquier recipiente, para insertar papeles.

➤ *Identificación de las conductas asertivas*

En el presente punto, se utilizó la dinámica:

- *ANÁLISIS DE MITOS*

Los objetivos que persiguió esta dinámica fueron:

- ✓ Identificar las conductas más relevantes de uno.
- ✓ Conocimiento de sí mismo.

La duración de esta dinámica fue de:

- 40 minutos.

4.3 Programa de Autoestima

ACTIVIDAD 3

TEMA	OBJETIVOS	MATERIALES INSTRUMENTOS	ACTIVIDADES	EVALUACIÓN	TIEMPO	OBSERVACIONES
AUTOESTIMA	Identificar habilidades y limitación de sí mismos	Pizarrón Tizas Hojas en blanco Lápices Canasta Bolsa Marcadores Cinta Adhesiva Plastilina	Dinámica "Conociendo me"	Discusiones	20 minutos	
HÁBITOS	Identificar aspiraciones personales y sociales		Dinámica "Dulces Recuerdos"		40 minutos	Se realizo en dos periodos con la presencia de la profesora de religión
NIVELES DE AUTOESTIMA ALTA AUTOESTIMA BAJA	Analizar la autoestima que poseen que afecta su conducta		Dinámica "Como me ven me tratan"	Prueba de cualidades y defectos	40 minutos	
ASPECTOS DE LA AUTOESTIMA	Aceptar sus características propias		Dinámica "Todos valemos"		25 minutos	
	Incrementar su autoestima		Dinámica "El espejo"		20 minutos	,

ACTIVIDAD No. 3

AUTOESTIMA

1. Lugar de Trabajo

Colegio Particular Libertadores de América, ubicado en la Zona Sur (Cota Cota) en la Calle Muñoz Reyes No. 50 , de la ciudad de La Paz.

2. Tiempo y Duración

El presente programa propuesto, fue desarrollado durante 2 horas diarias, por el lapso aproximado de tres meses.

3. Tema tratado

- *AUTOESTIMA*

3.1 Objetivos que persiguió la presente actividad

Con el desarrollo del programa, se pretendió que el adolescente pueda expresar lo que siente y por ende también reflejarlo, de esta forma los puntos planteados a continuación (objetivos), colaboraron con la ejecución y desarrollo del presente tema.

Identificar las habilidades como también las limitaciones de sí mismos.

- > Identificar las aspiraciones personales y sociales
- > Evaluación del autoestima y los posteriores efectos en la conducta
- Aceptación de las características propias, físicas, mentales, etc, fortaleciendo la autoestima de uno mismo.

3.1.1 Fases del Programa

- *Fase 1*

Dinámicas de presentación (persona — tema)

El rol que se desempeñó en la siguiente actividad fueron:

En Primera instancia se hizo la presentación de la expositora.

En Segunda instancia, se expuso el propósito del programa y los fines que busca el mismo.

- *Fase 2*

Exposición y empleo de dinámicas

En esta fase, se disertó lo referente a la AUTOESTIMA, explicando de manera clara y concreta el concepto como la finalidad que se busca. De esta manera, se empleó las siguientes dinámicas:

➤ *La identificación de las habilidades como también las limitaciones de sí mismos.*

En el presente punto, se utilizó la dinámica:

CONOCIÉNDOME

El objetivo que persiguió esta dinámica fue:

✓ La identificación de las cualidades y defectos propios o de sí mismos.

La duración de esta dinámica fue de:

- 20 minutos.

Los Materiales que se emplearon fueron:

- Hojas Blancas
- Lápices

También se vio la necesidad de realizar las siguientes actividades:

- Charlas
- Debates

Estas tuvieron el fin de conocer los puntos de vistas de cada adolescente, evaluando su forma de expresión corporal y verbal.

Identificar las aspiraciones personales y sociales

En la presente fase, se empleó la dinámica:

- *DULCES RECUERDOS*

El objetivo que persigue esta dinámica es:

- ✓ El de reforzar la autoestima del adolescente mediante la identificación de eventos significativos y positivos durante su vida.

La duración de esta dinámica fue de:

- 40 minutos.

Los Materiales que se emplearon fueron:

- Papel en blanco
- Lápices

Posteriormente, se expuso:

LOS HÁBITOS Y SU INFLUENCIA

En el cual implicó la exposición de los siguientes puntos:

- *Hábito 1: El Ser Proactivo*

Donde involucra el hacerte responsable de tu propia vida.

- *Hábito 2: Comenzar con el fin en la mente*

Implica el ver la misión que uno cumple en esta vida.

Hábito 3: Poner Primero lo Primero

El cual pretende que se marque las prioridades y hacer primero las cosas más importantes.

- *Hábito 4: Pensar Ganar - Ganar*

Es tener una actitud de que "todos pueden ganar"

- *Hábito 5: Busca primero entender, luego ser entendido*

Escuchar sinceramente a los demás.

- *Hábito 6: Sinergizar*

Trabajar en conjunto para lograr más.

- *Hábito 7: Afilar la sierra*

Renovarte con regularidad.

> La evaluación de su autoestima y los posteriores efectos en su conducta.

En la presente fase, se utilizó la dinámica:

- *COMO ME VEN ME TRATAN*

El objetivo que sigue esta dinámica implica en :

✓ Favorecer conductas, incrementando la autoestima del adolescente.

La duración de está dinámica fue de:

• 40 minutos.

Los Materiales que se emplearon fueron:

- Hoja en blanco
- Marcadores
- Cinta adhesiva

> Aceptación de sus características propias, físicas, mentales, etc, fortaleciendo el autoestima.

En el presente punto, se empleó la dinámica

- *TODOS VALEMOS*

El objetivo que sigue esta dinámica implica en :

✓ El simbolizar la percepción que el adolescente tiene de sí mismo.

La duración de esta dinámica fue de:

- 25 minutos.

Los Materiales que se emplearon fueron:

- Plastilina

Seguidamente también se empleó la dinámica:

EL ESPEJO

El objetivo que sigue esta dinámica implica en :

- ✓ Identificarse en sí mismo (a) las cualidades y habilidades positivas.

La duración de esta dinámica fue de:

- 40 minutos.

Los Materiales que se emplearon fueron:

- Selección de apoyo instruccional.

CAPÍTULO V

RESULTADOS OBTENIDOS

5. EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD Y ASERTIVIDAD

En ésta sección se presenta los resultados, mismos que están conformados de la siguiente manera: Inicialmente se presenta los resultados correspondientes a la Educación para la Sexualidad, seguidamente se presenta los resultados correspondientes al inventario de asertividad.

Respecto al cuestionario de sexualidad se formularon preguntas de conocimientos básicos de sexualidad, los datos demuestran que más del 53% aciertan en las respuestas correctas. Es decir, que el grado de conocimiento sobre sexualidad humana es elevado dado que anteriormente recibieron información adecuada.

Para el inventario de asertividad de (Gambrill y Richey 1975) que contiene 40 ítems, se obtuvieron de una sumatoria realizada de acuerdo a las respuestas de los acertadas de los adolescentes. Donde cuenta con:

Interferencia emocional (I) se refiere a la cantidad de interferencia que experimenta en cada situación.

Ejecución de conducta o probabilidad (E), evalúa la probabilidad de actuar en forma directa si se presentara esta situación.

Se tomaron 9 preguntas de referencia de ambos ítems del inventario, de los cuales fueron respuestas de mayor relevancia en los adolescentes. En el cual uno de estos aspectos y en base a estos se conformaron los diagramas de barra.

5.1 CUESTIONARIO SOBRE SEXUALIDAD

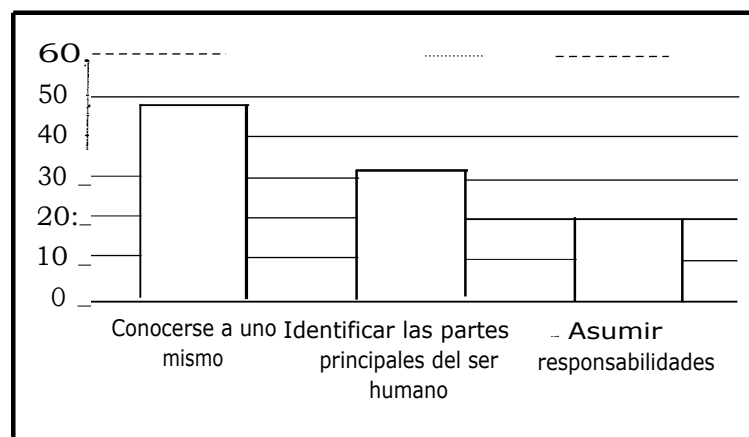
5.1.1 Conocimiento sobre sexualidad

Tabla 1
Conocimiento sobre sexualidad

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
a. Conocerse a uno mismo	21	47.72
b. Identificar las partes principales del ser humano	14	37.81 %
c. Asumir responsabilidades	9	20.85 %
TOTAL	44	100.00 %

Es necesario mencionar que la mayoría de los casos evaluados, demuestran tener conocimiento en lo que respecta la sexualidad, como se puede apreciar en la tabla, una mayoría manifiesta que es conocerse a sí mismo con el 47.72%, seguido del otro indicador que manifiesta el identificar las partes principales del ser humano, apoyando a éste e. 37.81%.

Gráfico 1
Conocimiento sobre sexualidad



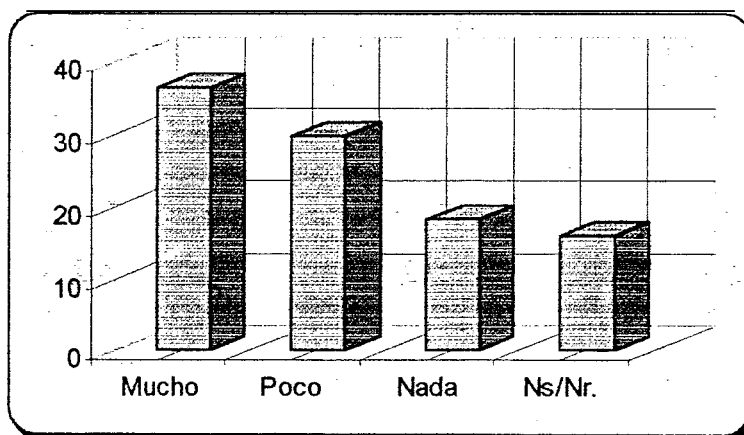
5.1.2 Consideras que estás bien informado sobre la sexualidad

Tabla 2
Información acerca de la sexualidad

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
a. Mucho	16	36.36 %
b. Poco	13	29.54 %
c. Nada	8	18.18
c. No sabe No responde	7	15.9
TOTAL	44	100.00

Como se puede apreciar la tabla y su respectivo gráfico, los resultados demuestran que una mayoría considera conocer bastante acerca de la sexualidad con el 36.36 %, mientras que un restante manifiesta conocer poco (24.54%). Por otra parte, una mínima población es aquella que no conoce nada acerca de sexualidad, el 18.18%.

Gráfico 2
Conocimiento sobre sexualidad



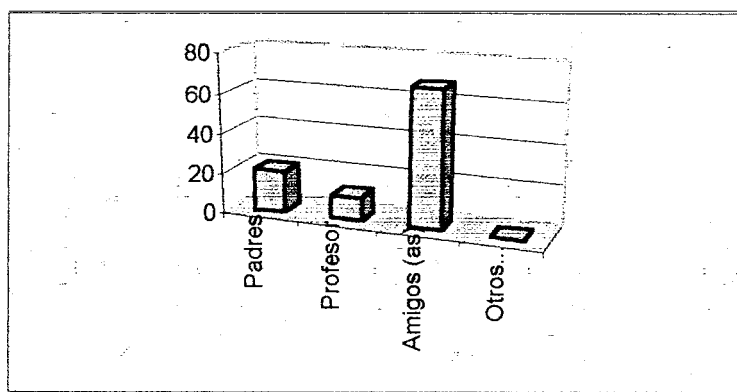
5.1.3 Cuando tienes dudas al respecto a quién recurre

Tabla 3
Referencias sobre dudas de la sexualidad

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
a. Padres	9	20.45 %
b. Profesor	5	11.36
c. Amigos u amigas	30	68.18 %
d. Otros	0	0 %
TOTAL	44	100.00 %

En lo que respecta la sexualidad, y las dudas que se tiene respecto a ello, se puede apreciar que la mayoría de los estudiantes acuden a sus propios amigos para poder aclarar sus dudas siendo ésta población el 68.18%, lo que demuestra la existencia de mayor confianza e interrelación, mientras los padres como profesores, son opciones que fueron apoyadas mínimamente.

Gráfico 3
Referencias sobre dudas de la sexualidad



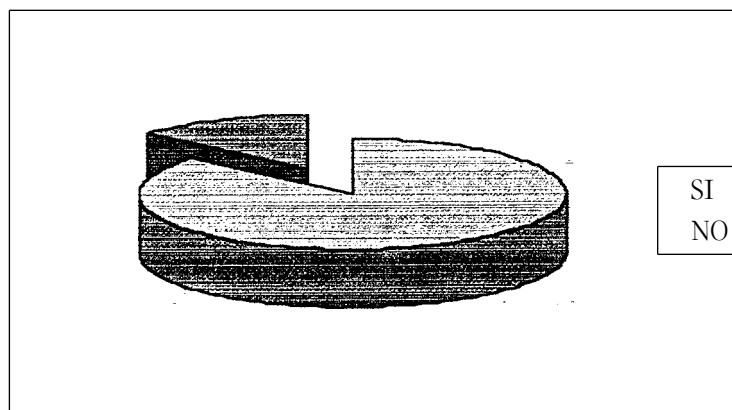
5.1.4 Consideras que es importante este tema para tratarlo dentro de una clase en el colegio

Tabla 4
Opinión sobre la importancia de éste tema

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
a. SI	36	81.81%
b. NO	8	18.18 %
TOTAL	44	100.00 %

Según la manifestación de los estudiantes, la mayoría el 81.81% considera que SI es importante hablar de sexualidad en el colegio, por ello se puede apreciar un elevado porcentaje que apoya a esta posición. Mientras que una población mínima está en contra de lo mencionado anteriormente el 18.18%.

Gráfico 4
Opinión sobre la importancia de éste tema



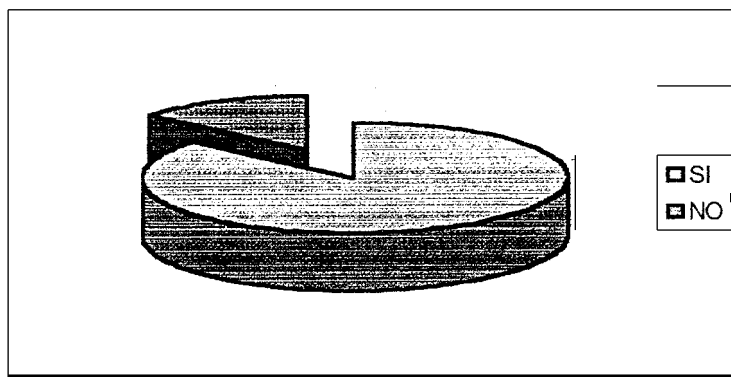
5.1.5 La sexualidad se expresa en la comunicación, en el deseo de dar y recibir palabras, miradas, risas, caricias, atención y comprensión

Tabla 5
La sexualidad se expresa en la comunicación...

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
a. SI	38	86.36 %
b. NO	6	13.63
TOTAL	44	100.00 %

De acuerdo a lo reflejado en la presenta tabla y su respectivo gráfico se puede advertir que una mayoría absoluta considera que, la sexualidad se expresa en la comunicación, en el deseo de dar y recibir palabras, miradas, risas, caricias, atención y comprensión, apoyado la gran mayoría a esta posición siendo ésta el 81.81%.

Gráfico 5
La sexualidad se expresa en la comunicación...



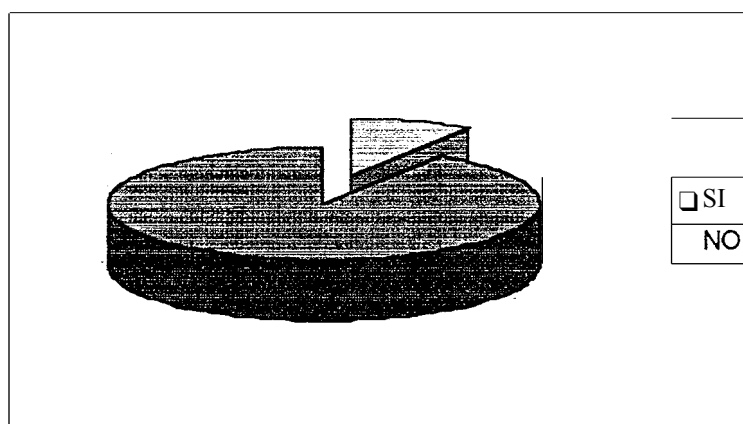
5.1.6 Sexualidad es únicamente reproducción

Tabla 6
Sexualidad es únicamente reproducción

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
a. SI	4	9.09 %
b. NO	40	90.9 %
TOTAL	44	100.00 %

De acuerdo a la pregunta propuesta, que manifiesta que sexualidad es solamente reproducción, la población en estudio, demostró estar en contra de esta posición, de esta manera optando por marcar el indicador NO con el porcentaje de 90.9 % y por otro lado, un mínimo porcentaje manifiesta lo contrario el 9.09%.

Gráfico 6
Sexualidad es únicamente reproducción



5.2 APLICACIÓN DEL INVENTARIO DE ASERTIVIDAD

5.2.1 Rehusar prestar tu carpeta

Tabla 1 —A-
Rehusar prestar tu carpeta

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Nada	15	34.09 %
Un Poco	11	25.00 %
Regular	8	18.18 %
Mucho	6	13.64 %
Bastante	4	9.09 %
Total	44	100.00%

De acuerdo a los resultados presentados, se puede apreciar que en la mayoría de los estudiantes evaluados, en lo que respecta prestar su carpeta, no sienten ninguna agitación emocional, por ello totalizan un 34.09% seguido del 25 % (un poco). Por otra parte, con menor porcentaje se ubican los indicadores, -mucho, bastante- totalizando un 22.73 % quienes si reaccionan emocionalmente en lo que concierne prestar la carpeta.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 1 —A-.

Gráfico 1 —A-
Rehusar prestar tu carpeta

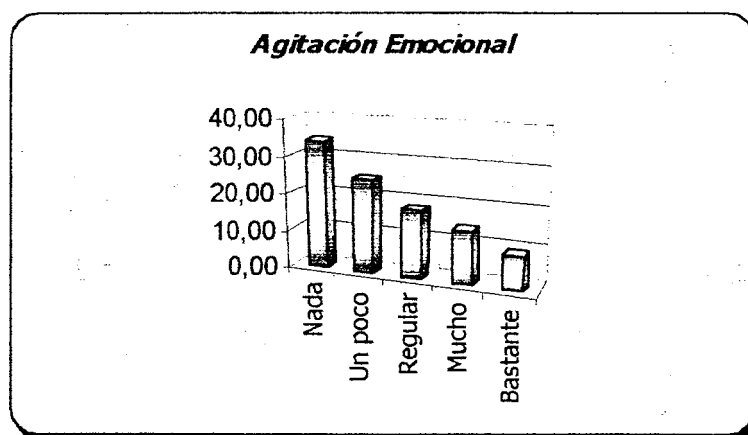


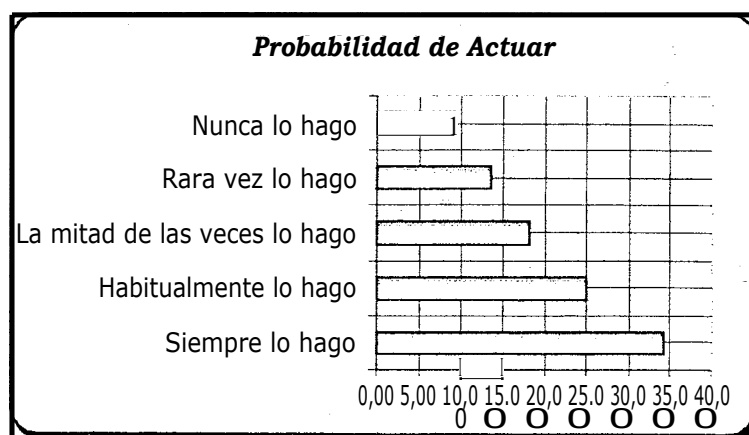
Tabla 1 —B-
Rehusar prestar tu carpeta

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre lo hago	15	34.09
Habitualmente lo hago	11	25.00
La mitad de las veces lo hago	8	18.18 %
Rara vez lo hago	6	13.64
Nunca lo hago	4	9.09
Total	44	100.00%

La probabilidad de actuar, de parte de los estudiantes, en lo que respecta rehusar prestar su carpeta, refleja la mayoría que siempre lo hacen con el 34.09 % seguido del 25% quienes habitualmente lo hacen. Por otra parte, se tiene aquellos con menor porcentaje, como (rara vez lo hago) con el 13.64 % y el 9.09% que nunca lo hace.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 1 —B-.

Gráfico 1 —B-
Rehusar prestar tu carpeta



5.2.2 Alabar a un amigo

Tabla 2 —A-
Alabar a un amigo

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Nada	16	36.36 %
Un Poco	10	22.72 °AD
Regular	9	20.45 %
Mucho	5	11.36 %
Bastante	4	9.09 %
Total	44	100.00%

Se pueda apreciar, según los resultados obtenidos que la mayoría de los involucrados en el presente estudio, en lo que respecta alabar a un amigo, muy pocos los realizan, según los porcentajes 11.36 % y 9.09 %, lo que determina que la mayoría no le da importancia el aspecto tratado en el presente punto.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 2 —A-.

Gráfico 2 —A-
Alabar a un amigo

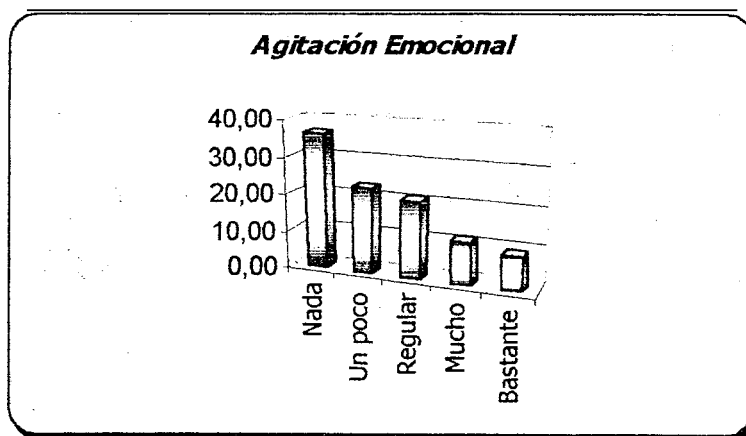


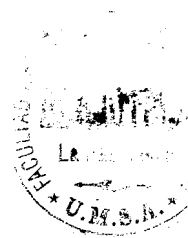
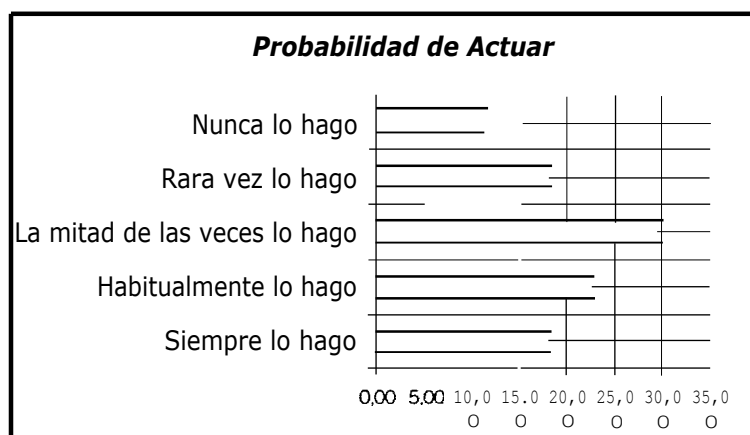
Tabla 2 —B-
Alabar a un amigo

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre lo hago	8	18.18 %
Habitualmente lo hago	10	22.72
La mitad de las veces lo hago	13	29.54 %
Rara vez lo hago	8	18.18
Nunca lo hago	5	11.36
Total	44	100.00%

Como se puede apreciar la siguiente tabla, se encuentra que una mayoría de los evaluados en el presente estudio, apoyan el indicador de (la mitad de las veces lo hago) con el 29.54%, mientras que el 22.72% habitualmente actúa en lo que respecta, alabar a un amigo.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 2 -B-.

**Gráfico 2 —B-
Alabar a un amigo**



5.2.3 Pedir un favor a alguien

**Tabla 3 —A-
Pedir un favor a alguien**

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Nada	18	40.90 %
Un Poco	12	27.27 %
Regular	5	11.36 %
Mucho	6	13.63 %
Bastante	3	6.81 %
Total	44	100.00%

Según los resultados, la agitación emocional de los evaluados, reflejan que la mayoría apoya el indicador Nada reflejando el porcentaje de 40.90 % mientras que tan solo un poco, accede el 27.27 %, y el otro extremo el que si manifiesta experimentar alguna actitud emocional, siendo este un menor porcentaje el 13.63 %.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 3 -A-.

Gráfico 3 —A-
Pedir un favor a alguien

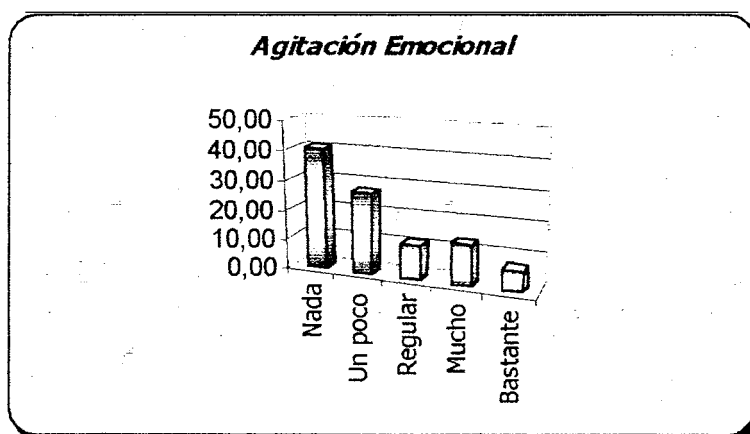


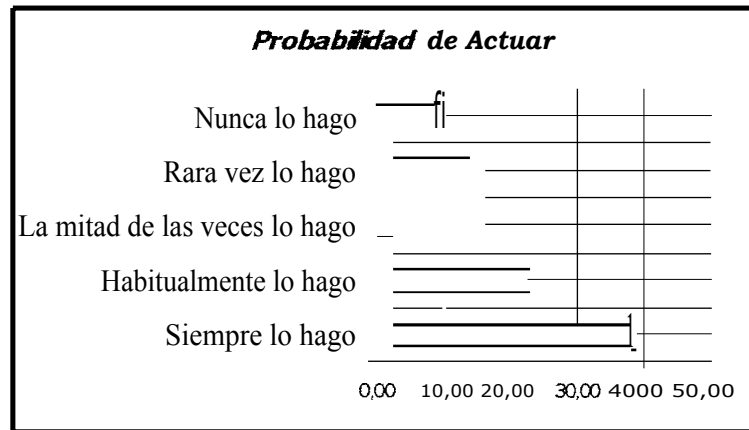
Tabla 3 —B-
Pedir un favor a alguien

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre lo hago	17	38.63 %
Habitualmente lo hago	10	22.72 %
La mitad de las veces lo hago	7	15.90 %
Rara vez lo hago	6	13.63 %
Nunca lo hago	4	9.09 %
Total	44	100.00%

En este caso, una mayoría actúa con relación en la petición de un favor, según los datos presentados en la tabla. Es menor el porcentaje de la población que nunca o rara vez accede a pedir un favor.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 3 -B-.

**Gráfico 3 —B-
Pedir un favor a alguien**



5.2.4 *Disculpate cuando cometes una falta*

**Tabla 4 —A-
Disculpate cuando cometes una falta**

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Nada	20	45.45 %
Un Poco	15	34.09 %
Regular	2	4.54 (Yo
Mucho	4	9.09 %
Bastante	3	6.81 %
Total	44	100.00%

En este punto el grado de agitación de los evaluados se manifiesta en una mayoría, quienes apoyan el indicador Nada siendo éste un 45.45%, mientras que un menor porcentaje apoya bastante, tan sólo el 6.81%.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 4 -A-.

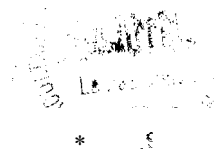


Gráfico 4 —A-
Disculpate cuando cometes una falta

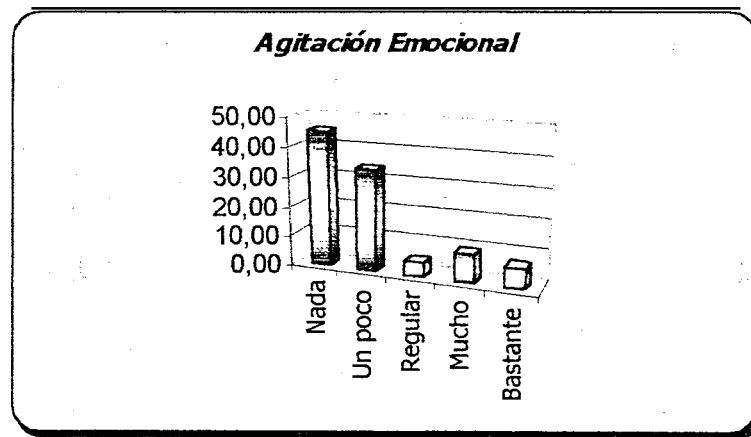


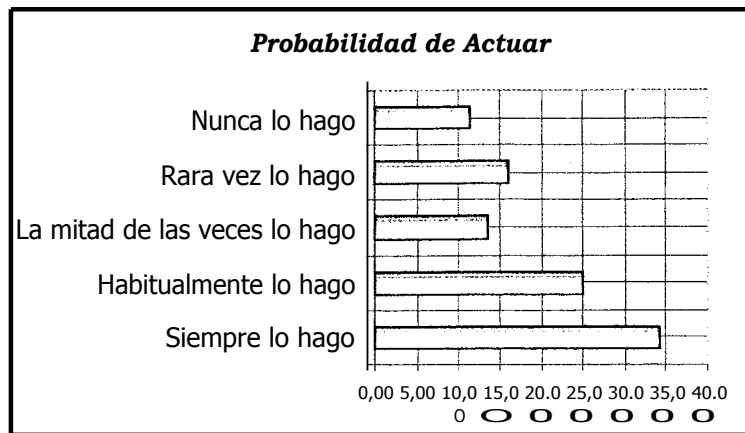
Tabla 4 —B-
Disculpate cuando cometes una falta

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre lo hago	15	34.09 %
Habitualmente lo hago	11	25 %
La mitad de las veces lo hago	6	13.63 %
Rara vez lo hago	7	15.90 %
Nunca lo hago	5	11.36 %
Total	44	100.00%

Comúnmente las personas evaluadas, acceden a pedir disculpas cuando comenten errores, reflejando los datos de la presente tabla, por otro lado un menor porcentaje es aquella población que no nunca actúa en la petición de disculpas.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 4 -B-.

Gráfico 4 —B-
Disculpate cuando cometes una falta



5.2.5 Pedir al profesor que repita algo que no entendiste

Tabla 5 —A-
Pedir al profesor que repita algo que no entendiste

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Nada	16	36.36 %
Un Poco	11	25 %
Regular	7	15.90 %
Mucho	5	11.36 %
Bastante	5	11.36 °A)
Total	44	100.00%

Como se puede apreciar en la presente tabla una mayoría, no experimenta alguna reacción emocional, apoyando a éste indicador el 36.36 % mientras que el 25 % solo experimenta un poco y con menor porcentaje se encuentran aquellos que si demuestran experimentar alguna agitación emocional.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 5 -A-.

Gráfico 5 —A-
Pedir al profesor que repita algo que no entendiste

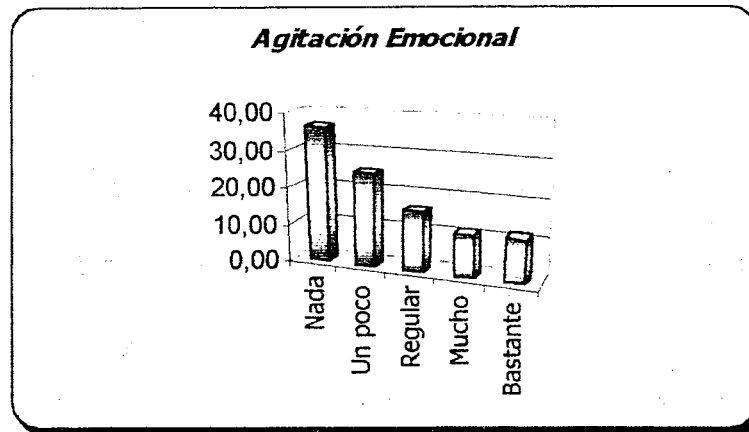


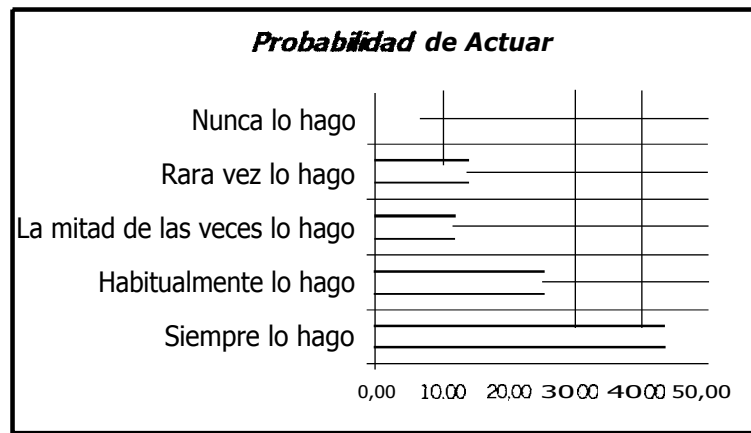
Tabla 5 —B-
Pedir al profesor que repita algo que no entendiste

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre lo hago	19	34.09
Habitualmente lo hago	11	25 %
La mitad de las veces lo hago	5	13.63 %
Rara vez lo hago	6	15.90 %
Nunca lo hago	3	11.36 %
Total	44	100.00%

Según los resultados obtenidos se puede advertir que una mayoría si accede en actuar, ostentando el 34.09% del total de los evaluados. Mientras que en menor porcentaje se ubica aquellos que no tiene alguna reacción.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 5 -B-.

Gráfico 5 —B-
Pedir al profesor que repita algo que no entendiste



5.2.6 Pedir críticas constructivas

Tabla 6 —A-
Pedir críticas constructivas

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Nada	14	36.36 %
Un Poco	13	25 °AD
Regular	5	15.90 %
Mucho	7	11.36 %
Bastante	5	11.36 %
Total	44	100.00%

Una mayoría de los evaluados, experimenta alguna agitación emocional, según los datos obtenidos y reflejados en la presente tabla, por otra parte, se encuentra aquellos que no experimenta mucho alguna sensación emocional.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 6 -A-.

Gráfico 6 —A-
Pedir críticas constructivas

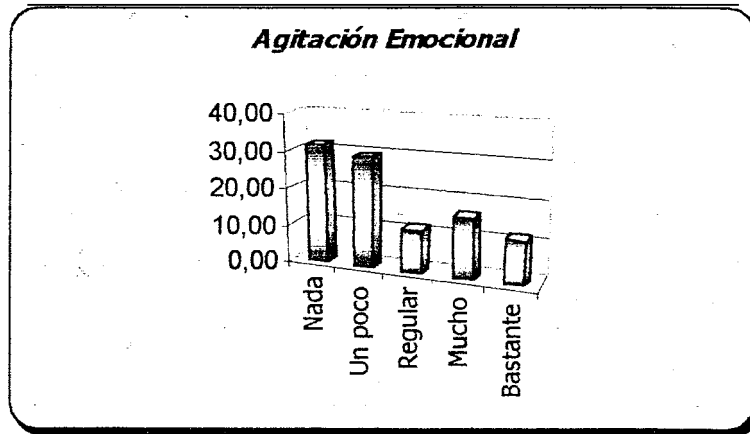


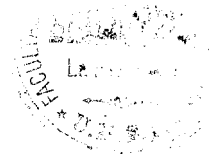
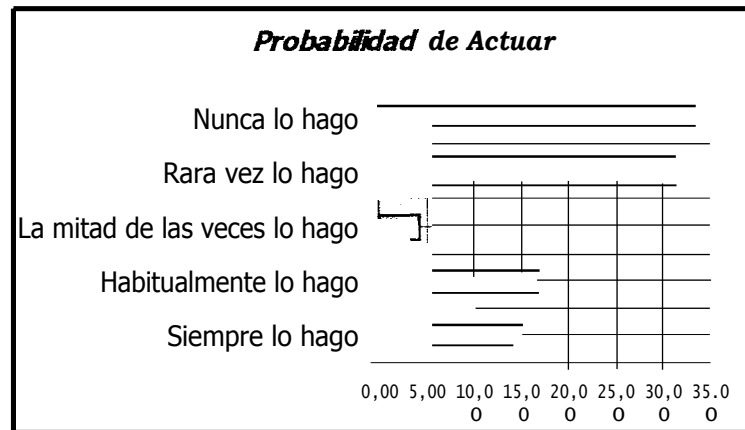
Tabla 6 —B-
Pedir críticas constructivas

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre lo hago	7	15.90 %
Habitualmente lo hago	8	18.18 %
La mitad de las veces lo hago	2	4.54 %
Rara vez lo hago	15	34.09 %
Nunca lo hago	16	36.36 %
Total	44	100.00%

En relación a pedir críticas constructivas, se manifiesta que nunca o rara vez se lo realiza, por otra parte, son pocos los que manifiestan pedir críticas constructivas.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 6 -B-.

Gráfico 6 --B-
Pedir críticas constructivas



5.2.7 Pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve

Tabla 7 —A-
Pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Nada	11	25 %
Un Poco	16	36.36 %
Regular	8	18.18 %
Mucho	5	11.36 %
Bastante	4	9.09 %
Total	44	100.00%

Según los resultados, se puede advertir que el indicador Un poco es el apoyado mayoritariamente, con el 36.36 % mientras que el 25 % manifiesta no incurrir en ninguna agitación emocional.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 7 -A-.

Gráfico 7 —A-
Pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve

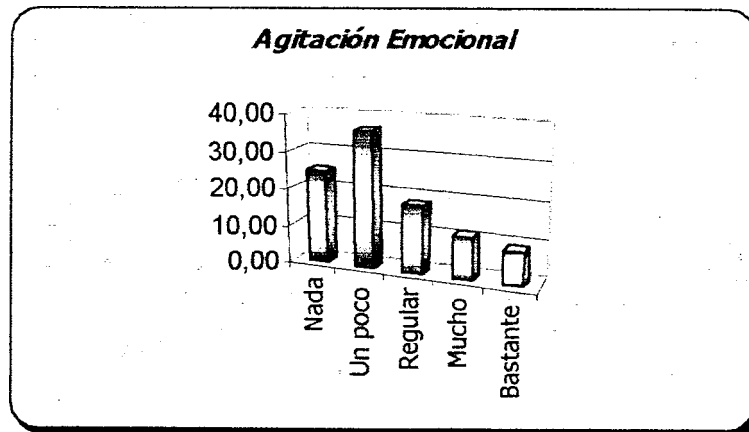


Tabla 7 —B-
Pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve

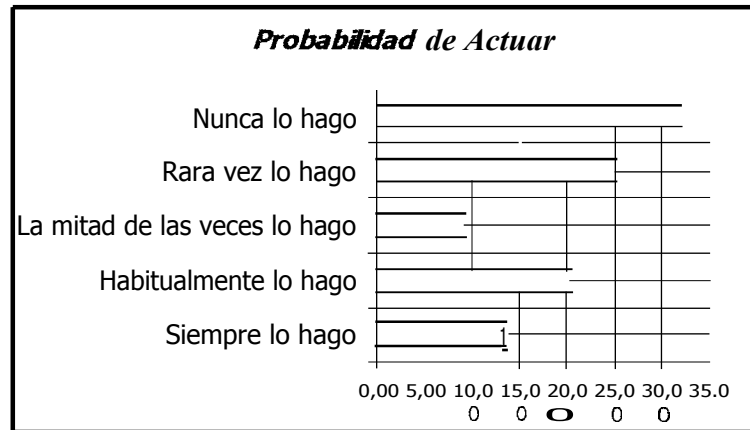
Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre lo hago	6	13.63
Habitualmente lo hago	9	20.45 %
La mitad de las veces lo hago	4	9.09 %
Rara vez lo hago	11	25
Nunca lo hago	14	31.81 %
Total	44	100.00%

Se puede apreciar que los indicadores nunca lo hago y rara vez lo hago son los más apoyados, en lo que respecta, pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve, por otra parte, es menor el porcentaje, aquellos que sí actúan con relación a lo anteriormente mencionado.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 7 -B-.



Gráfico 7 —B-
Pedir dinero de cambio a alguien que no te devuelve



5.2.8 Discutir con una persona que crítica tu trabajo

Tabla 8 —A-
Discutir con una persona que crítica tu trabajo

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Nada	9	20.45%
Un Poco	20	45.45 %
Regular	7	15.90 %
Mucho	3	6.81 %
Bastante	5	11.36 %
Total	44	100.00%

Se puede apreciar que una mayoría de los involucrados en el presente estudio, apoyan el indicador Un poco en lo que concierne su agitación emocional que enfrentan al discutir con una persona, mientras que el otro extremo, refleja un menor porcentaje — bastante y mucho - en su experiencia emocional.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 8 -A-.

Gráfico 8 —A-
Discutir con una persona que crítica tu trabajo

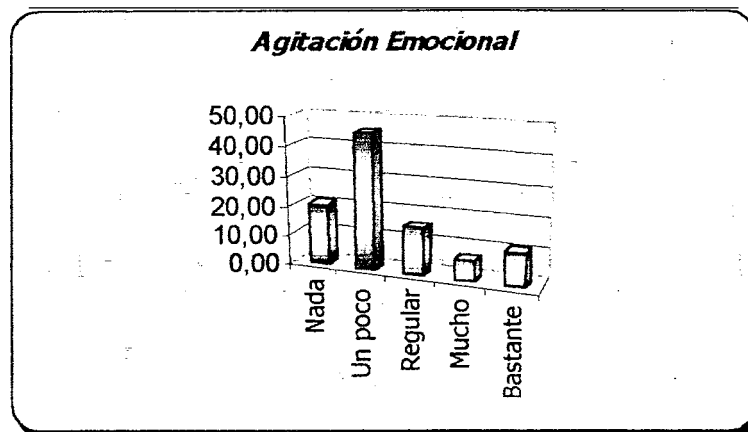


Tabla 8 —B-
Discutir con una persona que crítica tu trabajo

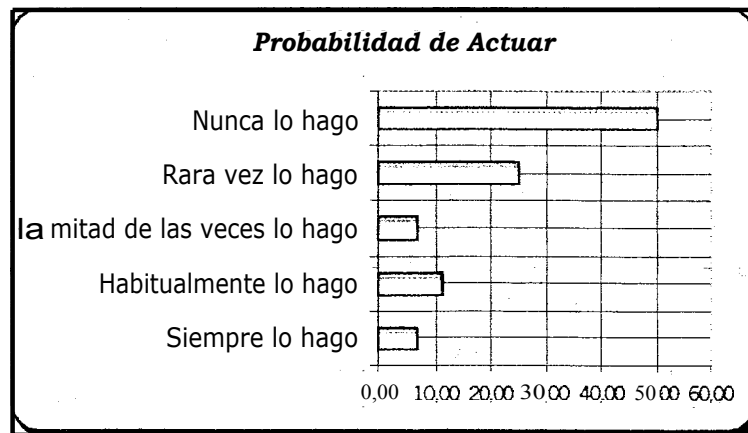
Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre lo hago	3	6.81 %
Habitualmente lo hago	5	11.36
La mitad de las veces lo hago	3	6.81
Rara vez lo hago	11	25%
Nunca lo hago	22	50 %
Total	44	100.00%

Se puede advertir que la probabilidad de actuar de parte de la población evaluada, manifiesta no actuar, totalizando un 50% como también algunos que rara vez lo hacen, el 25%. Mientras un menor porcentaje manifiesta actuar en algunas ocasiones.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 8 -B-.



Gráfico 8 —B-
Discutir con una persona que crítica tu trabajo



5.2.9 Decirle a un amigo que lo que hace te molesta

Tabla 9 —A-
Decirle a un amigo que lo que hace te molesta

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Nada	13	29.54%
Un Poco	18	40.90 %
Regular	4	9.09
Mucho	4	9.09 %
Bastante	5	11.36 %
Total	44	100.00%

Se puede apreciar que una mayoría de los involucrados en el presente estudio, apoyan el indicador Un poco en lo que concierne su agitación emocional que enfrentan al discutir con una persona, mientras que el otro extremo, refleja un menor porcentaje — bastante y mucho - en su experiencia emocional.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 9 -A-.

Gráfico 9 —A-
Decirle a un amigo que lo que hace te molesta

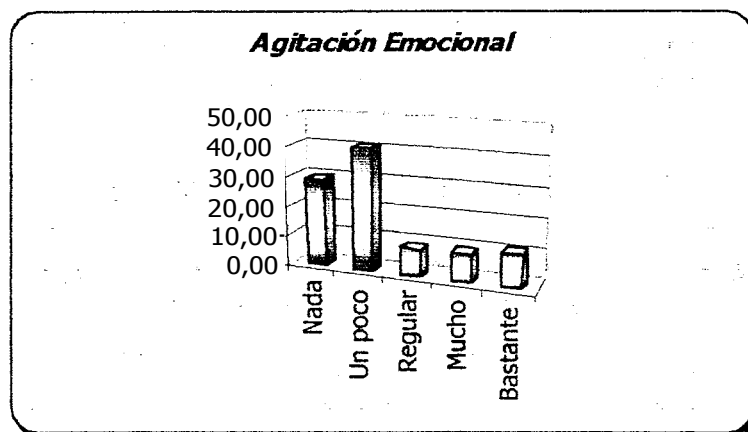


Tabla 9 —B-
Decirle a un amigo que lo que hace te molesta

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre lo hago	8	18.18 %
Habitualmente lo hago	19	43.18
La mitad de las veces lo hago	4	9.09
Rara vez lo hago	8	18.18%
Nunca lo hago	5	11.36 %
Total	44	100.00%

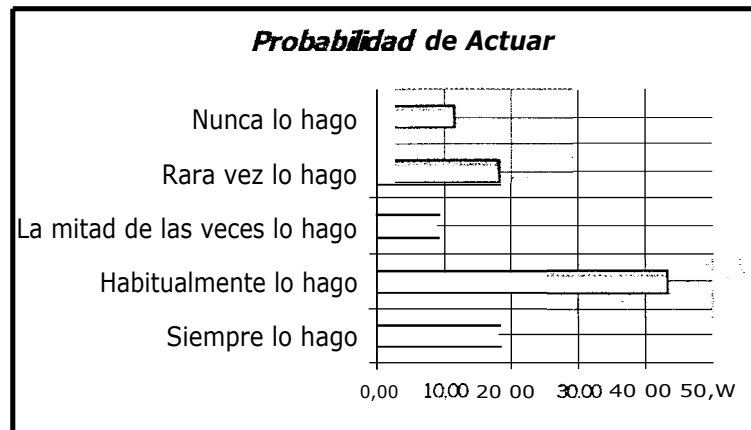
Según los resultados obtenidos, se puede advertir que una mayoría apoya el indicador —habitualmente lo hago- en relación a decirle a una amigo que lo que hace le molesta. Mientras los demás indicadores son apoyados mínimamente.

Los datos de la tabla se pueden apreciar en el gráfico No. 9 -B-.



Gráfico 9 —B-

Decirle a un amigo que lo que hace te molesta



CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES

De acuerdo al programa desarrollado en el Colegio Particular Libertadores de América se tiene las siguientes conclusiones finales:

• *EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD*

- ✓ Hablar de temas relacionados con la educación sexual, se torna difícil sobretodo cuando este tema continúa siendo un tabú dentro de la sociedad boliviana. Por lo cual es necesario la promoción de programas, como estrategias que busquen el informar u orientar a todo tipo de persona, sobretodo a aquella que se encuentra en pleno desarrollo tanto físico como emocional.
- ✓ Se puede afirmar que el programa de Educación para la Sexualidad destinado a adolescentes del Colegio Particular Libertadores de América fue de autoayuda personal para cada alumno(a), ya que se identificó en cada adolescente el interés y voluntad de acceder al diálogo e intercambio de criterios, donde cabe señalar que no fueron solamente algunos, por el contrario se trabajó con la mayoría de la de población de secundaria.
- ✓ Para una parte del alumnado, fue algo complicado el haber manifestado criterios relacionados con la Educación Sexual.
- ✓ Según los resultados del cuestionario, se puede concluir que la mayoría, tienen conocimiento general sobre la educación sexual, como también se identificó la necesidad de profundizar en algunos temas, ya que los mismos reflejaban tener algún tipo de dudas relacionados con los temas disertados.
- ✓ El hecho de opinar sobre un tema (Educación para la Sexualidad) de gran alcance y de mucha importancia, tuvo su efecto inmediato en la disposición y

voluntad de cada alumno (a) ya que se encontró a un grupo más unido y en confianza, prestos a conocer y responder dudas o inquietudes que tenía cada uno de los participantes.

- ✓ Con la aplicación de cada fase y su respectiva dinámica (Proyección de Videos, grupo, charlas y debates) se logró atrapar la atención concreta de cada uno de los alumnos (as), siendo que lograron conocer el tema y por otra parte debatir sobre los mimos. Dichos debates o charlas fueron muy productivas, ya que en los mismos se rescataba la opinión y criterio del alumno, el cual era respetado y percibido con mucha atención.

- ✓ Con la exposición de los Métodos Anticonceptivos y las Infecciones de Transmisión Sexual se logró orientar e informar de los beneficios como también de los riesgos y prevención que conllevan dichos temas. En estas disertaciones de igual manera se vio la predisposición total de parte del alumnado, en poder conocer y aprender de las exposiciones desarrolladas.

- ✓ La promoción y ejecución de programas de orientación e información, relacionado con la educación para la sexualidad debería ser adoptado y promovido en cualquier centro educativo, siendo que el tema tratado, es un pilar fundamental dentro del desarrollo emocional y físico de todo adolescente.

• *ASERTIVIDAD*

- ✓ Con respecto a esta actividad desarrollada, se puede decir, que con la ejecución de un Test de 40 Items, los resultados fueron favorables, ya que la mayoría de la población entrevistada reflejo algunas de sus habilidades asertivas.
- ✓ Con la exposición y el desarrollo de las dinámicas se logró hacer entender al alumnado las ventajas que conlleva el ser Asertivo, con lo cual se logró que cada alumno(a) pueda manifestarse sin ningún miedo frente a sus compañeros.
- ✓ Por otra parte, se reflejo el respeto que cada uno asumió frente a cada actividad desarrollada en el aula.
- ✓ La comunicación interpersonal fue ascendiendo poco a poco, llegando a concretarse la confianza mutua entre compañeros.
- ✓ Cada uno de los alumnos (as) lograron manifestarse sin ninguna barrera, ya sea esta la timidez o el miedo escénico.

- *AUTOESTIMA*

- ✓ Con exponer las dinámicas se logró cumplir los objetivos que se planearon, entre los más importantes se encuentran, el hecho de que cada alumno logró aceptarse con las cualidades físicas como las emocionales.
- ✓ El conocerse a sí mismo, comprendió la auto valoración de cada alumno, con ello la identificación de sus defectos como virtudes.
- ✓ El interés de cada alumno en proyectar sueños, proponerse metas y el hecho de influenciarse de buenos hábitos, fue el resultado de las dinámicas desarrolladas. Y empleadas en la presente actividad.
- ✓ Con las actividades desempeñadas, se obtuvo que cada alumno (a) pudiese incrementar y sobretodo fortalecer su autoestima, reflejando este cambio en su actitud y conducta.
- ✓ De esta manera, se puede decir, que todo programa en grupo puede tener buenos resultados, si bien no se logra un cambio radical en la vida de cada alumno, podemos manifestar que dichas actividades intentaron encaminar el desarrollo cognitivo, emocional y físico de los adolescentes.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Dentro de las actividades realizadas en 5 años de trabajo en la institución educativa, Colegio Particular Libertadores de América, se puede destacar los siguientes desempeños u actividades efectuadas:

- Detección de problemas de aprendizaje
- Evaluación y atención psicopedagógica
- Prevención
- Orientación Vocacional
- Asesoramiento curricular
- Intervención en el núcleo familiar

En lo que concierne a los diferentes niveles se puede destacar los siguientes aspectos relevantes que se propusieron y fueron desarrollados:

NIVEL INICIAL

Promover el conocimiento de desarrollo y adaptación del alumno (a) de preescolar.

- Estimulación temprana hasta la adquisición de la lecto — escritura

Procesos cognitivos básicos

NIVEL PRIMARIO

- Coadyuvar una mejor inter — relación y adaptación de los alumnos (as) consigo mismo y con su entorno
- Observar y desarrollar temas de interés y a su vez detectar problemas individuales de tipo conductual, cognitivo y afectivo.

> NIVEL SECUNDARIO

- Brindar apoyo psicológico de acuerdo a las necesidades requeridas por los alumnos (as).
- Orientar sus expectativas, actitudes (negativas y positivas) y lograr que permitan un mejor desenvolvimiento en su vida personal.
- Lograr la asimilación de los temas a través de dinámicas educativas en base a la reflexión, discusión y análisis.

> NIÑOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

- Lograr la integración en inserción en el aula.
- Otorgar apoyo en su ritmo de aprendizaje, como un proceso de incorporación, activa, física, psicológica y social.
- La inculcación de interactuar de igual manera con su entorno social.

REUNIÓN CON PADRES DE FAMILIA

- Proporcionando apoyo psicológico.
- Realización de entrevistas en la institución y dentro del núcleo familiar.

EXPEDICIONES

- Caminatas a pueblos distintos realizando campamentos y otros.
- Contacto directo con la realidad de la naturaleza y el entorno poblacional.



REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

- ALCANTARA,J. A Como educar la autoestima.
(3era.ed.) Barcelona : C.E.A.C., 1995.
- BRANDEN,Nathaniel Como mejorar la autoestima
Wofson. España,Paidos, 1991.
- BRANDEN, N. Los seis pilares de la autoestima
Wofson. España,Paidos, 1993.
- COVEY, Sean Los siete habitos de los adolescentes
Altamente efectivos.
Editorial Grijalbo, 1998.
- CIES Guía para Capacitadores en Salud Sexual
2001.
- ELLIS,albert, y
ABRAHAMS, Eliot Terapia Racional Emotiva
Mexico, Pax, 1986.
- GRAIG, Grace. J. Desarrollo Psicológico
Mexico.Prentice hall. Hispanoamericana, 1994.
- MALDONADO, R. Sexualidad y Reproducción Humana
Bolivia,Tercera edición 1986
- PAPALIA, D.
WEDKOS.Sally. Desarrollo Humano
Colombia.Mc.Graw,Hill., 1992.
- POPE,A.,McHale Mejora de la autoestima:Técnicas para niños y
Adolescentes.España:Martinez Roca, 1996.
- RAFFO,L. Autoconcepto del niño escolar.
Perú, San Marcos, 1993.
- ROGERS, Carl Psicoterapia centrada en el cliente.
(Trad. S.Tubert). Mexico ; Paidos, 1993.

ANEXOS

28. Aceptar una cita
29. Expresarle a una persona tus sentimientos cuando te ha
Hecho algo que consideras desleal
30. Contarle a alguien una buena noticia para ti
31. Resistir la presión de tomar alcohol
32. Rechazar insinuaciones sobre algo que tu no estás de acuerdo
33. Saludar en la calle a un amigo nuevo
34. Solicitar la devolución de objetos prestados
35. Discutir con una persona que critica tu trabajo
36. Recibir cumplidos
37. Proseguir conversando con alguien que no está de acuerdo contigo
38. Decirle a un amigo (a) que lo que hace te molesta
39. Pedirle a una persona que te molesta en público que deje de hacerlo
40. Pedirle a un compañero que guarde silencio, te deje atender

Lee nuevamente la lista y en el espacio de la derecha a continuación de cada situación, evalúa la probabilidad de actuar en forma discreta, si se presentara esa situación.

1 = Nunca lo hago 2 = Rara vez lo hago 3 = La mitad de las veces lo hago
4 = Habitualmente lo hago 5 = Siempre lo hago (edad, sexo, curso)

Inventario de asertividad de Gambrell y Richey (1975) cuestionario que consta de 40 ítems, cuyo objetivo es poder evaluar dos categorías:

- a) Interferencia emocional, implica poder determinar el nivel de interferencia emocional (grado de agitación) que el sujeto experimenta en situaciones de interacción personal.
- b) Ejecución de conducta, en relación a la probabilidad de que el sujeto actúe de la forma que especifica el ítem.

Ambas categorías son puntuales de 1 a 5 de acuerdo al siguiente detalle.

- a) Interferencia emocional

1 = nada
2 = Un poco
3 = Regular
4 = Mucho
5 = Bastante

- b) Ejecución de conducta

1 = Nunca lo hago
2 = Rara vez lo hago
3 = La mitad de las veces lo hago
4 = Mucho
5 = Siempre lo hago

INVENTARIO DE ASERTIVIDAD de Gambrill y Richey (1975) cuestionario que consta de 40 ítems cuyo objetivo es poder evaluar dos categorías:

- a) Interferencia emocional, implica poder determinar el nivel de interferencia emocional (grado de agitación) que el sujeto experimenta en situaciones de interacción personal
- b) Ejecución de conducta, en relación a la probabilidad de que el sujeto actué de la forma que especifica el ítem.

Ambas categorías son puntuables de 1 a 5 de acuerdo al siguiente detalle.

- a) Interferencia emocional 1= nada 2 = Un poco 3 = Regular 4 = Mucho 5 = Bastante.
- b) Ejecución de conducta 1 = Nunca lo hago 2 = Rara vez lo hago 3 = La mitad de las veces lo hago 4 = Mucho 5 = Siempre lo hago.

Las puntuaciones máximas posibles de ser alcanzadas en ambas categorías, son de 200 puntos.

En cuanto a su aplicación, se procede en primera instancia con la columna que corresponde a la categoría de interferencia emocional (grado de agitación) posteriormente la columna referida a ejecución de conducta (probabilidad), la cual debe ser evaluada sin ver la columna de interferencia emocional para evitar la influencia de una sobre la otra.

En lo referido a la forma de corrección e interpretación, se realiza la sumatoria de los puntajes de cada categoría, "A" representa el nivel de interferencia emocional que experimenta de manera que una reducción en el mismo puede ser interpretado como decremento en el nivel de interferencia emocional y de manera general mayor asertividad. En relación a la categoría "B" la sumatoria del puntaje representa la probabilidad de la ejecución de conducta de los sujetos. Un incremento en el mismo puede interpretarse como mayor capacidad de ejecución y de manera general mayor asertividad.

ANEXO No. 3
SECTOR DE ESTUDIO

Colegio Libertadores de América



**COLEGIO LIBERTADORES
DE AMERICA**

PRE-PRIMARIA PRIMARIA SECUNDARIA

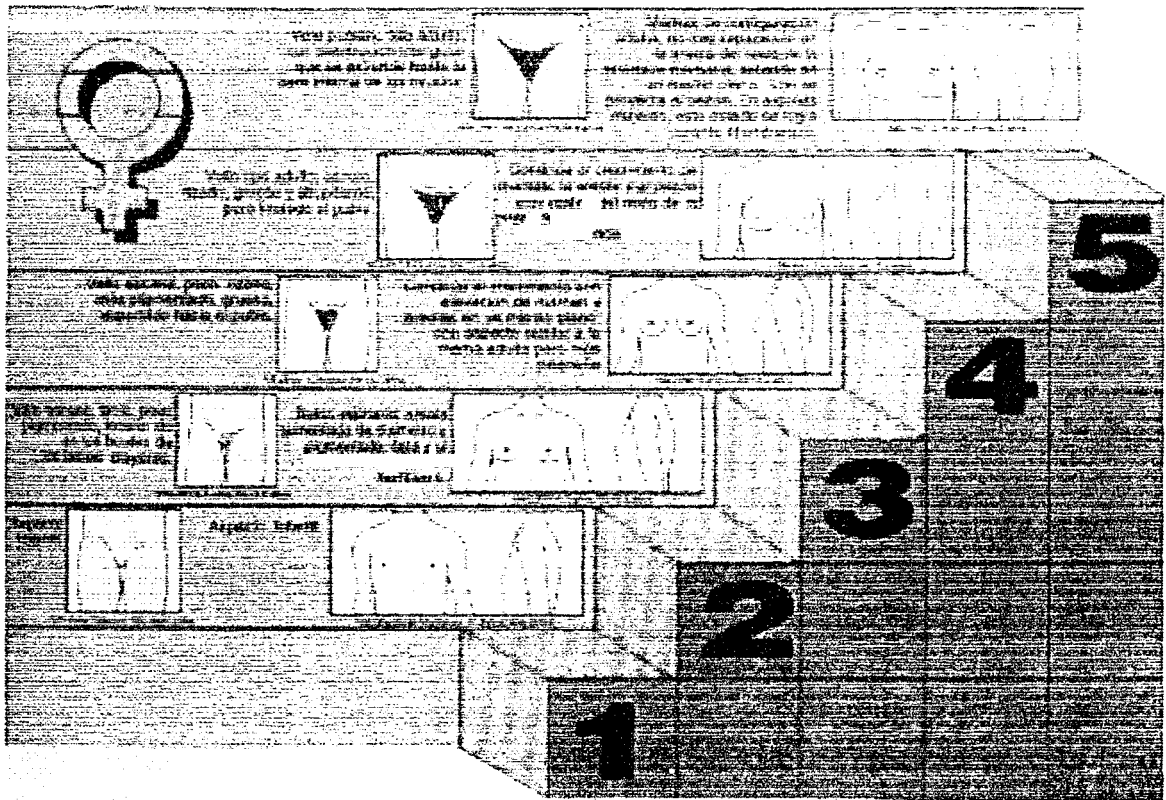


Población Estudiada



ANEXO No. 4
EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD

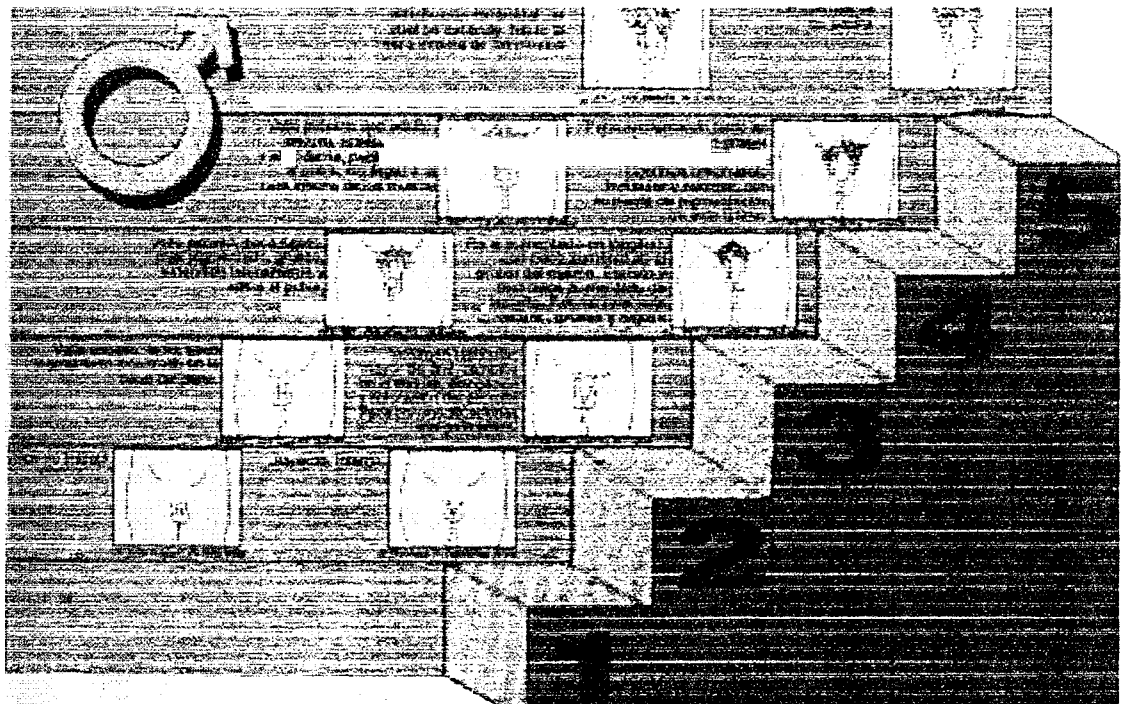
ESCALA DE MADURACIÓN SEXUAL



MUJER

ANEXO No. 5
EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD

ESCALA DE MADURACIÓN SEXUAL



VARÓN

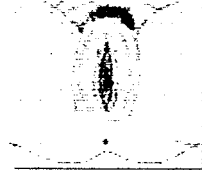
ANEXO No. 6
EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD

INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

¿Cómo se presentan las ITS en la mujer?
Pueden presentarse como:



- Flujo vaginal con mal olor.



- Llagas, úlceras (herida, ampollas, verrugas o granos) a nivel de los genitales.



- Escoror, picazón en los genitales.



- Dotes en el bajo vientre en forma continua, o durante las relaciones sexuales o al orinar.

¿Cómo se presentan las In en el hombre?
Pueden presentarse como:



- Flujo uretral o "gota matutina" (orificio de salida del pene).



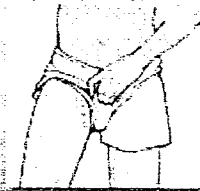
- Ardor y/o dolor al orinar.



- Llagas en los genitales (grano, verruga, herida)



- Hinchazón en los genitales.

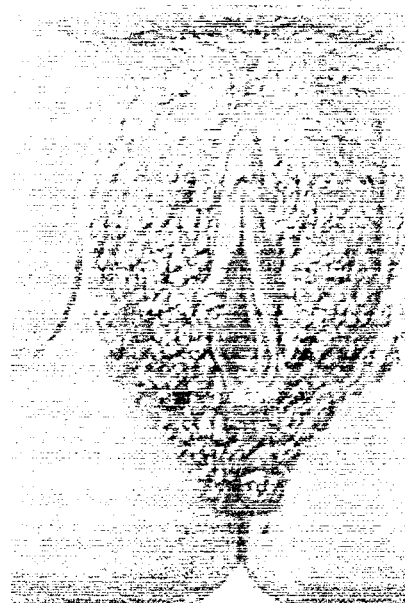


- Hay razón dolorosa de la región inguinal (bubón).

SÍFILIS



CLAMIDIA



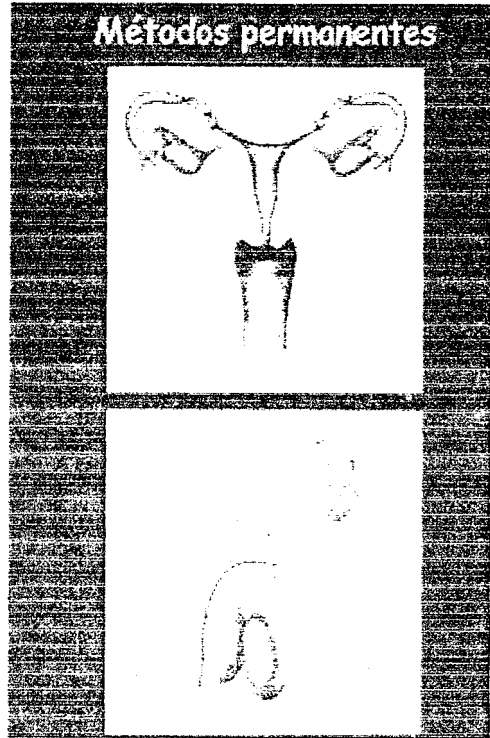
ANEXO No. 7

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Métodos temporales



Métodos permanentes





MI PERSONA

MIS CUALIDADES Y DEFECTOS

*destruirla
no se puede.*

A series of horizontal lines for writing, arranged in two columns. The left column has 12 lines, and the right column has 12 lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page.

