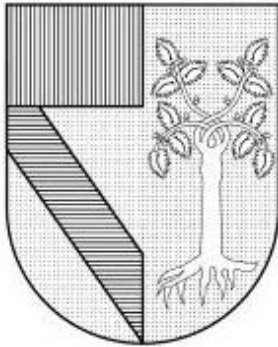
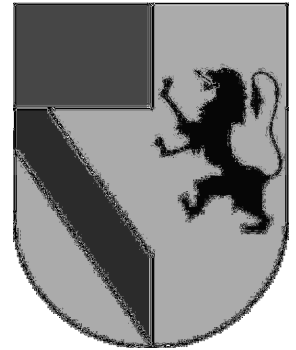


**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**  
**FACULTAD DE PEDAGOGÍA**



INSTITUTO  
PANAMERICANO  
DE CIENCIAS DE  
LA EDUCACIÓN



IPCE

Con reconocimiento de Validez Oficial de Estudios ante la  
Secretaría de Educación Pública.

**“LA FAMILIA COMO FORMADORA DEL AUTOCONCEPTO  
EN LA ADOLESCENCIA”**

**T E S I S**  
PARA OBTENER EL GRADO DE:  
MAESTRO EN EDUCACIÓN FAMILIAR  
P R E S E N T A  
**LAURA AMALIA VEGA FRAGOSO**

DIRECTORA DEL PROGRAMA: DRA. MARÍA DEL CARMEN BERNAL  
GONZÁLEZ

ASESORA: DRA. ELVIA MARVEYA VILLALOBOS TORRES

## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I LA FAMILIA FUNDAMENTO DE LA SOCIEDAD	4
I.1 Persona humana, matrimonio y relaciones familiares	4
I.1.1 Definición	4
-Matrimonio	6
-Relaciones conyugales	7
-Relaciones paterno filiales	9
-Relaciones con la familia extensa	10
-Relación de los padres con hijos adolescentes	11
-Funciones de la familia como ámbito educativo	18
CAPÍTULO II EL ADOLESCENTE Y SU AUTOCONCEPTO	22
II.1 La adolescencia y su autoconcepto	22
II.1.1 Concepto de adolescencia	22
II.1.2 Definición de desarrollo humano	23
II.1.3 Desarrollo físico	23
II.1.4 Desarrollo cognitivo	24
II.1.5 Desarrollo social	26
II.2 Aspectos afectivos	27
II.2.1 Definición	27
II.2.1 Actitudes egocéntricas	29
II.3 Comportamiento moral	30
II.3.1 Definición	30
II.3.2 La búsqueda de la identidad	35
II.3.3 La búsqueda de la autonomía	39
II.4 La sociabilidad del adolescente	42
II.4.1 Definición	42
II.4.2 El adolescente y su relación con sus progenitores	43
II.4.3 El adolescente y su entorno familiar	44

II.4.4	El adolescente y sus pares	44
II.4.5	El adolescente y su autoconcepto	45

### CAPÍTULO III LA FAMILIA COMO FORMADORA DEL AUTOCONCEPTO

III.1	El autoconcepto	53
III.1.1	El autoconcepto está formando por tres componentes, que son:	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El cognitivo que se basa en lo que las personas conocen de sí mismas.</li> <li>• El conductual que se remite a lo que decimos y hacemos.</li> <li>• Y la dimensión afectiva que se enfoca a lo que sentimos</li> </ul>	
III.1.2	Autoconocimiento	56
III.1.3	Autoimagen	58
III.1.4	Autoevaluación	60
III.1.5	Autoaceptación	60
III.1.6	Autorrespeto	61
III.1.7	Autorresponsabilidad	62
III.2	Componente afectivo	63
III.2.1	Autoestima	63
III.2.2	Educación emocional	64
III.2.3	Educación afectiva	65
III.3	Comunicación entre padres e hijos adolescentes	65
III.3.1	Comunicación entre padres e hijos adolescentes	65
III.3.2	Intimidación interpersonal entre padres e hijos	70
III.3.3	Importancia de la familia en el desarrollo de la autoestima	72
III.3.4	Influencia de la autoestima de los padres a los hijos	75
III.3.5	La familia como modelo de vida	77
III.3.6	Alternativas educativas	81
	CONSIDERACIONES FINALES	84
	BIBLIOGRAFÍA	87

## INTRODUCCIÓN

La convivencia cotidiana con mis alumnos de nivel medio superior me ha permitido observar que ciertos jóvenes que proyectan seguridad y aprecio por sí mismos; se sienten valiosos y capaces de enfrentar las adversidades de la vida; por consiguiente, tienen un buen rendimiento escolar. Por otro lado, también he observado, que hay muchachos que se sienten inseguros, dudan de su propio valor como personas y por lo regular muestran bajo rendimiento en la escuela. Las actitudes de estos jóvenes propiciaron en mi interés por indagar el por qué se dan esos comportamientos.

Cuando terminé los créditos de la maestría en educación familiar, decidí que mi trabajo para obtener el grado podría ser el medio para dar respuestas a la diversidad de comportamientos que percibo en mis estudiantes. De primera instancia investigué sobre la autoestima del adolescente; pronto al indagar la profundidad y trascendencia del tema, me hizo ver que en el papel tanto de los padres y de la familia son componentes fundamentales para formar no sólo la autoestima del adolescente sino el autoconcepto. Así fue que decidí que mi investigación versará sobre el papel y las funciones de la familia en el proceso construcción del autoconcepto de los adolescentes; quedando como título: "La familia como formadora del autoconcepto en la adolescencia".

La investigación que presenté a su consideración la he estructurado en tres capítulos. El primer capítulo se denomina: "La familia fundamento de la sociedad". En este se estudia a la persona humana, y se desarrollan los principios de la antropología filosófica, que describen las características que poseemos como seres humanos. Así como el hecho de reconocer que las personas nacen y mueren en una familia. En este apartado otorga especial atención a la descripción de la relación paterno filial tanto en los hijos biológicos, como en los adoptivos. Y a la función fundamental de la familia: en la educación. Sin olvidar se establecen, los principios de la antropología filosófica deben estar basados en la vivencia de virtudes.

Este capítulo termina presentándolas características de las relación entre los padres e hijos adolescentes. Este apartado se convierte en preámbulo del siguiente capítulo.

El segundo capítulo se intitula "El adolescente y su autoconcepto". Éste trata sobre el concepto de la adolescencia, y sobre los cambios físicos, cognitivos, sociales y afectivos que se dan en esta etapa de la vida. En este capítulo se pretende proporcionar argumentos que expliquen el comportamiento egocéntrico y moral de los adolescentes el tránsito evolutivo de esta etapa; se explica por qué el adolescente y la búsqueda de identidad, autonomía y valoración como personas entre los adolescentes. En este punto quiero adelantar al lector sobre la importancia de un sano proyecto de vida que pienso que todo adolescente debe comenzar a construir. En ese sentido la autonomía entre adolescentes también es fundamental, sobre todo, cuando se vive con responsabilidad sus propios actos y la relación con sus pares, es básica para descubrir su identidad y para poner en práctica su autonomía.

Este capítulo concluye con una reflexión sobre la verdadera libertad que debe alcanzar el joven sin caer en el libertinaje.

En el último capítulo de esta investigación se analiza a la familia, como componente fundamental de la construcción del entre los adolescentes. En este capítulo defino autoconcepto y describo las bases fundamentales de los ámbitos cognitivos, afectivos y conductual. En el cognitivo se describen el desarrollo del autoconcepto, de la autoimagen, de la autoevaluación, de la autoaceptación, del autorrespeto y de la autorresponsabilidad. (elementos se se van desarrollando en una persona durante su infancia y niñez). En el ámbito afectivo se da a conocer lo que es la autoestima, fundamento que no sólo demuestra que nos valoramos, sino la manera en que somos capaces de transformar nuestra vida. La cual se proyecta en el punto conductual de los principios del autoconcepto, al tener un equilibrio en el ámbito conativo, afectivo, se podrá desarrollar el conductual al tener la visión y entusiasmo para hacer algo grande en la vida de cada persona, al descubrir y realizar la misión encomendada.

Una vez que se ha dado el contexto teórico del autoconcepto, se incorpora la importancia y trascendencia de la familia, la cual se inicia en el reconocimiento de ésta como formadora de la autoestima, por ser fundamento del

autoconcepto, además de describir cómo influye la autoestima de los padres en los hijos y cómo es que en una familia, con una sana autoestima puede ser un modelo de vida.

El capítulo concluye presentando pautas educativas para los padres. Material práctico que le servirá para reafirmar tanto de su al ponerlas en práctica, les servirán para llevar a cabo esa reafirmación tanto de su propio autoconcepto, como el de sus hijos y por tanto, el de su familia.

Los padres de familia, tienen un gran compromiso con Dios, por ser protagonistas en formación de sus hijos como personas humanas buenas, valiosas y felices. Este rol protagónico se da en todas las etapas la su vida de sus hijos y aun más en la trascendencia de sus vidas; pero, sobre todo, en la adolescencia; por ser el periodo en que los jóvenes forman su personalidad, su identidad, su autonomía responsable, y por tanto su verdadera libertad.

## CAPITULO UNO

### I. LA FAMILIA FUNDAMENTO DE LA SOCIEDAD

#### I.1 Persona humana, matrimonio y relaciones familiares

##### 1. I.1 Definición.

... la persona es cada ser humano concreto en su totalidad; es decir un todo integrado, compuesto por aquellos elementos que son esenciales a su naturaleza humana: cuerpo y alma racional, (...) que hacen de cada hombre un ser único e irreplicable (...) aquello que sin pertenecer estrictamente a nuestra naturaleza es tan nuestro como: si formara parte de ella, es lo que nos da un nombre o ser personal. Por ello tomar en cuenta las “características accidentales”- en las que estarán incluidas el nivel de desarrollo de las capacidades y aptitudes propias, las virtudes y los defectos, etc.-, es muy importante para entender el concepto de persona pues de otra forma se estaría definiendo genéricamente al hombre<sup>1</sup>

La persona humana es un todo integrado, que corresponde a su naturaleza humana. Son componentes: un cuerpo y un alma, racional lo que le hace ser único e irreplicable, a pesar de pertenecer a una misma familia o de tener un gemelo, cada persona posee características particulares: como capacidades, actitudes propias, defectos y sobre todo, ciertas virtudes que se podrán desarrollar a través de la educación. Para conceptualizar a la “persona” es necesario tomar todos los elementos antes señalados.

...lo único que nos pertenece por igual es la dignidad de ser personas, pero esta se establece en la distinción de cada uno como ser único e irreplicable, en virtud del uso que haga de su inteligencia y voluntad.

...estas dos facultades- la inteligencia y la voluntad-, que son las que constituyen el carácter distintivo de la naturaleza humana- por las que somos “hombres” y no una especie animal mas”.<sup>2</sup>

La dignidad es un don que se nos ha dado. Poseemos una naturaleza racional que nos hace diferentes unos a otros y nos da la característica de ser únicos e irrepetibles.

<sup>1</sup> CHAVARRIA OLARTE M. ¿Qué significa ser padres? p.15-16

<sup>2</sup> *Ibidem*. p.13-14

La persona humana tiene la posibilidad de conocerse y aceptarse, como único e irreplicable, y por su propia naturaleza, hacer de su vida una obra grandiosa al conquistar cada día las virtudes que le permitirán ser una mejor persona. Desde el momento de la concepción el embrión tiene un alma espiritual, lo que le otorga el valor y la dignidad humana.

En el alma espiritual, radican las dos facultades específicamente humanas: la inteligencia y la voluntad. Por estas facultades el hombre tiene la capacidad de manifestar conocimientos buscar la verdad y querer el bien. Con la educación de la inteligencia y la voluntad se pretende desarrollar una libertad responsable. Por tanto la educación ayuda al perfeccionamiento del ser humano y esta acción puede contribuir a la conquista de sí mismo.

La persona humana por tener un alma espiritual tiene la posibilidad de ser consciente de sí misma. Esa conciencia le ayudará a vislumbrar su misión personal, y ha de ser utilizada para desarrollar su proyecto de vida, tanto personal, como familiar y profesional.

La dignidad humana, está establecida por la propia dignidad Divina, porque el hombre está hecho a imagen y semejanza de Dios, en esto recae la posibilidad de ser perfectible. Como personas humanas, junto con la inteligencia superior de Dios, los seres humanos tenemos la posibilidad de ser cocreadores con Él. De quien Dios ha pensado desde la eternidad, y esto se da en la donación de los padres, para darle vida a ese nuevo ser que ha de nacer. En un acto pluripersonal entre Dios y los padres. Otorgando con esto la posibilidad de trascender como seres humanos al convertirse en padres, considerando que la esencia de la paternidad es espiritual, porque no sólo se es padre biológico, o legal, se es realmente padre al educar al hijo y conducirlo a su propio proyecto de vida.

La persona humana, ya sea hombre o mujer posee características diferentes, que se complementan en la unión conyugal aportando el hombre su virilidad y

la mujer su feminidad. Y es la donación en el matrimonio una de las relaciones más trascendentes de la persona humana.

## **-Matrimonio**

El enamoramiento es el fenómeno humano natural por el cual se descubren en el otro cualidades que lo hacen atractivo, esto se da de manera pasiva, pues la persona no hace nada para sentir lo que siente, esto va creciendo y los enamorados con alegría y entusiasmo deciden hacer la donación de sí mismos, para construir la sociedad conyugal amorosa. Con amor de dilección característico de la relación conyugal, para madurar en un amor de benevolencia que lo que busca es el bien para el ser amado. El que lo otorga será doblemente feliz; primero porque ayuda a que la persona amada se esfuerce por ser mejor persona cada día y, segundo, porque al amar, no habrá mayor felicidad que buscar el bien del otro. En el amor conyugal; se descubre y se aporta tanto la feminidad y como la virilidad, que es lo conyugable de la persona, complementándose para ser una sola carne.

El contenido del enamoramiento es el encuentro con una persona concreta, única e irrepetible. Ese alguien, se convierte en mi proyecto personal de vida, la persona de la que nos enamoramos es atrayente en su feminidad o virilidad. El enamoramiento es un estado psíquico del todo especial se da como un regalo no elegido, no merecido, al valorar a la persona de la que se ha enamorado por sus cualidades, por su calidad humana, por sus virtudes. Por tanto se ve a esa persona como un proyecto de vida al querer compartir con ella toda la vida.

Cuando del enamoramiento se ha pasado al verdadero amor ese hombre y esa mujer se comprometen en un amor conyugal que tendrá como notas características la exclusividad, uno con una y la perpetuidad<sup>3</sup> para toda la vida; esto es lo que los lleva al matrimonio.

---

<sup>3</sup> La exclusividad y perpetuidad en el matrimonio se refieren uno con una y para siempre, como se señala en la ceremonia religiosa, hasta que la muerte los separe.

Al unirse en matrimonio un varón y una mujer constituyen la máxima unión humana que puede darse. Es la ordenación de una persona a la otra, en forma estable para constituir algo que supere el *yo* y ese algo que supera al *yo* es el *nosotros*. Esto no significa que cada uno de los cónyuges pierda su individualidad o su personalidad, sino que por el matrimonio pueden alcanzar un mayor perfeccionamiento humano al estar en condiciones de poder comunicar la vida humana<sup>4</sup>

Al participar con Dios en la procreación, los esposos se realizan; la mujer como madre y el varón como padre, contribuyendo complementariamente no sólo para procrear; sino también, para educar a los hijos, desde su propia perspectiva de varón y de mujer.

### **-Relaciones conyugales**

...la unión conyugal (personas unidas, exclusiva y permanentemente, a través de su feminidad y virilidad), no queda fundada hasta que los amantes lo deciden voluntaria y libremente: <<he aquí el compromiso conyugal: varón y mujer toman –hoy- la común decisión de entregarse recíprocamente todo su <<ser>> y todo su <<poder>> en cuanto masculinidad y feminidad; comprometen su amor conyugal total (presente y futuro) o, si se prefiere, se constituye en unión conyugal total>>. Este compromiso y sus consecuencias son lo que se llama desde siempre *el matrimonio*.<sup>5</sup>

Ese compromiso amoroso se demuestra con la fidelidad de uno con una y para siempre, caminando en una misma dirección, con un proyecto de vida familiar en común. Alimentando su amor con los pequeños detalles de la vida cotidiana, estableciendo comunicación, educando a sus hijos con valores<sup>6</sup> y virtudes, que a su vez, vivan ellos para dar ejemplo a sus hijos. Valores como el amor, el compañerismo, el respeto, la fidelidad, la honradez, la humildad, el perdón, la honestidad etcétera cimentarán con bases sólidas el verdadero amor conyugal que se reflejara en los hijos con una familia estable y feliz.

---

<sup>4</sup> GÓMEZ PÉREZ R. **Familias en paz** . p.40

<sup>5</sup> YEPES STORK,R. ARANGUREN ECHEVERRÍA J. **Fundamentos de antropología**. p209

<sup>6</sup> Ana Teresa López De Llergo p.194 en su obra "Valores valoraciones y virtudes" señala que un valor: es la perfección real o posible que se apoya en el ser y en la razón de ser. Asimismo en la misma página menciona que las virtudes son: hábitos operativos buenos. Conjuntando estos conceptos tenemos que el ser humano en cuanto tiene la facultad de razonar, busca ser mejor persona, busca perfeccionarse viviendo los valores.

“Lo que distingue al amor conyugal de cualquier otro amor entre personas es su específico carácter de complementariedad sexual”<sup>7</sup>

Una vez que se establece la alianza matrimonial ya se habla de cónyuges<sup>8</sup>. De un hombre y una mujer que caminan en una misma dirección y que comparten su intimidad física y espiritual y se complementan.

... la vocación del hombre es distinta de la vocación de la mujer y el hombre tiene que enfrentarse con un mundo adverso al que tiene que conocer e interpretar, una naturaleza reacia a la que tiene que dominar y por esto necesita instrumentos de rigidez, de dureza de inflexibilidad de raciocinio de leyes que sean fijas, de planes que no cambien. El hombre debe hacer la historia humana con sus heroísmos, con sus equívocos, en cambio la mujer tiene por especial vocación formar al que hará la historia (...) a la mujer para realizar su vocación le hace falta ternura, cariño comprensión humana, sentimiento, fluidez de alma, delicadeza, manos suaves que sepan acariciar, corazón generoso (...)<sup>9</sup>

Las relaciones conyugales se complementan con lo que proporcionan cada uno de los esposos, con su particular personalidad como hombre y como mujer. El varón, por ser más racional, y demostrar su fuerza, su firmeza y su decisión, manifiesta su virilidad; en cambio, la mujer al ser más sensible, y mostrar su ternura, su cariño, su comprensión y su delicadeza, manifiesta su feminidad. Estas características de lo femenino y masculino son las que los hace complementarios en su relación de padres y esposos. La manera de educar de los padres debe ser de común acuerdo entre ellos. Es recomendable ejercer una autoridad firme; con respeto y cariño, sin caer en el autoritarismo, o en el permisivismo<sup>10</sup>. Con exigencia y comprensión.

“La mujer es más espiritual, más soñadora, más idealista. Se conforma menos con su mediocridad. Por eso mismo es más religiosa. El hombre se enfrasca más en lo material. En sus instrumentos de trabajo y en el dinero. El hombre es la raíz hundida en la tierra. La mujer es el tallo y la flor que se eleva al cielo.

<sup>7</sup> YEPES STORK, R. ARANGOREN ECHERIA, J. *op.cit* p.206

<sup>8</sup> El término cónyuges se refiere a mantenerse a un mismo yugo que en este caso será el del amor.

<sup>9</sup> GÓMEZ PÉREZ R. **Familia en paz**. p.44

<sup>10</sup> El permisivismo por su parte se refiere a no poner límites, ni prohibir ante los actos de una persona, y sobre todo mostrar una total indiferencia.

Pero la raíz y la flor son igualmente necesarias a la planta.”<sup>11</sup>El hombre con sus características de firmeza y racionalidad constituyen la base del carácter y la propia personalidad de los hijos. La mujer representa la espiritualidad, el idealismo que de igual forma contribuyen en la formación de la personalidad<sup>12</sup> y carácter<sup>13</sup> de los hijos otorgando esas partes fundamentales en cada persona.

## **-Relaciones paterno filiales**

Las relaciones paterno filiales se establecen con la dependencia de origen, es decir, la relación que se establece entre padres e hijos es una unidad de origen y se puede dar tanto en los hijos biológicos, como en los adoptivos. La filiación es otorgar a los hijos ese amor servicial que trasciende, hasta después de la muerte.

Ser padre y ser madre es el modo natural y normal de prolongar el amor entre varón y mujer. Ambos trascienden al dar la vida a una persona humana. Los padres al ser progenitores de sus hijos establecen un vínculo mutuo y el matrimonio pasa a ser familia con la llegada del primer hijo y se establece la relación paterno – filial, resultado de la unión conyugal que ahora se extenderá a ese amor de servicio hacia los hijos a través de su educación.

Base motor del matrimonio es *el amor conyugal*, que al ser total de uno hacia otro cónyuge, se realiza en la entrega de toda la virilidad y la femineidad en ellos; y al ser perenne, varón y mujer entregan, paulatina pero cabalmente- todos los valores y las manifestaciones propias de su virilidad y femineidad respectivas. De esta manera, sólo en la perpetuidad y en la exclusividad de la unión amorosa se descubre la totalidad en la entrega. Es en el tiempo y en la fidelidad como el amor crece y se fortalece.

Y justamente en esa exigencia natural de continuidad de la dimensión conyugal es donde *tiene su origen la dimensión paterno - filial* <sup>14</sup>

La llegada de los hijos al matrimonio representa el resultado del amor conyugal como resultado, de la entrega de la femineidad y la virilidad. En la donación se antepone la propia felicidad y cuando llegan los hijos, la unión de los esposos

<sup>11</sup> GÓMEZ PÉREZ R. *Op.cit.* p.44

<sup>12</sup> La personalidad se refiere al conjunto de rasgos que caracterizan a una persona de forma individual. Este tema se profundizará en el capítulo II

<sup>13</sup> El carácter por su parte son los rasgos de una persona adquiridos a lo largo de toda su vida.

<sup>14</sup> CHAVARRIA OLARTE M. *¿Qué significa ser padres?* p.44

de manera natural debe acrecentarse. La adopción es un acto jurídico que establece una relación de paternidad- filiación, legítima entre los padres adoptivos y sus hijos; con esto adquieren los mismos derechos los hijos legítimos o los adoptados.

La filiación se establece tanto en padres biológicos como adoptivos; porque, en sí lo que los une, en ambos casos, es el amor de servicio y sobre todo la trascendencia que existirá entre ese vínculo filial, hasta después de la muerte.

### **-Relaciones con la familia extensa**

Tomás Melendo <sup>15</sup> señala que las personas se forman en las familias, pero sobre todo en las familias donde existe el amor entre los padres e hijos y a su vez entre los hermanos; sin dejar de lado a la familia extensa, con quienes también se establecen lazos de amor, entre abuelos, nietos, sobrinos, tíos, etcétera. Ahí donde se funda una comunidad de personas a partir del amor; se tiene la gran oportunidad de aprender a convivir, dando lo mejor de nosotros mismos.

La convivencia, por su parte, debe ser amable y sobre todo evitar que alguno de los integrantes de la familia se sienta como un invitado, un cliente o un inquilino, esto además de crear un clima tenso daría inseguridad a los hijos y les perjudicaría en la formación de su autoestima.

La familia es considerada como un ser de aportaciones que deben ser de lo mejor. “De hecho se ha establecido una ley que cuando más se dé uno mismo, mejores serán las relaciones familiares”<sup>16</sup> Otro factor importante en las relaciones familiares es la reciprocidad demostrada con hechos y no con palabras. Es en la propia familia donde también se aprende a ser generosos.

---

<sup>15</sup> Cfr. MELENDO T. **La hora de la familia** , p.120-121

<sup>16</sup> MELENDO T. **Op.cit** p.84

En la convivencia familiar se aprenden las virtudes que se han establecido en la escala de valores<sup>17</sup> familiar. Al vivir las virtudes desde pequeños, los niños las van asimilando en sus diferentes etapas evolutivas.<sup>18</sup> Y serán la base para que el adolescente las refuerce y asimile otras que de adulto le permitirá tener una vida más plena.

Ahora bien, la convivencia con la familia extensa contribuye en la formación del autoconcepto. “El autoconcepto influye en la relación con los demás. Una persona con un buen concepto de sí misma, esto es, un individuo que asume todas las experiencias de su vida, que no ignora, ni distorsiona sus percepciones, (...) percibe más auténticamente la realidad y acepta con más facilidad a los otros.”<sup>19</sup>

La celebración de la navidad, los cumpleaños de algún integrante de la familia o aniversario de abuelos, tíos o primos en forma peculiar, desde cada familia, es lo que hace, las tradiciones familiares. Estas forman parte de los recuerdos y de las vivencias de la niñez, con lo que se van forjando los valores. Esto sólo se da en la convivencia de la familia extensa que ayuda a formar un buen autoconcepto al recibir la aceptación y reconocimiento de sus familiares.

La proyección de una buena autoestima y por lo tanto de la formación de un óptimo autoconcepto se inicia en la familia al establecer los padres con los hijos excelentes relaciones desde temprana edad y lo ideal es conservarlas en la adolescencia.

## **-Relación de los padres con los hijos adolescentes**

En la familia se aprende a vivir. Ahí se ensayan las relaciones de respeto, afecto, amistad, honestidad, fidelidad etcétera. En ese trato cotidiano también

---

<sup>17</sup> La escala de valores se refiere al parámetro donde se eligen de mayor a menor importancia y cómo se viven en una jerarquía

<sup>18</sup> *vid. infra*. En el capítulo dos, el cuadro de las etapas evolutivas de la persona humana

<sup>19</sup> VILLA SÁNCHEZ A. AUZMENDI ESCRIBANO Elena. **Desarrollo y autoevaluación del autoconcepto en la edad infantil.** p.15

se aprenden valores que a su vez serán puestos en práctica al salir de casa y convivir con otras personas dentro de una estructura de trabajo.

Es en la interacción con otras personas donde se mostrará la personalidad conformada en la familia, en la que se aprende a dar y recibir.

Entre los valores aprendidos en casa están; los religiosos, morales, estéticos, intelectuales, afectivos, sociales, económicos y físicos.<sup>20</sup> Cada persona es única e irreplicable, tiene dignidad y se hace consciente de esta dignidad con el trato apropiado que debe tener al ser respetada y tratada como lo que es, como "persona". Este trato es aprendido en la familia primeramente otorgado entre el matrimonio y en esa forma recíproca de padres a hijos. Al valorar a cada integrante dentro de la misma, los padres tendrán la capacidad de sacar lo mejor de cada hijo, porque fueron educados con amor afectivo y libertad responsable.

Desde la visión tradicional de los adolescentes, las discrepancias paterno-filiales tienden a ser interpretadas como consecuencia de los cambios biológicos de la pubertad, de un inevitable y doloroso proceso de ruptura afectiva, de una búsqueda de identidad propia que impulsa a retar a **los significativos** (...)

Tiene, por tanto, gran interés el conocer las distintas formas en que adolescentes y padres interpretan la convivencia familiar y, más en concreto, la legitimidad de la autoridad parental o la demanda adolescente de autonomía personal<sup>21</sup>

Las discusiones entre padres e hijos tienden a ser consideradas como resultado de los cambios de la niñez a la pubertad y de ésta a la adolescencia, donde se da una ruptura afectiva, porque el adolescente busca encontrar su propia identidad. La convivencia entre padres e hijos suele establecerse en un ambiente de rebeldía manifestada por los jóvenes, donde se establecen relaciones de oposición a la autoridad de los padres y la demanda de autonomía.

<sup>20</sup> *Apud.* VILLALOBOS PÉREZ-CORTES M. **Educación familiar** p.15

<sup>21</sup> GOÑI GRANDMONTAGNE A. **Adolescencia y discusión familiar**, p.27-28

Las relaciones entre padres e hijos adolescentes, en general en las familias tienen un denominador común y es que los jóvenes se rebelan contra todo tipo de autoridad, esta rebeldía puede estar señalada en mayor o menor grado, según las edades de los adolescentes. Ante esto, los padres deben mantenerse firmes y cordiales en su autoridad estableciendo límites razonables y justos que ayudarán al adolescente a tener seguridad y a madurar aunque en este trance se manifiesten discusiones.

...la mejora de las relaciones familiares es una tarea común de padres a hijos (sobre todo, de hijos jóvenes- de 18 a 25 años-, pero también de hijos pequeños).

Para lograrlo, conviene que los padres- como directores (y si se quiere, líderes) de su <<empresa-familia>>- establezcan, lo más pronto posible, unas *prioridades* en proyecto familiar común. Y una de ellas será sin duda la mejora de las relaciones familiares.

¿Qué se les pide a los padres, para lograr esa prioridad de la calidad en su relaciones familiares? Sólo estas tres cosas: impulso, entusiasmos, y un verdadero interés por la persona.<sup>22</sup>

La mejora en la familia debe llegar a cada uno de sus integrantes cuando todos participen y crezcan en forma positiva. Por eso es importante incluir ante todo en su proyecto de vida familiar óptimas relaciones en el hogar. Los padres por su parte deben tener iniciativa y los hijos imitarán el entusiasmo y el verdadero interés por la persona. El ejemplo, servirá de motivación para lograr las metas establecidas tanto de forma personal como familiar. Con el entusiasmo que se transmita a los hijos y el optimismo, se reforzará la motivación. El verdadero interés por la persona servirá para desarrollar una buena autoestima comenzando por valorarse así mismo y a los demás.

La naturaleza de la familia en su dimensión estructural contiene lo permanente: su esencia y sus valores. En su dimensión funcional considera las tareas de cada uno de sus miembros en un contexto cambiante, coyuntural. La propuesta es revitalizar a la familia desde su dimensión orgánica que articula lo estructural y funcional y como cualquier ser vivo requiere de atención y cuidados. Es necesario trabajar arduamente para que la visión de la familia sea un lugar propio a su naturaleza, que viva, que respire, que se nutra, que se conserve que sea una auténtica generadora de bien social; se requiere que la familia establezca orden y funcionamiento asumiendo su papel protagónico de formadora primigenia en el perfeccionamiento de las

---

<sup>22</sup> OLIVEROS F. O. **Relaciones Humanas Familiares** p.16-17

relaciones familiares, con la finalidad de evitar los procesos de descomposición en los que está inmersa<sup>23</sup>

La forma para resguardar a la familia es mediante la atención y cuidado, a la misma en el reconocimiento de cada uno de sus integrantes por pertenecer y tener una familia; asimismo enfrentar y atender las problemáticas a las que se enfrenten con una cordial comunicación.

Es también en la familia donde se aprende a respetar a la persona y este respeto se inicia con el cuidado, atención y cariño que demuestran los padres hacia sus hijos, con su trato. Por eso es importante tomar en cuenta lo siguiente: -No es conveniente darle todo hecho a los hijos, es importante que los muchachos se esfuercen y aprendan a hacer las cosas. Oliveros Otero en su texto "Relaciones Humanas en la familia" nos sugiere lo siguiente:

-Proporcionarles ayuda innecesaria no es conveniente hay que educarlos para que sean responsables.

-Tampoco es conveniente facilitarles todas las cosas, porque es necesario que aprendan a asumir sus responsabilidades.

-La generosidad es un valor importante que deben aprender para no caer en el egoísmo que es parte del individualismo en el que está inmersa esta sociedad hedonista.

Es de suma importancia que los padres para demostrarles amor a sus hijos, sean amorosos y exigentes con ellos para ayudarles a madurar.

Una óptima recomendación para establecer una buena comunicación en el hogar es organizar trabajos en equipo, y pequeños equipos de trabajo. La esencia de la sinergia consiste en valorar las diferencias, respetarlas, compensar las debilidades, construir sobre las fuerzas. Esto es apreciable de igual modo en la actividad. Sinergia y comunicación sinérgica, aplicadas en el

---

<sup>23</sup> ASPE ARMELLA V. **Familia , Naturaleza, derechos y responsabilidades** p.223

hogar consisten por ejemplo, en que los padres sean buenos para que los hijos también lo sean. Para lograr esto en la familia se deberá educar sobre todo en el amor. En un clima de amor y participación donde se establezcan actividades dirigidas será más fácil la integración y el desarrollo de virtudes. Estas actividades deben ser asignadas según la edad y posibilidades de cada hijo. Por lo tanto es importante que los padres conozcan a sus hijos se planteen objetivos educativos para cada uno y elijan los medios adecuados para conseguirlos. Se pretende que ayuden en las actividades del hogar y que sean responsables de sus estudios. La participación familiar les ayuda no sólo a integrarse, sino también a compartir y a ser generosos.

Es también en la familia donde se aprende a respetar a la persona y esto se inicia con el cuidado, atención, cariño que demuestren los padres a sus hijos. Por eso es importante que desde pequeños, según su edad y posibilidades se les convoque a participar en casa y de esta forma se les estará enseñando la importancia de la participación familiar. Una forma de educar la voluntad, es no otorgarles todo en el momento que lo desean, con esta práctica se fortalecerán y resistirán a la frustración.

Los hijos deben aprender a ser responsables cumpliendo con sus tareas tanto en casa como en la escuela, por tanto los padres no deben intervenir al facilitarles las cosas y hacerlas por ellos. La generosidad es un valor que también pueden aprender desde pequeños, pueden aprender a prestar sus pertenencias y a compartir. Si esto se vive con congruencia de vida ejemplar entre padres e hijos los resultados en un futuro serán provechosos para los jóvenes.

No se puede generalizar totalmente lo que ocurre en las familias con los hijos de cualquier edad, y tampoco específicamente con los hijos adolescentes, si ya manifiestan ciertos rasgos que los caracterizan.

Una familia está constituida por personas únicas e irrepetibles por lo que cada integrante es diferente, aunque tengan algunas características en común la problemática que se vive en cada familia es diferente. Por tanto al momento de

educar a cada hijo se debe hacer en forma específica, pero lo que no se debe perder de vista, para todos, es la educación amorosa y con los límites para no dañar su autoestima.<sup>24</sup>

En algunos hogares se dan discusiones, pero en otros sucede todo lo contrario con los padres permisivos, que poseen características muy particulares como las siguientes:

-Tienen miedo y no quieren hacer sufrir a sus hijos. No los reprenden a tiempo.

-Por tener miedo a que sus hijos se vayan de la casa, permiten que abusen de ellos, por lo que no se ponen límites. De aquí la importancia de que la educación de los hijos debe ser planeada por parte de los padres desde que se unen en matrimonio y establecen su proyecto de vida familiar, donde se dialogue como van a educar a los hijos. Cuando no se establecen las normas educativas con una autoridad compartida entre los padres por no quererlos lastimar, los perjudican convirtiéndose en padres permisivos que les da temor enfrentarse a ellos y dejan que sus hijos los insulten y los maltraten.

-Tampoco ponen reglas ni establecen momentos de comunicación familiar para conocerlos, no practican en ellos una exigencia correctiva desde pequeños. Pero también encontramos a los padres autoritarios que abusan de esa autoridad y en su mayoría lo que ofrecen a sus hijos son castigos y malos tratos, por lo tanto no se abren al diálogo y lo que forman son personas inseguras y tímidas, o también puede darse el otro extremo de formar hijos rebeldes que desafían a la autoridad, principalmente la de sus padres. La relación de estos jóvenes es clara ya que ellos en la búsqueda de su identidad lo que requieren es ser aceptados tanto por sus padres como por su grupo de amigos, esa aceptación les da seguridad en si mismos. Cuando reciben lo contrario como la crítica negativa por parte de sus padres, amigos y demás familiares pierden seguridad y confianza en si mismos, sobre todo cuando la crítica es por parte de sus progenitores.

---

<sup>24</sup> GOÑI GRANDMONTAGNE A. **Adolescencia y discusiones familiares** p.28

El tener la aprobación de las personas da seguridad, por eso es tan importante en los adolescentes recibirla, pero no siempre buscan el acercamiento en sus padres. En la actualidad la mayoría de los padres son ausentes y casi no proporcionan estos elementos tan importantes en el desarrollo de su autoestima y personalidad. Por tanto lo que hacen los jóvenes es buscar esa comunicación que no tienen con sus progenitores, en el grupo de amigos o bien con la novia o novio según sea el caso; ante esto que consejos o ejemplos pueden recibir los jóvenes, si la mejor educación se da en la familia esto lo deben de tener en cuenta los padres. Que mejor que ellos establezcan un clima de confianza, amistad, respeto, cariño, en su hogar para conocer a sus propios hijos. Cuando se les ayuda a madurar mediante una educación óptima y positiva se le estará reforzando su propia valía, por lo que no requerirá de la aprobación de las otras personas por reconocer su propia dignidad, como tal y manifestar su valor personal en su autoestima.

En la familia es donde se aprende a respetar a la persona y este respeto se inicia con el cuidado, atención, cariño que muestran los padres a sus hijos.

Por tanto es de suma importancia que los padres para demostrarles amor a sus hijos sean respetuosos, comprensivos y les ayuden a madurar y a ser responsables. Al educar esa responsabilidad se podrán establecer reglas que como en un acuerdo familiar se participe, tanto en realizar esas reglas como cumplir lo que se establezca. Así que el proponer normas donde participe toda la familia, vigilando que se cumplan se podrá tener la mejora en la familia, proporcionando ayuda a todos sus integrantes. Cuando en una familia se enseña a participar esta familia se convierte en un hogar de aportaciones por parte de todos y cada uno de los integrantes. Ahora bien, su participación puede ser afectiva con muestras de amor, cariño, comprensión y que mejor que se dé con los padres hacia sus hijos, para que lo asimilen los hijos y lo repitan.

Para que los padres tengan hijos buenos es muy importante que les muestren el camino del bien con su experiencia y conocimientos.

La adolescencia es una etapa fundamental por que se reafirma la personalidad, la autoestima y su autoconcepto es lo que se analizará en el siguiente capítulo.

### **-Función de familia como ámbito educativo**

La familia es el primer ámbito de la educación y la forma de promover una buena cultura familiar es mantener y transmitir a los hijos la mejor herencia que son los valores de la cultura, su origen y las tradiciones familiares que nos identifican. Ayuda a la mejora familiar el educar la sobriedad; dando importancia justa a lo material. Asimismo darse tiempo para la reflexión, la diversión, la lectura, la recreación etcétera. Inclusive hasta para observar en familia un programa de televisión y comentarlo abriendo de esta forma un espacio para la comunicación.

...la educación es un desafío que se prolonga a lo largo de toda existencia del hombre. El adulto no termina nunca de educar y de ser educado. Para indicar la educación del adulto podemos usar otra palabra, que tiene el mismo sentido de educación, es la palabra cultura. El hombre no cesa nunca de aprender, elaborar, transmitir, la propia cultura.

Este proceso es un proceso de autoeducación, pero no en el sentido de que el sujeto autosuficiente se eduque a sí mismo. La educación *supone siempre referencia a otro*.

Hablemos de autoeducación más bien en el sentido de que el educando es a su vez educador, participa en el proceso de la educación a la vez en modo activo y pasivo, hacia las mismas personas o hacia otros <sup>25</sup>

La educación se puede dar por niveles en la vida de una persona, y cuando ya se es adulto, se considera que su educación se puede tener en el mismo sentido de la cultura por participar en la formación de ésta. Sin dejar de tomar en cuenta que en la medida que esta persona se eduque habrá una consecuencia en otra u otras personas. La autoeducación en las personas se da desde que se nace hasta que fallece; por tanto, educarse no significa únicamente adquirir conocimientos, sino, buscar nuestro propio perfeccionamiento.

La familia es el mejor ámbito para educar en valores; por ejemplo, cuando los padres conviven con sus hijos y les enseñan a apreciar la belleza, a buscar la

---

<sup>25</sup> BUTTIGIONE R. **La persona y la familia** p.51

verdad, o bien, mostrar la bondad, es la mejor manera de aprender el sentido de los valores compartidos y vividos.

Una vez que se han aprendido en el hogar esos valores se ponen en práctica para incorporarlos a nuestro propio proyecto de vida. En la interiorización de valores: el primer paso consiste en descubrirlos en una realidad valiosa, algunos de éstos son: la amistad, la responsabilidad, la generosidad y la fidelidad etcétera. El segundo paso consiste en aceptar ese valor. El tercer paso es preferirlo. El cuarto paso es comprometerse con ese valor. Y el quinto en organizar la propia vida en función del valor descubierto e interiorizado.

La educación es eminentemente liberadora, suelta las amarras que ligan al niño a lo defectuoso y a lo malo. Sólo la acción educativa origina el proceso de personalización: hace al individuo dueño de sus instintos e inclinaciones, de su inteligencia y su voluntad, y capaz de resolverse a obrar.

La acción educativa es legítima y necesaria: primero porque corrige los defectos en su raíz, impulsa las inclinaciones que se han logrado por el desarrollo de hábitos buenos y fortifica las virtudes en la persona. En segundo lugar, porque atiende no sólo a las capacidades específicamente humanas- inteligencia y voluntad- sino también al cuerpo, procurando su desarrollo y perfección.

En tercer lugar sólo la educación forma la vida moral(...) <sup>26</sup>

La educación dentro de la familia proporciona a los hijos los principios imprescindibles para hacerlos mejores personas humanas, dueños de sus emociones y tendencias a través de la educación de su inteligencia y voluntad. La educación se da a los hijos desde antes de nacer al promover el desarrollo de virtudes y fomentando sus propias cualidades y enseñándolos a luchar por ser mejores superando sus limitaciones.

Es así que una parte fundamental en la educación en la familia es que se ayude a los hijos a educar la inteligencia y la voluntad a través de valores y virtudes, cuando esto se aprende en la familia desde muy temprana edad se estarán fortaleciendo bases importantes que les ayudarán en su vida. Se puede hablar de legitimidad de la educación cuando lo que se busca es corregir

---

<sup>26</sup> VILLALOBOS PÉREZ – CORTES, M. **Educación familiar** p.31-32

los defectos desde su raíz formando en valores y virtudes y con esto la legitimidad se da por ser pilares que forman la personalidad.

La legitimidad radica en el propio significado de la educación ya que este término significa sacar de dentro de la persona lo que posee. Al educar la inteligencia y la voluntad de los hijos, se les ayudará a ser dueños de sus emociones. El enfoque cognitivo se refiere al conocimiento y lo actitudinal a las actitudes que se pueden marcar en la familia, lo ideal es que sean positivos, basados en el optimismo y en el control de sus emociones.

A la hora de educar a los hijos es muy importante enseñarles a diferenciar entre los valores materiales, para esto se recomienda establecer y seguir una escala de valores, donde se comenzará con los valores al servicio del espíritu.

Es importante señalar que los valores materiales se deben utilizar como medios y no como fines ya que en la sociedad actual, por el consumismo se invierte su sentido. Quienes hacen esto se concentran en el tener y no en el ser, porque consideran que el tener más es lo que le da el valor como persona.

...educar en la libertad es ayudar a los hijos a irse haciendo, construyéndose a ellos mismos; es ayudar a nuestros hijos a conquistar su autonomía, enseñándoles a desarrollarse, para que sean capaces de explicar el porqué, cómo y dónde eligen o deciden lo que quieren, con base a una libertad responsable. La libertad educativa sólo existe como proceso educativo para la liberación permanente. Ser libre en hacerse libre todo el tiempo por medio de la educación. Libertad educativa no quiere decir libertad irresponsable, irreductible; no quiere decir libertinaje. Libertad educativa es libertad con autoridad. Los padres de familia deben combinar la libertad ( en ayuda de la autonomía personal de los hijos) con la autoridad (enseñándoles a reconocer límites y normas) La libertad sin autoridad es caos, y la autoridad sin límites es despotismo.<sup>27</sup>

En la libertad va implícita la responsabilidad porque la libertad sin responsabilidad es igual a permisivismo sin normas y reglas. Educar la libertad

---

<sup>27</sup> VILLALOBOS PÉREZ –CORTES, M. **Educación familiar.** p.26-27

responsable en los jóvenes es para que sepan tomar las decisiones en su vida. Para distinguir entre lo bueno y lo mejor para sí mismos. Para equivocarse menos en lo que se decide y para ser responsables de las elecciones. Se educa la libertad responsable estableciendo normas, sin caer en el extremo del autoritarismo.

Realmente la educación es un proceso que se da a lo largo de la vida de una persona, enfatizando su propio valor; al buscar su beneficio y su mejora personal. La mejora personal esta enfocada al cambio de actitudes a través de valores y virtudes que le permitirán incrementar su perfectibilidad personal.

La educación no sólo es promover cambio de actitudes o hábitos externos, sino también ayudar a descubrir la riqueza humana que posee el educando. La educación se considera una vía tanto externa como interna, de apoyo al perfeccionamiento personal, que se inicia en la familia; tanto con el lenguaje corporal de los padres, como con su ejemplo, al convivir cotidianamente.

## CAPÍTULO

### EL ADOLESCENTE Y SU AUTOCONCEPTO

#### II.1 La adolescencia y el autoconcepto

##### II.1.1 Concepto de adolescencia

La adolescencia es la etapa de la vida que junto con el crecimiento básico es un proceso de adquisición de responsabilidad, autonomía, y madurez en los aspectos: psicológico, emocional y social. La adolescencia es un proceso que se da de manera paulatina, en tres etapas: inicial, media y superior<sup>28</sup>; en las que la madurez se va alcanzando en los ámbitos ya señalados.

En la adolescencia no sólo se dan cambios cualitativos, sino también cambios cuantitativos, lo que dará origen a la personalidad. “La adolescencia es una crisis de crecimiento de adaptación a una nueva edad”<sup>29</sup> Es una etapa donde se está dejando la infancia para llegar a la madurez<sup>30</sup>. Los cambios que se presentan primeramente son los cambios físicos de la pubertad, entre los que están el aumento de estatura, y la aparición de los caracteres sexuales secundarios.

La adolescencia es el despertar de los jóvenes a una conciencia más clara de lo que son y de lo que ha sido su infancia y su niñez. Aunque con cierta confusión, por los cambios que está viviendo en lo físico, emocional y social, la vida se comienza a ver desde su particular punto de vista, aunque de principio no sea de su propio agrado y las cosas irán cambiando conforme descubra la importancia de hacerse grande.

---

<sup>28</sup> Gerardo Castillo Ceballos, en su obra “**El adolescente y sus retos**” describe las tres etapas de la adolescencia: la inicial, la intermedia y la superior.

<sup>29</sup> CASTILLO CEBALLOS G. **El adolescente y sus retos** p.28

<sup>30</sup> La madurez se refiere a establecer plenitud y suficiencia en lo físico, psicosocial y emocional.

Dentro de la adolescencia señala Erikson<sup>31</sup> también debe haber una crisis de identidad<sup>32</sup> que debe resolverse satisfactoriamente. La adolescencia inicial o pubertad se presenta a su vez en distintos momentos de crisis<sup>33</sup>; la primera es la del crecimiento físico, la segunda es la crisis afectiva y finalmente la crisis sexual.

### **II.1.2 Definición de Desarrollo Humano**

El desarrollo humano se refiere a los cambios que presenta un organismo individual desde su origen y evolución hasta su madurez. Estos cambios son en cuanto su funcionamiento y estructura. Por tanto en el desarrollo se dan las modificaciones de la forma y conducta de los seres vivos.

Ahora bien en el desarrollo humano se incluyen el desarrollo físico, cognitivo intelectual, afectivo y social.

### **II.1.3 Desarrollo físico**

Los cambios físicos se presentan primeramente en las niñas, en algunas ocasiones desde antes de los diez años de edad, en los niños posteriormente. Con estos cambios del adolescente la dinámica familiar se transforma, por tanto: los padres deben prepararse desde antes. La madurez de los chicos se nota al observar a jóvenes de la misma edad, donde tanto en las niñas como en los niños se desarrollan los caracteres sexuales secundarios, y con esto el interés por la sexualidad. Por eso es importante que los padres de familia cuando llegue este momento de la vida de sus hijos sean ellos los que den una adecuada educación sexual tanto a sus hijas como a sus hijos y así

---

<sup>31</sup> Erikson orientó sus investigaciones sobre las condiciones ambientales que favorecen en la formación de la personalidad, por lo que se orienta a las funciones educativas.

<sup>32</sup> Característica de la adolescencia donde se busca ser lo que se desea ser en cuanto uno mismo.

<sup>33</sup> La crisis se presenta con conflictos psíquicos derivados directamente del mismo proceso evolutivo de la adolescencia.

mismo, den confianza para que pregunten y aclaren sus dudas y no busquen fuera de casa las respuestas a sus inquietudes. Por tanto es recomendable adelantarse a este acontecimiento e irlos preparando para que comprendan los cambios que se van a ir presentando y aprovechar los momentos oportunos para relacionar la educación sexual con la educación para el amor.

Es adecuado que la mamá esté pendiente y prepare a sus hijas a los cambios físicos y sexuales que comenzará a presentar en su desarrollo. La madre le hablará desde el punto de vista femenino, pero es importante que una vez que la madre haya hablado abiertamente a su hija sobre sexualidad, el padre también participe y le hable como varón y le indique como debe cuidarse y valorarse como mujer. Asimismo la madre debe hablar con sus hijos varones sobre su sexualidad desde el punto de vista femenino y el padre debe contribuir en la aportación masculina reafirmando el respeto que se debe darse a sí mismo y a las mujeres con las que se relacione. Es importante dejar abierta la comunicación con ambos padres para resolver las dudas que surjan y no busquen la respuesta con sus amigos o en información no adecuada.

#### **II.1.4 Desarrollo cognitivo**

Se refiere a la adquisición de un gran número de habilidades del pensamiento entre las que están la creatividad, el análisis, la síntesis, el juicio crítico, basadas en el desarrollo cognitivo, que al ejercitarlas irá favorecerán la evolución de la inteligencia. Este desarrollo se da desde la infancia y se nota su avance en la niñez y adolescencia como lo manifiesta Piaget.

... el niño de siete años, que está en el estadio de las operaciones concretas, conoce la realidad y resuelve los problemas que ésta le plantea de manera cuantitativamente distinta de cómo lo hace el niño de doce años, que ya está en el estadio de las operaciones formales.

...cuando se pasa de un estadio a otro se adquieren esquemas y estructuras nuevos. Es decir, como si el sujeto se pusiera unas gafas distintas que le permiten ver la realidad con otras dimensiones y otras características.<sup>34</sup>

Piaget como precursor del desarrollo intelectual relaciona el desarrollo cognitivo con el aprendizaje que se va adquiriendo al desarrollar la inteligencia del niño

---

<sup>34</sup> CARRETERO, M. **Constructivismo y educación.** p23

y como va pasando del pensamiento concreto al pensamiento abstracto del el adolescente.

En los últimos años de la adolescencia tardía, de los 17 a los 20 años (...) En el plano cognitivo la capacidad de abstracción le permite vislumbrar planes originales hacia el futuro y preocuparse por el estudio, el trabajo, la familia, su vocación, que le permitirán ir madurando su proyecto de vida.

Pensar en lo que quiere estudiar, lo que puede trabajar y posteriormente cuando termine una profesión en el campo donde desarrollará profesionalmente.

El desarrollo del conocimiento abstracto se da en la adolescencia mediante el razonamiento de materias como la física y las matemáticas que por ser más complejas lo que ponen en situación de resolver problemas en estas áreas lo cual favorece la madurez mental.

En el estadio del desarrollo cognitivo de la operación formal (de 12 a 15 años y vida adulta) se tiene la capacidad para formular hipótesis y aislar variables. Considerar las posibilidades de causa y efecto. Además se utilizar cuantificaciones relativamente complejas ( en proporción, probabilidad etc.)<sup>35</sup>

El desarrollo cognitivo está enfocado al desarrollo de habilidades combinando inteligencia y acción, desde temprana edad, para así desarrollar el pensamiento.

Vygostsky<sup>36</sup>, señala que donde este pensamiento nace es en la motivación tanto de nuestras necesidades, afectos y emociones que se va efectuando en el trabajo cooperativo en aspectos fundamentales del proceso de desarrollo

---

<sup>35</sup> CARRETERO Mario. **Constructivismo y educación**. p.36

<sup>36</sup> Mario Carretero en su obra "**Constructivismo y educación**" señala que Vygostsky fue un autentico pionero al formular algunos postulados, que han dado lugar a importantes hallazgos sobre el funcionamiento de los procesos cognitivos.

cognitivo<sup>37</sup>. Desde la infancia para lograr independencia personal y madurez física y posteriormente cognitiva durante la adolescencia, donde los propios estudios con materias más abstractas y la toma de decisiones de la vida cotidiana, ayudarán a madurar, desarrollando, actividades, tanto cualitativa como cuantitativamente de manera individual en el lenguaje, la lectura, el lenguaje matemático que se han ido adquiriendo a través de la memoria y la atención.<sup>38</sup>

### II.1.6 Desarrollo social

El desarrollo social está íntimamente relacionado con el desarrollo cognitivo e intelectual, porque al socializar se construyen ideas, juicios y representaciones.

El conocimiento es un producto de la interacción social y de la cultura. Aunque es cierto que la teoría de Piaget nunca negó la importancia de los factores sociales en el desarrollo de la inteligencia.

Quando llega la adolescencia media, de los 14 a los 16 años, la separación familiar comienza a ser más real. La búsqueda de amigo es más selectiva y pasa de las actividades de grupo a otras de pareja. El adolescente busca diversas alternativas en cuanto a pareja. Se da por tanto un paso de la amistad de grupo, a la amistad personal y el descubrimiento del otro.<sup>39</sup>

Conforme los jóvenes van creciendo se van desligando de sus padres y buscan en su grupo de pares, su identidad en la forma de vestir, hablar, así como sus ideales y con esto van forjando esa identidad que a su vez se proyectará en su personalidad.

Para formar una personalidad madura, lo ideal es tener buenas bases desde casa con una adecuada educación de la libertad para que sepa elegir a su

---

<sup>37</sup> Proceso por el que llega al conocimiento mediante: la percepción, el descubrimiento, el reconocimiento, la imaginación, el juicio, la memorización y el aprendizaje.

<sup>38</sup> *vid.supra.* Cuadro sobre las etapas evolutivas de la persona humana.

<sup>39</sup> ARTOLA GONZÁLEZ T. **Cómo resolver situaciones cotidianas de tus hijos adolescentes** p.34

grupo de pares y fortalezca su autoconcepto en forma recíproca entre su grupo de amigos.

“...en la adolescencia tardía, de los 17 a los 20 años, es cuando surgen relaciones interpersonales estables. Al disminuir el egocentrismo, el adolescente está en condiciones de mantener una auténtica relación de persona a persona.”<sup>40</sup>

Al llegar a la mayoría de edad, los jóvenes al ser más maduros y ser conscientes que no sólo existe el “yo” disminuye el egocentrismo, propio de su edad, por tanto se dan cuenta; que la existencia de otras personas también es importante con lo que pueden establecer relaciones afectivas más profundas.

“El desarrollo social es un asunto de primera magnitud. El núcleo familiar suelen quedar relegado aun segundo plano a favor de los amigos. Comienzan las salidas nocturnas, respecto a las cuales los hombres deben compaginar tolerancia y sentido común para alcanzar un punto de equilibrio entre ambos elementos.”<sup>41</sup>

Los padres deben ser comprensivos con sus hijos y entender que es parte de la vida y de la propia madurez de los jóvenes y que el afecto de sus hijos se puede compartir con sus amigos, e inclusive con la novia o el novio según sea el caso, sin que ellos no dejen de ser sus padres.

## **II.2 Aspectos afectivos**

### **II.2.1 Definición**

Los cambios y trastornos de la vida mental y afectiva de la adolescencia no tienen su origen en lo biológico, dado que los cambios son más profundos por estar transformándose la personalidad de un ser humano.

---

<sup>40</sup> ARTOLA GÓNZALEZ T. **Cómo resolver situaciones cotidianas de tus hijos adolescentes.** p35

<sup>41</sup> ROJAS E. **¿Quién eres?** p.50

Los sentimientos fluyen en el adolescente con una fuerza y una variabilidad extraordinaria. La adolescencia es la edad de los grandes ánimos y de los grandes desánimos, de los grandes escepticismos. Quieren entrar en su vida afectiva con mucho ímpetu y pretenden salir luego de ella seguros e inamovibles, con todas sus ideas. Y al chocar con la complejidad de sus propios sentimientos, se encuentran como inundados por una tristeza grande, y pueden sentir incluso ganas de llorar, y si les preguntas por qué están así, es fácil que respondan desolados: no lo sé<sup>42</sup>

En el constante cambio del adolescente, no puede faltar el trastorno de sus emociones y el no poderlo controlar ante la adversidad que la vida, les presenta día a día, o bien por el simple cambio de ánimo que puede ir desde una gran tristeza a la euforia a la alegría en un período corto de tiempo.

Y en medio de esa amalgama de sentimientos, algunos de ellos opuestos entre sí, va cristalizando el estilo emocional el adolescente. Día a día irá consolidando un modo propio de abordar los problemas afectivos, una manera de interpretarlos que tendrá su sello personal, y que con el tiempo constituirá una parte muy importante de su carácter<sup>43</sup>

Es en la lucha constante y ardua en que el joven se conquista a sí mismo al controlar sus emociones, será un reto que le permitirá conocerse y formar su personalidad. Aquí la participación de los padres también es muy importante pero con anticipación, desde la infancia y la niñez pueden ayudarle en la educación de su voluntad para ir desarrollando una sana inteligencia emocional.

En los adolescentes la sensibilidad está a flor de piel, por tanto sus cambios de ánimo son extremos. Así como pueden estar sumamente contentos y alegres y en un momento cualquiera pueden estar en depresión o tristeza. Ante esta crisis de depresión, el joven tiene dos formas de combatirla; la primera es enfrentando el problema que ha provocado el malestar y la segunda es la ayuda, que pueden ofrecer los padres mediante la educación de ciertas virtudes que pueden ser de mucha ayuda para combatir la crisis emocional, estas virtudes son entre muchas otras la prudencia, la templanza, la fortaleza y la justicia.

---

<sup>42</sup> AGUILÓ A. **Educación de los sentimientos** p.209

<sup>43</sup> AGUILÓ A. **Carácter y valía personal**. p.210

## II.2.2 Actitudes egocéntricas

Las actitudes egocéntricas se derivan del desarrollo afectivo.

Los niños, en su primera infancia reconocen el yo<sup>44</sup> por lo que se manifiestan egoístas. Esta etapa se supera en la edad escolar entre niños de la tercer niñez. Este egocentrismo es diferente al de la adolescencia, porque el joven se centra en si mismo para descubrir su identidad. Y de igual forma que en la infancia se culmina, aunque en un sentido diferente, cuando se descubre el tú. La labor de los padres será ardua y provechosa si se reconoce al hijo como persona valiosa desde el nacimiento y durante toda su vida. Con la búsqueda de su identidad el adolescente empieza a descubrirse a sí mismo, es el momento para que a través de autoconocimiento acepte su físico y su cualidades, pero no sólo las acepte sino que él mismo las reconozca y las valore. Ante esto, una vez que sabe quién es, podrá salir del egocentrismo y descubrir que así como es valioso él, también lo son los que lo rodean. Los padres ante la observación de las actitudes egocéntricas de sus hijos, conviene que les llamen la atención, haciéndoles ver las consecuencias negativas que les provocan esas actitudes. Por otro lado hacerlos reflexionar sobre los daños que ocasionan la vanidad y la soberbia.

Conviene que los padres actúen con espontaneidad y naturalidad para que con su ejemplo los hijos asimilen el error en el que pueden caer al ser vanidosos. ahora bien los padres deben estar pendientes para que por un lado no caigan en el extremo de soberbia o bien en los complejos de inferioridad que pueden manifestar los jóvenes.

---

<sup>44</sup> *vid. infra* cuadro etapas evolutivas de la persona humana

## II.3 Comportamiento moral

### II.3.1 Definición

En este momento es muy importante reforzar la educación moral de los jóvenes para que estén preparados ante esta sociedad light<sup>45</sup>, donde se nos muestra un gran relativismo de los valores universales.

Es en la adolescencia, cuando que se reafirma la personalidad recién descubierta del joven, por lo que se debe reforzar educación moral, para que desarrolle coherencia de vida y sea capaz de actuar con base en lo que piense y en su escala de valores, además desarrolle una ética profesional, lo que le dará un gran valor como persona.

En la actualidad tanto la ética como la moral se toman como sinónimos porque ambas ciencias estudian los actos buenos de las personas en concordancia con su dignidad humana. Por tanto estas ciencias son eminentemente humanas, por enfocarse a los actos humanos buenos.

La moral significa la costumbre que ensambla con buen gusto el actuar humano. La ética por su parte se encarga del estudio tanto del actuar del hombre así como de sus bases como son: los valores, las leyes, y los códigos etcétera que rigen el comportamiento humano. Esta ética o comportamiento moral debe ser educado por los padres en los niños desde que son pequeños mediante la práctica de las virtudes. Sócrates señala que la virtud es la fuerza, lo que proporciona la fortaleza para enfrentar la vida.

Los hábitos buenos al ser practicados se convierten en virtudes, a diferencia de los vicios que son hábitos negativos que degradan a la persona que los practica. Mediante la vivencia de virtudes, el hombre se autoposee; por tanto es

---

<sup>45</sup> Enrique Rojas en su obra “**El hombre light**” señala que la sociedad denominada light, debilita sus bases morales y deforma los comportamientos humanos que solo se mueven instintivamente con un sentido materialista.

mediante esta práctica que el hombre se hace hombre, por que se hace dueño de sus actos.

La fuerza que se encuentra en las virtudes se deben aprehender desde el nacimiento Esto hace a la persona, no sólo virtuosa, sino fuerte para enfrentar la problemática de nuestro vivir, en esta sociedad que busca el placer, por el placer. En la que se devalúa la dignidad humana y se usa a las personas, para sacar un provecho. Por tanto hay que hacer conciencia en los jóvenes de lo que se vive en esta sociedad . Y hacerles ver qué tan virtuosos son en su actuar. Por eso es de suma importancia la participación de los padres al educar en virtudes a sus hijos, mediante el ejemplo, que es el que arrastra.

Las personas mediante sus actos van formando su personalidad a lo largo de su vida. De ahí la importancia de adquirir y realizar buenos hábitos.

Las personas por su naturaleza pueden ser moldeadas a través de los hábitos que la persona realice.

En la cultura light en la que vivimos se ha denigrado- como ya se ha señalado la dignidad humana al cosificar<sup>46</sup> o bien usar a las personas como si fueran objetos. De aquí la importancia de educar dignamente a los jóvenes desde que nacen y llegan a formar parte de una familia y en la que se irá desarrollando su autoestima.

Es importante que en la adolescencia y como un objetivo educativo, se les haga pensar lo que se vive en esta sociedad. Por ejemplo la ambivalencia que se da en los dobles mensajes de los anuncios de los medios de comunicación social, el desenfreno sexual, la violencia etcétera. Y si no se les educa adecuadamente para vivir una adolescencia sana, se sentirán frustrados<sup>47</sup> e inadecuados.

---

<sup>46</sup>Cosificar a las personas y por tanto servirse de ellas, es otra característica de la sociedad light.

<sup>47</sup> La frustración es verse privado de la satisfacción de un deseo o defraudada en sus expectativas de recompensa.

Un joven desarrolla su ética al tomar las decisiones trascendentes de su vida, como terminar una carrera, ser leal, o bien por el contrario hacerse adicto al alcohol, el tabaco o alguna otra droga o en su caso tener relaciones íntimas antes del matrimonio. Estas decisiones son tan importantes que guiarán o desviarán su proyecto de vida.

Lo ideal en esta serie de determinaciones es elegir mediante la libertad responsable, la autenticidad<sup>48</sup> y la realización de grandes ideales en su proyecto de vida.

La ética debe tener importancia en nuestras vidas, como seres humanos que somos. Al poseer un alma-espiritual, con nuestra inteligencia, voluntad y libertad podemos discernir entre lo bueno y lo mejor.

Ahora bien; la persona por su naturaleza humana tiende a la felicidad, auténtica que es la plenitud y ahínco que se encuentra en la lucha de cada día. En el esfuerzo por alcanzar la perfección. Con lo que sentirá una gran satisfacción.

La felicidad plena, la puede alcanzar el hombre en el desarrollo de sus actos libres por mínimos que éstos sean, siempre y cuando estén realizados con una base ética. Ante esto habrá de distinguirse entre la realización de un acto libre donde se busque la felicidad y un acto egoísta. No es egoísta buscar y tender hacia la felicidad mediante el razonamiento y la libertad que poseemos tendiendo al bien supremo, puesto que es un deseo natural; mientras que un acto egoísta es ante todo impedir la felicidad de los demás para lograr la propia.

El hombre tiende a la felicidad plena a través de la lucha por el perfeccionamiento personal. Este perfeccionamiento se encuentra en el cumplimiento de su fin y del cumplimiento de su felicidad natural que no es más

---

<sup>48</sup> La autenticidad es mostrar su propia personalidad tal y como se es.

que el bien que realizamos al actuar racionalmente. El perfeccionamiento se dará durante toda la vida.

Tantos padres de familia y jóvenes deben estar seguros de los fundamentos básicos que representa vivir, los valores desde niños, lo que le permitirá, enfrentar esta sociedad hedonista<sup>49</sup>, donde la libertad sexual se ha convertido en una ataque contra la integridad y dignidad de las personas.

El amor que se demuestran los cónyuges debe ser sincero en lo afectivo, al ser tierno y cariñoso por lo que será un ejemplo de vida para sus hijos. Por tanto, los hijos buscarán en los ámbitos en los que se desarrollan ese ambiente de amor, sinceridad, ternura que han visto en el trato con sus padres.

En la familia se debe tomar en cuenta la trascendencia que tiene educar la sexualidad dentro del marco del amor y de una educación integral. Tomando en cuenta todos los aspectos de la persona humana. Considerando los riesgos de la práctica irresponsable de la sexualidad.

El enseñar al joven a respetar su cuerpo y el de los demás con pudor le permitirá descubrir y preservar la intimidad que posee, así aprenderá a respetar a la persona humana y todo lo que le incluye<sup>50</sup>

El desenfreno sexual ha llevado a muchos países incluyendo el nuestro, al extremo de cambiar las leyes sin tomar en cuenta el valor y la dignidad de la vida y de la persona humana, repercutiendo esto en la concepción de la familia y el matrimonio, dañando gravemente a la sociedad, en la que ha aumentado el número de divorcios, de enfermedades de transmisión sexual, de niños no deseados, de madres solteras, del consecuente deterioro económico etcétera.

La práctica de la genitalidad se presenta cada vez a edades más tempranas, dándose por tanto un gran número de embarazos no deseados, aumentando con esto el número de abortos y el contagio de enfermedades de transmisión sexual.

---

<sup>49</sup> El hedonismo es una doctrina que pregona el placer en cualquier actividad humana.

<sup>50</sup> ROJAS E. ¿Quién eres? p.57

Cuando los chicos y las chicas que inician la pubertad empiezan a sentir las primeras inclinaciones hacia el sexo contrario han de saber muy bien que las mismas son normales, lógicas y obligadas por la naturaleza y que lo que fuera patológico sería no sentir las, pero han de aceptar voluntariamente el esfuerzo que tendrán que realizar para conseguir el autocontrol de estas nuevas tendencias, si desean que ellas no les lleven a vivir experiencias individuales y con otros en las que la dignidad humana queda herida o se pierde lo que nunca más se puede recuperar<sup>51</sup>

Es normal que los jóvenes se sientan atraídos por el sexo complementario<sup>52</sup>, lo ideal es educarlos en el amor, para que elijan a la persona que Dios les tenga asignada para compartir su vida.

Ayudar a los jóvenes a forjar una auténtica personalidad mediante una educación sexual adecuada, en la que valore su cuerpo y la propia sexualidad como un tesoro que debe cuidar para compartirlo con responsabilidad y madurez en el momento adecuado, que será cuando esté preparado para compartir la vida para siempre con quien haya elegido para formar una familia.

...Todo amor exige unión y el mayor de los amores humanos, es el de los esposos; conlleva la mayor unión física sexual, y humana, personal, que trasciende en una única y nueva vida: la del hijo que se engendra o puede engendrarse.

El aspecto unitivo del amor matrimonial en el que la sexualidad desempeña un papel importante, ha de ser conocido por los jóvenes; como también han de conocer de manera muy clara y concisa que el aspecto unitivo y generativo del acto matrimonial son dos caras de la misma moneda y que separar ambos aspectos de forma artificial es siempre radicalmente traumática, ya que destruimos la consecuencia natural de un acto que el hombre y la mujer han llevado a cabo haciendo uso de su libérrima libertad<sup>53</sup>

El encuentro amoroso entre esposos conlleva a la unión de dos cuerpos que se entregan sustancialmente en alma y cuerpo y su amor trasciende en los hijos que procrean. De ahí la importancia de que los jóvenes conozcan realmente el

---

<sup>51</sup> MIRALBELL E. **Cómo entender a los adolescentes** p.162

<sup>52</sup> El hombre y la mujer están hechos el uno para el otro, porque Dios los hizo así, complementarios en lo femenino y lo masculino.

<sup>53</sup> MIRABELL E. *Op.cit* p. 161

compromiso que adquieren al unirse en matrimonio<sup>54</sup> que en la actualidad muchos rehúsan, por la ligereza del hedonismo en que vivimos.

Con todo lo expuesto se reafirma que el hombre es un ser que por razonar y hacer uso de su inteligencia, sus conocimientos y valores sistematiza y organiza sus conocimientos con los que sustenta los fundamentos morales y forma su conciencia moral, para distinguir entre lo bueno y lo malo.

### II.3.2 La búsqueda de la identidad

Cuando un adolescente descubre quién es y qué quiere ser, a través de una sana autoestima y un elevado autoconcepto estará en la posibilidad de encontrar su verdadera identidad.

... él púber siente una nueva necesidad: la de tener una existencia propia, personal, diferenciada de la existencia de los demás. Ello es consecuencia del << **descubrimiento del yo**>>, de un <<yo>> que se presenta como una realidad única e irrepetible. El <<yo>>' rehúye, desde este momento, las situaciones de uniformidad y anonimato; el interés predominante es ahora cuidar la propia singularidad y las diferencias con los otros<sup>55</sup>

Lo que hace posible este descubrimiento trascendente es la reflexión en sí mismo lo que responderá a las necesidades de comprenderse y ubicarse como diferente de los demás, estableciendo su propia personalidad.

Ese "yo" descubierto en la adolescencia es un yo interior para descubrir lo que hay dentro de sí, y buscando espacios de soledad o bien con su propia compañía. Es como surge la intimidad personal y con esto la capacidad para la vida interior.

---

<sup>54</sup> Como ya se ha señalado la sociedad light se contrapone al compromiso, razón por la cual muchos jóvenes viven el matrimonio un año o menos tiempo y otros simplemente viven en unión libre y sólo los que son comprometidos consigo mismo son capaces de comprometerse con su cónyuge.

<sup>55</sup> CASTILLO CEBALLOS G. **El adolescente y sus retos** p.81-82

Al practicar la introspección<sup>56</sup> se comenzará a planear el proyecto de vida, como ya se ha señalado anteriormente, para el futuro de los años venideros, como: que carrera estudiar, dónde trabajar, a que edad formar una familia etcétera.

Cuando un adolescente descubre su yo interior comienza a buscar su propia originalidad porque tratarán de encontrar características en sí mismo como su singularidad nueva, única y particular lo que le llevará a la autonomía descubriéndose como único e irrepetible. Por tanto lo que hará será romper con los viejos hábitos y costumbres de la infancia.

En cuanto va pasando el tiempo el adolescente va descubriendo su Intimidad, crea una imagen y una opinión de sí mismo, por tanto es importante y necesario que esa opinión personal, sea de una persona valiosa para sí mismo y para los que le rodean.

Por tanto se establecen estas características: 1) descubrimiento de la valía del propio 'yo', 2) reconocimiento y aceptación por parte de los demás de esa valía, 3) reforzamiento del sentimiento de valía original, 4) aumento del reconocimiento y aceptación por parte de los otros 5) nuevo reforzamiento de la valía personal.<sup>57</sup>

A través del conocimiento y reconocimiento de sus cualidades, aceptación de sus condiciones físicas, intelectuales, habilidades, emocionales, culturales y espirituales que conformarán su personalidad el adolescente formará su propio autoconcepto respondiendo a las preguntas ¿cómo me veo? y ¿cómo soy? Ese autoconcepto a su vez esta compuesto de una serie de conceptos en lo que ya se ha señalado: en lo corporal, psíquico, conductual, moral, social.

Este autoconcepto<sup>58</sup> no es innato, porque se forma en el ambiente familiar. Los padres de familia al crean un ambiente de aprobación, afecto, y cariño

---

<sup>56</sup> La introspección es mirar hacia adentro; este método se usa en psicología para que las personas puedan conocer y analizar sus actos.

<sup>57</sup> CASTILLO CEBALLOS G. **El adolescente y sus retos** p.93

<sup>58</sup> El texto de Aurelio Villa Sánchez y Elena Auzmendi Escribano, titulado. **Desarrollo y evaluación del autoconcepto en la edad infantil**. Señalan que el autoconcepto no es algo innato. Ya que se va desarrollando y evolucionando durante cada etapa de la vida.

asentaran, la formación de ese autoconcepto, principalmente en la infancia y en la primer niñez, por ser las etapas de creación del autoconcepto; al formar el <<yo >> externo. Cuando es negativo el ambiente en que se desarrolla el niño, la autoestima es baja y deficiente, dándose con esto niños inseguros, aprensivos y ansiosos.

En la búsqueda de su identidad el joven pasa por un proceso de transición del 'quiero ser yo mismo' al ¿quién soy yo?<sup>59</sup> Esto lo lleva a buscar su propia identidad, rompiendo con la identidad superficial que construyó en la infancia, llegando a sentir una crisis y un vacío de identidad, por tanto buscará reconstruirla a través de dos componentes, del psicológico y social. Dentro del psicológico se ubica el elemento cognitivo que denota la imagen psicológica que cada persona tiene de si mismo, en cuanto a lo social se refiere a elegir una forma de vida en particular.

La búsqueda de identidad es la actividad más compleja y general que un adolescente realiza, a veces en mucho tiempo de su vida, y se vale de actividades como“ 1 )optar por un sistema de valores, 2) elegir una ocupación dentro del mundo de trabajo, 3) elegir un patrón de conducta sexual o modelo de relación con las personas del otro sexo, 4) emanciparse<sup>60</sup> de la tutela familiar<sup>61</sup>

Como tienen que optar por un sistema de valores, es importante que los padres eduquen a sus hijos, para que elijan entre los valores de la cultura los más trascendentes, que serán los que más los perfeccionen. Es importante que el adolescente tenga un proyecto de vida profesional<sup>62</sup> y dentro de este se realice asumiendo su vocación. Entre las conductas importantes y trascendentes se encuentra la conducta sexual y su relación con el sexo complementario, esto le ayudará no sólo a respetar su integridad y la de otra personas, también le dará el valor adecuado al matrimonio y su relación

---

<sup>59</sup> CASTILLO CEBALLOS G **El adolescente y sus retos.** p.94

<sup>60</sup> Emanciparse se refiere a la liberación de la subordinación o sujeción de una autoridad que buscan los adolescentes, y en este caso es la que tienen con sus padres.

<sup>61</sup> CASTILLO CEBALLOS G. **Op.cit.** p. 99

<sup>62</sup> El proyecto de vida profesional establece las actividades planeadas sobre su vocación profesional.

conyugal. En cuanto a buscar la liberación de la tutela familiar deberá, no romper con la familia, sino hacerse responsable de su vida.

En la formación de identidad del adolescente, el joven debe cuidar no ser manipulado por grupo de pares, o sea su grupo de pubertos o bien el grupo de diversiones <sup>63</sup>

Esta precaución la debe de tener ya que pueden ser grupos que tengan y practiquen vicios como puede ser el vandalismo, la drogadicción, el alcoholismo, la delincuencia etcétera. Pero cuando se cuenta con un grupo de verdaderas amistades no es probable que absorban la identidad de un adolescente, por el respeto con que se manejan sus relaciones amistosas. La identidad se desarrolla por etapas, esto lo señala Gerardo Castillo en su obra “El adolescente y sus retos”, la primera de ellas es el periodo de lactancia, la cual consiste en una optima relación del niño con su madre a través del cariño y atención que le demuestra. Aquí la identidad se establece en el ‘yo soy lo que espero recibir’. Es capaz de recibir lo que se le da.

Entre los dos y los tres años el niño se identifica con el control de algunos movimientos corporales. Aquí la identidad esta ligada a ‘yo soy’ lo que puedo desear como en el caso de estar limpio.

De los tres a los seis años el niño ya es capaz de hacer cosas y de tener iniciativa. Esto le servirá para desarrollar los diferentes roles de su vida posterior. Por tanto la identidad se establece en el ‘yo soy lo que me puedo imaginar lo que seré’.

De los seis a los once años el niño no sólo se interesa en hacer cosas sino que desea saber como se hacen, le agrada hacer bien su trabajo; aquí la identidad se establece con ‘yo soy lo que puedo aprender para hacer una tarea’.

---

<sup>63</sup>CASTILLO CEBALLOS. **El adolescente y sus retos**. p. 100

En la adolescencia (que va de los once a los veintiún años). El adolescente busca esclarecer y definirse como persona. Aquí la identidad se establece en el 'yo soy lo que decido y me propongo ser'. Busca formar su identidad activamente. En esta etapa se observa con amplitud y progreso la construcción de su identidad.

En la vida adulta, la cual se considera etapa final, se establece la relación con otras personas. Aquí se supera el 'yo soy' por el 'somos' y la identidad se da por el 'nosotros somos' por 'yo soy lo que amo. En la vida adulta segunda fase se amplía el propio 'yo' donde se realizan realidades objetivas que dejan huella: obras de creación, hijos, etcétera. Aquí la identidad se establece con el 'yo soy el que he sido capaz de engendrar y crear'.

### **II.3.3 La búsqueda de la autonomía**

La autonomía no es lo mismo que la independencia<sup>64</sup> parcial que los jóvenes quieren conseguir. Para que los adolescentes sean totalmente maduros deben ser responsables, esta característica la demuestran, al manifestar organización adecuada de su vida, esto se da regularmente después de los veinte años de edad.

Enrique Mirabell<sup>65</sup> en su obra "Cómo entender a los adolescentes", nos plantea siete puntos para establecer una autonomía progresiva.

Estos son:

1.- Ante todo que los padres pongan los medios para una auténtica autonomía, esto debe iniciarse desde la infancia respetando los gustos de los hijos en el vestir, comer, relacionarse etcétera.

---

<sup>64</sup> Enrique Mirabell, en su obra "**Cómo entender a los adolescentes**", menciona que los jóvenes luchan por su independencia durante la crisis de identidad, donde el joven quiere organizar su vida, según sus valores desligándose de lo que hasta entonces había estado ligado, como es el caso de sus padres, abuelos, en sí de su familia y de la propia escuela, pero una vez que se encuentra le da el valor correspondiente a los suyos.

<sup>65</sup> MIRABELL E. **Cómo entender a los adolescentes** p.64

2.-Mostrarles de una forma clara y precisa la diferencia entre la sana libertad y el libertinaje.

3.-Evitar confundir la autonomía con la independencia.

4.-Mostrar con ejemplos certeros la diferencia entre la autonomía y la independencia.

5.-Para adquirir tanto una sana libertad y autonomía se le ha de educar con una serie de ejemplos de vida que conlleven responsabilidad correspondiente en la aplicación de ambos casos.

Los jóvenes en general y principalmente en los países denominados “liberales”, exigen a sus padres que no se involucren en el grado de autonomía, por un lado, pero en el fondo desean que sean sus padres y profesores los que les den las pautas en la disciplina<sup>66</sup>.

La autoridad de los padres en los últimos tiempos ha sido afectada por la exigencia de libertad de la juventud, por lo que ha dejado de ser objetiva y prudente. Esto puede provocar problemas importantes en los adolescentes.

Lo ideal es ayudarles desde pequeños a los hijos a ir formando su propia autonomía; esto debe hacerse al enseñarles a decidir y sobre todo a elegir y a ser responsables de su elección.

Es importante que los padres de familia se anticipen a la crisis de la adolescencia, esto les servirá tanto a sus hijos como a ellos mismos por que les prevendrá de muchas situaciones; entre los puntos importantes que se deben considerar esta la educación en la libertad, la fe y en el amor ya que estos puntos son claves dentro de la crisis del adolescentes y son los ejes de la educación. El hablar abiertamente al hijo le permitirá conocerse para así establecer una sana autonomía, sin caer en el extremo de buscar a ciencia cierta su total independencia.

---

<sup>66</sup> La disciplina se conceptualiza como la conducta que procede de la autoridad establecida en normas a ejecutar.

Es responsabilidad de ambos padres el hacer notar a los jóvenes los aspectos negativos que les puede llevar a una vida desenfrenada en su forma de beber, llegar demasiado tarde y no avisar ni adonde ni con quien andan a altas horas de la madrugada. Ante esto es importante hacerles ver lo negativo de su conducta y las repercusiones que conllevan sus actos.<sup>67</sup>

La adquisición de la autonomía se da mediante una crisis, que al ser bien dirigida dará resultados óptimos para los jóvenes que la exigen desvinculándose en cierta forma de su familia, padres, abuelos y escuelas. Este proceso se da de manera lenta y progresiva, se comienza entre los doce y trece años y se concluye entre los veintitrés años aproximadamente. La desvinculación se da en lo físico, intelectual, caracterológico y sociológico que al sincronizar los aspectos que marcaron la llegada de la adolescencia concretan su propia personalidad.

Para respetar la autonomía de cada hijo, es necesario no sólo actuar debidamente sino también recordar, a menudo, que la tarea más importante de los padres es educar a sus hijos para que lleguen a ser hombres y mujeres maduros y responsables, dignos cuidadosos fervientes creyentes de la religión que la familia profesa.<sup>68</sup>

La autonomía se va adquiriendo junto con el descubrimiento de la identidad del joven. Es importante que los padres de familia, tomen en cuenta que la personalidad de cada hijo es diferente, por lo que se deben tomar ciertas medidas particulares.

La autonomía paulatina y progresiva dará como resultado una independencia armónica. Este ejercicio debería ser apoyado y propuesto por los propios padres, porque les ayudaría a conseguir en sus hijos la madurez propia de su edad. Un elemento importante para esta autonomía, es el de un buen desarrollo juvenil, para ello es importante apoyarse en la escuela, los clubes,

---

<sup>67</sup> MIRALBELL E. **Cómo entender a los adolescentes** p.75

<sup>68</sup> MIRALBELL E. **Cómo entender a los adolescentes.** p.77

sanos programas juveniles televisivos que en la mayoría de los casos son contados, por lo que hay que seleccionarlos.

## **II.4 La sociabilidad del adolescente**

### **II.4.1 Definición**

La sociabilidad<sup>69</sup> se inicia en la interacción que se da entre los padres y los hijos desde antes de nacer, y se reafirma ese contacto en la vida cotidiana, por tanto se continua este proceso de convivencia en la escuela, con el grupo de compañeros, el trabajo, los medios de comunicación social la iglesia etcétera. Mediante la socialización los niños van aprendiendo normas que le permitirán convivir en la sociedad, esto lo aprende desde que es un bebé al disciplinarlo en horarios de la alimentación, juego, aseo, dormir etcétera, pero no sólo con estas reglas aprenderá a convivir, sino con la educación de una serie de valores que al estar bien fundamentados desde la infancia, le servirán para la crisis que vivirá en la adolescencia ante lo que tenga que enfrentarse y decidir para su vida futura.

El adolescente durante el proceso de socialización<sup>70</sup> va transformando su personalidad a través de la asimilación de la cultura donde se va desarrollando. La convivencia con otras personas, le permite al adolescente asumir las reglas establecidas por la misma sociedad con lo que a su vez las retomará como normas para su comportamiento.

El lugar ideal para aprender a interactuar con las personas, como ya se ha mencionado, es la familia, una forma es mediante la participación familiar, donde cada miembro contribuya con ciertas tareas de su hogar a la medida de sus posibilidades e inclusive de sus capacidades, edad y sexo, la participación y convivencia equitativa es una forma de educar a los jóvenes a que en la sociedad hay derechos y obligaciones que se deben acatar al convivir.

---

<sup>69</sup> La sociabilidad es el proceso por el cual una persona aprende a convivir una familia y posteriormente en una sociedad.

<sup>70</sup> La socialización la adquiere una persona al tomar las normas que le guiarán como convivir en sociedad.

## II.4.2 El adolescente y su relación con sus progenitores

El tiempo que se emplea en la educación de los hijos debe ser constante y de calidad, sobre todo en la adolescencia porque de esos momentos dependerá una sana relación con ellos, además de aprovechar para conocerlos y saber cómo ayudarlos, aunque se susciten ciertas discusiones.

Es indispensable mantener un alto grado de paciencia al tener esos entrenamientos, dado que si se llega a la desesperación y la discusión se torna en violencia e insulto; se romperá la confianza y costará mucho trabajo reconstruirla de nuevo.

La crisis de identidad de los adolescentes los lleva a la rebeldía e inestabilidad emocional lo que los hace quejarse y criticar. Los padres de familia llegan a sentirse inseguros en cierta forma, al ser combatida su autoridad y disciplina, pero aun con esto no deben aligerarse las relaciones y mucho menos caer en el pesimismo, sino que al contrario mantenerse firmes porque los adolescentes rechazan tanto la autoridad y la disciplina, pero aun con eso las necesitan para la formación de su personalidad.<sup>71</sup>

Los adultos, por su parte perciben la adolescencia como una crisis psicológica, donde la relación con los adolescentes se aprecia difícil y en la familia no es la excepción. En muchos casos, las discusiones se dan por pequeños incidentes; la explicación que se le ha dado a esta conducta es que la crisis de personalidad que viven los jóvenes los hace ser susceptibles<sup>72</sup> y volubles, razones suficientes para sentirse ofendidos y agredidos, provocando las discusiones. Si entre ellos mismos existe esta inestabilidad es lógico pensar, que también la habrá en la convivencia externa.

La maduración armónica de la personalidad da como resultado una autonomía

---

<sup>71</sup> GOÑI GRANDMONTAGNE A. **Adolescencia y discusiones familiares** p.11

<sup>72</sup> La susceptibilidad se presenta en las personas, por carecer de madurez por lo que muestran molestia ante algún comentario, o simple crítica; en los adolescentes es muy frecuente el que se muestren susceptibles.

progresiva. El amor que los padres demuestren a sus hijos, debe radicar en evitar confundir la tolerancia esporádica y aislada con la propia educación permisiva que todo lo justifica y lo tolera, y cuando se quiere poner límites les costará trabajo o bien recibirán agresiones por parte de los hijos.<sup>73</sup>

### **II.4.3 El adolescente y su entorno familiar**

En algunas ocasiones o momentos de convivencia familiar, donde haya varios adolescentes, se puede tornar en discusiones familiares, provocando tensión en el ambiente, ante esto es recomendable que las discusiones sean lo más relajadas y positivas, para darles una solución objetiva y rápida posible, considerando la justicia en la resolución del mismo, evitando afectar la salud física o afectiva. Para esto deben evitarse ante todo los insultos y las ironías, por los efectos negativos de resentimiento que pueden provocar.

### **II.4.4 El adolescente y sus pares**

La convivencia con el grupo de pares le ayuda a conocerse, a establecer relaciones de compañerismo y amistad, a afrontar su personalidad con los ideales del grupo en la formación, de su identidad y autonomía.

Si los jóvenes recibieron desde su infancia bases fundamentales en valores universales vividos con coherencia de vida, sabrán elegir el grupo de pares que les ayudará a madurar. También es importante la comunicación que debe haber siempre entre padres e hijos para que de esta forma los padres conozcan al grupo de amigos de sus hijos de ser posible recibéndolos en la propia casa, esto le servirá al hijo para darse cuenta cómo se comportan dentro de su propio ámbito familiar.

Los adolescentes buscan el grupo de jóvenes en el que encuentran muchachos pasando por la misma transición, comparten las mismas angustias que se les

---

<sup>73</sup> MIRABELL E. **Cómo entender a los adolescentes** p.94

presentan al tomar la vida en sus manos y tomar decisiones trascendentes en la misma.

En la actualidad hay grupos de jóvenes que viven su vida de manera desordenada, pareciera que se dejan vivir, buscan hacer lo que hace la mayoría de los jóvenes y además esta sociedad hedonista les marca el camino, como es ingerir alcohol, drogas o bien ser parte del pansensualismo<sup>74</sup> que se vive.

Otra característica de esta convivencia de pares es que ante todo rechazan lo que representa orden y sistematización de valores<sup>75</sup> y anarquismo. Por tanto es conveniente conocer en la manera de lo posible al grupo de amigos que está interactuando con los hijos. Es recomendable prevenir. Se ha observado que entre el período de los 16 a los 24 años de edad, período en donde se transforma la personalidad de los jóvenes se da mayor importancia al grupo de amigos, lo que les ofrecen y necesitan para su madurez y emprendimiento del vuelo para una personalidad madura. Cuando deciden separarse del grupo, lo hacen por cuestiones como noviazgo, trabajo, matrimonio. Esta fase se ha extendido dado que anteriormente se daba entre los 16 a los 21 y ahora es por más tiempo.

#### **II.4.5 El adolescente y su autoconcepto**

El autoconcepto está formado de tres componentes<sup>76</sup>, los cuales son: el cognitivo, el conductual y el afectivo. Estos componentes se reafirman en la adolescencia por el descubrimiento que hace de sí mismo y de igual forma estos principios determinan su personalidad. El principio cognitivo se refiere al conocimiento que hace el adolescente de su persona de ahí que observe su conducta enfocada a lo que dice y hace, dentro del segundo componente, y por

---

<sup>74</sup> El pansensualismo reenfoca a la gran motivación e instintos sexuales en el comportamiento humano llagando a ser el principal motor de las acciones del hombre. Esto se apega a lo que nos ha mencionado Enrique Rojas en la sociedad Light.

<sup>75</sup> El sistema de valores es un conjunto de reglas o principios que enfocados a la naturaleza racional y al ponerlos en práctica es como se engrandece como la persona.

<sup>76</sup> **Vid. infra.** capítulo III “El autoconcepto”

último el componente afectivo el cual está enfocado a los sentimientos, emociones y afectos compartidos entre sus padres, amigos y o novio o novia. El autoconcepto, a su vez está compuesto del autoconocimiento, autoimagen, autoevaluación, autoaceptación, autorrespeto, autorresponsabilidad, y la autoestima, estos constructores de igual forma se reafirman en la adolescencia porque mediante ellos se ha construido la personalidad.

El autoconcepto en el adolescente está enfocado a su autoimagen en lo que observa al verse ante un espejo, a ese gusto o disgusto de lo que le proyecta la imagen y por tanto como se evalúa positiva o negativamente y de ahí; se autoacepta o se critica ante su físico y su forma de ser con lo que mostrará, respeto como persona única e irreplicable y si se siente seguro de sí mismo será capaz de responderle a la vida. Y de no ser así se sentirá insatisfecho por lo que no ha podido hacer. En si el autoconcepto es el resultado de lo recibido durante la niñez en cuanto a lo que representan, los elementos constitutivos mencionados que dan como resultado aun autoconcepto positivo o negativo. Y a su vez se explicaran a continuación.

El autoconocimiento en el adolescente se da cuando ha tenido una base positiva por parte de los padres de familia, reconociendo su valor personal desde su nacimiento y durante su infancia y niñez, el joven al tener presente su valor como único e irreplicable y al haber practicado y aprendido a encontrarse consigo mismo en la intimidad ya sea con alguno de sus padres y consigo mismos, podrán reafirmar su valor y reconocer el de los demás.

La autoimagen en los adolescentes es fundamental por tener y proyectar una nueva imagen física que fue de niño a joven y próximo adulto. El aceptar esa imagen nueva con todas sus características, dará origen a una autoimagen sin caer en el egocentrismo, esto será mediante la humildad que tenga y de igual forma mostrar seguridad, cordialidad y firmeza consigo mismo y con los demás, dentro de esa autoimagen reafirmará su identidad la cual fue iniciada con su apariencia física. Cuando un adolescente no se acepta así mismo, se sugiere cuestionarle sobre el defecto y que reconozca toda su persona. Y sobre todo

concienciar en él, que estamos hechos a imagen y semejanza de Dios, quien nos creó.

La autovaloración estará establecida en los jóvenes al tener bien conciente esa valoración que se tiene como persona única e irrepetible. Esa valoración se conjuga y complementa con lo ya señalado en el autoconocimiento y autoimagen. En esta autovaloración es importante reconocer tres dimensiones que nos asemejan a Dios esto es nuestra inteligencia, voluntad y libertad que al ser bien utilizadas y se hará algo grande en la vida, con esto se contribuirá a no sólo tener una auténtica autoimagen ante los que le rodean sino también ante Dios.

La autoaceptación entre los adolescente es un poco difícil, ante el constante bombardeo de los modelos establecido de nuestra sociedad manipuladora por establecer estándares de moda. Pero si se han dado el valor personal necesario desde la infancia y la niñez y se ha demostrado un valor auténtico a cada uno de los integrantes de la familia, sin hacerles críticas negativas ante algún defecto físico, será más fácil que los adolescentes se acepten así mismos y de esta forma mostrar una óptima autoestima aceptándose como son físicamente, y cambiar lo que es prudente y necesario para su propia salud física y emocional.

También es importante que cuando se tengan ciertas actitudes negativas que le ofenden, reconocerlas y pedir a la familia le ayuden a detectarlas sin ofender ni criticar y que mejor que sea en la familia donde se le quiere y se le apoya para cambiar esas actitudes para que cada día sea mejor persona.

El autorrespeto, es tan importante que lo desarrollé un joven, porque se librá así de caer en algún vicio de esta sociedad como son: la drogadicción, la sexualidad desenfrenada, la pornografía, etcétera. Para que el joven se respete debió haber sido respetado por primeramente por sus padres y cuando en alguna ocasión se hubiera infringido en ese respeto a su persona, reconocerlo y ofrecer disculpas y pedir perdón. Al hacer esto el adolescente tiene la

oportunidad de aprender a perdonar viviendo ese perdón con sus propios padres para que después lo aplique hacia si mismo y con los demás

La autorresponsabilidad es también fundamental en el adolescente porque al saber responder, no sólo le dará cimientos para tener fe en si mismo sino también con los demás. Tener esa fe en sí mismo dará la pauta para enfrentar y resolver sus propios problemas y compromisos y asimismo a la vida, cuando se enfrente ante la adversidad.

La autoestima en el adolescente se retoma después de reconocer quien es, concientizando su valor, se vislumbra la autoestima como resultado de lo que ha recibido por parte de sus padres y familiares y amigos. Esa autoestima es proyectada en el adolescente al mostrarse seguro y adecuado con su forma de sentir, de pensar y actuar en relación a él mismo y sobre todo de los que le rodean; sin caer en egocentrismos; porque después de haber descubierto el "yo" descubrió el "tú" de quienes le rodean y por tanto también son valiosos e importantes. Una auténtica manera de mostrar su autoestima dándose con amor y respeto a los demás.

Las reflexiones que hemos encontrado a lo largo de este capítulo son las siguientes: primeramente que la adolescencia es una etapa de transición donde se deja a la niñez para convertirse en personas maduras.

Brindar confianza para preparar el desarrollo físico y sexual que empezarán a vivir desde la pubertad.

En la adolescencia se dan cambios emocionales tan radicales, que lo Ideal es dar desde la infancia una educación emocional, para apoyarlos en el combate de este cambio emocional característico de la adolescencia.

La madurez cognitiva del adolescente se visualiza en la capacidad de resolver problemas complejos pertenecientes al lenguaje matemático y físico por ser

abstracto<sup>77</sup>.

El descubrir el “tu” en la adolescencia le permite a los jóvenes descubrir el mundo de los que les rodean y sobre todo reconocer el valor que tiene tanto él como con quien convive.

Para cimentar una óptima moral en los jóvenes hay que vivir los valores en casa poniendo como base una escala, donde los padres los eduquen con el ejemplo, porque será lo que les dará fuerza para enfrentar la vida.

La identidad en el adolescente es de suma importancia para la formación de su personalidad y de su propia autoestima, aún más de su autoconcepto por la definición que se forma el adolescente de sí mismo.

Por otro lado la autonomía en los jóvenes no significa que hagan lo que quieran, sino al contrario que se hagan responsables de sus actos en lo que eligen por lo que se les sugiere una autonomía responsable.

La sociabilidad se aprende en la convivencia familiar, donde se aprende a participar, a cumplir obligaciones y a ganarse derechos con lo que se aprenderá a ser parte de una sociedad.

La relación de los jóvenes con sus progenitores se sugiere que sea con disciplina respetuosa y amorosa sin caer en los extremos del abandono total, ni en el autoritarismo, sino en un término medio con disciplina en el amor y en el respeto como ya se ha señalado.

La relación que establecen los adolescentes con sus pares es importante para encontrar semejanzas en los cambios físicos, emocionales, sociales sin dejar de mencionar su identidad al incorporarse al grupo de jóvenes con los que se identifiquen. Es importante que se de este encuentro para formar su identidad y

---

<sup>77</sup> El término abstracto hace referencia a la comprensión de los conocimientos que no son filtros sensorial, pero si se conoce su existencia mediante el razonamiento.

autonomía, mediante la proyección de una sana autoestima y un auténtico autoconcepto.

## CAPÍTULO III

### LA FAMILIA COMO FORMADORA DEL AUTOCONCEPTO

#### III.1 El autoconcepto

##### III.1.1. El autoconcepto está formado por tres componentes, que son:

- **El cognitivo que se basa en lo que las personas conocen de sí mismas.**
- **Y la dimensión afectiva que se enfoca a lo que sentimos.**
- **El conductual que se remite a lo que decimos y hacemos.**

Es de suma importancia tener un equilibrio adecuado en cada una de estas dimensiones, con lo que se mostrará el autoconcepto.

Una persona que tenga un conocimiento de si mismo lo más certero y adecuado posible, podrá concebirse como una persona valiosa, única e irreplicable, que además reconocerá sus cualidades y limitaciones. Y mediante la vivencia de virtudes logrará ser mejor persona cada día.

Al reconocer esas cualidades que posee se atreverá a realizar actividades que enriquezcan su valor, al desarrollar su vocación y realizar la misión<sup>78</sup> que Dios le ha encomendado en este mundo.

Al conocerse y reconocerse valioso y capaz, mostrará afecto hacia su persona mediante sentimientos nobles y cordiales hacia si mismo y hacia las personas que le rodean.

El autoconcepto es la dimensión general de lo que somos, valemos, hacemos y nos queremos a nosotros mismos de manera individual. Por tanto cada

---

<sup>78</sup> Para encontrar nuestra misión debemos tomar en cuenta primeramente las virtudes que Dios nos proporcionó y al ejercerlas encontrar nuestra vocación, la cual es el llamado de nuestro creador, a ejercer la encomienda que Él nos legó.

persona posee su propio autoconcepto y la tarea de nuestra vida es mantenerlo y mejorarlo en cada una de sus dimensiones.

Los padres son los protagonistas de la formación del autoconcepto de sus hijos, ya que este se inicia desde la llegada de los hijos al hogar, donde deben ser acogidos y aceptados como valiosos. Los padres al mostrarles el amor que tienen hacia ellos, con presencia de vida e interesándose por su educación, podrán formar personas valiosas, felices y buenas. Capaces de merecer el amor que reciben de los demás.

Los primeros seis o siete años de vida de un niño son fundamentales en la formación del autoconcepto.

En las distintas etapas evolutivas<sup>79</sup> conforme a su edad y en la medida de su entendimiento se deben ir reconociendo en el niño las tres dimensiones del autoconcepto: primero en el aspecto cognitivo señalándole el valor que tiene como persona, además ayudándole a reconocer sus cualidades y a superar sus limitaciones. Esto se facilita por medio del juego, ante las respuestas del propio vivir, y reforzando su valía como ser humano digno. De modo que al ir visualizando el conocimiento de sí mismo podrá aceptarse e ir formando una autoimagen positiva. Y como ha sido valorado desde que nació se valorará y por tanto se aceptará y se respetará así mismo.

La educación del niño, no sólo deberá enfocarse a la urbanidad, lo ideal es que esté basada en valores vividos en la familia. Estos deben incluirse en cada etapa de su vida. Algunos de estos son: la prudencia, la obediencia, el orden, el respeto, la tolerancia, la responsabilidad, etcétera. El valor de la responsabilidad al vivirse en el hogar permite al niño ser autorresponsable, valor que le apoyará en gran medida en el conocimiento de si mismo.

---

<sup>79</sup> *vid supra.* cuadro de las etapas evolutivas

El aspecto afectivo se centra en la autoestima misma que se forma en la familia a través del afecto que los padres se muestran entre sí y les muestran a sus hijos y mediante sus actitudes y su propia vida.

El tercer componente es el conativo o conductual que al reconocer las cualidades y capacidades de los hijos desde pequeños los padres van reforzando la confianza y seguridad del niño.

La formación del autoconcepto tiene dos momentos fundamentales: el primero en la infancia y el segundo en la adolescencia. En la adolescencia se reafirma el autoconcepto por ser la etapa de los cuestionamientos, cuando el chico se pregunta, ¿quién soy?, ¿cuánto me valoro?, ¿qué soy capaz de hacer de mi vida?, etcétera. Cuando estas dimensiones son bien forjadas en la infancia y la niñez, en la adolescencia se reafirmará un autoconcepto positivo. De no ser así se tendrá un autoconcepto negativo, o más que negativo incompleto por el desconocimiento y devaluación de sí mismo. Por tanto, cuando no se ha establecido adecuadamente el autoconcepto se tendrá una vida incompleta por la carencia de valor personal, de afecto hacia sí mismo y hacia los demás y por no reconocer sus habilidades y lo que puede llegar a ser. Situación que en la actualidad viven muchos jóvenes por estar influenciados por los medios de comunicación social, donde son manipulados al consumismo, donde se vale por lo que se tiene y no por lo que se es.

La conducta de una persona con una sana autoestima, es de seguridad en sí misma, de aceptar retos, porque se sabe capaz y se reconoce valiosa, desarrolla sus habilidades y reconoce limitaciones. Reconoce en los demás su valor y su grandeza personal. No se da por vencido.

Cuando se le presenta alguna adversidad la toma como un reto para madurar y continúa esforzándose y enfrenta la vida.

Una persona con la aceptación que tiene de si misma y el reconocimiento de quien es y una autentica autoestima<sup>80</sup> se da cuenta que su máxima realización es ofrecer un servicio a las personas que le rodean como lo señala Aquilino Polaino en su obra “En busca de la autoestima perdida” ante este mundo materialista y utilitarista.

### III.1.2 Autoconocimiento

Cuando en la infancia, falta el conocimiento y reconocimiento de nuestras cualidades y el reconocimiento de que somos seres humanos únicos, irrepetibles y valiosos, se manifiesta inseguridad, y minusvalía en nosotros mismos, por lo tanto acentúa sus defectos y errores y se nota la falta de aprobación hacia su persona. Lo ideal es mantener en un equilibrio en los aspectos: físicos, psicológicos o emocionales. Ese equilibrio se denotará en el conocimiento de su propia persona, así como en la medida que manifieste su asertividad<sup>81</sup> y su cultura.<sup>82</sup>

Ahora bien, la felicidad en una persona se refleja en ese contacto consigo mismo. El estado de ánimo es resultado del reconocimiento del valor como persona, con un autoconcepto equilibrado en el conocimiento más cercano a nosotros mismos, mostrando una óptima autoestima, lo que lleva a tener una vida plena llena de retos y crecimiento ante la adversidad.

...configurar un proyecto de vida con tres ingredientes fundamentales: amor, trabajo, y cultura. Éste es el tejido conjuntivo de la felicidad; y, la felicidad, suma y compendio de esa tetralogía: equilibrio de personalidad, vida afectiva, trabajo y cultura. Resulta obvio que es más fácil hablar de la felicidad que conseguirla<sup>83</sup>

Enrique Rojas señala que un proyecto de vida ideal debe estar entre vertientes

---

<sup>80</sup> La autoestima auténtica se encuentra, como lo señala Aquilino Polaino, al tener de la forma más cercana amor a nosotros mismos, como Dios nos ama y de esa forma amar a las personas que nos rodean, porque nadie da lo que no tiene.

<sup>81</sup> La asertividad se refiere a poner límites con cordialidad, sin ofender ni ofenderse.

<sup>82</sup> ROJAS E. *¿Quién eres?* p.326

<sup>83</sup> ROJAS E. *Op.cit.* p.336

importantes, como son: el amor, el trabajo y la cultura, cada uno de estos componentes contribuye a la formación de una persona. En el amor se enfoca la afectividad que es elemento indispensable para cualquier ser humano, el trabajo representa la realización personal, no sólo para desarrollar nuestra vocación, sino como el encuentro de nuestra misión y la cultura que nos recuerda que pertenecemos a una sociedad con su presente y su pasado y que en cierta forma marca nuestra vida y nuestra personalidad. Ese proyecto de vida debe estar marcado con esos componentes para alcanzar la felicidad que es la finalidad de nuestra existencia.

Las personas que nos rodean pueden contribuir en el reconocimiento de nuestra valía personal, ese valor debe estar enfocado al valor que nos damos a nosotros mismos; esto se puede proyectar siendo feliz, mostrándose a gusto con la persona que se es.

El camino de la felicidad pasa por haber ido resolviendo el fondo conflictivo que se hospeda en todos nosotros. A medida que vamos descubriendo la complejidad de la existencia nos damos cuenta de que la felicidad no depende de la realidad, sino de la *interpretación de la realidad* que uno hace. Nuestra travesía personal puede ser como un barco sin rumbo, por eso es importante saber lo que uno quiere y persigue<sup>84</sup>

En la medida que hemos resuelto conflictos internos, con los que hemos cambiado nuestra actitud seremos conscientes que la felicidad es una decisión personal que regularmente la alcanzan las personas con una sana autoestima. Lo que se piensa de sí mismo es el resultado del conocimiento que se tiene de uno mismo, ese conocimiento es el primer eslabón de nuestra autoestima, por tanto la autoestima de una persona dependerá, en gran medida, de lo que conozca de sí misma.

Aquilino Polaino, en su obra "En busca del autoestima perdida" señala que desde la infancia se van formando actitudes e ideas del valor que se tiene como persona de una manera individual a esto se le ha denominado mapas cognitivos, los cuales son resultado del conocimiento que se tiene de si mismo.

---

<sup>84</sup>ROJAS E. ¿Quién eres? p.327

Ese conocimiento real y verdadero de una persona es la base fundamental de la autoestima, es donde surge la valía, el respeto a uno mismo y, principalmente la confianza en sí mismo, al estar conciente tanto de sus capacidades como sus limitaciones.

“Sin conocerse es muy difícil que uno pueda amarse a si mismo- nadie ama lo que no conoce-, por lo que un amor así, en cierto modo sería un amor desnaturalizado, no puesto en razón, estereotipado, erróneo; equivoco y un tanto falaz”<sup>85</sup>

Lo que se conoce es lo que se ama, por tanto la medida de ese conocimiento personal, será la medida del aprecio a sí mismo. El desconocimiento de si mismo dará una evaluación errónea y equivocada de lo que se es.

El valor que se tiene como persona se puede detectar al reconocer las cualidades, valorar los proyectos y vivir los valores que se han establecido a lo largo de la vida, “conocerse a si mismo permite al hombre convertirse en el artífice de su propia valía”<sup>86</sup>

En esta frase se encuentra una estrecha relación entre el autoconocimiento y el comportamiento del ser humano.

### **III.1.3 Autoimagen**

La autoimagen es el resultado de nuestra autoconcepción y de la idea de quienes somos. Esto radica en las habilidades que demostremos que tenemos y de nuestros logros, esto será siempre y cuando esa autoimagen sea positiva. De no ser así los logros y resultados del esfuerzo serán mínimos y apocados. La autoimagen es un constructo importante en el autoconcepto, el cual se ha formado desde la infancia, por tal motivo la imagen de la persona formada de experiencias de éxitos y fracasos que se dieron en la primer infancia y con lo aportado en la adolescencia se dará como resultado esa autoimagen.

---

<sup>85</sup> POLAINO LORENTE A. **En busca de la autoestima perdida** p.36

<sup>86</sup> AQUINÓ A. **Carácter y valía personal** p.35

La autoimagen positiva imprime significado a todo lo que hacemos y a todo lo que sucede en las profundidades de nuestro ser.  
 La autoimagen positiva pasa de la plena aceptación de la propia masculinidad o feminidad, sin lo cual el hombre y mujer no se vuelven maduros<sup>87</sup>

La formación de una sana autoimagen da como resultado la propia aceptación de la masculinidad en los varones y de la feminidad en las mujeres la cual se reafirma en la adolescencia, para ir alcanzando la madurez.

Dentro de nuestra autoimagen, nos percibimos agradables, no sólo para nosotros, sino también para otras personas, de ahí que hacemos un juicio valorativo de nosotros mismos<sup>88</sup>

La apariencia física que se muestra a los demás es de suma importancia para los jóvenes, especialmente para las chicas, aunque ha ido en aumento el número de varones que le están dando demasiada importancia a su apariencia física sumándose al padecimiento de la vigorexia, el cual consiste en dedicar un gran número de horas al cuidado del cuerpo en una forma exagerada.

La autoimagen influye en los jóvenes a tal grado que ahí radica el como se ven y se aprecien así mismos, cómo son tratados y valorados por su grupo de pares<sup>89</sup>.

Cuando un adolescente tiene una autoimagen negativa se compara constantemente con algún modelo que para él es como debería ser y al no alcanzado se devalúa y se muestra insatisfecho consigo mismo. Lo ideal y adecuado para que se reconozcan valiosos es mediante el reconocimiento y valor de su autenticidad.

La adolescencia es la etapa donde los jóvenes reafirman su identidad, esto se inicia dando gran importancia a la apariencia física, pero cuando en el joven tiene un déficit de autoestima, suele centrar su atención en algún defecto que

---

<sup>87</sup> J. Maurus **Cultive su autoimagen.** p.12

<sup>88</sup> VALLÉS ARÁNDIZA A. **Cómo desarrollar la autoestima de tus hijos.** p.15

<sup>89</sup> El grupo de pares es el grupo de amigos de su edad con los que se identifican en su forma de vestir, hablar y de pensar.

podría tener, olvidándose de la imagen general que posee. Ante esto se sugiere ayudarles a que ellos mismos identifiquen sus aspectos positivos y no sólo vean lo negativo.

### **III.1.4 Autoevaluación**

La autoevaluación se refiere al valor que nos damos como personas, concentra los elementos constitutivos como autoconocimiento, autoaceptación, autorrespeto, autovaloración y autoimagen. Esa evaluación mostrará la acreditación hacia sí mismo, al aceptarse como capaz, respetarse, valorar su persona y sobre todo estimarse mostrando una sana autoestima, estos constructos al relacionarse formarán el autoconcepto y de esta forma la autoevaluación personal puede ser positiva.

Estamos hechos a imagen y semejanza de Dios por tanto esa grandeza es heredada por cada uno de nosotros, es ahí donde debemos reconocer nuestra valía como seres únicos e irrepetibles, con un alma espiritual, estos elementos los debemos hacer conscientes, así como las facultades que se nos han otorgado con las que reconocemos nuestras capacidades y limitaciones como cualquier ser humano. Las facultades que se nos han otorgado para hacer de nuestra vida una obra grande son la inteligencia, la voluntad y la libertad factores importantes y trascendentes que al aplicarlos adecuadamente servirán para afrontar los riesgos y realizar el proyecto de vida.

### **III.1.6 Autoaceptación**

Aceptar quienes somos nos lleva aumentar nuestra autoestima.

Algunas personas se rechazan así mismas a un nivel tan profundo que no podrían comenzar ninguna labor de crecimiento hasta abordar ese problema. Si no se aborda, no funcionará ningún tratamiento, no podrá integrarse adecuadamente ningún aprendizaje nuevo ni se harán progresos significativos<sup>90</sup>

---

<sup>90</sup> BRANDEN N. **Los seis pilares de la autoestima** p.111

Para ser conscientes de su vida, las personas tendrían primeramente que aceptarse, de no ser así quedará estático su autoconocimiento.

La aceptación de si mismo no es fácil cuando se tiene un gran negativismo en la vida, en cuanto a lo que piensa de si mismo, así como de la negatividad de su propio afecto y ni que decir de lo que realiza.

La aceptación personal es el primer paso para establecer una óptima empatía hacia si mismo, y por tanto respetarse es el primer paso hacia la autoestima. Esto es, desde la óptica de Nathaniel Branden, este es el primer nivel de la autoaceptación, el segundo se refiere a reconocer nuestros pensamientos, sentimientos, y reconocer nuestra propia vida, tanto en el pasado como en el presente. En cuanto a la recapitulación de nuestra vida perdonarnos el daño, que, nos hemos hecho. Al faltarnos esa aceptación de nosotros mismos, y no estar verdaderamente para nosotros estaremos evitando levantar nuestra autoestima.

Por último, el tercer nivel se remite a que “La aceptación de si mismo conlleva la idea de compasión, de ser amigo de mi mismo (...) deberíamos tener benevolencia para con nosotros mismos. Esta es la virtud de la aceptación de uno mismo”<sup>91</sup> Si somos capaces de perdonar a otra persona que nos ha hecho daño, con mayor razón ese perdón debería empezar hacia nosotros mismos como una buena práctica de la benevolencia<sup>92</sup> hacia ese buen amigo que debemos ser con nosotros mismos.

### **III.1.7 Autorrespeto**

Respetarnos a nosotros mismos significa, no sólo a nuestra persona, sino también reconocer nuestros pensamientos sentimientos, nuestras necesidades, deseos e inclusive lo que nos hace sufrir, lo que nos atemoriza y nos molesta, en si reconocer todos y cada una de nuestros sentimientos y lo que los

---

<sup>91</sup> BRANDEN N. **Los siete pilares de la autoestima.** p.114-115

<sup>92</sup> En el libro “**El concepto de persona**” que Víctor García Hoz dirige, señala que el amor de benevolencia es el amor que merecen las personas, donde se busca el bien de lo amado y por lo tanto ese amor no es interesado.

provocan. Cuando se puede lograr ese autorrespeto de forma personal, se puede otorgar a las personas que nos rodean. El autorrespeto es fundamental para nuestro autoconocimiento.

Respetar el sí mismo significa conservar una actividad es autoaceptación: aceptar lo que somos, sin oprimirnos ni castigarnos, sin fingir con respecto a la verdad de nuestro propio poder, ya sea con el fin de engañarnos a nosotros mismos o a cualquier otra persona.<sup>93</sup>

Aceptar quienes somos no es otra cosa más que el resultado de nuestro autoconocimiento; y por tanto manifestar nuestra propia verdad de vida personal viviendo de un modo auténtico y singular de acuerdo a la más íntima realidad de quienes somos.

Nuestro respeto debe estar enfocado a aceptar nuestro pasado, nuestro presente y construir el futuro. Cambiar actividades, aceptarnos para conocer el porque de nuestras vidas, perdonar lo que se tenga que perdonar y amar lo que nos ha formado, lo que somos y lo que podemos llegar a ser es fundamental para manifestar una auténtica autoestima.

Hay dos palabras que describen inmejorablemente lo que podemos hacer para elevar nuestra autoestima es decir, para generar más confianza en nosotros mismos y respetarnos más. Ellas son: vivir concientemente. El problema es que esta frase quizá resulte demasiado abstracta para algunas personas; no se traduce de manera autoevidente en una acción mental y/o física.<sup>94</sup>

Las personas que se han atrevido a conocerse, aceptarse, respetarse, valorarse y sobre todo a estimarse saben quienes son, manifiestan una sana autoestima y por lo tanto reconocen lo que pueden llegar a ser. Es fundamental conocerse a sí mismo, porque se ama lo que se conoce y como se valora será respetado.

### **III.1.8 Autorresponsabilidad**

La autorresponsabilidad se enfoca a la madurez que ha adquirido la persona para enfrentar sus actos ante la vida, y si reconoce y enfrenta con seguridad

<sup>93</sup> BRANDEN N. **El respeto hacia uno mismo** p.12

<sup>94</sup> BRANDEN N. **Cómo mejorar su autoestima** p.31

lo que la vida le está demandando, contribuirá a aumentar su autoestima y su autoconcepto, porque se sentirá valioso y aumentará la fe en sí mismo.

La responsabilidad es un valor que debe ser educado desde la infancia.

Se vive al responder de mis actos, de las consecuencias de mis actos, y previniendo las consecuencias de los mismos. En el constante vivir hay muchos ejemplos para ejercitarla, y tomar aprendizajes significativos.

La adolescencia es la etapa en donde los jóvenes con lo aprendido en la infancia y niñez, van asumiendo cada vez más compromisos, tanto escolares, laborales, sociales, afectivos y tienen que responder por ser ese el periodo en que se adquiere la conciencia de la responsabilidad de la propia vida. El ejercitar esa responsabilidad le dará las pautas a lo que tiene que responderle a la vida mediante el ejercicio de su vocación y con está su proyecto de vida y la misión que se le ha encomendado.

## **III.2 Componente afectivo**

### **III.2.1 Autoestima**

La autoestima mide la dimensión del autoconcepto. Lo ideal y positivo es poseer un autoconcepto lo más sano posible, para así tomar las mejores decisiones y tener una vida plena. La autoestima depende de nuestra conciencia al reconocernos valiosos y capaces de lograr nuestro proyecto de vida.

Nuestra autoestima no depende de nuestro atractivo físico, como imaginan algunos con ingenuidad. Pero nuestra voluntad o falta de voluntad para vernos y aceptarnos si tiene consecuencias en nuestra autoestima. Nuestra actitud hacia la persona que queremos en el espejo es sólo un ejemplo dentro del tema de la autoaceptación.<sup>95</sup>

La autoestima se proyecta en la imagen de las personas, en las que se han aceptado, valoran el afecto que se tienen, muestran lo que han hecho para sí mismas y lo mismo podrían hacer para otras personas con quienes conviven.

---

<sup>95</sup> BRANDEN N. **Cómo mejorar su autoestima** p. 50

De igual forma al tratar a una persona se puede observar que nivel de autoestima tiene. Y cuando se tiene una autoestima negativa la persona se limita a vivir simplemente. Por el contrario cuando se tiene una sana autoestima la persona cree en si misma y lo demuestra siendo más creativa, y estableciendo limites, ante las personas que le rodean. El mostrarse orgulloso y arrogante o subestimar a los demás no es sinónimo de tener una sana autoestima, sino por el contrario con esas actitudes muestra una baja autoestima

.

### **III.2.2.Educación emocional**

La educación emocional está íntimamente relacionada con la educación de la afectividad y del amor. Esto lo señala Oliveros F. Otero en su obra “ Educar la inteligencia” además nos indica que en esta sociedad en la que estamos viviendo, nos encontramos ante un gran analfabetismo emocional y por tanto lo ideal es valorar esto en su justa medida, por lo que se recomiendan cinco principios para educar las emociones:

- El primero es ser consciente de nuestros sentimientos y de los demás. Para llegar a reconocerlos es importante conocernos a nosotros mismos, así como reconocer nuestros sentimientos.
- El segundo es mostrar empatía con los demás, esto se refiere a comprender la situación de los otros.
- El tercero se refiere a hacer frente en forma positiva a los impulsos emocionales y de conducta. Para lograrlo hay que ejercitar con antelación la propia inteligencia emocional.
- El cuarto es plantearse objetivos positivos y luchar por alcanzarlos (por ejemplo reconocer el grado del optimismo y de la esperanza) por ser grandes virtudes

-Utilizar las dotes positivas a la hora de manejar las relaciones. Esto se puede dar mediante una excelente comunicación, por ejemplo, ser amable y gentil.

Es en la familia donde se aprende la educación emocional, por tanto es muy importante que los padres de familia apoyen a sus hijos desde pequeños y les ayuden a reconocer sus emociones, así como aprender a manejarlas con inteligencia afectiva.

### **III.1.2.2 Educación afectiva**

Conforme nos vamos formando como personas, vamos aprendiendo el comportamiento afectivo. Es en la convivencia con los adultos, donde el niño aprende cómo enfrentar una pérdida, cómo es la muerte de un ser querido o bien cómo vivir con una enfermedad y cuándo es él mismo quién está enfermo, se debe aprovechar esa oportunidad para educarle como es que debe enfrentar el dolor.<sup>96</sup>

Al educar la afectividad también se forja el carácter en una persona y sobre todo, esto es importante que se aprenda en la infancia y niñez, se refuerce en la adolescencia por ser la etapa donde se reafirma la personalidad. En un joven es fundamental formar su carácter con una sana autoestima lo cual le servirá de soporte para cumplir sus metas y propósitos

## **III.3 Comunicación entre padres e hijos adolescentes**

### **III.3.1 Comunicación entre padres e hijos adolescentes**

En la actualidad en los hogares existe falta de comunicación. Se vive en la casa, pero no se convive, porque falta el diálogo entre padres e hijos y entre hermanos, no hay comprensión, afecto, amor, cariño y respeto. La educación de esta comunicación se debe dar desde que los hijos llegan a la familia, estableciendo reglas para comer, asearse, sueño, etcétera. Para formar

---

<sup>96</sup> **Cfr.** R. QUIROGA F. **La madurez afectiva** p.64-65

buenos hijos hay que educarlos con cariño, respeto, límites amorosos, otorgando una educación, efectiva, afectiva, emocional y espiritual a cada uno de sus hijos y entre los propios cónyuges.

La comunicación en la familia debe estar enfocada a poner en común las necesidades, inquietudes, demandas y reconocimientos entre padres e hijos, sin perder el diálogo afectuoso y cordial.

Nuevamente citando Otero F. Oliveros con otra de sus obras "Relaciones humanas en la familia" nos contesta a la siguiente pregunta ¿cómo son las relaciones familiares en muchas familias hoy?

-Falta de diálogo entre ambas partes (padres e hijos) Cuando no se establece un verdadero diálogo entre los progenitores y sus hijos desde la niñez y se mantiene esa tradición, posteriormente les faltará comunicación profunda, sincera y abierta a padres y a hijos.

-Incomprensión entre cónyuges e hijos. Cuando no se reconoce el valor de cada integrante dentro de la familia y con esto no se reconoce la labor que realiza cada integrante al participar en familia; de tal modo que se sentirán incomprendidos y por tanto devaluados.

-Falta de educación desde la cuna. La educación se inicia desde el nacimiento al marcar horarios de alimentación, aseo, sueño, con lo que se educan los primeros hábitos mediante la disciplina y el autodomínio.

-No se reprende a tiempo. Por no darle importancia a las faltas que cometen los niños. Desde pequeños los actos deben tener consecuencias, para que posteriormente la falta no se haga mayor.

-Falta de diálogo de amistad. Cuando no se establece un diálogo armonioso y sincero entre los integrantes de una familia, y por el contrario se hablan con gritos, insultos y hostilidades las relaciones familiares se dañarán y se afectarán considerablemente.

-Falta de diálogo sincero e íntimo. Establecer diálogos de sinceridad y de intimidad desde que los hijos son pequeños, puede marcar el camino para continuar posteriormente. Ese diálogo es recomendable que se haga sin juzgar, ni censurar para que se establezca una verdadera intimidad.

-Buscan consejos fuera. Cuando los hijos no encuentran la confianza, sinceridad, humildad y respeto en su familia buscarán ser escuchados y aconsejados fuera de casa. Regularmente es con sus amigos, pero ellos no pueden ofrecer la mejor orientación, como la podrían dar sus padres.

-Padres impositivos. Los padres que son autoritarios imponen esa autoridad a través de la falta de respeto hacia sus hijos e inclusive suelen ser abusivos. Por lo tanto sus hijos serán tímidos e inseguros y les temerán a sus padres más que respetarlos.

-Los hijos piensan que sus padres son anticuados y no los entienden. Los jóvenes que se dejan influenciar por esta sociedad hedonista, consideran a sus padres anticuados, cuando les ponen límites y reglas, además de devaluar su postura como padres.

-Tampoco hay comunicación entre los padres como esposos. Por los ajetreos de la vida y por que ambos padres trabajan y es poco el tiempo que les queda en el día para comunicarse lo utilizan en realizar cosas intrascendentes y banales olvidándose de establecer una buena comunicación.

-La madre por trabajar se aleja de sus hijos. Se ha mencionado que desde que la mujer trabaja fuera de casa, ha descuidado la crianza de los hijos y con esto la transmisión y vivencia de valores fundamentales humanos y al cabo de unos años se da cuenta que vive con un grupo de desconocidos.

-Tanto padres e hijos son materialistas. Padres e hijos han caído en la manipulación de esta sociedad materialista, en la que se ha olvidado la esencia de la dignidad humana al valorar a la persona por lo que tiene y no por lo que es.

La familia que tenga todas o la mayoría de estas características se podría decir que es una familia de desconocidos. En la situación actual de nuestra sociedad en la mayoría de los casos los dos padres tienen que trabajar, por consiguiente casi no se comunican con sus hijos. Falta calidad y cantidad de tiempo para convivir y educar en la intimidad del hogar esto puede llevar a formar una familia que más bien parezca un hotel.

El poco tiempo con que se cuenta para convivir entre padres e hijos debe ser aprovechado al máximo para establecer verdaderamente un diálogo donde los padres conozcan a sus hijos, sus inquietudes, sus temores, sus ambiciones en la vida etcétera, costumbre que debe ser fomentada, sin ser perturbada por agentes externos como puede ser la televisión.

Al querer establecer comunicación gritando castigando e imponiendo los padres su autoritarismo y abusar controlando su educación, se tendrá como resultado hijos inseguros y temerosos.

Por tanto se tendrá una familia con relaciones frías por que cada uno seguirá su camino y se romperá la comunicación. Y hasta en algunos casos los hijos por su parte desaprueban a sus padres porque los consideran ignorantes y anticuados y por tanto se sienten incomprendidos y no se acercarán a ellos para pedir algún consejo o ayuda.

El amor, el trabajo la atención a las cosas y actos pequeños, crea y refuerzan el clima moral adecuado para una vida familiar satisfactoria y eficaz. Estas consideraciones y actividades se perfeccionan, como toda la acción del ambiente, por medio de la comunicación, que tiene su expresión más clara en las conversaciones diarias entre padres e hijos. En la educación familiar hay que poner en practica la pedagogía de la permanencia, los hijos desean la compañía de sus padres y preferentemente la compañía de los dos a un tiempo.<sup>97</sup>

La felicidad dentro de la convivencia familiar esta hecha de los pequeños detalles que se comparten con el amor de los hijos a los padres o viceversa, los gestos de ternura, comprensión que se dan mutuamente. Este clima de afecto se complementa con una óptima comunicación establecida entre padres e hijos en una misma sintonía por eso es tan importante darle prioridad a la llamada de atención del hijo cuando pide hablar con alguno de ellos o bien con los dos, debe ser en el momento porque si se deja pasar puede ser demasiado tarde ya que el muchacho puede inhibirse o simplemente buscará afuera de su familia, por sentirse incomprendido, el consejo que requiere y muchas veces buscará a las personas menos apropiadas para orientarlos.

Por romper o no tener comunicación los jóvenes con sus padres pueden incurrir en los siguientes errores que señala Otero F. Oliveros en su obra "Relaciones humanas en al familia"

-Los adolescentes pueden considerarlos anticuados por no estar de acuerdo con las ideas que vive su época. Además de considerar que son ignorantes y que por lo tanto desconocen lo que ellos saben.

---

<sup>97</sup> PÉREZ CORTES, M. **Educación Familiar** p. 43

-No les importa participar en su familia, lo demuestran al no tomar iniciativas.

-Tampoco buscan conversar en privado en el momento y lugar adecuado y aunado a esto, tampoco escuchan ni dan consejos, ni recomendaciones, ni comentarios de sus padres. Por consiguiente no se esfuerzan por entender a sus padres y no aprecian el amor de sus progenitores.

No cabe duda que hasta la forma de comunicarse en familia debe educarse desde que los hijos son pequeños, e inclusive incluir a los hijos en pequeñas decisiones que deben tomar en la familia. Desde un simple desayuno, o las vacaciones, esto es con el propósito de que se sientan parte de la familia y que sus opiniones son importantes para todos.

Ahora bien las relaciones, humanas suponen comunicarse y la comunicación puede definirse en muy pocas palabras. En efecto comunicarse es poner en común lo propio. Esa comunicación se establece en el hablar cordialmente por que es hablar con el corazón. Ello supone entender que el corazón es la fuente, el origen de nuestras palabras saturadas de amor, de afecto. Hablar cordialmente requiere, por tanto educar el corazón. Sin esta educación el corazón se seca. Y con un corazón seco o muerto no se puede hablar cordialmente de nada ni de nadie<sup>98</sup>

La comunicación significa poner en común lo común como son: nuestros sentimientos, ideas, anhelos, necesidades y la mejor forma de poner en común lo más común es en la intimidad, porque se abre el corazón por ser la fuente y el origen de nuestras palabras que bien dependen de cada persona si se llenan de amor, afecto, cariño etc. Para llegar a tener ese diálogo cordial se requiere educar el corazón, esto significa, que cada día se conquisten y se adueñen de sus emociones.

Después de que Otero F. Oliveros nos ha dado a conocer como se establecen las relaciones de comunicación en algunas familias, es él mismo quien nos recomienda establecer una buena comunicación en el hogar y esta debe ser el resultado de organizar trabajos familiares en equipo para cualquier actividad, fomentando la participación en la familia, donde se rolan las actividades para

---

<sup>98</sup> OLIVEROS F. O. **Relaciones Humanas en la familia** p.5

que se aprenda hacer cada vez mejor. Estas actividades deben ser asignadas según la edad y las posibilidades de cada hijo. Realizándolas, aprenderán a hacerse responsables, porque se les debe pedir que también cumplan con sus estudios. El participar en la familia les ayuda a integrarse en la misma, al compartir penas, alegrías, sufrimientos, etcétera, pero sobre todo aprenden a ser generosos al dar y recibir.

También es importante que los padres refuercen en cada edad lo que es un buen hijo, poniéndose de ejemplo con su congruencia de vida. La edad propicia es entre los 12 y los 18 años de edad, por ser el periodo donde forman su personalidad, pero especialmente entre los 18 y los 20 años, por la trascendencia que conlleva en la personalidad del joven.

### **III.3.2 Intimidad interpersonal padres e hijos**

La sociedad de hoy, tiene muchos distractores para los jóvenes motivo por el que, si ellos no se dan un espacio para estar consigo mismos; no podrán hacer el recuento de sus actos y actitudes al introyectar y analizar su vida. Si desde niño se aprende a practicar la comunicación en la intimidad y se hace un hábito es probable que a pesar de los distractores se dé un espacio para la comunicación con lo más íntimo de su ser; y al establecer esa relación humana y sincera, se pueda establecer con los demás.

La intimidad de una persona es propia de su esencia, de lo que la hace ser verdaderamente humana. Penetrar en la propia intimidad se contrapone a la práctica de lo externo, al establecer una relación con lo más valioso de sí mismo.

Al descubrir la intimidad se detecta el sentido de los actos, pero sobre todo donde actúan las potencias espirituales de nuestro ser, características fundamentales de nuestra condición de personas. Estas son la inteligencia y la voluntad. La intimidad, en si no es otra cosa que lo referente a nuestra propia alma que es nuestro origen divino.

Lo que define y reconoce al hombre como persona es su propia identidad espiritual, su intimidad. En sí la persona es un ser que se pertenece por tener intimidad; se posee así mismo. Esta intimidad consigo mismo le es de utilidad a las personas para encontrarse a sí mismas y sobre todo a los jóvenes para conocerse y de igual forma encontrarse.

La familia es el ámbito de amor, donde se reconoce la dignidad de la persona, que están unidas por esos lazos de amor que van creciendo juntos. Por tanto la familia es el lugar más propicio para que las personas desarrollen su intimidad. Como ya se ha señalado tanto la intimidad personal y familiar están unidas y lo que sucede a una repercute en la otra. Es negativo tanto para la propia persona como para la familia el que un miembro de esa familia se guíe por el hedonismo o bien que sea la propia familia quien tenga estas tendencias porque se rompería con los propios principios fundamentales de la intimidad. Al devaluarse como personas.

La toma de conciencia de nuestra naturaleza humana se ubica en la intimidad de la familia y la intimidad es lo esencial y fundamental de la naturaleza humana, por ser esa intimidad, donde se reconocerá a cada hijo como persona única e irrepetible.

Es fundamental establecer un ambiente de intimidad familiar iniciado entre los padres primeramente, e incluyendo a los hijos para así establecer las bases de la intimidad intrapersonal. Para esto es importante mantener un clima de confianza y seguridad ya que si en lugar de esto tenemos un ambiente de frivolidad y superficialidad y se llega a traicionar la intimidad de algún integrante usando la burla o el chantaje se romperá la confianza y se perderá la intimidad. Es fundamental mantener un hogar donde se conozcan a los integrantes de la familia sin perder de vista la manifestación de afecto y sinceridad de la familia. En la que se aprenden la relaciones constitutivas de la persona: la conyugalidad, la paternidad y la maternidad, la filiación y la fraternidad.

Dentro de la intimidad familiar se generan costumbres familiares que las hacen únicas, esas costumbres pueden ubicarse en la práctica de virtudes que se viven en casa o inclusive en la propia preparación de algún festejo como puede ser la navidad.

La intimidad se aprende en familia, estableciendo relaciones humanas donde el amor será lo que la haga una autentica familia armónica.

### **III.3.3 Importancia de la familia en el desarrollo de la autoestima**

Cuando los padres de familia educan a sus hijos encuentran un doble aprendizaje, porque fortalecen su autoestima, al mostrar su autoridad servicial a sus hijos y e segundo lugar porque al darse a los demás encuentra grandes satisfacciones en la búsqueda del bien común. Esa autorrealización compartida se da al educar al otro.

La autoeducación nos permite conocernos y de esta forma fortalecer nuestra autoestima, apoyando nuestro propio perfeccionamiento integral y espiritual al practicar las virtudes con las que las personas alcanzarán el autoconocimiento, el autodominio y la autodonación en beneficio propio y de los demás. Este proceso de educación y autoeducación en virtudes para formar o reformar la autoestima ya sea personal o de los hijos, se da en la familia, teniendo sobre todo a los padres como ejemplo por la influencia que tienen en sus hijos.

“Los niños que se sienten amados y aceptados tal como son, los niños que no se sienten continuamente cuestionado su valor básico a los ojos de sus padres poseen una inapreciable ventaja en la formación de una sana autoestima(...)”<sup>99</sup>  
Es así que la autoestima se inicia en la familia, esta se da en el trato que dan los padres a los hijos al mostrarles su amor y su aceptación.

“...la autoestima de un niño no se relaciona con la posición económica de la familia, ni con la educación, el área geográfica del domicilio, la clase social la ocupación del padre, ni el hecho que la madre siempre se encuentre en el

---

<sup>99</sup> BRANDEN N. **El respeto hacia uno mismo** p.45

hogar. En cuanto a lo positivo lo que resulta significativo es la calidad de la relación existente entre el niño y los adultos que son importantes en su vida”<sup>100</sup>

Culturalmente la autoestima no esta condicionada a estatus de vida, ni de ausencia por parte de los padres, sino de presencia de vida, reconocimiento amoroso y autoridad responsable.

Cuando a un niño no se le ha dado su debido lugar en su familia, ni se le ha respetado como persona valiosa que es, se estará generando un niño inseguro limitado de sus posibilidades de crecer y desarrollarse sanamente como adulto, la familia es quién proporciona la confianza, aceptación y respeto durante todo el desarrollo evolutivo, de los hijos. Es importante que se forme adecuadamente la autoestima en una forma sana y que los hijos sean valorados en y desde la familia.

La autoestima de los padres tiene un papel fundamental en el desarrollo de la autoestima del hijo. Las relaciones que se establecen en la familia son las que determinan como pueden influir en la autoestima, de acuerdo con las siguientes características: el que la familia es un modelo de los hijos, la seguridad emocional que ofrecen los padres, y el propio estilo educativo.

Los hijos aprenden por imitación, la autoestima que los padres poseen y les transmiten a ellos. Los padres son “modelos” para los hijos y éstos aprenden de acuerdo con lo que día a día observan escuchan, hablan, en el seno de la familia. Los niños imitan los sentimientos y las actitudes que manifiestan los padres mediante la expresión del rostro, gestos, el estado de ánimo, los comentarios o ausencia de ellos<sup>101</sup>

La autoestima de los padres influye en la autoestima de los hijos por la estrecha relación que se da entre padres e hijos desde que son pequeños o adolescentes y como se tiende a imitar las conductas, en el cotidiano convivir en una sana familia, se ofrecerá a los hijos seguridad emocional, afectividad y por tanto seguridad personal en cada hijo.

La manera como los padres pueden dar esa seguridad en sus hijos es mediante la observación a sus hijos, corregir lo inapropiado que se manifieste

<sup>100</sup> BRANDEN N. **El respeto hacia uno mismo.** p.46.

<sup>101</sup> VALLÉS ARÁNDIZA, A. **Cómo desarrollar la autoestima de tus hijos** p.53-54

ya sea en un ambiente inadecuado a través de sus gestos, de sus conversaciones, en si de sus actitudes; y otorgando lo mejor, para una sana convivencia dará como resultado hijos exitosos.

Algunas actitudes como el autoritarismo o la excesiva permisión en las normas de disciplina resultan nefastas para el hijo. Una actitud torrenciente y reflexibles aunque firme, puede beneficiar la convivencia en las situaciones familiares en las que se produzca problemas como el cumplimiento de los horarios, la relación de las tareas etc. Si los padres hacen partícipes en las decisiones familiares que se estimen educadas, de acuerdo con la edad, estarán fomentando que desarrollen el vínculo, tan necesario para fortalecer la autoestima <sup>102</sup>

El que en una familia se presente ya sea un clima de autoritarismo o bien de permisivismo no es sano para un óptimo desarrollo de la autoestima de los hijos, al crecer en un excesiva represión coartando su libertad afectará el desarrollo y maduración, por otro lado crecer sin reglas y sin límites principalmente en el adolescente le afectará en su maduración y se sentirá ignorado y no querido

...Los padres de familia deben educar y formar a sus hijos en todo lo que les ayude a convertirse en personas completas, equilibradas, contentas, trabajadoras, sociales cooperadoras y respetuosas. Los hijos con los mejores características son educados por padres que los han llenado de afecto y han ejercitado el amor en su más alto sentido; buscar el bien del otro y además, se han mantenido conscientes de su autoridad. Esto es fijar límites y normas de comportamiento, combinándolos con un clima afectivo <sup>103</sup>

La educación óptima en la familia debe darse en un ambiente afectivo, donde lo primordial es formar una buena persona, capaz de demostrar el amor a si mismo y a los demás. El ambiente amoroso de los padres con el que educan sus hijos debe contener autoridad afectiva y límites lo que le darán elementos para llegar a una auténtica autonomía.

...para alcanzar cierto nivel de éxito es necesario actuar con base en estímulos y no exigencias. Es necesario, también tener interés genuino en la vida de nuestros hijos, para conseguirlo hace falta observarlos y descubrir sus talentos. Cuando uno sabe orientar en una dirección que les permitirá triunfar por si mismo, también se deleita al verlos madurar y comparte con ellos la satisfacción de lograrlo. Animemos, pues a nuestro hijos para que den lo mejor

---

<sup>102</sup> VALLÉS ARANDIZA A. **Cómo desarrollar la autoestima de tus hijos.** p.56

<sup>103</sup> VILLALOBOS PÉREZ CORTES M. **Educación familiar** p.31

de si para que descubran sus talentos y los cultiven. Son las herramientas que les permitirán alcanzar la autonomía y felicidad.<sup>104</sup>

Los padres de familia deben estar al pendiente de sus hijos desde la infancia a la adolescencia. Ser sumamente observadores y por tanto darse tiempo para comunicar, sus inquietudes, ilusiones, anhelos, y sobre todo en su proyecto de vida para guiarlos y darles la seguridad requerida para que encuentren la autonomía y la felicidad como personas auténticas.

### **III.3.4 Influencia de la autoestima de los padres a los hijos.**

...si la autoestima es sana, adecuada, sabemos valorarnos por nuestras capacidades, nos sentimos a gusto con nosotros mismos, tenemos autoconfianza en lo que hacemos y decimos. Ese estado psicológicos que podríamos calificar de deseables, bueno adecuado etc., repercute favorablemente en nuestro estado físico, nos sentimos más saludables y parece que nuestra salud sea mejor<sup>105</sup>

Una óptima autoestima repercute favorablemente en la salud de la persona que posee un estado emocional y físico equilibrado al mostrar confianza tanto en lo que se hace y se dice, pero sobre todo sentirse seguro de sí mismo.

“La autoestima no se hereda, no es innata, sino que se aprende de igual modo que se aprenden otros muchos comportamientos, de acuerdo con la experiencia personal del niño. Si en el seno de la familia se vive un clima de comunicación afectiva adecuada entre los padres y hermanos, se estará aprendiendo a desarrollar la autoestima. Si se le elogia y valoran las cosas positivas que dice, piensa y siente, se estará desarrollando su autoestima. Si por el contrario, no se le elogia sus buenos comportamientos o no existe un clima afectivo suficiente para que el niño sienta seguridad, lamentablemente ello estará proporcionando que su autoestima no se desarrolle. Si el hijo observa en los padres que ellos mismos poseen una sana autoestima y así la perciben en sus relaciones con ellos, estarán en condiciones adecuadas de poder “copiar” el modelo de los padres y aprender por estas vías a desarrollar su propia valía personal.<sup>106</sup>

El hogar es el centro de formación de la autoestima al crear un clima de afecto mediante el respeto, la cordialidad, la amabilidad, el cariño, la honestidad, etcétera con lo que se establecen relaciones de intimidad que les ayuden a

<sup>104</sup> VILLALOBOS PÉREZ CORTES. M. **Educación familiar** p.45

<sup>105</sup> VALLÉS ARÁNDIZA A. **Cómo desarrollar la autoestima en tus hijos** p.26

<sup>106</sup> VALLÉS ARÁNDIZA A. **op. cit.** p.18.

conocerse y a establecer la confianza entre padres e hijos, a su vez entre hermanos, con lo que se fomentará la relación de fraternidad en casa.

Ahora bien, es importante valorar y reconocer lo positivo de los hijos, sin hacer comparaciones. De no hacerlo, los hijos crecerán en un clima de incertidumbre, desconfianza e inseguridad. Por tanto es tan importante la autoestima sana que tengan los padres para que sea captada por los hijos, y de igual forma imitada.

“Si los padres no se autorrefuerzan por su propias habilidades, capacidades por lo que hacen, sienten o piensan, difícilmente reforzarán los comportamientos de valía de los hijos. Se produce una falta del elogio y alabanza (refuerzo) y cuando les refuerzan no se centran en aspectos concretos del comportamiento del niño, de este modo, no se alienta o promueve que aprenda a valorarse y a estimarse”<sup>107</sup>

Es muy importante que los padres continúen incrementando su autoestima. Y como es en el seno familiar, donde se forma, es importante reconocerla y en nosotros esta la responsabilidad para hacerla madurar durante nuestra vida. El hacer esto nos puede ayudar a resolver problemas cotidianos con mayor facilidad, evitar tanto problemas de interrelación entre los padres e hijos o bien entre hermanos o con algún integrante de la propia familia. Por tanto los propios padres deben reconocer sus defectos y sus virtudes, sus habilidades, capacidades, lo que hacen sienten y piensan positivamente en beneficio propio, de sus cónyuges y de sus hijos, Haciendo esto, sus hijos aprenderán a hacerlo de igual forma, porque de no tener el ejemplo de sus padres, no le será tan fácil al chico valorarse y estimarse.

La autoestima de los hijos será reflejo de la autoestima de los padres, es así que en la medida que los padres refuercen su propia autoestima, estarán formando la de sus propios hijos con su ejemplo, además de lo que los propios padres les proporcionen a cada uno de sus hijos, en cuanto a su valía personal.

El trato entre esposos también es importante al demostrarse su amor, confianza, respeto, cariño etcétera. Les permitirá crecer en un clima de confianza y aceptación por parte de sus padres, porque su afecto se proyectará

---

<sup>107</sup> VALLÉS ARÁNDIZA Antonio. **Cómo desarrollar la autoestima en tus hijos**. p. 54.

hacia sus hijos. Si a diferencia de esto, los padres de familia establecen un clima de hostilidad, falta de respeto entre ellos, violencia intrafamiliar; sus hijos no tendrán una sana autoestima y esto lo reflejaron en la valía que tengan de si mismos. Si los padres actúan negativamente y se dan cuenta de la forma negativa en que han educado a sus hijos y toman la decisión de cambiar de actitud ante ellos, les ayudará y les cambiará la vida, tanto a padres y a hijos.

### III.3.5 La familia como modelo de vida.

La familia es ese espacio humano en donde un grupo de personas emparentadas y unidas entre si desarrollan su valor irreplicable compartiendo su intimidad corpóreo –espiritual, de acuerdo con las características, propias de su naturaleza racional. Lo es sin duda el espacio o ámbito de desarrollo más propiamente humano. Aquel en donde somos aceptados de manera natural por el solo hecho de ser, de haber sido gestados en su seno... En la familia se nos valora originalmente por lo que somos y a partir de ellas se favorece de manera natural (cuando se trata de familias sanas) en el desarrollo biopsicosocial de los miembros.<sup>108</sup>

La familia sin lugar a duda es un modelo de vida cuando en su seno se da por principio respeto a la persona, cada uno de sus integrantes en cuanto a su dignidad, sin perder de vista que cada uno es único e irreplicable, donde además se comparte su intimidad corpórea espiritual características de su naturaleza humana por lo que lo hacen ser valioso, por tanto es en la familia, donde se da ese valor, respeto y aceptación por ser persona humana. Cuando se ha transmitido ese valor en los hijos desde el nacimiento y a su vez lo demuestran los padres, lo propicio es que esos hijos cuando formen su familia querrán continuar con una familia como modelo de vida.

La familia también puede ser un modelo de vida por tener su origen en la unión de un hombre y una mujer que se demuestran su amor al ayudarse uno al otro a ser mejor persona, en la búsqueda del perfeccionamiento, así mismo al llegar los hijos al matrimonio, ante todo plantear su educación en su proyecto de vida familiar educando en los valores que se comparten en la convivencia cotidiana, lo que garantiza una buena formación para sus hijos. Los padres de

---

<sup>108</sup> **Cfr.** CHAVARRIA OLARTE M. **Educación en un mundo globalizado** p. 149-150

familia tienen la gran misión de educar a sus hijos respetándoles principalmente su dignidad de personas únicas e irrepetibles.

Ahora bien el matrimonio, que fue fundado por los cónyuges, transfieren a la familia que forman con sus hijos un núcleo educativo donde se transmiten valores vividos desde los padres para con los hijos, y encontrando la misión más importante de los padres y construyendo la familia que será modelo de vida para sus hijos cuando ellos también sean padres.

La familia es el lugar en donde se educa para vivir, porque es en donde aprendemos a relacionarnos con otras personas, es donde desarrollamos actitudes, valores y virtudes que nos servirán para tener una vida plena en el desarrollo integral de una persona, ya que se otorgan bases bien fundamentadas que actuarán como brújulas en el cotidiano vivir, reconociendo sus potencialidades y sus fundamentos éticos. Es por eso que el objetivo fundamental de la familia debe ser la educación para la vida en cada una de sus etapas tratando de esta forma su proyecto de vida.

El ámbito familiar provee al pequeño de amor, respeto y comprensión para que enfrente los problemas y retos de los primeros años de vida. Como ser humano tiene derecho a ser tratado dignamente a recibir ayuda para desarrollar su personalidad de manera óptima...El pequeño que crece con sentido de pertenencia, identidad y aceptación será un adulto abierto a la felicidad. El hogar debe ser espacio donde se generan los recuerdos...el círculo familiar tiene que estimularlo, aplaudiendo sus éxitos y ponderar sus limitaciones. El hogar es lugar de recuerdos gratos que debe estar repleto de vida y que brinden al niño seguridad.<sup>109</sup>

La educación afectiva recibida en la familia ayudará a los hijos a ser jóvenes seguros de sí mismos, esto reforzado por una familia que ofrece un trato digno de persona humana, apoyará al desarrollo de la personalidad del joven.

Por eso es importante que desde pequeños se les deba hacer sentir que son parte importante en la familia con lo que crecerá con seguridad y sobre todo con una autoestima sana y estará abierta a la felicidad cuando sea adulto. Por eso la familia debe ser el modelo de vida, por el ambiente favorable que

---

<sup>109</sup> Cfr. VILLALOBOS PÉREZ CORTES M. **Educación Familiar** p.47-48

ofrecen los padres para desarrollarse, y así los hijos quieran repetir ese modelo en sus propios hogares.

La familia nos da una identidad especial frente a nosotros mismos y frente a la sociedad. En el arraigo al grupo familiar, por los valores profundos que se comparten, en cuanto la unidad de sus miembros. La permanencia en la unidad-cohesión familiar se da independientemente de las diferencias personales.<sup>110</sup>

Dentro de la familia se educan los valores y las virtudes con la finalidad de apoyar a la mejora de cada miembro. Así mismo la familia nos define una identidad personal y social a través de las bases otorgadas dentro. Además de establecer cohesión familiar delimitando las características de cada persona.

La identidad que nos establece la familia es a través de la práctica de los valores que se comparten y es lo que les permite convivir como una familia modelo.

La acción educativa de la familia reside precisamente en el establecimiento de relaciones adecuadas entre lo que permanece, que son los valores y lo que cambia. Por ello los padres de familia tendrían que lograr una educación integral que incluye todos los valores. De otra forma estaríamos educando de manera incompleta. Es necesario guiarnos por nuestras capacidades de fortaleza necesaria para evitar ser víctimas del tráfico de ideas y lograr integridad moral, afectiva e intelectual<sup>111</sup>

La mejor herencia que le pueden dejar los padres a sus hijos es una educación en valores a través de una educación integral donde se unan padres de familia y escuela y de forma homogénea se dé esta educación integral. Al lograr esa educación se evita en caer en ese tráfico de ideas que llevan contravalores y que deforman la integridad de una persona. Por eso es importante que los padres de familia hablen y organicen su proyecto de vida y planeen la mejor herencia para sus hijos.

---

<sup>110</sup> CHAVARRIA OLARTE M **¿Qué significa ser padres?** p.68

<sup>111</sup> VILLALOBOS PÉREZ CORTES M. **Educación familiar** p.40

La tarea fundamental del padre es plantear, junto con su esposa, un proyecto familiar, aunque los dos no piensen lo mismo...El padre es el jefe de familia. Al ejercer su autoridad, comprendida como un servicio busca primero el bien del otro sin descartar automáticamente el propio. Para resolver los problemas, el padre debe estudiarlos en familia; debe concebir a cada hijo como un nuevo proyecto, estar en el centro de todos esos proyectos y entender su autoridad como sinónimo de unión.

Ser padre es sintonizar con los sentimientos, pensamientos y proyectos de su familia. En la actualidad se aluden aquellos hijos que están "perdidos"; pero en realidad están desorientados, al padre corresponde, por ello, ser auténtica guía<sup>112</sup>

La autoridad en la familia debe ser llevada a la par, por ambos padres; pero ésta debe ser planteada buscando siempre el bien de los hijos y la realización de un proyecto de vida familiar, antes de que lleguen los hijos. En si esa autoridad debe unir a la familia, siempre y cuando no se caiga en el extremo del autoritarismo, es así que el padre de familia por ser jefe de la misma debe ser su guía.

La familia, sin lugar a duda, es un modelo de vida cuando en su seno se da por principio, el establecer el respeto de hacer a cada uno de sus integrantes en cuanto a su dignidad como tal, sin perder de vista que cada uno es único e irrepetible, donde además se comparte su intimidad corpórea espiritual característica de su naturaleza humana por lo que lo hace ser valioso en la familia, y no sólo eso, sino que además se da el respeto y la aceptación por ser persona humana. Cuando se ha transmitido ese valor en los hijos desde el nacimiento, los propios hijos cuando formen su familia querrán continuar con una familia como modelo de vida.

La familia, es un modelo de vida cuando su origen está establecido entre la unión, de un hombre y una mujer, que se demuestran su amor al ayudarse uno al otro a ser mejores personas, en la búsqueda del perfeccionamiento. Al llegar los hijos al matrimonio, ante todo planear su educación en su proyecto de vida familiar educando en los valores que se comparten en la convivencia cotidiana, le garantizará una buena educación para sus hijos. Los padres de

---

<sup>112</sup> VILLALOBOS PÉREZ CORTES M. **Educación familiar** p. 53-54

familia tienen la gran misión de educar a sus hijos respetando principalmente su dignidad de personas únicas e irrepetibles.

El matrimonio que fue fundado por los cónyuges, transfiere a la familia que forman con sus hijos, un núcleo educativo donde se transmiten valores vividos, desde los padres para con los hijos, y encontrando la misión más importante de los padres, constituir una familia que será un modelo de vida para sus hijos cuando ellos también sean padres de familia.

### **III.3. 6 Alternativas educativas**

Para mejorar el autoconcepto y por tanto la autoestima entre los miembros de las familias se sugieren estas diez pautas educativas.

1.- Sensibilizarse del valor que se tiene como persona única e irrepetible con una dignidad propia y con un alma espiritual donde se ejerce nuestra inteligencia y voluntad al reconocer ese valor se busque desarrollar una vida plena.

2.- Reconocer que una familia se inicia con la unión de “uno con una y para siempre”, esa unión se da con el compromiso y el querer en un acto de voluntad y se participa con Dios en la procreación de los hijos que se tendrán como fruto de ese amor de compromiso.

3.- Al estar unidos en matrimonio y procrear o adoptar hijos, esos padres establecerán una relación filial, porque a los hijos se les otorgará un amor servicial, el cual trascenderá hasta después de la muerte de los propios padres.

4.- Si la familia se inicia con el matrimonio entre un hombre y una mujer al convertirse en padres formarán una familia, esto los llevará a cumplir dos realidades muy importantes amor a sus hijos y formar personas humanas.

5.-Es importante que los padres conozcan cada etapa evolutiva de la vida de sus hijos. Pero sobre todo la adolescencia, para que puedan entenderla y apoyarla, en este trance hacia la adultez. La adolescencia es una etapa de la vida dividida en tres momentos, en cada uno de ellos presentan características y cambios físicos, cognitivos, emocionales, sociales y afectivos que transforman su personalidad; estos cambios se dan primeramente entre las jovencitas por desarrollarse antes que los jóvenes.

6.- La adolescencia es una etapa importante en una persona porque en ella se busca la identidad personal, la cual se obtiene a través de su propio conocimiento y fortalecimiento de su autoestima y autoconcepto fundamentos de la propia identidad.

7.-Para fortalecer la autonomía en los jóvenes es importante que se den espacios para la intimidad personal (el joven tiene necesidad de estar consigo mismo) porque es parte de la madurez que se va alcanzando, en ese adecuado crecimiento es indispensable incluirle responsabilidades para no caer en el libertinaje.

8.- Establecer una óptima relación entre padres e hijos, sería primeramente estableciendo una verdadera comunicación con ellos, para ponerse en ese común y mostrarles el amor que se les tiene y aceptarlos sin dejar de marcar y vivir normas y reglas, donde al poner límites se les explique el por qué se ponen y que pasaría si estas no se establecieran en su familia. Teniendo como principal objetivo educativo el enseñar a pensar.

9.- Vivir la autoestima como ese reflejo del valor que se debe tener como persona, quererse y tenerse un gran afecto y reconocer su valor, por lo tanto; creer en sí mismos para ser capaces de transformar su vida. El que los padres sean conscientes de que la autoestima es reconocer su propia valía a través de la conciencia de sí mismos, pero sobre todo la trascendencia que ésta tiene no sólo en sus vidas; sino en sus propios hijos.

10.- La autoestima, por tanto se forma en la familia al valorar y amar a los hijos y comprometerse a educarlos mediante a una escala de valores que se establezca en la familia y se comparta entre padres e hijos buenos y felices.

## CONSIDERACIONES FINALES

Si todas las personas se valorarán como únicas e irrepetibles, con una dignidad propia, con un alma espiritual donde se albergan las dos facultades específicamente humanas: la inteligencia y la voluntad que por herencia divina, estamos hechos a imagen y semejanza de Dios (el cual nos pensó desde antes de nacer) podrían construir y reconstruir su autoconcepto y, por tanto, crear una sana autoestima.

Dios otorga a las personas diferentes facultades; que cada uno tiene que descubrir por medio de su autoconcepto. Primeramente tomando en cuenta el componente **cognitivo**, las personas al reconocer su valor único, mediante el conocimiento de sí mismo, se manifestará en él, el componente **afectivo**: la autoestima. Con estos elementos el reconocerse como persona única y con alta autoestima creerá en sí mismo, por lo que mostrará positivamente el componente **conativo o conductual** y se sentirá capaz de hacer lo que se

propone, manifestando una armonía adecuada entre los tres componentes, dando por resultado una alta autoestima.

Ahora bien, quienes están encargados de hacernos sentir valiosos y formarnos como personas son los padres de familia que al comprometerse en su paternidad y maternidad educan a sus hijos desde que nacen. También son ellos quienes ayudan a conocerse y reconocer en sus hijos tanto sus cualidades para ayudarlos a potencializarlas como sus limitaciones y les ayudan a superar sus errores. Pero son, los padres quienes al aceptarlos en una familia ofrecen las bases para formar buenos hijos y en sí esforzarse por ser mejores personas. La tarea de los padres se centra en formar buenos hijos.

Para formar una familia sana, se inicia con el sí que se da entre una mujer y un hombre que se reconocen valiosos y que poseen y al unirse en matrimonio, se dan en donación uno con una y para siempre con lo que inician un proyecto de vida juntos. Este matrimonio, al participar con Dios en la procreación y educación de sus hijos, formará una familia que, aunque no sea perfecta, sabrá luchar con ahínco para ser feliz, en la medida de lo humanamente posible; porque formará hijos con un autoconcepto armónico proyectado en una óptima autoestima.

La autoestima de los padres es fundamental; porque al proyectarla a los hijos, éstos la emularán, así que se sugiere que los propios padres evalúen su propio autoconcepto, mediante los componentes que ya se han explicado y se pueden concentrar en tres preguntas ¿cuánto me conozco?, ¿cuánto me quiero? Y ¿qué soy capaz de hacer?. Si el resultado no es convincente, se sugiere aplicar las pautas educativas para fortalecer su autoconcepto y, por tanto, su autoestima y, sobre todo, poner atención en sus propios hijos, porque la mejor manera de educarlos es con el ejemplo en una forma efectiva y, afectiva y que mejor ejemplo, que vivir los valores en familia, logrando el cambio de la propia vida, la de los hijos y la familia.

Ahora bien, la comunicación entre padres e hijos es fundamental cuando se da con amor y armonía poniendo en común las necesidades donde se manifiesten

sus deseos, ilusiones y temores. Al tener esa comunicación plena se puede establecer la intimidad en la familia y, asimismo, ya sea la madre con su hijo o hija a solas, o bien, el padre, de igual forma con su hija o sus hijos. Al comunicarse así, se ejerce la intimidad en la familia tan importante para el adolescente; porque le ayuda a conocerse.

Es fundamental establecer horarios, o bien momentos para implementar una sana comunicación y así evitar que los hijos busquen ese diálogo, comprensión, aceptación y afecto fuera de casa. Esa comunicación debe ser iniciada entre los padres, dándose un espacio para continuar creciendo como personas y como matrimonio.

La comunicación se puede iniciar al establecer actividades donde todos participen y se vivan los valores, como ya se ha señalado, para así tener elementos para enfrentar la vida cuando se presenten penas, alegrías, tristezas frustraciones depresiones. Pero sobre todo aprender a dar, a recibir y a expresar sus necesidades.

Al establecer esa comunicación cercana se descubre la intimidad y esto ayudará a los jóvenes a encontrarse consigo mismos y descubrirán el sentido de sus actos; al darse cuenta que tienen dos potencialidades espirituales: la inteligencia y la voluntad, con las que pueden transformar su vida para elegir entre lo bueno y lo mejor. Por último, reconocer que la comunicabilidad es verdad.

Los padres tienen una gran influencia en sus hijos cuando se han mostrado respetuosos, cordiales, reconociendo su valía y motivándolos; esto lo pueden captar sus hijos, mediante las actitudes que tengan sus padres al comunicarse lo cual propiciará una sana autoestima y un fortalecimiento de su autoconcepto. Al establecer esa comunicación con sus hijos en todas las etapas de su vida, fortaleciendo las relaciones humanas en su familia, pero sobre todo en la adolescencia, lo cual permitirá a los padres comprender, querer y aceptar a sus hijos.

## **BLOGRAFÍA**

1.- AGUILÓ, Alfonso.

**Educar los sentimientos.**

Hacer familia (educar en valores), Madrid, 2001, 282p.

2.- AGUILÓ, Alfonso.

**Carácter y valía personal.**

Minos (Ser familia) México, 2003, 295p.

3.-ARTOLA GONZÁLEZ Teresa.

**Cómo resolver situaciones cotidianas de tus hijos adolescentes.**

Hacer familia ( 55 Serie D) Educar en valores, Madrid, 2000, 267p.

4.-ASPE ARMELLA Virginia (compilador).

**FAMILIA, NATURALEZA, DERECHOS Y RESPONSABILIDADES.**

Porrúa –Universidad Panamericana, México, 2006, 344p.

5.- BEE, Helen L. MITCHELL Sandra K.

**El desarrollo de la persona.**

Harla, México, 1984, 588p.

6.- BRANDEN Nathaniel.

**Cómo mejorar su autoestima.**

Paidos, Barcelona, 2004, 255p.

7.- BRANDEN, Nathaniel.

**El respeto hacia uno mismo.**

Paidos, Barcelona, 2004, 255p.

8.- BRANDEN, Nathaniel.

**Los seis pilares de la autoestima.**

Paidos, Barcelona, 2004, 361p.

9.-BUTTIGIONE R.

**La persona y la familia**

Ediciones Palabra, Madrid, 1999, 279p.

10-CASTILLO, Gerardo.

**El adolescente y sus retos.**

Pirámide, Madrid, 2000, 214p.

11.-CARRETERO, Mario.

**Constructivismo y educación**

AIQUE. Didáctica, Buenos Aires, 1993, 126 p.

12.- CARRERAS LOMELÍ, Miguel. CARRERAS LOMELÍ, Tita.

**Cómo crecer con los hijos.**

Trillas, México, 2008, 125p.

13.- CHAVARRIA OLARTE, Marcela.

**¿Qué significa ser padres?**

Trillas, México, 2004, 182p.

14.-CHAVARRIA OLARTE, Marcela

**Educación en un mundo globalizado**

Trillas, México, 2004, 182p.

15.-GARCÍA HOZ , Víctor.

**El concepto de persona**

Ediciones Rialp, Madrid, 1989, 293p.

16- GOMEZ PÉREZ ,Rafael.

**Familias en Paz .**

Obra Nacional de la Buena Prensa , A.C.

México, 1992, 155p.

17.- GOÑI GRANDMONTAGNE, Alfredo.

**Adolescencia y discusiones familiares.**

EOS, Madrid, 1997, 163p.

18.-LÓPEZ DE LLERGO, Ana teresa.

**Valores, Valoraciones y Virtudes.**

CECSA, México, 2000, 206 p.

19.- MALMIERCA, Almudena.

**Al llegar la juventud.**

Minos Colección ser familia,

México.1992, 291p.

- 20.- MAURUS J.  
**Cultive su autoimagen .**  
San Pablo, Bogota, 1995, 105p.
- 21.- MELENDO Tomás.  
**La hora de la familia .**  
EUNSA, Navarra, 1995, 231p.
- 22.-MIRALBELL Enrique  
**¿Cómo entender a los adolescentes?.**  
EUNSA, Navarra, 1995, 175p.
- 23.-OLIVEROS F, Otero.  
**Educación la inteligencia**  
Yumelia, Madrid, 2001,219p
- 24.- OLIVEROS F, Otero  
**Relaciones Humanas en la familia.**  
Minos, México, 1999, 223p.
- 25.- PAPALIA Diane E. WENDKOS OLDS Rally  
**Desarrollo humano.** Mc Graw Hill  
México, 1999, 745p.
- 26.-POLAINO LORENTE, Aquilino.  
**En busca de la autoestima perdida .**  
Declée de Brouwer , España, 2004, 239p.
- 27.- QUIROGA, Francisca R.  
**La madurez afectiva .**  
Promesa ( Filosofía 4) San José, Costa Rica, 176p.
- 28.- ROJAS, Enrique.  
**El hombre Light .**  
Booket., Barcelona., 2004.,186p.
- 29.- ROJAS Enrique.  
**¿Quién eres? De la personalidad a la autoestima.**  
Vivir mejor, México, 2002, 446p.

30.- VALLÉZ ARÁNDIZA, Antonio.

**¿Cómo desarrollar la autoestima en los hijos?.**

ECOS, Madrid, 1990, 167p.

31.- VILLALOBOS PÉREZ-CORTES, Elvia Marveya.

**Educación Familiar.**

Trillas. México, 2001, 210p.

32.- VILLA SÁNCHEZ, Aurelio. AUZMENDI Escribano, Elena.

**Desarrollo y evaluación del autoconcepto en la edad infantil.**

Ediciones mensajero, Bilbao, 1999, 134p.

33.-YEPES Store, Ricardo. ARANGUREN ECHEVERRIA, Javier.

**Fundamentos de Antropología.**

EUNSA, España, 2001, 375p.