

GILMA HAYDEE LEMUS BELTRÁN

**ELABORACIÓN DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA PARA ESCUELA DE PADRES,
DIRIGIDA A LÍDERES COMUNITARIOS, EN EL MUNICIPIO DE VILLA NUEVA,
DEPARTAMENTO DE GUATEMALA**

Asesor: Licda. Aida Romilia Escobar Pleitez



**Universidad de San Carlos de Guatemala
FACULTAD DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA**

Guatemala, septiembre del 2009

Este informe fue presentado como trabajo de EPS, previo optar al grado de licenciada en Pedagogía y Administración Educativa

Guatemala, septiembre 2009

INDICE

Contenido	Página
Introducción	i
Capítulo I	
Diagnóstico	
1.1 Datos generales de la institución patrocinante	1
1.1.1 Nombre de la institución	1
1.1.2 Tipo de la institución	1
1.1.3 Ubicación geográfica	1
1.1.4 Visión	1
1.1.5 Misión	1
1.1.6 Políticas	1
1.1.6.1 Políticas generales	2
1.1.7 Objetivos	2
1.1.8 Metas	3
1.1.9 Estructura organizacional	3
1.1.10 Recursos	5
1.2 Técnicas utilizadas para efectuar el diagnóstico	5
1.3 Lista de carencias	6
1.4 Cuadro de análisis y priorización de problemas	7
1.5 Datos de la institución o comunidad beneficiada	8
1.5.1 Nombre de la institución/ comunidad	8
1.5.2 Tipo de la institución	8
1.5.3 Ubicación Geográfica	8
1.5.4 Visión	8
1.5.5 Misión	8
1.5.6 Políticas Institucionales	8
1.5.7 Objetivos	9
1.5.7.1 General	9
1.5.7.2 Específicos	9
1.5.8 Metas	9
1.5.9 Estructura Organizacional	10
1.5.10 Recursos	11
1.6 Lista de carencias	12
1.7 Cuadro de análisis y priorización de problemas	13
1.8 Análisis de factibilidad y viabilidad	14
1.9 Problema seleccionado	15
1.10 Solución viable y factible	15
Capítulo II	
Perfil del proyecto	
2.1 Aspectos Generales	16
2.1.1 Nombre del Proyecto	16
2.1.2 Problema	16
2.1.3 Localización	16

2.1.4	Unidad Ejecutora	16
2.1.5	Tipo de proyecto	16
2.2	Descripción del proyecto	16
2.3	Justificación	16
2.4	Objetivos del proyecto	17
2.4.1	Generales	17
2.4.2	Específicos	17
2.5	Metas	17
2.6	Beneficiarios	18
2.6.1	Directos	18
2.6.2	Indirectos	18
2.7	Fuentes de financiamiento y presupuesto	18
2.8	Cronograma de actividades de ejecución del proyecto	19
2.9	Recursos	20
2.9.1	Materiales	20
2.9.2	Humanos	20
2.9.3	Físicos	20

Capítulo III

Proceso de ejecución del proyecto

3.1	Actividades y resultados	21
3.2	Productos y logros	22
	Unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala.	

Capítulo IV

Proceso de evaluación

4.1	Evaluación del diagnóstico	108
4.2	Evaluación del Perfil	108
4.4	Evaluación Final	108
4.3	Evaluación de la Ejecución	108

	Conclusiones	109
--	---------------------	-----

	Recomendaciones	110
--	------------------------	-----

	Bibliografía	111
--	---------------------	-----

	Apéndice	113
--	-----------------	-----

INTRODUCCIÓN

El ejercicio profesional supervisado (EPS) en la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala consiente de su misión de formar profesionales humanistas que aporten soluciones a la realidad educativa nacional.

Este trabajo pedagógico organizado de investigación permite a la USAC, a través de EPS de la Facultad de Humanidades, realizar entre otras tareas administrativas la aplicación de funciones del administrador especialmente en la elaboración de proyectos de desarrollo, mediante acciones orientadas a la producción de bienes que contribuyan al bienestar integral de la población.

Los proyectos que los epeistas de la Facultad de Humanidades elaboran implican una reflexión seria y rigurosa de los diversos problemas sociales, educativos, culturales, entre otros, a los que se pretendan dar solución.

El Proyecto titulado “Elaboración de una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala”, fue realizado satisfactoriamente, ejecutado con el financiamiento de la autogestión y para cubrir con la necesidad de realizar investigaciones encaminadas al desarrollo social y educativo.

Para ejecutar este proceso profesional se procedió a la realización de cuatro capítulos descritos a continuación.

Capítulo I. Diagnóstico de la institución patrocinante y patrocinadora donde se pretende realizar dicho proyecto, que incluye la información de la institución sede del EPS, como nombre, lugar de funcionamiento, tipo de institución, ubicación geográfica, análisis de viabilidad y factibilidad y el problema seleccionado.

El Capítulo II. Se visualiza en forma detallada el proyecto por lo cual debe ser lo más completo posible y reflexivo; de tal manera que pueda ser aplicado en la institución con el fin de mejorarla o transformarla.

El Capítulo III. Desde el punto de vista de quien vive el problema, como lo vive y que posibilidades percibe como solución del proyecto.

El Capítulo IV. Conlleva al informe final del EPS; ayudando así a detectar las ventajas y desventajas que se tuvo al realizar el proyecto, medio de evaluaciones aplicadas a cada una de las etapas o capítulos.

CAPÍTULO I

DIAGNÓSTICO

1.1 Datos Generales de la Institución

1.1.1 Nombre de la institución/ comunidad

Municipalidad de Villa Nueva

1.1.2 Tipo de la institución

La municipalidad es una institución de tipo de servicio que opera y administra un ámbito territorial en relación a la gestión de servicios públicos, siendo parte de un gobierno central, con todo es más autónoma de acuerdo a la descentralización.

Es un tipo de institución donde se da la unidad de gestión política de un gobierno local con autoridades electas popularmente por un período de cuatro años.

El gobierno municipal el que debe cumplir las funciones y competencias para lo que fue creado, es el encargado legal que le corresponde administrar los recursos públicos ejercer un gobierno democráticamente y fortalecer la participación social.¹

1.1.3 Ubicación Geográfica

La Municipalidad de Villa Nueva se encuentra ubicada en el centro del municipio del mismo nombre, colindando al norte con los municipios de Mixco y Guatemala; al este con el municipio de San Miguel Petapa; al sur con el municipio de Amatitlán y al oeste con los municipios de Magdalena Milpas Altas, Santa Lucía Milpas Altas y San Lucas Sacatepéquez.

1.1.4 Visión

Proporcionar los servicios que reúnan las exigencias que requieren los vecinos, logrando reivindicar la confianza de los habitantes hacia sus autoridades.

1.1.5 Misión

Establecer el punto de equilibrio exacto entre el ingreso y la inversión a hacerse en Villa Nueva para llevar a los vecinos el máximo bienestar y así elevar su nivel y calidad de vida.

¹ Boletín informativo Municipalidad de Villa Nueva

1.1.6 Políticas Institucionales

- Discutir las políticas públicas y municipales y los planes de ordenamiento territorial de desarrollo urbano y rural del municipio.
- Preservar y promover el derecho de los vecinos a su identidad cultural, de acuerdo a sus valores, idiomas, tradiciones y costumbres.
- Aprobar los reglamentos, ordenanzas y acuerdos municipales. Cuando estos contienen norma de observancia general, deben ser publicados en el diario oficial.
- Dar apoyo técnico a los Consejos Asesores, Indígenas de Alcaldías Comunitarias, a los Órganos de coordinación de los “Convocar a todos los sectores del Municipio para elaborar y Consejos Comunitarios de Desarrollo y al Consejo Municipal de Desarrollo.
- Aceptar la renuncia del Alcalde y de Síndicos o Concejales, dando aviso inmediato al Tribunal Supremo Electoral. Solamente ante el Consejo Municipal pueden renunciar sus miembros.
- Aprobar convenios de asociación o cooperación con otras municipalidades o instituciones públicas y privadas.²

1.1.7 Objetivos

1.1.7.1 General

- Contribuir a que se cumplan los fines y deberes del Estado.

1.1.7.2 Específicos

- Ejercer y defender la autonomía municipal.
- Impulsar permanentemente el desarrollo integral de todos sus habitantes.
- Velar por su integridad territorial y el fortalecimiento de su patrimonio económico, cultural y natural.
- Promover, de manera permanente y sistemática, la participación efectiva, voluntaria y organizada de los habitantes en los asuntos municipales.

1.1.8 Metas

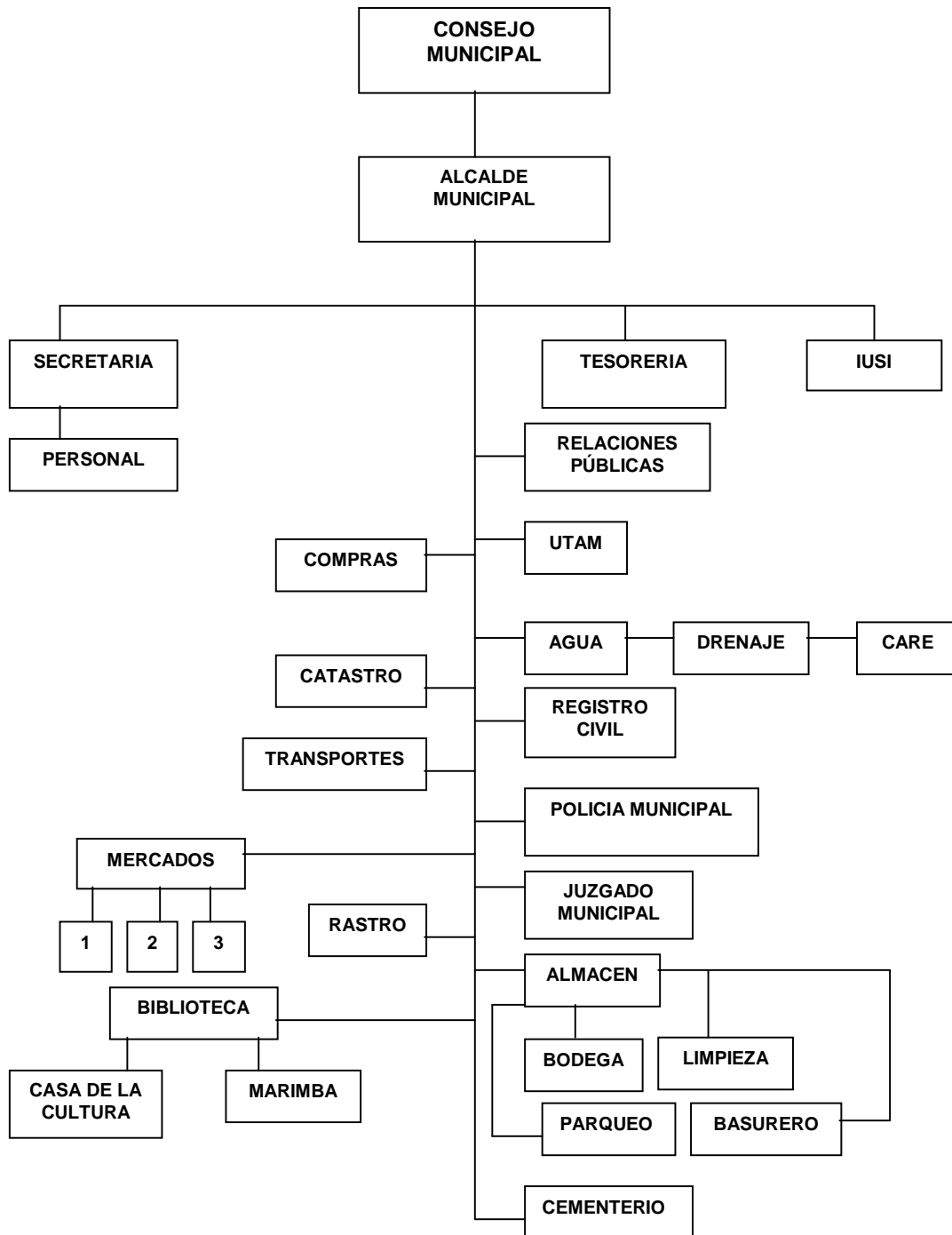
Llevar la cantidad de obras necesarias, que contribuyan con el mejoramiento del nivel de vida de los habitantes del municipio.³

² Idem

³ Idem

1.1.9 Estructura Organizacional

ORGANIGRAMA DE LA MUNICIPALIDAD DE VILLA NUEVA DEPARTAMENTO DE GUATEMALA



CEMENTERIO

Fuente: Municipalidad de Villa Nueva

1.1.10 Recursos

1.1.10.1 Humanos

- Consejo municipal integrado por Concejales y Síndicos
- Alcalde Municipal
- Secretario Municipal
- Asesor
- Jurídico
- Auditor Interno
- Tesorero Municipal
- Gerente Municipal
- Director Financiero
- Juez de Asuntos Municipales
- Coordinador de la Oficina Municipal de Planificación
- Cuerpo de Ingenieros
- Registrador civil
- Policía Municipal de Transito
- Director de Relaciones Públicas
- Coordinación de Consejo de desarrollo (Cocodes)
- Alcaldes Auxiliares
- Director de Asuntos Religiosos
- Director de Áreas verdes
- Director de abastos
- Director de Comunidades en Desarrollo

1.10.1.2 Materiales

- Equipo de oficina
- Mobiliario de oficina
- Equipo de cómputo
- Útiles de oficina
- Vehículos de transporte (Personal de la Alcaldía)
- Maquinaria y equipo de construcción
- Transporte pesado (camiones de extracción de basura)
- Vehículos de circulación

1.10.1.3 Financieros

- Aportes que por disposición Constitucional del Organismo Ejecutivo debe trasladarse directamente al Municipio.
- El producto de los impuestos que el Congreso de la República decreta a favor del Municipio.
- Donaciones que se hicieran al Municipio.

- Los bienes Comunes y Patrimoniales del Municipio, y las rentas, frutos y productos de tales bienes.
- El producto de los arbitrios, tasas y servicios municipales.
- El ingreso proveniente de las contribuciones por mejoras, aportes compensatorios, derechos e impuestos por obras de desarrollo urbano y rural que realice la Municipalidad, así como el ingreso proveniente de las contribuciones que paguen quienes se dediquen a la explotación comercial de los recursos del municipio o tengan su sede en el mismo.
- Ingresos provenientes de préstamos y empréstitos.
- Ingresos de multas administrativas y de otras fuentes legales.
- Los intereses producidos por cualquier clase de debito fiscal.
- Los intereses devengados por las cantidades de dinero consignadas en calidad de depósito en el sistema financiero nacional.
- Los provenientes de las empresas, fundaciones o cualquier ente descentralizado del municipio.
- Los provenientes de los contratos de concesión de servicios públicos municipales.
- Los provenientes de las donaciones.
- Los provenientes de aportes especiales esporádicos que acuerden los Órganos del Estado.
- El precio de la venta de bienes inmuebles.
- El ingreso proveniente de las licencias para construcción, modificación o demolición de obras civiles.
- El ingreso, sea por la modalidad de rentas a los bienes municipales de uso común o no, por servidumbre onerosa, arrendamientos o tasas.
- Ingresos provenientes por infracciones de tránsito, (multas o remisiones)
- Ingresos por certificaciones del registro civil.
- Ingresos por fideicomiso, administrados por medio de bancos del sistema.

1.10.1.4 Físicos

El área de construcción de la Municipalidad de Villa Nueva del departamento de Guatemala es aproximadamente de: 400 metros cuadrados, divididos en oficinas administrativas y salón de usos múltiples, en dos niveles.

1.2 Técnicas utilizadas para efectuar el diagnóstico

Con base a la guía de los sectores se utilizó la técnica de observación, entrevista y análisis documental. Los instrumentos que se emplearon para realizar el diagnóstico fueron las guías de entrevista, lista de cotejo. Por medio de estos se logró establecer la situación interna y externa de la institución y determinar sus problemas y necesidades.

1.3 Lista de carencias

1. Alto índice de problemas juveniles a nivel familiar con incidencia en las diferentes comunidades del municipio.
2. Incremento de enfermedades infectocontagiosas en la población infantil.
3. Insalubridad reflejada en el ornato municipal.

1.4 Cuadro de análisis y priorización de problemas

Principales problemas	Factores que originan los problemas	Solución que requieren los problemas
Alto índice de problemas juveniles a nivel familiar con incidencia en las diferentes comunidades del municipio.	<ul style="list-style-type: none">• Poca preocupación de parte de los padres de familia sobre el actuar de sus hijos• Inadecuado manejo de los problemas familiares, a nivel hogar.• Falta de planes de capacitación, dirigido a líderes comunitarios en distintas aspectos de la vida familiar dentro de sus comunidades.	<ul style="list-style-type: none">• Elaboración de una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios.• Desarrollo de programas culturales - deportivos dentro de las comunidades, para la recreación de los jóvenes.
1. Incremento de enfermedades infectocontagiosas en la población infantil.	<ul style="list-style-type: none">• Falta de higiene.• Mala Nutrición.• Carencia de agua.	<ul style="list-style-type: none">• Desarrollar programas que orienten a la población sobre la importancia de la práctica de buenos hábitos higiénicos, orientado al sector infantil.
2. Insalubridad reflejada en el ornato municipal.	<ul style="list-style-type: none">• Basura en las calles.	<ul style="list-style-type: none">• Orientar a la población para realizar programas de tratamiento a la basura.

1.5 Análisis de factibilidad y viabilidad

Opción 1: Elaboración de una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios.

Opción 2: Desarrollo de programas culturales - deportivos dentro de las comunidades, para la recreación de los jóvenes.

	INDICADORES	OPCIÓN 1		OPCIÓN 2	
		SI	NO	SI	NO
	Financieros				
1.	¿Se tienen los recursos financieros suficientes?	X			X
2.	¿Cuenta con los recursos económicos suficientes para ser sostenible?	X			X
3.	¿Se cuenta con los recursos económicos destinados para imprevistos?	X			X
4.	¿El proyecto se ejecutará con recursos propios?	X			X
	Administrativo				
5.	¿Se obtiene la autorización legal?	X			X
6.	¿Se tiene estudio de impacto social?	X			X
7.	¿Se tiene representación legal?	X			X
8.	¿Existen leyes que amparan la ejecución del proyecto?	X		X	
9.	¿Se tienen las instalaciones para el la ejecución del proyecto?	X			X
10.	¿Se diseñaron controles de calidad para la ejecución?	X			X
11.	¿Se tiene los insumos necesarios para el proyecto?	X			X
12.	¿Se utilizará la tecnología apropiada para el proyecto?	X			X
13.	¿Se han cumplido con las especificaciones apropiadas en la elaboración del proyecto?	X			X
14.	¿El tiempo programado es suficiente para ejecutar el proyecto?	X			X
15.	¿Se han definido claramente las metas?	X		X	
	Mercadeo				
16.	¿El proyecto tiene la aceptación de la institución?	X		X	
17.	¿Satisface las necesidades de la población?	X			X
18.	¿El proyecto es accesible a la población en general?	X			X

19.	¿Se cuenta con el personal calificado para la ejecución del personal?	X		X	
	Político				
20.	¿La institución se hará responsable del proyecto?	X		X	
21.	¿Es de vital importancia para la institución?	X		X	
	Cultural				
22.	¿El proyecto responde a las expectativas culturales de la región?	X		X	
23.	¿Impulsa el proyecto la equidad de género?	X			X
	Social				
24.	¿El proyecto genera conflictos entre los grupos sociales?		X	X	
25.	¿El proyecto beneficia a la población y personal administrativo?	X		X	
	Total	24	01	09	16

1.6 Problema seleccionado

Después de haber realizado el análisis de viabilidad y factibilidad se concluyó que el problema priorizado es **Alto índice de problemas juveniles a nivel familiar con incidencia en las diferentes comunidades del municipio.**

1.7 Solución viable y factible

Elaboración de una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, Guatemala.

CAPÍTULO II

PERFIL DEL PROYECTO

2.1 Aspectos Generales

2.1.1 Nombre del Proyecto

Elaboración de una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala.

2.1.2 Problema

Alto índice de problemas juveniles a nivel familiar con incidencia en las diferentes comunidades del municipio.

2.1.3 Localización

Municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala.

2.1.4 Unidad Ejecutora

Facultad de Humanidades.

2.1.5 Tipo de proyecto

De servicio

2.2 Descripción del proyecto

Este módulo se ha elaborado para ofrecer a los líderes comunitarios del municipio de Villa Nueva, una herramienta que permita transmitir a los padres de familia de sus comunidades la forma en que deben actuar frente a los problemas en los que puedan incurrir sus hijos, a través de contenidos temáticos, logrando el desarrollo de competencias específicas, como la cimentación de diferentes valores a nivel social y familiar.

2.3 Justificación

La educación para ser verdaderamente integral, debe considerar la inclusión de varios aspectos y la participación de algunos actores. Entre los aspectos están el tipo y la forma de contenidos, si son conocimientos básicos, teorías, principios, etc., mismos cuya forma de impartirse va en relación con el modelo o teoría del aprendizaje que dé fundamento al plan de capacitación comunal.

Entre los actores que intervienen en el proceso de educación integral o formación de los estudiantes, en este caso adolescentes y jóvenes, se encuentran tradicionalmente los profesores, las autoridades, el personal administrativo y en los últimos tiempos los líderes comunitarios, todos ellos de forma directa o indirecta participan en el proceso, lo que hace más ligero el proceso de desarrollo adolescente en la búsqueda de cómo establecer o al menos bosquejar, el plan de vida y participación social.

En el caso del municipio de Villa Nueva, además de las áreas de Desarrollo Educativo, incluye como parte del proceso de formación integral, a los líderes comunitarios como un importante elemento de apoyo en el desempeño educativo de las distintas familiar de sus sectores y por ende de los hijos que las conforman, basado en que la familia constituye la primera instancia socializadora, cuya responsabilidad va más allá de alimentar, vestir e instruir a los jóvenes, debiendo nutrirlos tanto intelectual, como espiritual y afectivamente para asegurar su participación armónica y empática en cualquier escenario.

2.4 Objetivos del proyecto

2.4.1 Generales

- Brindar a los líderes comunitarios del municipio de Villa Nueva, brindar por medio de una unidad didáctica, los lineamientos básicos, técnicos, pedagógicos y metodológicos, adecuados para que tomen las medidas que les ayuden a solucionar problemas familiares que les permitan una mejor convivencia dentro de su sociedad.

2.4.2 Específicos

- Elaborar una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala.
- Socializar la unidad didáctica, con las y los líderes comunales del municipio de Villa Nueva, encargados de coordinar, ejecutar y monitorear las actividades de las distintas comunidades.

2.5 Metas

- Una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala. y 45 copias, en un lapso no mayor de dos meses.

- Realizar una reunión con las autoridades municipales, para la presentación, verificación y aprobación de la unidad didáctica, entregando las respectivas copias para su implementación.

2.6 Beneficiarios

2.6.1 Directos

147 líderes comunales del municipio de Villa Nueva.

2.6.2 Indirectos

355,901 habitantes del municipio de Villa Nueva, de áreas urbanas y rurales.

2.7 Fuentes de financiamiento y presupuesto

Autogestión del Epesista.

Presupuesto

Rubro	Descripción	Costo Unitario	Costo Total
Material y útiles de oficina	1,000 hojas de papel bond tamaño carta	Q 0,10	Q 100,00
	500 fotocopias	Q 0,15	Q 75,00
	5 cartuchos para impresora	Q 65,00	Q 325,00
	1 docena de lapiceros color negro	Q 10,80	Q 10,80
	1 docena de lapiceros color rojo	Q 10,80	Q 10,80
	2 libretas	Q 8,00	Q 16,00
	6 sobre manila	Q 1,00	Q 6,00
	35 fotografías en CD	Q 5,00	Q 175,00
	60 postales antiguas	Q 5,00	Q 300,00
Internet	60 horas	Q 8,00	Q 480,00
Impresiones	40 ejemplares	Q 75,00	Q 3000,00
Reserva	Imprevistos		Q 300,00
TOTAL DE RECURSOS			Q 4798,60

2.8 Cronograma de actividades de ejecución del proyecto

No.	Actividades	Programado	Marzo				Abril				Mayo				Junio				Julio			
		Ejecutado	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Gestión ante la Unidad ejecutora.	P	■																			
		E	■																			
2	Localización del proyecto.	P		■	■																	
		E		■	■																	
3	Elaboración del plan de trabajo.	P				■	■															
		E				■	■															
4	Presentación para su aprobación.	P						■														
		E						■														
5	Investigación bibliográfica.	P						■	■	■	■											
		E						■	■	■	■											
6	Estudio de la fundamentación teórica.	P												■	■							
		E												■	■							
7	Trabajo preliminar.	P																■				
		E																■				
8	Revisión de trabajo.	P																	■			
		E																	■			
9	Redacción de la unidad didáctica.	P																	■	■		
		E																	■	■		
10	Revisión de documento final.	P																			■	■
		E																			■	■
11	Entrega de la unidad didáctica.	P																				■
		E																				

2.9 Recursos (humanos, materiales, físicos, financieros)

2.9.1 Materiales

Hojas de papel bond.
Tinta.
Marcadores.
Computadora.
Cartulina.
Lapiceros.
Impresora.
Folders.

2.9.2 Humanos

Coordinador de programas de la municipalidad de Villa Nueva
Autoridades de la municipalidad de Villa Nueva
Población del municipio de Villa Nueva
Asesor
Epesista

2.9.3 Físicos

Municipalidad de Villa Nueva.

CAPÍTULO III

PROCESO DE EJECUCIÓN DEL PROYECTO

3.1 Actividades y resultados

No.	ACTIVIDADES	RESULTADOS
1	Gestión ante la Unidad ejecutora	Se realizaron los trámites correspondientes ante las autoridades para iniciar el proyecto
2	Localización del Proyecto	Se ubicó el área de aplicación del proyecto.
3	Elaboración del plan de trabajo	Se elaboró el plan de trabajo.
4	Presentación del proyecto para su aprobación	Se presentó el proyecto, siendo aprobado por las autoridades.
5	Investigación bibliográfica	Se realizó la investigación bibliográfica para la elaboración del proyecto.
6	Estudio de la fundamentación teórica	Se realizó el estudio de la fundamentación teórica, organizando los capítulos de la unidad didáctica.
7	Trabajo preliminar	Se realizó un trabajo preliminar para su revisión.
8	Revisión de trabajo	Se revisó el trabajo, realizando las correcciones necesarias.
9	Redacción de la unidad didáctica	Se redactó el documento final, de acuerdo a los lineamientos correspondientes.
10	Revisión de documento final	Se revisó el documento final previo su entrega.
11	Entrega de la unidad didáctica	Se entregó la unidad didáctica, siendo aceptado satisfactoriamente.

3.2 Productos y logros

3.2.1 Producto

Se elaboró una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala. La cual ofrece una manera accesible de desarrollar la capacitación necesaria, con la información sobre el contenido, motivando de esta manera la formación en la dinámica social de su comunidad y a la vez a la población sobre la forma en que deben actuar ante problemas familiares suscitados con sus hijos.

3.2.2 Logros

Al culminar la ejecución del proyecto, se logró cumplir con los objetivos y las metas establecidas, para lo cual se elaboró de una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala.

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA**



COMPILADORA: GILMA HAYDEE LEMUS BELTRÁN

**UNIDAD DIDÁCTICA PARA ESCUELA DE PADRES, DIRIGIDA A
LÍDERES COMUNITARIOS**

INDICE

Contenidos	Pág.
Introducción	i
Objetivos	ii
Capítulo I: El ambiente Familiar	
1.1 Consejos sobre el arte de pactar	1
1.2 Cómo afrontar una pelea familiar	2
1.3 El papel de los abuelos en la familia actual	4
1.4 Equilibrar trabajo y familia	8
1.5 La necesidad de poner normas	11
1.6 La comunicación en la familia	15
1.7 Los estilos de autoridad en la familia	20
1.8 La importancia de cuidar la autoestima	22
1.9 La responsabilidad en el niño	26
1.10 Cómo mejorar la conducta de los hijos	30
1.11 El ejercicio de la autoridad en la familia	34
1.12 La autoestima de los padres	37
1.13 La separación de los padres: facilitar la vida a los hijos	39
1.14 Podemos evitar una pelea familiar	42
1.15 Medidas generales de salud	44
Capítulo II: El entorno que nos rodea	
2.1 Familia, adolescentes y consumo de drogas	46
2.2 La depresión	50
2.3 La tristeza y la depresión	53
2.4 El alcohol y los hijos	57
Capítulo III: Objetivos educativos de los padres	
3.1 Aprender y mejorar en habilidades sociales	62
3.2 Los hijos y las habilidades sociales	65
3.3 Educar en el uso del dinero	68
3.4 Educar la voluntad de los hijos	71
3.5 Educar la tolerancia en un mundo de diversidad	75
Conclusiones	
Recomendaciones	
Bibliografía	

INTRODUCCIÓN

Todos aquellos que de algún modo han estado vinculados a los diferentes trastornos en comunicación humana que ocurren durante la infancia, coincidirán en que la orientación y apoyo emocional en los padres de familia, brinda el alivio y la información inicial para comprender el problema y lograr así la adecuada educación de los niños.

Acompañar con material escrito los diferentes programas de promoción de las instituciones, es de gran utilidad ya que incrementa los niveles de información en los alumnos y su familia. Ello favorece, sin duda, actitudes de apertura y apoyo en los diferentes niveles educativos.

La presente unidad didáctica, comprende de manera clara algunos de los grandes temas sobre el desarrollo infantil, subrayando la importancia del ambiente familiar y las redes afectivas que en él se construyen. Se remarca el impacto de estas primeras formas de relación para el devenir del individuo, su determinante papel en la estructuración de la personalidad y desde luego el estado emocional que generan.

La presencia de los diferentes problemas en la comunicación dentro de los adolescentes, a menudo altera el cauce natural de su desarrollo, desequilibrando la estructura familiar, en diferentes proporciones. Es por ello que su estudio involucra no solo al niño o niña, sino también a su familia, especialmente, a los padres.

Partiendo de esta perspectiva, se desarrolla la unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, para lo cual está diseñada, con la intención de mantener cauces constantes de intercambio entre los líderes de cada comunidad y los padres de familia, para la consecución de nuestra meta de crear una sociedad mas digna para las nuevas generaciones.

OBJETIVOS

General

Implementar una unidad didáctica de formación para los padres de familia dirigida a líderes comunitarios, que les permita comprender y dar respuesta a las principales dudas e inquietudes sobre el desarrollo adolescente y la problemática del entorno.

Específicos

- Enseñar a los padres métodos efectivos para ayudar a sus hijos a superarse en todos los aspectos y como personas en busca de madurez y autonomía.
- Fomentar la práctica entre los padres de familia, de los derechos de los jóvenes, el desarrollo de habilidades pro sociales y de valores que eleven su autoestima y les ayude a lograr una personalidad armónica e integrada.
- Coadyuvar al establecimiento de mejores canales de comunicación entre los padres de familia y sus hijos que redunden en mejores relaciones familiares.
- Impartir conocimientos a los padres de familia que les permitan prevenir y atender de manera oportuna y adecuada la problemática de sus hijos adolescentes.

CAPÍTULO I: El ambiente Familiar

1.1 Consejos sobre el arte de pactar



Una de las mejores maneras de conseguir una relación saludable entre hijos y padres es llegar a pactos. El pacto hay que entenderlo como un acuerdo entre las dos partes y realmente no es difícil llegar a pactar y enseñarles a los niños pactar. En definitiva se pretende que el niño aprenda a responsabilizarse de una obligación y asumir una tarea por algo que acuerda previamente con su papá o mamá. Deben aprender desde muy pequeños que existe una finalidad en todo lo que hacemos. Hay veces

que les dejamos plena libertad para que hagan lo que quieran sin ningún objetivo definido (siempre viene bien y es necesario que tengan tiempo libre para jugar), y otras deben ser conscientes de que hacen algunas actividades porque han llegado a acuerdos previos y responsables con los mayores.

Veamos algunos consejos sencillos de llevar a cabo:

- Espere recibir del niño algo que usted necesite realmente, o que le sería de gran ayuda, y no aquello que a su hijo le guste hacer o cumplir de todos modos.
- Evite los pactos a posteriori: “Ayer te llevé a casa de tu amiga, ahora deberías hacer algo por mí”. Esto hace que el niño se sienta culpable; no es un buen trato.
- Obligue al niño a cumplir su parte del trato pronto y rápidamente. Los acuerdos contractuales a largo plazo se olvidan o se modifican. Los niños creerán que se han librado de cumplir su parte del trato y los padres tendrán la impresión de haber sido estafados.
- Cuando el niño hace algo por el padre sin intentar llegar a un trato (a veces ocurre), hay que devolver el favor cuanto antes.
- Hay que recordar a los niños los pactos a los que se han comprometido sin castigarles por no haber cumplido su parte. La consecuencia será la negativa

del padre a hacer otro pacto en un breve espacio de tiempo. Limite su buena disposición a hacer favores a un niño que no los devuelve.

1.2 Cómo afrontar una pelea familiar



A menudo surge en la familia situaciones en las que el comportamiento de los más pequeños es de lo más irritable. Por desgracia a menudo, los adultos reaccionan de una forma irascible en los mismos términos que los hijos y claro está, el terremoto está servido. Los adultos estamos convencidos de que los niños son muy inteligentes y saben cómo sacar de quicio a los demás. Los niños manipulan con

sus antojos y peticiones a los mayores y de esa manera obtienen todo tipo de parabienes.

Y es que la intención inicial de los mayores es la de controlar la situación porque se consideran maduros y lo suficientemente preparados como para conseguir los propósitos establecidos. Ya sabemos que el problema está en que eso no es verdad. ¿O es que acaso no recordamos cómo reaccionamos la vez que la niña no quería tragarse la bola de comida cuando comía pescado?, o ¿cuando pedimos que colocara la habitación y se nos fue dando largas hasta que al final no se cumplió nuestra petición?, y así una tras otra. En todas estas situaciones y otras muchas similares, los padres se han hecho los fuertes, se han propuesto controlar la situación y conseguir sus objetivos por las buenas y dando sensación de poder y control y al final, han conseguido frustrarse porque han dado una pésima imagen ante el hijo e incluso ante otros adultos que presenciaban la escena perdiendo el único prestigio que uno puede tener.

En el día a día, en las relaciones que se mantienen entre los miembros de la familia ES NORMAL QUE SURJAN DESACUERDOS porque también sabemos que donde hay amor también existe conflicto. Y es que donde hay personas que piensan hay discrepancia de pareceres, de formas de actuar..., eso es normal. Todos no podemos pensar igual. El avance y el desarrollo nacen de la disparidad de criterios e intereses y eso es lo que pasa en la familia. Ante esta situación, es importante reconocer un problema y antes de esto, saber que existe y atajarlo cuanto antes de la mejor manera posible.

Sabemos que hay dos formas de afrontar e intentar solucionar un problema: constructiva y destructiva. Afrontar un problema de forma destructiva daña la autoestima de los rivales y desgasta emocionalmente a los enfrentados. Esta forma de solucionar un problema es ruidosa, violenta,... sobre todo cuando se llevan a cabo en público, ante una visita, en la calle, ante amigos, etc. Sin embargo, afrontar un problema de forma positiva, constructiva, supone desarrollo, alienta el diálogo y permite que los contendientes lleguen a su máximo potencial. No es difícil llegar a afrontar un problema de una forma constructiva si nos lo proponemos y desde aquí nos proponemos dar algunas ideas que con seguridad nos facilitarán más la relación en familia.

Lo normal, por desgracia, es que los problemas se solucionan con DISPUTAS que en la mayoría de las veces son INNECESARIAS. Estas disputas surgen, por parte de los mayores, cuando ven que la situación se les va de las manos y observan que no controlan ni tienen tanto poder como quisieran. Por otro lado, no siempre se puede evitar pelear y si esto llega a producirse es conveniente elegir bien las "batallas".

Hay que tener en cuenta aquellas situaciones que tienen verdadera importancia: problemas relacionados con los valores, la comunicación, etc. además hay que saber valorar la importancia real de cada situación porque dos problemas relacionados con un mismo tema (como puede ser la honestidad) no tienen la misma importancia porque no afectan por igual a la persona implicada o el posible daño que se ocasiona no es tan grave. Por otro lado, es conveniente afrontar disputas que creamos que vamos a salir victoriosos y con el objetivo cumplido.

También suelen surgir problemas cuando LOS HIJOS RETAN A SUS PADRES Y ESTOS NO LO SOPORTAN. La impotencia estaría detrás del hecho de que un adulto afronte de forma airada una situación conflictiva. Los adultos piensan que deben controlar en todo momento la situación y en el momento que un hijo presenta un problema, se cree que en parte es un fracaso del adulto que se violenta y cree que es un fracaso suyo. La respuesta del adulto es la de afrontar el problema de forma destructiva y lo que hay que pensar es que un hijo puede desafiar a sus padres y eso no significa que éstos sean unos fracasados.

Por otro lado conviene recordar una máxima que no por básica debemos dejar de lado: PARA PELEAR HACEN FALTA DOS. Si uno de los contendientes no recibe respuesta del otro pese a que le ha provocado, dejará de ofrecer una actitud de ataque. En ocasiones debemos aplicar aquella técnica de extinción tratada en el

artículo de esta sección de Escuela de Padres titulado "Cómo mejorar la conducta de los hijos".

Toda persona que provoca a otra espera de esta última una respuesta. Nosotros los adultos no debemos caer en la dinámica de responder de forma negativa ante una ofensa. Se supone que debemos controlar la situación. Tenemos más formación que los hijos y por tanto más recursos para poder afrontar correctamente un problema. Recordemos que la técnica de la extinción se produce cuando se ignora la conducta indeseable. La conducta debe desaparecer con el tiempo al no recibir refuerzo que la mantenga. La extinción debe ser aplicada siempre que se produzca la conducta. No se debe aplicar de forma intermitente ya que de lo contrario, se refuerza la conducta y es contraproducente para el objetivo deseado.

En definitiva se trata de encontrar formas adecuadas de responder ante situaciones problemáticas. No siempre se consigue ser tan niño como su hijo de cinco años o ver las cosas con esa óptica de los adolescentes pero seguro que con una dosis de paciencia, un poco de conciencia y las técnicas que se intentan describir a continuación, seguro que el éxito está garantizado y las peleas familiares serán un motivo de conflicto del pasado.

1.3 El papel de los abuelos en la familia actual



La integración de los abuelos a la vida familiar suele tener un papel diferente al de los padres. Hay muchos casos en los que los abuelos sustituyen "abusivamente" a los padres haciendo de "canguros". Para los padres "sale más económico y los hijos estarán bien cuidados". Para los abuelos, las ganas de quedar bien y el miedo a que "si no se hacen cargo de los nietos después no se los dejarán ver".

Una de las principales preocupaciones de los padres es dejar a sus hijos bien cuidados cuando ellos se van al trabajo o faltan de casa. Se puede elegir una guardería, un canguro o incluso los abuelos. La decisión ha de ser tomada con cautela y seguridad. La

psicóloga clínica Lourdes Mantilla Fernández en su artículo “Mamás que trabajan” nos invita a plantearnos las siguientes cuestiones que ayudan a tomar una decisión más acertada:

- Hay que realizar una introducción progresiva de esa nueva persona (familiar, canguro, etcétera) o institución (guardería, escuela...) en la vida del niño.
- Hay que mostrar una total confianza hacia esa elección para que, tanto el niño como la madre, estén absolutamente tranquilos.
- Si es posible, conviene mantener los mismos hábitos que se seguían hasta que se ha producido el cambio: horarios, comidas, tiempo de parque...
- Los padres deben transmitir a los hijos una buena y sana estima por los abuelos, no percibir su relación como meros ayudantes sino como elementos insustituibles en el proceso de formación de los niños, merecedores de respeto y amor, y olvidando el lema de que las personas valen en la medida en que son “utilizables”.
- La convivencia con los abuelos habría que plantearla como un hecho positivo y entusiasmador, como forma de dar afecto a unas personas que lo necesitan, pero no como un acto de compasión.

Todos los padres que han tenido que recurrir a dejar los hijos con los abuelos o alguna otra fórmula (guardería, canguro, etc.), han sentido una sensación de culpabilidad y descontento por no dedicar todo el tiempo que quisieran a los hijos y porque quieren controlar lo más posible el desarrollo de los chicos. La realidad y la experiencia hacen caer en la cuenta de que es imposible llevar un control absoluto tanto del trabajo como de los hijos, la pareja, la casa, los amigos, etc. Por eso es necesario aliviar responsabilidades y evitar tensiones para sentirnos mejor. Para conseguirlo desde el principio y antes de que aparezcan estos sentimientos y las posibles frustraciones es importante:

- Dejar de lado la idea de súper mujer o súper hombre: nadie puede ser una madre o padre ejemplar, una esposa o esposo ideal y un excelente trabajador.
- Si los padres se tienen que ausentar del hogar por razones de trabajo han de permitirse dejar en manos de personas de confianza el cuidado de sus hijos.

- Antes que unos padres frustrados, tensos o deprimidos, los hijos necesitan de unos padres afectuosos e interesados por su desarrollo.
- Abandonar el sentimiento de culpabilidad: en el contacto con nuestros hijos se cumple una vez más el principio de que no es tan importante la cantidad de tiempo que pasemos con ellos, como la calidad del mismo.

Debemos asumir también que la relación con los abuelos puede ser difícil. En la vida hay algunos aspectos ásperos que se ponen más de manifiesto en la vejez y saber admitirlo es una manera de aceptar la realidad y prepararse para vivirla. Los abuelos nos acercan al sufrimiento y a la vez la posibilidad de no dramatizarlo.

Pero aparte de estos aspectos debemos considerar que el papel de los abuelos en nuestra sociedad actual puede generar “celos” en los padres de que les quieran más que a ellos, o que les eduquen a su manera, o que se “entrometan” en sus vidas.

Estos son temores comprensibles cuando son los abuelos quienes pasan más tiempo con los niños, debido a los horarios y obligaciones profesionales de los padres. Hay ocasiones en que se produce una "competitividad" entre abuelos y padres. Estos últimos se hacen preguntas del tipo: ¿habrá comido lo suficiente?, ¿se echó la siesta a su hora?, ¿nos echó de menos?, etc.

En nuestra cultura de familias compuestas sólo de padres e hijos cada nueva generación busca sus propios valores de manera solitaria. Sin la experiencia y fuente de valores culturales que aportarían los abuelos, las familias jóvenes pueden sentirse ansiosas e inseguras. A veces dejar al niño con un pariente cercano puede generar tensiones, en cambio curiosamente con algún extraño es más fácil de llevar. Este efecto se produce por el tema anteriormente tratado de los “celos” y es más frecuente en las abuelas. Sin embargo, los abuelos son ajenos al conflicto edípico inmediato, no tienen necesidad de ser autoritarios, pueden ser indulgentes y afables.

Conviene que las dos generaciones se pongan de acuerdo respecto a las pautas fundamentales. En el caso de las abuelas son muchas las que buscan la manera de ser importantes para sus nietos y útiles a sus propios hijos. Aquí tenemos algunas formas adecuadas de empezar:

- a) Defienda la preeminencia de su papel: consiga que su papel merezca la confianza de los padres y la aprobación del niño. Así resultará útil a ambas generaciones.

- b) Ofrézcase para atender a los niños regularmente y cuando lo necesiten. Puede hacerse cargo de los niños para que no vayan a la guardería o en otro caso, atenderlos los domingos después del almuerzo o los sábados por la noche. Los padres se lo agradecerán.
- c) Busque el pretexto y la forma de organizar reuniones los días festivos. Los recuerdos de los gratos momentos de contacto con la familia serán perdurables. Desoiga las objeciones e inconvenientes de sus hijos y diga “os esperamos”.
- d) No halague a sus nietos sólo en las reuniones familiares. Regádeles algún juguete aunque no sean fechas clave (navidad, etc.) Lléveselos al parque, al cine. Busque tiempo para hablar con cada uno de ellos. Hábleles de sus padres cuando tenían su edad.
- e) Nunca les diga a sus hijos cómo deben proceder en presencia de sus nietos.
- f) Sea un remanso de paz y estabilidad para ambas generaciones. Esto significa que a veces debe mantener la boca cerrada. Deje que recurran a usted y prodíguese en dar consuelo, experiencia y amor familiar, para así proporcionar estabilidad a todos los miembros de la familia.
- g) No importune a los pequeños, para evitar que le rehúyan.
- h) Y si vive lejos, manténgase en contacto: llame por teléfono, haga visitas regularmente por cortos periodos, manténgase al corriente de los gustos de cada uno de sus nietos, etc.

En general, podemos afirmar que los abuelos (tanto hombres como mujeres) son un testimonio de las diferencias generacionales, pero aunque ya hemos hablado de su importancia en el proceso de maduración de los niños, también debemos mencionar que hay veces que esta posibilidad se ve limitada por la actitud de los propios abuelos.

Hay personas mayores que no aceptan su condición y luchan contra el tiempo. Hay abuelos rígidos y gruñones que quieren enseñar riñendo y criticando la conducta de los nietos. Hay abuelos que no se dejan querer provocando conflictos y tensiones. En resumen, hay mayores que con su actitud favorecen su marginación, pero en cualquier caso, siempre resulta aconsejable esforzarse al

máximo tanto de una parte como de la otra. Los abuelos deben hacer un esfuerzo por integrarse en la vida familiar de los hijos y nietos.

Ser viejo es una realidad, no un derecho que permite manipular a los otros, del mismo modo que los jóvenes no tienen derecho a manipular a los viejos. Los abuelos jubilados pueden dar al hijo un testimonio de relativización que todos necesitamos para trascender a lo que se hace. El ejemplo de quién es, más allá de sus actos y rendimiento, ayuda a valorar a la persona como tal, hecho que no es fácil encontrar en el contexto de valores que se pretende inculcar actualmente a los niños y a los jóvenes.

1.4 Equilibrar trabajo y familia



La convivencia familiar consta de una larga serie de transacciones en las cuales se anulan las necesidades de un miembro a favor de otro. Lo que desean los adultos y los niños en la vida doméstica es a veces totalmente opuesto. Pero este “tira y afloja” es útil para los niños porque aprenden que tanto sus requerimientos como los de los demás serán tenidos en cuenta.

Si nos remontamos años atrás, veremos que sólo contaban las necesidades de los adultos. Después se produjo un giro y pasamos al otro extremo: predominio total de las necesidades del niño. Es necesario entonces plantearnos la pregunta **¿CÓMO ALCANZAR EL EQUILIBRIO?** La primera lección que aprendemos todos, padres e hijos, con la búsqueda del equilibrio de necesidades, es que hay que respetar al prójimo sea cual fuere su edad, sexo, experiencia o rango. Aprendemos cómo resolver problemas, cómo negociar y alcanzar el consenso. Enseñamos a los hijos que se puede valorar a más de una persona al mismo tiempo. Todos nos hemos planteado si mantenemos un adecuado ritmo en nuestras vidas cotidianas, si inclinamos la balanza hacia el lado del trabajo más que hacia el de la familia o al contrario.

De ahí que sea necesario un **EQUILIBRIO ENTRE TRABAJO Y FAMILIA**. En la gran mayoría de las ocasiones el trabajo ocupa una parte sustancial de nuestra jornada y como consecuencia la vida en el hogar se acelera en gran medida. En

muchas familias el contraste entre el paso o el ritmo de los adultos y el de los niños se acentúa cada vez más. Hay un drama diario alrededor del tiempo y es muy complicado equilibrar el ritmo de los hijos y el de los padres. Por la mañana las necesidades de un hijo son abrir los ojos despacio, echar un vistazo a su habitación, redescubrir los juguetes y tal vez más tarde sentir apetito. Y las necesidades del adulto son salir cuanto antes de casa, llevar a los hijos al autobús o guardería, dejar hecho el máximo de tareas para que la vuelta no sea un infierno, etc. Como vemos el conflicto está servido. Para hallar un punto de conciliación entre ambas partes tenga presente algunas de las siguientes fórmulas:

- ✓ Sea menos exigente consigo mismo. Es importante reconocer que “ningún padre” puede llegar a todo. Una semana seremos un gran trabajador, un padre mediano y un mal cocinero y otra podremos ser un padre sensacional, mediano cocinero y un trabajador mediocre.
- ✓ Piense aquello que realmente le importa. Asegúrese de tener siempre tiempo para las cosas primordiales. Sepa decantarse por el valor elegido en la mayoría de ocasiones: los niños, la familia...
- ✓ Establezca prioridades. A veces es más importante que nuestro hijo sea escuchado a que dejemos recogida la casa.
- ✓ Analice las jerarquías.
- ✓ Piense en la familia como un todo. En el seno familiar lo importante no es el equilibrio de cada momento sino el que se va instaurando con el tiempo.

Pero después de estas fórmulas ¿QUÉ HACEMOS SI NECESITAMOS QUE LOS HIJOS CAMINEN A NUESTRO PASO? Primero debemos concienciarnos de que ir a nuestro ritmo es una prueba para los niños. Seremos más comprensivos. Para ello deberemos tener en cuenta otras pautas como las siguientes para salir triunfadores en las ocasiones en que tengamos prisa:

- ✓ Pormenorice las tareas. “Tenemos que ordenar tu habitación, ¿qué quieres recoger primero la ropa sucia o los juguetes?”
- ✓ Encuéntrese con su hijo a medio camino. En caso de urgencia o resistencia extrema tal vez tenga que hacer más de la mitad acordada.
- ✓ Explique a los niños qué va a suceder.

- ✓ Reexamine y simplifique la rutina.
- ✓ Sea creativo.
- ✓ Dé un tiempo a su hijo para ir a su propio aire.

Los niños deben disponer en casa de un tiempo sin programar en el cual no hay quehaceres pendientes. Si nos les brindamos la oportunidad de plantearse el “¡caramba, no tengo nada que hacer!”, perderán gradualmente el contacto con sus ideas e imaginación lo que provoca la disminución de la creatividad y la pérdida de confianza en sí mismos.

Y qué hacer cuando oímos “PAPÁ, ME ABURRO”. Llegados a este punto, los niños necesitan su apoyo para redescubrir los placeres del tiempo libre. Las estrategias siguientes le ayudarán:

- Identifique lo que ocurre.
- Sea solidario: escuche sus sentimientos de desánimo.
- Ayude a sus hijos a reflexionar sobre su propio talante.
- Haga sugerencias: pero que sea la savia creativa de sus hijos la que aflore.
- En caso necesario ayúdele a empezar: pero adviértale que una vez comenzada la actividad usted reanudará lo que estuviera haciendo.
- No interrumpa. De aviso con tiempo para finalizar o pasar a otra actividad: “dentro de 5 minutos...”
- Genere un ambiente propicio al juego creativo: relájese, en un niño el juego creativo no acostumbra a ser una actividad limpia.
- Modérese: va demasiado deprisa: compete a los padres aminorar la marcha para que los hijos no deduzcan que la vida no tiene demasiados alicientes y crecer es un engorro.
- “Pierda” hoy mismo un poco de tiempo con su hijo. Perder un poco de tiempo con su hijo no requiere preparación.

- Dé paseos de “un quetzal”: esto significa sin rumbo fijo. Se va echando la moneda al salir o en cada esquina. Si sale cara a la derecha y si sale cruz a la izquierda. No vale hacer recados.
- Sea un modelo de conducta. Aprenda y enseñe a sus hijos a valorar algo muy simple: “el don de la soledad”.

Y todo lo que aquí estamos contando es para mejorar en nuestra vida con nuestros familiares y para ello nos tenemos que plantear ¿QUÉ ES LA CALIDAD DEL TIEMPO? Hemos oído en muchas ocasiones la importancia de pasar con los niños “un tiempo de calidad” Pero no creamos una imagen idealizada. El tiempo de calidad comprende los ratos en que nos concentramos absolutamente en nuestros hijos: leemos libros, paseamos... También tiempo de calidad es cualquiera que estrecha vínculos humanos entre padres e hijos. Pero además, tiempo de calidad también incluye el trabajo: hacer tareas juntos, barrer el pasillo, arreglar una silla o doblar la colada, les hará sentir más hábiles y miembros integrantes del equipo. El tiempo de calidad es el que invertimos en un niño que llora o está agotado. Es aquel en que solventamos una disputa familiar y el que se emplea en las rutinas diarias. Todas las cosas pequeñas son un gran acontecimiento.

Sin embargo el tiempo de calidad “no absorbe” todo el tiempo de una familia. Es importante que los hijos tengan la oportunidad de ver que en casa hay otras necesidades: que trabajan o reposan. Tengamos presente algo importante, como reflexión final: esta es la única infancia que tendrán sus hijos.

Es necesario, para finalizar, que dediquemos un momento y de forma específica a los PADRES PRIMERIZOS: ¿DÓNDE ESTÁ EL TIEMPO? Cuando se tiene el primer hijo el sentido del tiempo cambia radicalmente. Además, el tiempo es con frecuencia una fuente de conflictos entre padres. Es imprevisible cuánto llega a absorber la profesión de padres.

1.5 La necesidad de poner normas

“Si mis padres no me ponen hora de llegada a casa por las noches, yo supongo que es porque no les importo”. Con estas palabras, que sorprenden a muchos padres, se expresaba un chico de unos catorce años; en ellas podemos entrever que los hijos necesitan pautas y normas para sentirse seguros.



Muchos de los descubrimientos psicopedagógicos de los últimos años parecen que no terminan de imponerse en nuestras teorías educativas.

Hemos incorporado una necesaria y adecuada tolerancia frente a las restricciones excesivas y asfixiantes en las que se educaba antes; pero hay otros prejuicios, esta vez de sentido contrario, es decir, de laxitud e indulgencia, cercanos a la dejadez, que por miedo, ideas equivocadas y

mala comprensión del desarrollo psicológico de los niños, nos paralizan a la hora de ejercer la función de padres.

¿Ha fallado la educación que conocemos?

Se trataba de que los hijos no sufrieran los traumas que conlleva un exceso de represión. Se hace hincapié en la necesidad de mostrarse afectuoso, comunicativo e indulgente con las necesidades del niño y muy tolerante con su comportamiento.

Este planteamiento es muy favorable para facilitar el desarrollo sin ansiedades pero, en exceso, implica jóvenes sin motivación, con dificultad para decidir su futuro. Tanto emocional como económicamente se mantienen en un estado de dependencia.

El fallo puede estar en que no aprendan a enfrentarse con la realidad, con las inevitables frustraciones de la vida. Parece que “a fuerza de” no negarles nada, no llegan a desarrollar “la fuerza para” conseguir las cosas por sí mismos. Esa fuerza es necesaria para conseguir el éxito en cualquier campo y no sólo en el aspecto escolar.

Los padres, actualmente, nos sentimos confusos y desorientados al tener que decidir entre seguir la propia intuición, los modelos en que fuimos educados y los ejemplos que se ven en otros padres y en los medios de comunicación. El resultado es un comportamiento contradictorio.

Es difícil exigir a los hijos que cumplan la parte del trato implícito que supone la convivencia: “yo doy, tú das”. Hay muchos motivos, veamos algunos:

- ✓ Nos asusta defraudarlos
- ✓ No sabemos o no queremos decir “no”
- ✓ No queremos frustrarlos,... ”ya sufrirán cuando sean mayores”
- ✓ Nos preocupa ser considerados autoritarios
- ✓ No queremos que sufran lo que nosotros sufrimos
- ✓ Compensamos la falta de tiempo y dedicación con una actitud indulgente (y culpable)
- ✓ Tenemos miedo al conflicto y a sus malas caras
- ✓ Nos parece que actuamos con egoísmo si imponemos normas que nos faciliten la vida

Algunas ideas sobre el desarrollo: de la dependencia a la individuación

Dicho muy brevemente, el estudio de lo que se llama ‘relaciones de objeto’ ha puesto de manifiesto la importancia que en la primera infancia tiene una relación estrecha y consistente con la madre (o con la persona que habitualmente haga dicha función). En esa época, cualquier separación, aunque sea breve, el niño la vive con ansiedad.

Pero también se ha descubierto, en el campo de la ‘psicología del yo’, que tras esa primera etapa, el niño necesita separarse de su madre, para diferenciar sus propios deseos y necesidades de los de ella, para ir tomando conciencia de sí mismo y de su individualidad.

La madre debe dejarlo no sólo separarse tanto como sea posible, según su edad, sino que debería presentarse a sí misma como sujeto de necesidades “egoístas”, con una vida propia, e ir alejándose de esa imagen que tiene el niño de su madre como una extensión de él que sólo existe para satisfacer sus necesidades.

Lo que se ha llamado un ambiente familiar suficientemente bueno, es aquel que reacciona con cariño a la vez que permite que el niño experimente, de modo gradual y acorde con su maduración, una cantidad creciente de frustración.

Es necesario proteger al niño pero también dejar que se exponga gradualmente a experiencias en las que no logre todo lo que desea. La capacidad del niño para enfrentarse a la realidad depende de esto.

Este proceso de tolerancia a la frustración, que se desarrolla paulatinamente, permite que el niño aprenda a manejar su ansiedad y su agresividad. Cuando esto no se realiza bien, el niño puede volverse apático y pasivo o, por el contrario, irascible.

Algunas ideas que pueden servir de guía

La educación perfecta no existe, sobre todo si la consideramos como un conjunto de normas utilizadas como una receta; no hay un niño igual a otro ni siquiera en la misma familia, así que más que fórmulas estándar, podemos disponer de guías para orientarnos en situaciones diversas.

Es importante ser espontáneos, la intuición es necesaria porque son los propios padres quienes conocen mejor a sus hijos y el modo de ayudarles.

Nuestra empatía, capacidad para ponernos en su lugar, nos permite entender los motivos que ellos tienen para actuar y reaccionar en una determinada situación y, desde ahí, podemos enseñarles modos de afrontarla. Y también les enseñamos eso tan importante para su vida que es saber ponerse en el lugar del otro.

La coherencia es también muy importante porque uno tiene que creer aquello que quiere enseñar. La contradicción entre lo que se dice y lo que se hace invalida la norma que o bien no se cumple o lleva a la mentira.

Por eso es tan importante que los padres actúen con seguridad y sin contradicciones. Es sobre todo con un estilo de comportamiento con lo que los hijos se identifican y al que imitan. La norma concreta puede ser más o menos discutida si se le transmite una forma de ser responsable y honesta.

No se trata de adiestrarlo, convertirlo en algo que deseamos, tendremos más éxito si le ayudamos a descubrir sus capacidades, personalidad..., y él también.

Los castigos, en general, tienen pocos resultados, sobre todo las humillaciones. Un niño criado en un ambiente de discusiones, gritos, peleas, puede que reproduzca lo que ha vivido. Los castigos en forma de malos tratos físicos o verbales, convierten al niño en una persona agresiva o, en el otro extremo también insano, en alguien temeroso con serias dificultades para convivir.

1.6 La comunicación en la familia

El papel del lenguaje



Las personas se relacionan a través de la comunicación que se hace mediante el lenguaje ayudado por los gestos, los movimientos del cuerpo. El lenguaje es el primer sistema de señales que emplea el hombre para relacionarse con su medio y para aprender lo que le rodea.

El niño, desde la más temprana edad, aprende a identificar los primeros sonidos y su significado y distingue el tono con el que se le habla. Hacia los nueve meses, sabe si sus padres están enfadados o le tratan con afecto y cariño.

El aprendizaje del lenguaje es un paso previo e indispensable para el aprendizaje de la lectoescritura y supone la forma de tomar conciencia de todo lo que se aprende del entorno en el que se vive.

Además del lenguaje, el hombre cuenta con gran cantidad de mecanismos para manifestarse que le permiten ponerse en contacto con los demás: los gestos, las miradas, la expresión del rostro... Estos elementos ponen de manifiesto actitudes, sentimientos, predisposiciones y motivaciones que permiten una comunicación interpersonal trascendente. Desde los primeros momentos de la vida, el bebé capta la intensidad del afecto, aprecia si se le aguanta o se le abraza; valora el tono afectivo de la mirada del adulto cuando le acerca un juguete. También ocurre esto entre las personas adultas y entre los miembros de una familia.

El lenguaje está limitado por los conocimientos de cada uno, es social; sin embargo, los símbolos son personales, inagotables. La posibilidad de combinar ambos lenguajes (verbal y gestual) implica comunicación.

El diálogo, otra forma de comunicación.

Cuando sólo se usa el lenguaje verbal (difícil, pues en la práctica nunca aparece desligado del gestual) hablamos de diálogo. Se dan dos formas extremas de diálogo: por exceso o por defecto. Ambas, provocan distanciamiento entre padres

e hijos. Hay padres que, con la mejor de las intenciones, procuran crear un clima de diálogo con sus hijos e intentan verbalizar absolutamente todo. Esta actitud fácilmente puede llevar a los padres a convertirse en interrogadores o en sermoneadores, o ambas cosas. Los hijos acaban por no escuchar o se escapan con evasivas. En estos casos, se confunde el diálogo con el monólogo y la comunicación con el aleccionamiento.

El silencio es un elemento fundamental en el diálogo. Da tiempo al otro a entender lo que se ha dicho y lo que se ha querido decir. Un diálogo es una interacción y, para que sea posible, es necesario que los silencios permitan la intervención de todos los participantes.

Junto con el silencio está la capacidad de escuchar. Hay quien prescinde de lo que dice el otro, hace sus exposiciones y da sus opiniones, sin escuchar las opiniones de los demás. Cuando sucede esto, el interlocutor se da cuenta de la indiferencia del otro hacia él y acaba por perder la motivación por la conversación. Esta situación es la que con frecuencia se da entre padres e hijos. Los primeros creen que estos últimos no tienen nada que enseñarles y que no pueden cambiar sus opiniones. Escuchan poco a sus hijos o si lo hacen es de una manera inquisidora, en una posición impermeable respecto al contenido de los argumentos de los hijos. Esta situación es frecuente con hijos adolescentes. Estamos ante uno de los errores más frecuentes en las relaciones paternofiliales: creer que con un discurso puede hacerse cambiar a una persona.

A través del diálogo, padres e hijos se conocen mejor, conocen sobre todo sus respectivas opiniones y su capacidad de verbalizar sentimientos, pero nunca la información obtenida mediante una conversación será más amplia y trascendente que la adquirida con la convivencia. Por esto, transmite y educa mucho más la convivencia que la verbalización de los valores que se pretenden inculcar.

Por otro lado, todo diálogo debe albergar la posibilidad de la réplica. La predisposición a recoger el argumento del otro y admitir que puede no coincidir con el propio es una de las condiciones básicas para que el diálogo sea viable. Si se parte de diferentes planos de autoridad no habrá diálogo. La capacidad de dialogar tiene como referencia la seguridad que tenga en sí mismo cada uno de los interlocutores.

Hay que tener presente que la familia es un punto de referencia capital para el niño y el joven: en ella puede aprender a dialogar y, con esta capacidad, favorecer actitudes tan importantes como la tolerancia, la asertividad, la habilidad dialéctica, la capacidad de admitir los errores y de tolerar las frustraciones.

La importancia de la comunicación

Si es importante el diálogo en las relaciones interpersonales, lo es aún más la comunicación. La comunicación está guiada por los sentimientos y por la información que transmitimos y comprendemos. La comunicación nos sirve:

- ✓ Para establecer contacto con las personas.
- ✓ Para dar o recibir información.
- ✓ Para expresar o comprender lo que pensamos.
- ✓ Para transmitir nuestros sentimientos.
- ✓ Para compartir o poner en común algo con alguien.
- ✓ Para conectar emocionalmente con otros.
- ✓ Para vincularnos o unirnos por el afecto.

Facilitadores de la comunicación

Estos son algunos facilitadores de la comunicación:

- ✓ Dar información positiva.
- ✓ Ser recompensante.
- ✓ Entrenarnos para mejorar nuestras habilidades de comunicación.
- ✓ Igualar o ponernos en el lugar del otro.
- ✓ Dar mensajes consistentes y no contradictorios.
- ✓ Saber escuchar con atención.
- ✓ Expresar sentimientos.
- ✓ Crear un clima emocional que facilite la comunicación.
- ✓ Pedir el parecer a los demás

Enemigos de la comunicación

Cuanto más estrecha sea la relación, más importancia tendrá la comunicación no verbal. Cuando un miembro de una familia llega a su casa puede percibir un mensaje de bienestar o tensión sin necesidad de mirar a la cara al resto de la familia. En ocasiones, la falta de verbalización (de hablar) supone una grave limitación a la comunicación. Muchas veces la prisa de los padres por recibir alguna información les impide conocer la opinión de sus hijos y, de igual forma, impide que sus hijos se den cuenta de la actitud abierta y predisposición a escuchar de los padres.

La situación anterior es especialmente importante en la adolescencia. Son múltiples las situaciones en que los padres sienten curiosidad por lo que hacen los hijos y estos, ante una situación de exigencia responden con evasivas.

Otro impedimento para la comunicación es la impaciencia de algunos padres para poder incidir educativamente en la conducta de sus hijos. Todo el proceso educativo pasa por la relación que establecen padres e hijos, y ésta se apoya en la comunicación; por eso es tan importante preservarla y mantener la alegría de disfrutarla. Para ello es suficiente que los padres no quieran llevar siempre la razón y convencerse que comunicarse no es enfrentarse.

La vida familiar cuenta también con unos enemigos claros para establecer conversaciones y la relación interpersonal. La televisión en la comida, los horarios que dificultan el encuentro relajado, los desplazamientos de fin de semana... Hay que luchar frente a estas situaciones y adoptar una actitud de resistencia provocando un clima que facilite la comunicación.

Estos enemigos sirven de obstáculo para comunicarnos. Los podemos resumir así:

- Generalizaciones: ("Siempre estás pegando a tu hermana", "nunca obedeces"). Seguro que en algún momento hace algo distinto de pegar a su hermana. Posiblemente, alguna vez, sí ha sabido obedecer.
- Juzgar los mensajes que recibes: La madre, cuando el padre llega de la calle, dice: "Parece que hoy llegas más tarde". El padre replica: "¿Qué pasa?, ¿los demás días llego antes?. ¡Siempre estás pendiente de la hora a la que vengo!
- No saber escuchar para comprender bien lo que quieren decir realmente.
- Discutir sobre tu versión de algo que sucedió hace ya tiempo. ¿Para qué darle tanta importancia a sucesos ya pasados?
- Poner etiquetas
- Tener objetivos contradictorios.
- El lugar y el momento que elegimos.
- Hacer preguntas llenas de reproches.

- Abusar de los: "Tú deberías", "Yo debería hacer"; en vez de los: "Qué te parece si...", "Quizás te convenga", "Yo quiero hacer", "Me conviene", "He decidido".
- Cortes en la conversación porque se presta más atención a lo que quieres decir, que a escuchar al otro.

Tipos de padres según el uso de la comunicación

En función de las palabras que dirigimos a los niños podemos comunicar una actitud de escucha o, por el contrario, de ignorancia y desatención. Según analiza el psicólogo K. Steede en su libro *Los diez errores más comunes de los padres y cómo evitarlos*, existe una tipología de padres basada en las respuestas que ofrecen a sus hijos y que derivan en las llamadas conversaciones cerradas, aquellas en las que no hay lugar para la expresión de sentimientos o, de haberla, éstos se niegan o infravaloran:

Los padres autoritarios: temen perder el control de la situación y utilizan órdenes, gritos o amenazas para obligar al niño a hacer algo. Tienen muy poco en cuenta las necesidades del niño.

Los padres que hacen sentir culpa: interesados (consciente o inconscientemente) en que su hijo sepa que ellos son más listos y con más experiencia, estos padres utilizan el lenguaje en negativo, infravalorando las acciones o las actitudes de sus hijos. Comentarios del tipo "no corras, que te caerás", "ves, ya te lo decía yo, que esa torre del mecano era demasiado alta y se caería" o, "eres un desordenado incorregible". Son frases aparentemente neutras que todos los padres usamos alguna vez.

Los padres que quitan importancia a las cosas: es fácil caer en el hábito de restar importancia a los problemas de nuestros hijos sobre todo si realmente pensamos que sus problemas son poca cosa en comparación a los nuestros. Comentarios del tipo "¡bah, no te preocupes, seguro que mañana volvéis a ser amigas!", "no será para tanto, seguro que apruebas, llevas preparándote toda la semana", pretenden tranquilizar inmediatamente a un niño o a un joven en medio de un conflicto. Pero el resultado es un rechazo casi inmediato hacia el adulto que se percibe como poco o nada receptivo a escuchar.

Los padres que dan conferencias: la palabra más usada por los padres en situaciones de "conferencia o de sermón" es: deberías. Son las típicas respuestas

que pretenden enseñar al hijo en base a nuestra propia experiencia, desdeñando su caminar diario y sus caídas.

Por último, hay que mencionar la cantidad de situaciones en las que la comunicación es sinónimo de silencio (aunque parezca paradójico). En la vida de un hijo, como en la de cualquier persona, hay ocasiones en que la relación más adecuada pasa por la compañía, por el apoyo silencioso. Ante un sermón del padre es preferible, a veces, una palmada en la espalda cargada de complicidad y de afecto, una actitud que demuestre disponibilidad y a la vez respeto por el dolor o sentimiento negativo que siente el otro.

1.7 Los estilos de autoridad en la familia



La familia constituye un grupo social en el que sus miembros tienen una vinculación genética y donde el liderazgo es ejercido por los padres. Como líderes del grupo, los padres tienen que conducirlo en el ejercicio de su autoridad. Dice el diccionario de la R.A.E. que la autoridad "es el crédito que por su mérito y fama, se da a una persona en determinada materia". Si analizamos la definición, determinaremos alguno de los rasgos que caracterizan a la noción

de autoridad:

- a) La autoridad es un crédito, un capital que puede administrarse adecuadamente y, por tanto, aumentar, como cualquier capital dinerario, o al contrario, inadecuadamente y, en consecuencia, disminuir.
- b) Los componentes principales de ese capital son el mérito y la fama, que son el resultado de las buenas acciones en el ejercicio de la autoridad. Si el ejercicio de la autoridad hasta el presente ha sido el correcto, se adquiere prestigio, mérito y fama.

Hay varios estilos de ejercer la autoridad. Veamos cuál de ellos resulta más frecuente en nosotros, cuál es nuestra tendencia para corregirla si fuera preciso.

Estilo permisivo o sobre protector

- ✓ Consideran que los hijos son buenos y saben qué tienen que hacer.
- ✓ Hay que darles todo lo que piden, especialmente aquello que los padres no pudieron tener.
- ✓ Tratan de evitar que sus hijos se enfrenten a las dificultades de la vida, y van quitándoles obstáculos.
- ✓ En los conflictos, los hijos siempre salen ganando.
- ✓ No hay una orientación dada por los padres, los hijos crecen sin pautas de conducta.
- ✓ Consecuencias educativas:
- ✓ Al no tener un código de conducta marcado, los hijos no suelen tener referentes, y por tanto, no saben a qué atenerse.
- ✓ Les faltan hábitos de esfuerzo, de trabajo para ponerse a la realización de un proyecto personal. Tienden a la labilidad emocional.

Estilo autoritario

- ✓ La razón es siempre de los padres.
- ✓ Consideran que el respeto de los hijos proviene del temor
- ✓ Los padres imponen las soluciones en los conflictos que se plantean.
- ✓ Los padres dirigen y controlan todo el proceso de toma de decisiones.
- ✓ Critican a la persona ("eres un inútil"), no las acciones de la persona, lo que genera una baja autoestima.
- ✓ Consecuencias educativas:
- ✓ Pueden generar en los hijos sentimientos de culpabilidad ante la imposibilidad de no cumplir los deseos de sus padres.
- ✓ Favorecen sentimientos de agresividad, de odio, al no sentir los hijos la suficiente autonomía personal.
- ✓ Potencian conductas engañosas en los hijos para poder pasar el control de los padres.

Estilo cooperativo

- ✓ Los padres consideran que se pueden equivocar en las decisiones como cualquier ser humano.
- ✓ Buscan y potencian que los hijos puedan aprender autónomamente y que saquen lo mejor de sí mismos.
- ✓ Ayudan en la búsqueda de soluciones equidistantes del abandono y de la sobreprotección
- ✓ Consideran que los problemas son un reto para la superación personal.

- ✓ Las relaciones entre padres e hijos están presididas por el respeto mutuo y la cooperación.

Consecuencias educativas:

- Desarrollan en los hijos el sentido de responsabilidad para que asuman las consecuencias de sus actos.
- Inducen en los hijos habilidades de trabajo en equipo.
- Los hijos aprenden actitudes de cooperación, de toma de decisiones y respeto por las reglas.

1.8 La importancia de cuidar la autoestima

Concepto de autoestima



Es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida.

La autoestima significa saber que eres valioso y digno de ser amado. Valioso porque el niño es capaz de resolver algunas situaciones con éxito y por lo tanto puede estar a la altura de los demás, y digno de ser amado porque se trata de una persona y por lo tanto tiene derecho a ser amada de manera incondicional, es decir, sabe que está rodeada de personas a las que realmente les importa.

El auto concepto y la autoestima juegan un importante papel en la vida de las personas. Tener un auto concepto y una autoestima positivos es de la mayor importancia para la vida personal, profesional y social. El auto concepto favorece el sentido de la propia identidad, constituye un marco de referencia desde el que interpretar la realidad externa y las propias experiencias, influye en el rendimiento, condiciona las expectativas y la motivación y contribuye a la salud y equilibrio psíquicos.

Las pautas para que la persona sea el mejor amigo de sí mismo, son las siguientes:

- Aceptación: hay que identificar y aceptar nuestras cualidades y defectos.

- Ayuda: debemos planear objetivos realistas.
- Tiempo: hay que sacar tiempo regularmente para estar solos con nuestros pensamientos y sentimientos. Debemos aprender a disfrutar de nuestra propia compañía.
- Credibilidad: prestemos atención a nuestros pensamientos y sentimientos. Hagamos aquello que nos hace sentir felices y satisfechos.
- Ánimos: tomemos una actitud de "puedo hacerlo".
- Respeto: no tratemos de ser alguien más. Hay que estar orgullosos de ser quien somos.
- Aprecio: hay que premiarse por los logros, los pequeños y los grandes. Recordemos que las experiencias son únicamente nuestras. ¡Disfrutémoslas!
- Amor: aprendamos a querer a la persona tan única que somos. Aceptemos nuestros éxitos y fallos.

También hay que tener en cuenta que el conocimiento y la autoestima están relacionados porque la satisfacción que consigue el niño aumenta cuando:

- Ha aplicado en la práctica, y con éxito, el conocimiento que tiene de sí mismo; por ejemplo, un niño que se ve como un buen deportista y marca el gol de la victoria para su equipo.
- Cumple con las exigencias que él mismo se ha marcado; por ejemplo, un niño que valora los resultados académicos y saca la nota más alta en un examen de matemáticas.
- Otros confirman la idea que de sí mismo tienen; por ejemplo, un niño que cree que dibuja bien y al que le alaban un dibujo.

La construcción de la autoestima

Las personas más cercanas afectivamente al individuo (padres, familiares, profesores o amigos) son las que más influyen y potencian/dificultan la autoestima. Dependerá de los sentimientos y expectativas de la persona a la que se siente ligado afectivamente el individuo. Si los sentimientos son positivos, el niño recibirá un mensaje que le agradará, se sentirá bien y como consecuencia le ayudará a aumentar la autoestima. Si los sentimientos son negativos, la sensación que el individuo percibe le causará dolor y en definitiva, provocará rechazo a su propia persona y, por tanto, el descenso de su autoestima.

Últimamente la preocupación por la autoestima se ha convertido en una cuestión obsesiva. De ahí que erróneamente se intente formar una autoestima positiva con medios y procedimientos artificiales y a corto plazo que no dejan de ser planteamientos equivocados y que tienden a fracasar. Estos procedimientos equivocados están orientados al logro de un único objetivo: fortalecer el ego de los educandos para que se sientan bien consigo mismos. Veamos a continuación algunas formas erróneas que se usan para la construcción de la autoestima:

- a) Alabar a los hijos o alumnos por sistema, con independencia de su comportamiento. No importa que fracasen en sus estudios a causa de su vagancia; que maltraten a sus padres y hermanos; que derrochen el dinero y que vivan sólo para satisfacer sus gustos y caprichos personales, sin pensar en las necesidades de los demás. Lo único que importa es que se quieran cada vez más a sí mismos.
- b) No culpabilizarlos nunca de nada, suceda lo que suceda (para que no pasen por la humillación de sentirse avergonzados).
- c) No cuestionar ni criticar nunca lo que dicen o hacen (para que evitar que se enfaden).
- d) Rebajar los ideales de vida (para que luego no sufran posibles decepciones).
- e) Rebajar la exigencia todo lo que se pueda. Llegar a la tolerancia total o casi total. Todo vale, todo está permitido. Estos padres tan indulgentes con sus hijos suelen ser los mismos que esperan de ellos solamente una cosa: que triunfen en la vida como sea. Esperan que triunfen en una sociedad muy competitiva con la única actitud que se les ha inculcado: la de quererse a sí mismos

La autoestima como motor del comportamiento.

Existen tres buenos motores que determinan el comportamiento y que proceden de lo que se piensa y de lo que se siente por uno mismo. Estos son:

El niño actúa para obtener una mayor satisfacción y creerse mejor. Por ejemplo: busca las alabanzas y la aprobación, haciendo cosas que le gustan y que sabe hacer.

El niño actúa para confirmar la imagen (la idea) que los demás, y él mismo, tienen de él. Tanto para bien como para mal, si el niño piensa que es bueno tenderá a comportarse bien, mientras que si piensa que es malo, buscará (tal vez de forma

inconsciente) la reprimenda y el castigo. Esto mismo lo podemos aplicar en los estudios.

El niño actúa para ser coherente con la imagen que tiene de sí, por mucho que cambien las circunstancias.

Todo esto tiene un lado negativo y corresponde a los niños que presentan actitudes negativas acerca de sí mismos que no suelen creerse lo contrario, aunque se les demuestre que es verdad, rechazan la alabanza o la aprobación por aquellas cosas que ya tienen conceptuadas negativamente.

Por otro lado podemos afirmar que la motivación y el rendimiento académico se ven estrechamente influenciados por la mayor o menor autoestima.

Para terminar este apartado podemos afirmar que la autoestima influye sobre el niño y adolescente en:

- Cómo se siente
- Cómo piensa, aprende y crea
- Cómo se valora
- Cómo se relaciona con los demás
- Cómo se comporta

La autoestima en la adolescencia

En los adolescentes aumenta considerablemente la necesidad de autoestima. Uno de los períodos más críticos para la formación de una correcta autoestima es la adolescencia pues sabemos que es cuando la persona necesita hacerse con una firme IDENTIDAD, es decir, saberse individuo distinto a los demás, conocer sus posibilidades, su talento y sentirse valioso como persona que avanza hacia un futuro. Un adolescente con autoestima aprende más eficazmente, desarrolla relaciones mucho más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presenten, para trabajar productivamente y ser autosuficiente, posee una mayor conciencia del rumbo que sigue. Así las cosas, un adolescente con autoestima...

- ... actuará independientemente
- ... asumirá sus responsabilidades
- ... afrontará nuevos retos con entusiasmo
- ... estará orgulloso de sus logros
- ... demostrará amplitud de emociones y sentimientos

... tolerará bien la frustración
 ... se sentirá capaz de influir en otros

1.9 La responsabilidad en el niño



Enseñar a los niños a ser responsables requiere un ambiente especial en el hogar y en la escuela. Se trata de conseguir un ambiente que les ofrezca información sobre las opciones entre las que deben escoger y las consecuencias de cada una de ellas, y que les proporcione también los recursos necesarios para elegir bien.

La responsabilidad es la habilidad para responder; se trata de la capacidad para decidir apropiadamente y con eficacia, es decir, dentro de los límites de las normas sociales y de las expectativas comúnmente aceptadas. Por otro lado, una respuesta se considera efectiva cuando permite al niño conseguir sus objetivos que reforzarán sus sentimientos de autoestima.

La responsabilidad conlleva, en cierta forma, ser autosuficiente y saber defenderse. Estas son dotes propias de poder personal que, "La autoestima en niños y adolescentes", significa tener seguridad y confianza en uno mismo y para ello es necesario ser responsable además de saber elegir, llegar a conocerse a uno mismo y adquirir y utilizar el poder en las propias relaciones y en la vida.

Para un niño es normal tener cierto temor a los límites, temor que desaparece conforme el niño va comprobando que límites y consecuencias se integran en un sistema coherente. Padres y educadores pueden contribuir a conformar el sentido de los límites de diferentes maneras:

- ✓ Sabiendo claramente ellos mismos lo que esperan de los niños.
- ✓ Exponiendo sus expectativas de manera que los niños las entiendan, incluyendo la asignación de responsabilidad acerca de tareas y deberes.

- ✓ Averiguando si el niño entiende estas expectativas, bien haciéndolas repetir o bien guiándole mientras las cumple.
- ✓ Estableciendo claramente los límites de tiempo razonables para realizar tareas o deberes escolares, sin ambigüedades.
- ✓ Explicando al niño las consecuencias de no hacer las cosas. Estas consecuencias deben aplicarse coherentemente, sin sentimientos de culpabilidad o remordimientos y sin hacer sufrir al niño. La coherencia es más importante que la severidad.
- ✓ Redactando y colocando un cartel con todas las reglas y las obligaciones, de modo que no pueda alegarse como excusa "el olvido"
- ✓ Participando padres y madres (cuando sea posible) en la explicación de las reglas al niño. Así sabrá que ambos las apoyan y mantienen.
- ✓ Consiguiendo que todos los niños de la familia o de la clase tengan responsabilidades equiparables, con los ajustes necesarios en función de su edad y de sus habilidades particulares.

Un niño es responsable cuando sus actos coordinan, de forma creativa, sus propios objetivos con las necesidades de los demás. Para ello, los adultos tienen que ayudar al niño a obtener este equilibrio, a definir sus propios valores y a resolver las dificultades en función de sus propios sentimientos.

El niño que posea sentido de la responsabilidad cosechará éxitos cada vez con mayor frecuencia, y se beneficiará de las consecuencias positivas de esos éxitos.

Muchos padres creen que las recompensas por buen comportamiento son una especie de "soborno", pero las recompensas de orden material (dinero, juguetes...) sólo se convierten en sobornos si son la única técnica que se utiliza para motivar a un niño. Recompensas son aquellas cosas que el niño valora, cosas que desea o que necesita. Existen también recompensas que no son materiales que conviene recordar:

- ✓ Hágale saber al niño, de palabra, mediante elogios, qué cosas ha hecho bien: "has limpiado tu armario estupendamente"
- ✓ Proporciónese ese reconocimiento de forma espontánea, periódicamente, relacionándolo con los logros del niño: "¿Qué te parecería ir a comprarte un helado? La verdad es que has hecho un trabajo muy duro limpiando el cuarto de baño"
- ✓ Apoye al niño cuando lo necesite: "Como me ayudaste ayer a limpiar el jardín, bien puedo yo ahora ayudarte a hacer los deberes"
- ✓ Muestre interés por lo que hace el niño y anímele.

- ✓ Comparta con el niño algunas tareas de tanto en tanto, como reconocimiento a sus esfuerzos: "La verdad es que ayer dejaste tu habitación limpiísima: ¿qué te parece si te ayudo a limpiarla hoy?"

En ocasiones las responsabilidades de los niños producirán cierta incomodidad a los adultos. Los niños necesitan que los adultos sean pacientes y tolerantes.

El aprendizaje de la responsabilidad

A los niños que no sean considerados responsables de sus actos les será más difícil aprender de sus experiencias. Enseñar a los niños a ser responsables no quiere decir enseñarles a sentirse culpables. Los que tengan sentido de la responsabilidad poseerán los medios, las actitudes y los recursos necesarios para valorar con eficacia las diferentes situaciones y decidir de forma consecuente para ellos y para los que se encuentran a su alrededor.

Uno de los aspectos básicos de la enseñanza de responsabilidad a los niños es la cuestión: "¿Quién es el responsable de acordarse de las cosas?" Los niños pueden saber hacer las cosas y desear agradar a los padres pero si no han tomado sobre sí la responsabilidad de acordarse, no pueden ser responsables. Hay algunos artificios que estimulan al niño a recordar, tretas que pueden abandonarse conforme el niño crece y va siendo capaz de asumir mayores responsabilidades:

Una vez que a los niños se les ha asignado ciertas obligaciones, los padres no deben confundirles ni fomentar la irresponsabilidad volviéndose a hacer cargo de las tareas encomendadas. Los padres relevan a sus hijos de sus responsabilidades si...

- Les recuerdan las cosas cuando ellos "se olvidan"
- Lo hacen ellos mismos porque "es más sencillo"
- Subestiman la capacidad de los hijos.
- Aceptan que los niños se califiquen a sí mismos de incompetentes o irresponsables.
- Hacen cosas por sus hijos para que ellos les quieran o para que no les hieran en sus sentimientos.
- Creen que sólo los padres que trabajan duramente y hacen un montón de cosas por los hijos son "buenos" padres.

¿Cómo enseñar a los niños a ser responsables?

Para enseñar a los niños a ser responsables tiene que existir un programa claro de recompensas y alabanzas que ofrezca respuesta a su comportamiento (aspecto este al que hemos hecho referencia anteriormente). Por otro lado, el niño seguirá siendo irresponsable si la respuesta que obtiene es la crítica excesiva, la exposición al ridículo o a la vergüenza. Los niños a los que se recompensa por ser responsables van desarrollando gradualmente la conciencia de que la responsabilidad y los buenos sentimientos están relacionados; y, con el tiempo, disminuye su necesidad de recompensas externas.

Las siguientes pautas nos pueden ayudar a responder la pregunta planteada en este apartado:

DESARROLLE LA SENSACIÓN DE PODER DEL NIÑO.

Cuando se tiene sensación de poder se poseen los recursos, oportunidades y capacidades necesarias para influir sobre las circunstancias de la propia vida. Enseñar a los niños a ser responsables incrementa su sensación de poder.

AYUDE A LOS NIÑOS A TOMAR DECISIONES.

Los niños que han aprendido a ser responsables toman mejores decisiones que los que no han aprendido a serlo. Podemos contribuir a aumentar la capacidad del niño para tomar decisiones si ayudamos a:

- Resolver los problemas que crea la necesidad de tomar una decisión.
- Buscar otras soluciones.
- Seleccionar una de las alternativas mediante la valoración de sus consecuencias.
- Valorar la eficacia de las decisiones por medio de una discusión posterior.

ESTABLEZCA NORMAS Y LÍMITES.

UTILICE TAREAS Y OBLIGACIONES PARA CREAR RESPONSABILIDAD.

Tareas y obligaciones son cosas concretas: se puede especificar cómo, cuándo y quién debe hacerlas. Esto ayuda a desarrollar la capacidad de organización y manejar los propios recursos.

SEA COHERENTE.

Es la mejor forma de indicar al niño que los adultos dicen las cosas en serio. Los adultos coherentes ayudan a los niños a sentirse seguros. Cuando no existen normas claras y evidentes, no hay manera de ser coherente.

NO SEA ARBITRARIO.

Ser arbitrario significa hacer algo diferente de lo que se había dicho o hacer algo sobre lo que no se había advertido. Para evitar ser arbitrarios debemos aclarar lo que queremos, comunicar estas expectativas de forma sencilla y directa, y concretar cuáles son las consecuencias esperables si el niño actúa en consonancia o no con esas expectativas.

DÉ RECOMPENSAS POR SER RESPONSABLE.**1.10 Cómo mejorar la conducta de los hijos****Técnicas del condicionamiento operante**

- a) El refuerzo positivo trata de incrementar la frecuencia de una respuesta mediante un refuerzo consistente en proporcionar un estímulo grato al sujeto. El típico premio que conocemos.

El refuerzo de la conducta debe proporcionarse lo más inmediatamente posible, al menos al principio del tratamiento.

La entrega del reforzador puede aplicarse todas las veces que el sujeto obre correctamente (refuerzo continuo) o solamente algunas (refuerzo intermitente)

- b) El inconveniente que tiene es que cuando se suprime el refuerzo, suele extinguirse la conducta con más facilidad que con las otras modalidades que siguen.

Programa de razón variable. En este caso se varía la proporción de respuestas correctas por cada refuerzo, de manera que el sujeto no sepa cuándo va a recibirlo.

Al principio la variación de la razón debe ser pequeña y aumentarse poco a poco. Es un procedimiento muy eficaz para lograr la modificación de la conducta, ya que todas las respuestas del sujeto se realizan con la expectativa del posible premio, al desconocer el momento en que se producirá.

La ventaja de esta técnica consiste en que cuando se suprime el refuerzo, resulta difícil la extinción de la respuesta buscada.

Programa de intervalo fijo. Siempre que el sujeto obre correctamente, es decir, realice la conducta deseada durante un espacio de tiempo fijo, se le proporciona el refuerzo. Esta circunstancia es independiente del número de veces que lo haga.

Su eficacia es discreta, ya que puede habituarse, con una sola acción, a esperar el refuerzo en el tiempo que, por repetición, llega a conocer.

También tiene esta técnica un inconveniente y es que al suprimir el refuerzo se produce la extinción con rapidez.

Programa de intervalo variable. En esta modalidad se aplica el refuerzo al sujeto en intervalos de tiempo variables siempre que, durante los mismos, responda con la conducta deseada.

Es un procedimiento más eficaz que el anterior porque el niño desconoce cuándo se va a producir el refuerzo, y ello le obliga a obrar correctamente de modo permanente. La ventaja radica en que cuando se termina el programa, la extinción de la conducta deseada se produce lentamente.

- c) El refuerzo negativo. Consiste en incrementar la frecuencia de una acción deseable eliminando algo que resulta molesto al sujeto, siempre que obre correctamente.

Este refuerzo debe ser también lo más inmediato posible a la conducta deseada. Su aplicación puede ser de manera continua o intermitente (la primera es más eficaz que la última)

- d) El castigo. Consiste en eliminar algo grato o bien en proporcionar algo que resulte molesto al sujeto siempre que responda con una conducta distinta a la deseable, facilitando así la extinción de la misma. Hay que tener en cuenta que el castigo aplicado de forma intermitente es menos eficaz que cuando se hace de forma continua. Para ser efectivos, el castigo (si ha de aplicarse) debe ser lo más inmediato posible tras la acción incorrecta.

Los castigos que más corrientemente pueden aplicarse son:

- ✓ Suprimir o privar al sujeto de algo agradable: palabras cariñosas, fichas o dinero, ver la televisión, asistir a un ambiente o estar con personas amigos, etc.
- ✓ Aplicar algo molesto: realizar trabajos molestos o monótonos, etc.

Esta técnica es de las más frecuentes en nuestras familias. No hace falta poner ejemplos pues conocemos por activa y/o pasiva situaciones en las que esta técnica se ha puesto en práctica.

Lo que sí debemos recordar es lo aquí explicado y tener en cuenta las condiciones en que hay que aplicar un castigo.

- e) La extinción. Otro modo de reducir la frecuencia de una conducta no deseable es ignorarla cuando se produce. Así se produce la extinción de la misma al no recibir ningún refuerzo que la mantenga.

La extinción debe ser aplicada siempre que se produzca la conducta. No debemos aplicarla de manera intermitente (unas veces sí y otras no), ya que de este modo, se refuerza la conducta y sería contraproducente para el tratamiento.

Ignorar la conducta es una técnica muy fácil y de gran eficacia. En muchas ocasiones la familia, al aplicar un castigo por una conducta indeseable, lo que hace es, a veces, reforzarla; mientras que si la hubiera pasado por algo sin prestarle atención, el niño, al ver que no se le hace caso y que aquella conducta no es útil para él, dejaría de realizarla, con lo que desaparecería por extinción.

Esta técnica resulta muy complicada de aplicar en el medio familiar porque al ser varios adultos los que interactúan con el niño, se corre el riesgo de que unos la apliquen y otros no, con lo que el efecto de la técnica para la extinción de la conducta es escaso.

- f) El autocontrol. Es aplicable cuando el sujeto dispone de un grado de madurez mínimo (como por ejemplo los adolescentes). El individuo se autoaplica los medios terapéuticos llevando el control de los resultados. Como ventajas podemos incluir:
- ✓ Proporciona confianza y responsabilidad al sujeto, haciendo que se interese profundamente por su tratamiento y resultados.

- ✓ Permite la observación de aspectos y facetas ocultos a la observación externa.
- ✓ La misma subjetividad del autocontrol hace que el sujeto sea más exigente en la evaluación de su tratamiento.
- ✓ El sujeto actúa de terapeuta sobre su problema, regulando en muchas ocasiones el tratamiento y aplicándose los refuerzos o castigos que ha establecido previamente.
- ✓ La observación de su conducta puede llevarla a cabo de forma permanente, por lo que sus resultados son más estables y duraderos al crear hábitos que se prolongan tras el tratamiento.

El autocontrol presenta una serie de modalidades que llegan a constituir técnicas por sí mismas. Son técnicas aplicables tanto en el medio familiar como escolar. Estas técnicas son:

- Auto observación. Cuando el propio sujeto observa la propia conducta. Para ello, el adulto debe aportarle los criterios a los que debe ceñirse. Estos criterios deben ser muy concretos y muy objetivos. En algunas ocasiones, la aplicación del tratamiento puede ser realizada por algún miembro de la familia pero la observación y evaluación son obra exclusiva del propio sujeto.
- Auto refuerzo y el auto castigo. El sujeto, además de cumplir el plan acordado con el adulto y de observar su propia ejecución, se aplica los refuerzos y castigos que le hayan prescrito previamente. Es un medio terapéutico más eficiente que el anterior ya que cuenta con más protagonismo del individuo.
- Autorregulación. Permite al sujeto fijar determinados aspectos de su tratamiento como, por ejemplo, la razón de los refuerzos o castigos. Este medio proporciona una mayor confianza en sí mismo, al tiempo que le hace sentirse más responsable de la correcta aplicación de su tratamiento.
- Autocontrol de estímulos. El sujeto determina los estímulos que pueden servirle para modificar su conducta, y con arreglo a los mismos, se los aplica, observa y evalúa.

- Auto inhibición recíproca. El sujeto elige el medio más adecuado para contrarrestar la acción que quiere inhibir y luego lo aplica cuando es previsible que se den las circunstancias que desea modificar.
 - Auto tratamiento. Se trata de un paso más en la técnica del autocontrol. En este caso el sujeto controla su ejecución y autoevalúa los resultados. El individuo debe dar cuenta de sus decisiones.
 - Normalmente, en caso de aplicar esta técnica, se utiliza una combinación de las distintas modalidades a las que hacemos referencia y el grado de efectividad está condicionado por el nivel de madurez que el individuo presente.
- g) La retroalimentación. Con esta técnica el sujeto conoce los resultados que obtiene y estos, influirán en su futura actuación. El conocimiento de la propia evolución provoca en la persona la auto estimulación y el deseo de corregir aquellos aspectos que puedan mejorarla.

La retroalimentación puede ser interna (cuando el sujeto se observa y conoce la evolución de sus resultados por sí mismo) y externa (cuando el sujeto recibe una información ajena sobre sus resultados).

1.11 El ejercicio de la autoridad en la familia



Una de las acepciones de la palabra autoridad en el Diccionario de la Real Academia de la Lengua es "carácter o representación de una persona por su empleo, mérito o nacimiento". Así pues, los padres llevan a cabo la representación de un papel que les ha venido al fundar una familia, tener que ejercer la autoridad en la misma.

El ejercicio de la autoridad tiene varias fases:

- a) Conocimiento de las metas comunes que tienen los miembros que forman el grupo. La familia como grupo humano está compuesta por personas que tienen niveles distintos de maduración, de responsabilidad, pero que tienen unos vínculos, espacios y metas comunes. Esto no es percibido conscientemente

cuando los hijos son pequeños, pero al madurar lo asumen de manera implícita.

- b) Comunicar y consensuar con los otros miembros lo que quiere conseguir quien ejerce la autoridad. Quien ostenta la autoridad tiene que saber qué quiere para el grupo. Necesita de un tiempo de clarificación personal. Cuando lo ha realizado, precisa exponerlo de manera explícita a los otros que forman el grupo, de forma verbal como a través de su conducta y decisiones para hallar el consenso entre los miembros del grupo.
- c) Cumplir y hacer cumplir las metas marcadas y consensuadas. Pero no basta que todos los miembros del grupo sepamos qué hay que hacer, es necesario que se lleve a la práctica lo previsto. Es la capacidad de mover que tiene quien ejerce la autoridad, ya sea por su fama o prestigio, ya sea por procedimientos más coactivos.

Prescindir de las fases puede dar lugar a deformaciones de la autoridad. Cuando se prescinde de comunicar y consensuar entre los miembros las normas, surge el autoritarismo -ejercicio arbitrario de la autoridad-; cuando no se cumplen ni se hacen cumplir las normas marcadas y consensuadas, se instala el abandonismo -la renuncia a la autoridad.

Los padres tienen autoridad por el hecho de ser padres. Pero la autoridad se mantiene, se pierde o se recobra por el modo de comportarse.

La autoridad se mantiene o se recobra por el prestigio. Esta afirmación es equivalente a la de "educamos por lo que somos". Es decir, por la congruencia entre lo que somos, lo que hacemos y lo que decimos.

¿Cómo se tiene prestigio con los hijos?:

- Por el buen humor: Hay diferentes estilos personales, pero todos se apoyan en el optimismo -saber descubrir primero lo positivo de cada persona y de cada situación- y en la confianza.
- Por la serenidad: Porque asegura las mejores condiciones para actuar con sensatez y con flexibilidad. El nerviosismo, por el contrario, empeora la situación y, desde luego, desprestigia. Han de vernos serenos, sin dar paso a la ira o al enfado por nimiedades; han de vernos que no sacamos las cosas de quicio... Se puede comprobar, además, como los hijos adoptan conductas más

serenas cuando están ante una persona tranquila, que no responde con cólera sino con un tono de voz sosegado y conciliador.

- Por la paciencia: Los padres tienen un sexto sentido que avisa cuándo y cuánto es necesario volcarse con cada uno, a causa de una enfermedad, unos problemas en clase...
- Por mantener una línea de actuación sin dar bandazos, graduando la exigencia según las circunstancias, sin dejar nunca de exigir y exigirse-. Desprestigia el dramatismo, el echar en cara, el lamentarse, los falsos juicios...
- Por el interés con que se sigue el estudio y los problemas de los hijos, sabiendo apreciar el esfuerzo que se hace, aunque no se traduzca en resultados. Escuchar y dedicar tiempo a "sus problemas" que, aunque nos parezcan nimiedades pueden pesar como losas para ellos. Pero si les apartamos a un lado porque nosotros sí estamos haciendo algo importante (ver la TV, terminar un informe, descansar...), cada vez será más difícil que nos cuentes sus cosas.
- Cuando los padres van por delante en lo que exigen de sus hijos: Sin ser perfeccionistas, que conozcan sus fallos y limitaciones, y sus esfuerzos por superarlos.
- Cuando se fomenta el prestigio del otro cónyuge: Aprovechar toda ocasión para destacar, discretamente, en una conversación privada con cada hijo, los puntos fuertes del otro cónyuge es una forma de potenciar la autoridad del otro. De un modo sugerente: "¿Te has fijado en tal aspecto de tu padre o madre...?" Y, a continuación, pasar a otra cosa en la conversación.

La autoridad de los padres se refuerza cuando...

- Hay acuerdo en cómo educar a los hijos, y en cómo armonizar la autoridad paterna y materna para una mejor educación de cada hijo. La autoridad de los padres ha de ser complementaria, no excluyente, no delegada de uno en otro cónyuge.
- Se apela al razonamiento al diálogo, se potencia la responsabilidad de los hijos por aproximaciones sucesivas. Huir tanto del sobre proteccionismo como del desentenderse cuando pueden necesitar ayuda.

- Se llega a acuerdos en temas puntuales con los hijos. Se pueden concretar dichos acuerdos mediante contratos de conducta. El llegar a una conducta-meta en los hijos conlleva el descomponerla en los pasos mínimos sucesivos, que hay que reforzar las aproximaciones a la conducta meta y extinguir la conducta a eliminar.
- Se evita el sermonear reiterativo porque suele tener un efecto contrario al buscado. Si hay que decir algo a alguien, se dice a solas, de manera clara, con formulación positiva, llegando a acuerdos y fijado el tiempo de revisión de los mismos.
- Somos firmes cuantas veces sea necesario, pero sabiendo cambiar a actitudes de flexibilidad y cariño siempre que sea preciso.
- Se presta atención al buen comportamiento, a los aspectos positivos que tiene toda persona, y no se atiende únicamente a las conductas desadaptativas.
- Se explica con razonamientos por qué los corrige, y se respeta a la persona y se le ayuda a mejorar en los defectos que tiene. Hay que demorar la entrevista para corregir a un hijo nuestro, si no tenemos la suficiente serenidad para hacerlo en este momento. No tratar de vencer sino de convencer. Es la fuerza de la razón quien se ha de imponer no la de los años.
- Se le da suficiente autonomía y libertad poco a poco, según el uso correcto que van haciendo de ella. Saber "ir soltando poco a poco las amarras" del niño y sobre todo del adolescente, quedándose lejos por si hace falta ayuda en algún momento.

1.12 La autoestima de los padres



Es hora de tratar aquí cómo influye a autoestima de los padres en los hijos. Los buenos padres se preocupan por cuidar y formar correctamente la autoestima de los hijos. Esto se consigue cuando aumentan la suya: si de por sí es alta, todavía mejorarán más la de sus hijos y si todavía merece aumentarla más, tendrá un efecto más positivo.

Antes hemos hecho referencia a la importancia

que tiene el bienestar y la satisfacción para la construcción de una buena autoestima. No nos referimos aquí al bienestar que siente una persona consigo mismo sino la que se genera cuando nos preocupamos por los demás y estamos pendientes del bienestar y la satisfacción de los demás. Los adultos que tienen baja autoestima tienden a pensar demasiado en por qué se sienten mal, sin embargo los que poseen autoestima alta piensan más en todo aquello que les hacen sentirse bien.

En definitiva, con la autoestima nos referimos a un estado interior de sentimientos positivos que genera una seguridad en lo que se hace, se piensa y por tanto asegura el bienestar. Los padres deben buscar aumentar la satisfacción en su labor como padres y en la vida de familia en general para así aumentar su autoestima y su buena actuación hacia los demás.

Llegamos a la conclusión de que es necesario encontrar satisfacción de la vida diaria, de la vida familiar, pero no todos los padres lo consiguen. Existen factores que dificultan obtener satisfacción de la vida familiar.

Hoy día es frecuente encontrar familias en las que trabaja el padre y la madre y esto supone escaso tiempo para dedicarse a solucionar los problemas que van surgiendo.

La ausencia de sentido familiar se manifiesta por el creciente número de divorcios, problemas de alcohol, droga, aumento de malos tratos, etc.

La clave por tanto es sentirse satisfecho como padre/madre. Para ello hay algunos sentimientos básicos que hay que procurar experimentar como si fueran claves para encontrar la satisfacción:

- ✓ Debemos divertirnos.
- ✓ Debemos estar confiados en que los hijos están sanos y son felices.
- ✓ Hay que estar confiado de que los demás nos respetan como padres.
- ✓ Debemos estar satisfechos con el trabajo que hacemos.
- ✓ Hay que luchar contra el exceso de ansiedad.
- ✓ Debemos estar seguros de que los hijos agradecen nuestras contribuciones a sus propios logros.

La autoestima como padre depende entre otros factores de la satisfacción que se obtiene del hecho de ser padre y de la vida familiar en general. Siguiendo a REYNOLD BEAN en su libro "Cómo ser mejores padres" encontramos que hay baja autoestima en los padres si se demuestra a menudo lo siguiente:

- Se deprimen fácilmente (sentimientos de tristeza, energía baja, pensamientos taciturnos) cuando están en casa, incluso cuando los demás parecen sentirse bien.
- Evitan hacer cosas con toda la familia por las molestias que ello conlleva.
- Los padres no están de acuerdo en temas que conciernen a los niños, así que evita discutirlos, aunque necesite hablar de ellos con alguien.
- Están involucrados en más luchas de poder de las que desearían.
- Tienen la impresión de que sus hijos manejan su vida.
- A menudo no saben cómo manejar a los niños. No quieren que nadie adivine que no saben lo que están haciendo.
- Tienen la impresión de que todos los demás (profesores, médicos, enfermeras, padres, artículos de revistas y comedias de televisión) saben más sobre cómo educar a los niños que ellos mismos.
- Siempre sienten la necesidad de controlar a sus hijos por miedo a que se le vayan de las manos.
- Se deprimen o enfadan cuando los niños les dicen algo ofensivo, en lugar de mantener la compostura.
- Desearían un día libre pero parecen incapaces de conseguirlo. Nunca es el momento adecuado.
- Nadie en la familia parece hacer bien las cosas y ellos se ven obligados a hacer cosas que desearían que hicieran otros.
- La lista de responsabilidades como padre se hace cada vez más larga, pero carecen de motivación para cumplir con su deber. Tienen la impresión de que le están exprimiendo.

1.13 La separación de los padres: facilitar la vida a los hijos



Los niños de cualquier edad desean que sus padres permanezcan juntos por siempre y que reine el equilibrio conyugal. Pero la realidad no siempre es compatible con estos deseos. A cualquier edad el niño no es capaz de entender las implicaciones que conlleva un matrimonio desgraciado para la vida adulta.

Sabemos que la separación constituye un duro golpe para el niño quien interpreta la separación como un abandono o un rechazo. Es importante afrontar con realismo la situación pero no magnificar ni extremar las cosas.

Pero ¿sabe usted CÓMO INFLUYE LA SEPARACIÓN SEGÚN LA EDAD? Los niños de corta edad son los que más sufren. Observan que no todas las relaciones sociales son seguras y duraderas y lo aprenden de forma dolorosa. Después de la separación se pueden dar conductas en el niño que son expresión de su temor a ser abandonados.

El niño de 4 a 5 años se vuelve triste, mimoso y exigente. Tiene pesadillas y terrores nocturnos. No quiere quedarse solo en la habitación, tiene sueños negativos sobre sus padres. Puede negarse a ir al colegio y allí se mostrará muy inquieto.

En el niño de 6 a 10 años, además de la pena, se suma la rabia que suelen descargar culpando al progenitor que se ha quedado con la tutela.

Los adolescentes de 12 a 14 años ocultan el daño interior y la pena que sufren. Tienen un dolor latente del que se intentan evadir con el juego o los amigos. El mejor remedio es darles afecto y confianza sabiendo estar cerca de ellos. También permitirles tanto abrirse como estar callados. Algunos chicos responden con enfado a esta situación aunque la mayoría reconocen la infelicidad de los padres. También se preocupan de las necesidades económicas de la familia.

Hemos visto una serie de reacciones según la edad de los hijos pero generalizando resumiremos de modo general los siguientes EFECTOS:

- ✓ Estrés defensivo frente al cambio: suele aparecer al principio reflejado en reacciones. psicósomáticas y emocionales de diferente intensidad y prolongación.
- ✓ Sentimiento de culpabilidad.
- ✓ Irritabilidad.
- ✓ Dificultades en el proceso de aprendizaje (fenómeno transitorio).

Cuando cualquiera de estos síntomas se exagera de forma que dificulta la convivencia conviene buscar la ayuda profesional (médico, psicólogo, educador...) que nos vendrán a orientar en torno a determinadas PAUTAS de actuación ANTES Y DESPUÉS DE LA RUPTURA que resumimos:

ANTES DE LA RUPTURA

- Si el matrimonio va mal no se daña psicológicamente a los hijos manteniendo conductas y modales de respeto.
- Evitar cualquier episodio de cólera o violencia en presencia de los hijos.
- Un entorno familiar de agitación y lucha previo a la inminente separación tiene una influencia perniciosa.
- No obligar a los hijos a tomar partido por uno u otro progenitor. Pueden sentirse verdaderamente desolados y desgraciados si presencian el odio, el desprecio y el insulto.
- El hijo indefenso teme que su futuro sea tan desastroso como el de sus padres.
- Quitarse de en medio o buscar un momento en que los hijos no estén presentes cuando se avecine la tormenta.

DESPUÉS DE LA RUPTURA

- No menospreciar ni hablar mal del “ex” delante de los hijos. Mantener una actitud respetuosa hacia el “otro”.
- La manifestación de amor a los hijos debe ser total para que ellos se convenzan de que el hecho de que sus padres se hayan separado porque es incompatible su convivencia no significa que vayan a carecer de amor y atenciones.

Otro aspecto que debemos tratar es ¿QUÉ CONDUCTAS HAN DE EVITAR EL PADRE Y LA MADRE CUANDO ACTÚAN POR SEPARADO DE SUS HIJOS? En este caso debemos seguir las siguientes consideraciones:

- Utilizar a los hijos en beneficio propio o para perjudicar al contrario.
- Ceder al chantaje de los hijos.
- Permitir que los hijos se enganchen a un solo progenitor en una relación cerrada, dependiente y empobrecida.

Sabemos que la separación provoca la pérdida temporal de algunos puntos de referencia que mantienen seguros a los hijos. Después de un período de duelo, los niños consiguen aceptar, superar y elaborar la pérdida de la situación anterior. Los padres deben tener claro que deben continuar educando serenamente a los hijos, cada uno por separado.

Unido al problema de la separación conyugal y sus consecuencias en la familia está la posibilidad de crear un SEGUNDO MATRIMONIO. Esta situación también acarrea algunos PROBLEMAS que pasamos a analizar brevemente.

Cada uno de los miembros de estas familias necesita esforzarse y ajustarse a la nueva situación. Suelen llegar con creencias diferentes, lealtades divididas y distintos modos de hacer las cosas.

Para que las nuevas relaciones conyugales tengan buen inicio y desarrollo se necesitan buenas dosis de paciencia, comprensión y comunicación.

Aunque pueda parecer lo contrario, resulta beneficioso para los hijos que su padre o madre encuentren nueva pareja, pero nadie debe sentirse presionado a querer inmediatamente a otros miembros. Tampoco hay que forzar a los pequeños a que acepten al nuevo cónyuge desde el primer día.

Los niños, inconscientemente, perciben a la nueva pareja como un rival e intentarán provocar y presionar. Pero tampoco olvidemos que estos cambios les hacen sufrir y les provocan inseguridad. Las decisiones importantes deben ser consensuadas por el padre y la madre aunque estén separados. Es conveniente diferenciar los roles de cada uno de los implicados y dejar elegir al niño el tipo de relación que desea (no imponer llamar "papá" o "mamá" a la nueva pareja).

1.14 Podemos evitar una pelea familiar



El objetivo de todo adulto, padre o madre, es prevenir esas situaciones tensas que se suceden con los hijos y que crean malestar y distanciamiento entre los miembros de la familia.

En primer lugar debemos tener en cuenta que LA MALA CONDUCTA PUEDE SER UNA LLAMADA AL AMOR. En gran número de ocasiones, los hijos se comportan de una forma inadecuada con el único fin de llamar la atención de los mayores y lo que nos están pidiendo en realidad es que los atendamos, los queramos, les falta afecto. No tenemos que entender las situaciones de pataleo, contestaciones inadecuadas, etc. como algo personal. Es erróneo pensar que cuando un hijo dice "¡...no te quiero!", lo dice de verdad, o que es un ataque personal. Es más acertado pensar

que el hijo, en esa situación de ira, está manifestando falta de cariño y a los padres no les supondrá un gran esfuerzo ofrecérselo planteando los límites necesarios ante la mala contestación o comportamiento fuera de lugar que previamente ha manifestado el hijo.

Es necesario, por otro lado, recordar al hijo que **TODOS ESTÁN EN EL MISMO EQUIPO**. Es necesario convencer al hijo en un momento de enfado que tanto el adulto como el hijo se encuentran en la misma situación que es la de convivir juntos y quererse. Es imprescindible contactar visualmente con el chico y decirle que pese a que no esté de acuerdo con la medida adoptada, pese a que no se le deje ir a donde el hijo quiere, o hacer lo que él quiere, los dos o todos los miembros de la familia están del mismo lado, con los mismos objetivos, en el mismo equipo.

Para prevenir una mala situación entre padres e hijos como una disputa familiar, debemos recordarles que **NADIE ES PERFECTO**. Todos sabemos la cantidad de veces que hemos vuelto a casa después de un mal día: hemos tenido un día tenso en el trabajo, para llegar a casa hemos tenido que soportar un gran atasco y además bochornosas tensiones con los otros conductores, no está la comida hecha, la casa sin colocar y limpiar y para colmo llega la hija diciendo que le han suspendido el examen que el día de antes le costó tanto esfuerzo preparar. Situaciones similares a la descrita se dan a menudo en la familia y es el caldo de cultivo para explotar ante una mala contestación, mirada, gesto o similar. Es el momento ideal para recapacitar y recordar con los hijos que nadie es perfecto, reconocer las culpas, lo que genera siempre un acercamiento en la familia y un reconocimiento del cariño y del amor que se profesa en el seno familiar.

SIEMPRE DEBEMOS AFRONTAR UN CONFLICTO Y NO EVITARLO. En la convivencia diaria se generan multitud de situaciones que no son siempre agradables. Esto es normal porque no todos pensamos igual. Incluso debemos decir que es necesario que surjan conflictos porque cada uno debe defender sus ideas, sus posturas, sus formas de ver la vida e interpretar las relaciones humanas. Pero es importante recalcar que un conflicto no debe incluir una pelea. Debemos saber vivir respetando al prójimo y sus ideas. Hay que insistir que es bueno que cada uno tenga sus ideas. Surge el problema cuando cada uno piensa que sus ideas son mejores que las de los demás (situación de gobierno autoritario), o que la forma de pensar de los demás es errónea y nosotros estamos en lo cierto (situación que provoca irritación en los demás). Los hijos han de saber que el desacuerdo es positivo. Podemos afirmar esto porque el desacuerdo obliga a expresar las ideas y los sentimientos de cada uno lo que es señal de salud y clima de libertad y respeto a las formas de pensar de los demás. Los padres no

deben esconder sus sentimientos y ante todo, deben expresar sus sentimientos en el momento que los problemas surjan. De lo contrario, el resentimiento y malestar se va adueñando del ánimo de uno, se crean frustraciones y lo más fácil es que surjan peleas y riñas, cosa que queremos evitar. Por otro lado, los hijos, basándose en el aprendizaje por imitación, ven el comportamiento de los padres y acaban haciendo lo mismo y cometiendo los mismo errores.

Por último, hay que recordar que **EL ADULTO DEBE PREOCUPARSE POR SÍ MISMO**. Esto quiere decir que si el adulto cuenta con un equilibrio psíquico, emocional, afectivo, físico, etc., en una palabra, con buena salud, es obvio que repercutirá positivamente en las personas que conviven con él. Este estado de bienestar irradia a los demás felicidad, relajación, energía positiva que redundará en buenas relaciones entre todos y respuestas adecuadas ante cualquier situación anómala que pueda surgir.

1.15 Medidas generales de salud

Se trata de medidas que los padres deben conseguir alcanzar y que, sin lugar a dudas redundarán en el bienestar propio y el de los suyos. Aquí tratamos de la actividad física, de la dieta, del consumo de drogas, de la higiene, entre otras y que beneficiarán a los hijos por que son garantes de prevención de enfermedades y de calidad de vida. Por tanto, veamos cuáles son esas **MEDIDAS GENERALES DE SALUD**.



La primera sería llevar una actividad física regular. El ejercicio físico continuado puede retrasar o impedir la aparición de enfermedades degenerativas, causantes a su vez de distintos tipos de incapacidades muy frecuentes

en las sociedades desarrolladas. Previene la obesidad y la enfermedad coronaria, prolonga la fortaleza de los huesos y de los músculos y disminuye la ansiedad.

Otra medida es llevar a cabo dietas alimenticias adecuadas. Una dieta sana debe contener cantidades proporcionadas de todas las sustancias nutritivas esenciales: calorías, vitaminas, proteínas y minerales esenciales.

Hay que tener en cuenta que las enfermedades cardiovasculares están originadas en gran medida por hábitos nutricionales inadecuados a la clase de vida que se hace. El cáncer de colon, el estreñimiento y otras alteraciones digestivas están motivados por dietas alimenticias pobres en fibras. Los niveles de colesterol y la hipertensión, los dos factores de riesgo más importantes en la aparición de la enfermedad cardíaca coronaria están asociados a una dieta rica en grasas y sal.

Aunque la dieta sana depende de la edad, el sexo, el tamaño del cuerpo y el estado de salud, en general podemos aconsejar lo siguiente (sobre todo para los padres):

- a) Disminuir al mínimo el consumo de grasas animales, cuando se llega a una mediana edad y se hace vida sedentaria.
- b) Aumentar el consumo de verduras, frutas y alimentos ricos en fibra.
- c) Disminuir el consumo de azúcar, dulces y harinas refinadas.
- d) Evitar el consumo excesivo de alcohol.

Reducir el consumo de drogas. Muchos tipos de cánceres, enfermedades del aparato respiratorio, enfermedades cerebrovasculares, etc., están íntimamente relacionadas con el consumo de drogas. Fundamentalmente el alcohol y el tabaco causan verdaderos estragos en los seres humanos. La heroína también se está convirtiendo desgraciadamente en “protagonista” de las crónicas negras y de sucesos.

Hábitos adecuados de higiene. La caries dental es un problema de salud que afecta a más del 95 por 100 de la población en las sociedades desarrolladas y está originada por prácticas dietéticas equivocadas y sobre todo por falta de higiene. Existen también otras enfermedades y problemas de salud como la hepatitis, tuberculosis, gripe, pediculosis (piojos), o enfermedades de transmisión sexual, cuyo contagio está facilitado en gran medida por la ausencia de hábitos adecuados de higiene.

Es importante cepillarse los dientes por lo menos dos veces al día, después de desayunar y antes de acostarse, lavarse las manos antes de comer, ducharse diariamente y lavar con cuidado todos los alimentos que se coman crudos.

Auto observarse y consultar al médico. Existen muchos procesos patológicos que resultan más fáciles de curar si se diagnostican precozmente. Para ello son importantes la observación y la auto observación. Por ejemplo; detectar anomalías en el desarrollo del bebé, auto explorar las mamas para poder notar la aparición de cualquier tumoración o masa sospechosa, etc.

Intentar llevar una vida lo más relajada posible. Para ello habría que olvidar los comportamientos competitivos y ambiciosos, la sensación continua de “falta de tiempo” y realizar los actos de la vida cotidiana con prisa y atolondramiento. Quizá una mejor organización de nuestro tiempo y el convencimiento de no querer soportar una existencia agobiada, nos ayuda a conseguir pautas de comportamiento que disminuyan en gran medida la tensión nerviosa, causa de múltiples trastornos.

Es importante dormir suficientemente y contar a lo largo del día con momentos sin nada que hacer, espacios vitales dedicados a nosotros mismos, a nuestros hijos, para poder reflexionar, escuchar música, leer, etc. Es muy saludable “perder el tiempo” de vez en cuando.

CAPÍTULO II: El entorno que nos rodea

2.1 Familia, adolescentes y consumo de drogas



Los estudios sobre drogas señalan tres grandes grupos de factores que intervienen en el consumo o en la prevención: factores personales, sociales y familiares.

La familia -centrándonos en el último grupo- es un agente clave en la prevención de conductas de riesgo ya que en ella, como ámbito natural de socialización primaria de la persona, se desarrollan los comportamientos, actitudes y valores básicos que el individuo perfeccionará a lo largo de su existencia.

La experiencia muestra que las interacciones que se producen entre los miembros de una familia acaban repercutiendo en su funcionamiento general. La piedra lanzada al lago y las ondas

que van recorriendo toda la superficie del agua es una socorrida metáfora de cómo actúan las interacciones en el sistema familiar. ¿Pero cómo puede influir la familia en conductas de consumo de drogas de sus miembros adolescentes? Sin perder de vista que la adolescencia, como etapa evolutiva específica, se convierte en un periodo que favorece la experimentación con sustancias. La percepción de su invulnerabilidad, característica del adolescente, puede inducirle a probar sustancias peligrosas en un estado anímico de aparente control o de ausencia de problemas

Previamente, conviene recordar algunos conceptos sobre la utilización de las drogas.

Modelos de consumo

El consumo de sustancias puede responder a los siguientes patrones:

- ✓ Uso: Consumo que no produce consecuencias negativas en el individuo porque no las utiliza habitualmente o las cantidades ingeridas son mínimas.
- ✓ Hábito: Consumo repetido que, aunque no implica el incremento de la dosis, sí puede conducir a la dependencia.
- ✓ Abuso: Uso excesivo o inapropiado de una sustancia.

Los adolescentes que consumen drogas se mueven entre el uso y el hábito, y no tienen por qué estar relacionados con el mundo de la marginalidad y la delincuencia, como ocurría en los años ochenta. En la actualidad, el consumidor adolescente de drogas apenas consume heroína, que es la sustancia más estrechamente relacionada con entornos de marginalidad social.

Factores de riesgo en las familias

Los estudios sobre factores de riesgo asociados al consumo, señalan los siguientes factores relacionados con la familia.

Sobreprotección: Exceso de protección por la angustia que sienten los padres ante unos hijos cada vez más autónomos. Ésta produce en el adolescente poca autonomía, irresponsabilidad, escaso sentido crítico y dificultad para tomar decisiones ya que en todo momento va a necesitar la aprobación, deseada o no, de sus progenitores. Un adolescente que acaba asumiendo las consecuencias de esta sobreprotección puede presentar una seria dificultad para establecer relaciones grupales o hacerlo de forma dependiente, porque estará excesivamente vinculado a sus padres o asumirá que él, como individuo, debe ser objeto de

aprobación en toda relación y tratará de cumplir expectativas aunque no tengan nada que ver con su escala de valores.

Falta de comunicación: Dificultad para escuchar o responder adecuadamente por parte de los padres. El adolescente suele quejarse de lo "poco comprendido" que es por sus progenitores, pero no es a esto a lo que nos referimos cuando hablamos de esa dificultad en escuchar o responder. El problema aparece cuando el adolescente, por su lado, y los adultos, por el suyo, perciben que se mueven en mundos totalmente incomprensibles para el otro. Entonces los padres tienden a establecer un paralelismo continuo entre sus experiencias y las que no acaban de entender en su hijo. La situación genera introversión, inseguridad y ansiedad en el joven puesto que percibe que su mundo emocional es cuestionado constantemente. Que el adolescente asuma esto como natural supondrá dependencia en las relaciones sociales, problemas de integración y excesiva subordinación al grupo ya que necesitará ganar ese lugar que no encuentra en su familia.

Dificultad para fijar límites: La permisividad o rigidez de los adultos son igualmente dañinos para el adolescente y aún más nociva será la oscilación entre ambos sin un motivo definido. La permisividad acarrea dificultades para interiorizar normas debido a que la ausencia de ellas en el entorno familiar impedirá, al no comprender su necesidad social, la generalización a otros medios. La rigidez genera falta de flexibilidad en el cumplimiento de las normas o una tendencia a la transgresión de las mismas, además de condenar al adulto a una actividad permanente para normativizar todo. La oscilación entre ambos extremos expone al adolescente a una situación de indefensión, en la que no sabe qué es lo que se espera de él. Esto se traduce en un liderazgo impositivo o en una inhibición relacional, dos extremos desequilibrados y despersonalizantes que impiden que el sujeto se manifieste como realmente es.

Situación familiar conflictiva: La relación conflictiva entre los padres produce cambios bruscos de comportamiento e incremento de la ansiedad en los hijos. Aunque el proceso evolutivo del adolescente le lleva a diferenciarse de su familia, ésta sigue siendo -aun por contraposición- la referencia central en su proceso de maduración. Una relación familiar conflictiva conlleva en el adolescente la dependencia del grupo que así intenta conseguir su amparo o la dificultad para establecer relaciones grupales que eviten el compromiso relacional que tanto dolor le causa en su familia.

Consumo excesivo de drogas por parte de los padres: No nos referimos exclusivamente a las drogas ilegales, el alcohol consumido por los padres puede

ser una importante fuente de problemas en la familia. Asimismo hay que enfatizar que una actitud permisiva o el mismo consumo de sustancias tóxicas en los progenitores puede promover un aprendizaje por modelado y facilitar la incorporación del adolescente a grupos de consumidores.

Sobre exigencia: Exceso de expectativas sobre el adolescente. El afán de que los hijos obtengan éxito y logren las mejores oportunidades puede ocultar a los padres las verdaderas capacidades, necesidades y deseos de sus hijos. Y, en consecuencia, quizá estos pueden llegar a sentirse infravalorados. La sobre exigencia favorece la falta de motivación y añade dificultades para aceptar los fracasos. En las relaciones sociales, podría implicar rivalidad porque el joven sometido a sobre exigencia tenderá a pensar que se es bueno si se es mejor que otro.

Todos estos factores citados se correlacionan con el consumo de droga pero no lo implican necesariamente. Aun en el caso de que se diesen todas estas situaciones, el muchacho expuesto a ellas no está abocado a consumir, ni tan siquiera a probar, sustancias tóxicas. Es decir, no puede negarse la influencia de los factores de riesgo en el entorno familiar, pero no son los únicos, estos confluyen con otros factores individuales y sociales en el inicio y mantenimiento de las conductas de consumo.

¿Cómo proteger dentro de la familia?

No existen fórmulas magistrales para evitar el consumo de sustancias en los hijos adolescentes. Cada adolescente es diferente. Nada arreglará que hablemos de las drogas con nuestros hijos si antes no hubo un acercamiento sincero a su mundo emocional y el deseo de hacerles notar que pueden contar con nosotros cuando lo deseen y necesiten.

En todo caso siempre podemos reconocer el mayor número de los factores de riesgo en nuestro ámbito familiar y transformarlos en factores de protección:

- Protección orientada a la autonomía. Estar pendientes para evitar riesgos innecesarios pero pretendiendo que sean ellos los que vayan formando sus propios criterios. Se trata de que nuestro hijo tenga una autoestima alta y equilibrada que le permita desenvolverse sin lanzarse a riesgos innecesarios.
- Comunicación. Escuchar desde las necesidades de los adolescentes. Intentar no juzgarles, invitarles a la reflexión y respetar sus decisiones.

- Establecer unos límites claros y estables. Ayudarles a ser autónomos no implica permitir que hagan lo que quieran. Los límites producen, entre otras cosas, seguridad.
- Coherencia. No podemos pretender que nuestros hijos no consuman sustancias tóxicas si nosotros no somos capaces de no excedernos o de mantener una posición sin ambigüedades al respecto. Los adultos quizá seamos capaces de buscar el equilibrio pero no olvidemos que la adolescencia es una etapa de extremos.
- Exigencia. No se trata de pedirles lo imposible, pero tampoco de permitirles desaprovechar sus capacidades e ilusiones.

La información sobre la peligrosidad de las drogas no es suficiente y en ocasiones resulta ineficaz. La labor de los padres ha de estar orientada a establecer vínculos familiares sanos, a ocuparse y no "preocuparse" del ocio de sus hijos e incrementar la autoestima de los adolescentes para que sean ellos, desde su propia seguridad, los que puedan decir: "no".

2.2 La depresión



Aproximadamente, dos de cada cien niños y cinco de cada diez adolescentes se deprimen y los estudios señalan que este complejo trastorno psicológico va en aumento.

Son muchas las teorías que intentan explicar esta realidad y múltiples los modelos que lanzan hipótesis sobre las causas de la depresión infantil. Afortunadamente, los avances en este campo son cada día mayores y, tanto psicólogos como psiquiatras, progresan en

el estudio y la comprensión de este trastorno y de los factores biológicos, psicológicos y sociales que lo alimentan.

La depresión infantil es un problema psicológico cuyas principales características son:

- ✓ Estado de ánimo triste o irritable.
- ✓ Desinterés o ausencia de placer en actividades agradables.

- ✓ Cambios psicofisiológicos que pueden afectar al sueño y al apetito.
- ✓ Cambios psicomotores que influyen en sus niveles de energía y su grado de actividad.
- ✓ Cambios cognitivos que interfiere en la capacidad de pensamiento, concentración y decisión.

Durante la infancia predominan los componentes psicofisiológicos mientras que en la pubertad y la adolescencia adquieren mayor relevancia las cogniciones y la aparición de problemas sexuales.

Para conocer si un niño presenta depresión debe ser evaluado con técnicas psicológicas y, si procede, con pruebas médicas. Es evidente que los padres deberán reaccionar acudiendo a los especialistas, ante la más mínima sospecha sobre la aparición de alguna de las características arriba indicadas. No obstante, cabe señalar un par de observaciones que ayuden ante esta decisión:

La diferencia entre la tristeza normal y el estado de ánimo triste propio de la depresión no es sólo cualitativa sino cuantitativa. El niño deprimido está triste con más intensidad, durante más tiempo y con mayor frecuencia que en otros momentos.

Las conductas de los adultos que conviven en el entorno de un niño que comienza a presentar síntomas de depresión tienden a hacer que éste empeore y que incluso estos síntomas lleguen a convertirse en crónicos.

Esto puede ocurrir cuando se demora la intervención de los especialistas y se aplican -se entiende que inadvertidamente y llevados por la preocupación- reforzadores positivos a las conductas características de la depresión, en forma de mayor interés y mayor atención cuando el niño se siente triste, desanimado, abatido, llora, deja de comer, no juega..., pasando desapercibidas y, por tanto, no valoradas otras conductas más deseables y propias del niño feliz y sano.

Como padres debemos plantearnos cuáles son los factores o situaciones de riesgo que pueden poner en peligro la salud de nuestros hijos, así como conocer los factores de protección que les ayuden a crecer y desarrollarse felizmente.

Factores de riesgo

- ✓ La pérdida de un ser querido
- ✓ La depresión de alguno de los padres
- ✓ La falta de bienestar físico y/o emocional de los padres y/o hermanos

- ✓ Conflictividad conyugal
- ✓ Estilos educativos de los padres inadecuados (sobre protectores, permisivos o sancionadores)
- ✓ Periodos largos de hospitalización
- ✓ Nacimiento de un hermano o una hermana
- ✓ Cambio de colegio
- ✓ Cambio de domicilio
- ✓ La imposibilidad de alcanzar las exigencias de rendimiento escolar requeridas por los padres, la escuela o ambos.
- ✓ La falta de tiempo para la relación con los padres, para el juego o el descanso

Todos estos factores no representan el mismo grado de riesgo para todos los niños. Lo que puede ser un impacto importante para uno puede serlo mucho menor para otro, incluso en circunstancias aparentemente semejantes. Y, lo que puede representar un riesgo muy elevado a los ojos de un adulto quizá resulte anecdótico para un menor.

En todo caso, nuestra tarea como padres y madres consistirá en tomar conciencia de lo que pueden significar para nuestro hijo todos estos "cambios" y reflexionar sobre nuestra propia actitud ante ello.

Factores de protección

- ✓ Un auto concepto positivo y realista de sí mismo, donde se pueda poner nombre a las propias cualidades personales y también a las limitaciones.
- ✓ La labor de los padres en este aspecto consistirá en devolver con cariño, como si de un espejo se tratara, todo el listado de esas cualidades acompañado de refuerzos positivos tanto verbales como no verbales. Y ser muy cuidadosos y correctos con las críticas que hagamos a los niños. Conviene recordar que "hay que criticar las conductas y no la persona". Desterremos el verbo ser y sustituyámoslo por otros verbos de acción que eviten los estériles e hirientes sentimientos de culpabilidad. No habrá que olvidar tampoco que en este aprendizaje nosotros somos los referentes inmediatos, los modelos de los que, queramos o no, van a aprender (¿cómo está nuestro auto concepto?, ¿qué pensamos de nosotros mismos?, ¿de qué manera lo transparentamos al exterior?, ¿tendemos a ser perfeccionistas y a no aguantarnos cuando las cosas no nos van como esperamos?, ¿recibimos abiertamente las críticas que nos hacen y sacamos partido de ellas?...). Los pequeños de la casa interiorizan más lo que hacemos de manera natural, que lo que les decimos. Por no hablar de la especial intuición que desarrollan para advertir las contradicciones.

Habilidades de comunicación.

La habilidad para comunicarse de forma efectiva con los demás es sumamente importante para tener buenas relaciones interpersonales y crear redes de apoyo social. Muchos niños parecen desarrollar estas habilidades de forma natural; otros, sin embargo, requieren una instrucción más formal. En la infancia las actividades, los juegos y los deportes se convierten en un campo decisivo para la interacción y, por tanto, para el aprendizaje natural de las habilidades de comunicación. ¿Cuánto tiempo dedican nuestros hijos a estas actividades, en qué condiciones, cuáles son sus opiniones respecto a ellas?

En muchas habilidades de comunicación existe un proceso progresivo en el que se incorporan componentes de una habilidad más básica a otras más complejas. Por ejemplo, escuchar y hacer preguntas son habilidades importantes por sí mismas en los niños pequeños; más tarde, se convierten en componentes de su conversación. ¿Cuáles son los niveles de comunicación dentro de nuestra familia, qué temas se abordan, con qué riqueza de lenguaje, con qué tipo de estilo comunicativo (más o menos agresivo, más o menos asertivo, más o menos...)? .

Capacidad de resolución de problemas.

Todos nosotros estamos constantemente enfrentándonos a problemas y decidiendo cómo solucionarlos. Muchas veces, el proceso de resolver conflictos diarios es tan automático que ignoramos cómo lo hacemos exactamente. No obstante, nuestra vida se paralizaría si no tuviéramos la capacidad de identificar las dificultades y llegar a decisiones eficaces. En este aprendizaje están incluidos los niños porque también ellos se enfrentan con sus problemas diariamente. ¿Cómo se resuelven los conflictos en la familia y en el entorno de nuestros hijos? Adquirir las habilidades de resolución de problemas tiene, entre otras ventajas, que los niños aprenden a hacer frente al estrés y a la frustración con mayor eficacia. Algunos investigadores se atreven a sugerir que los niños que adquieren gran habilidad en esta área tienen menos probabilidades de desarrollar problemas psicológicos importantes. En todo caso, aprender a resolver problemas de forma autónoma es una fuente de autoestima positiva para el niño.

2.3 La tristeza y la depresión

Expresar sentimientos no es tarea sencilla. Los padres deben contribuir a que sus hijos aprendan a expresar sus sentimientos y emociones asegurándose de proporcionarles los modelos más adecuados de aprendizaje emocional y de expresión de sentimientos.



Este tipo de aprendizaje se realiza fundamentalmente en la familia porque los padres aman a los hijos y los hijos a los padres y esto es suficiente para iniciar el arte de comprender y sentir sus emociones. Este aprendizaje emocional se manifiesta en lo que los padres dicen y hacen y también en los modelos que les ofrecen para manejar sus propios sentimientos en pareja.

El PRIMER PASO para conseguir salir triunfantes en esta difícil tarea es ser capaces de escuchar con toda atención a los hijos, en cualquier situación y edad. Los padres deben transmitirles que sus sentimientos son tan importantes para ellos como para los padres.

Otro punto importante es no intervenir con palabras antes de que ellos hayan expresado totalmente sus inquietudes. Alguna expresión como “vaya”, sin emitir más palabras les dará espacio para comunicarse sin sentirse juzgados. Expresiones de este tipo manifiestan interés por lo que los hijos dicen; expresan que los padres les escuchan e intentan comprender; se trata, en definitiva de emitir respuestas abiertas (aspecto que trataremos en otro artículo).

En tercer lugar, hay que ayudarles a nombrar lo que sienten. Cuando los niños saben que son escuchados y comprendidos aprenden a fiarse de sus sentimientos, a manejar emociones como la tristeza, antipatía, vergüenza, ira o rechazo. Para tener éxito en las relaciones sociales es fundamental mantener el control de las emociones, por encima del carácter personal y ello se consigue si en la familia se lo facilitamos.

Si se observa el desarrollo emocional de los niños se pueden descubrir estadios iniciales de problemas que pueden llegar a ser serios. Hablamos de algunos síntomas como tristeza persistente, lloros. Esto puede ser una señal de alarma ante una depresión infantil, que diagnosticada tempranamente se podrá tratar con eficacia.

La DEPRESIÓN se puede definir como una situación afectiva de tristeza mayor en intensidad y duración que ocurre en un niño. Es una enfermedad causada por la condición depresiva persistente interfiriendo con la habilidad de funcionar del niño o adolescente.

Existe mayor riesgo de padecerla en niños que viven con mucha tensión o que han experimentado una pérdida traumática. También hay riesgo en niños que tienen desórdenes de la atención del aprendizaje o la conducta. Decíamos que es importante observar la conducta, o más bien, el cambio en la conducta para detectar posibles anomalías. Si un niño deja de jugar con sus amigos para pasar más tiempo sólo; si las cosas que le gustaban ya no le interesan o incluso si se empieza a portar mal en casa o en la escuela debemos dialogar de modo amigable con él para compartir lo que está experimentando y ayudarlo.

Existen algunos síntomas que nos pueden dar la clave ante una depresión: tristeza, irritabilidad, anhedonia (pérdida del placer), llanto fácil, falta del sentido del humor, cambios en el sueño, baja autoestima, sentimiento de no ser querido, cambios de apetito y peso, hiperactividad e ideación suicida.

Además de los anteriores síntomas también pueden observarse conductas como las siguientes:

1. Quejas frecuentes de enfermedades físicas como dolor de cabeza y estómago.
2. Deterioro en los estudios o faltas en la escuela.
3. Falta de energía y aburrimiento persistente.
4. Concentración pobre.
5. Desesperanza.
6. Pérdida de interés en sus actividades favoritas; o inhabilidad para disfrutar de las actividades favoritas previas.
7. Aislamiento social, comunicación pobre.
8. Sensibilidad extrema hacia el rechazo y el fracaso.
9. Aumento en la dificultad de relacionarse, coraje u hostilidad.
10. Cambios notables en los patrones de comer y de dormir.
11. Hablar de o tratar de escaparse de la casa.

El diagnóstico y tratamiento temprano es esencial ya que es una enfermedad real que requiere tratamiento y ayuda profesional. Algunos niños admiten cuando se les pregunta que están tristes o que son infelices. De ahí la importancia de la familia para recoger las inquietudes emocionales de los hijos y como decíamos al principio, fomentar el clima apropiado para expresar sentimientos o estados de tristeza y poder afrontarlo.

¿POR QUÉ SE PRODUCE LA DEPRESIÓN INFANTIL? Existen varios aspectos:

- ✓ Conductual: porque hayan ocurrido acontecimientos negativos en la vida del niño o ausencia de refuerzos.
- ✓ Cognitivo: cuando el niño ha tenido experiencia de fracasos, juicios negativos o indefensión aprendida entre otros.
- ✓ Psicodinámico: si ha existido pérdida de autoestima o pérdida del objeto bueno.
- ✓ Biológico: si existe una disfunción del sistema neuroendocrino, disminución de la actividad de la serotonina y por efecto de la herencia.

De todos estos factores se produciría una conducta desajustada cuando interaccionan varios de ellos. En la familia el niño va a desarrollar los elementos básicos para su vida futura: el lenguaje, motivaciones, hábitos, etc. En principio, el apego del niño a la madre es fundamental en su desarrollo personal y social. Los apegos inseguros se han relacionado con todo tipo de problemas de conducta y con la depresión.

También es fundamental las buenas relaciones del niño con sus padres así como el puesto que ocupa entre los hermanos. Se sabe que la posición intermedia es la más vulnerable. Es importante que los padres construyan de manera adecuada la autoestima en los niños así como incentivar la capacidad de afrontar problemas y manejar la frustración.

Y ¿QUÉ PAPEL TIENE LA ESCUELA CUANDO SE PRESENTA ESTA SITUACIÓN? En ella se puede localizar precozmente cualquier atisbo de depresión. También el rendimiento escolar puede determinar algún problema pudiendo ser causa o efecto de la depresión. De ahí la importancia de una buena evaluación y seguimiento del maestro para detectar cambios. En cuanto a los instrumentos de evaluación de la depresión infantil (esto únicamente lo damos a conocer a los padres a título de información, no para ponerlo en práctica), se pueden encontrar pruebas de lápiz y papel: entrevistas, cuestionarios, etc., en este caso si se quieren medir conductas interiorizadas. Y en el caso de querer medir una conducta manifiesta, se hará una observación de conducta, registro de conducta y aplicación del juego infantil.

También existen pruebas de carácter endocrino para evaluar aspectos biológicos. Es de gran ayuda la entrevista a los maestros, compañeros y familia del niño.

Por último cabe hablar de ¿QUÉ TRATAMIENTO SEGUIR? En principio, por supuesto el que el especialista establezca. Sabemos que lo lógico es que sea individualizado y dependerá de la fase de desarrollo en que se encuentre el niño.

Se acudirá al psicólogo para realizar terapia familiar o individual y, dado el caso, un tratamiento farmacológico puede ayudar.

2.4 El alcohol y los hijos



Es frecuente que en los medios de comunicación aparezcan noticias relacionadas con el consumo de alcohol por parte de los jóvenes. Se empieza probando cada vez más pronto. Ya sabemos que es debido a la necesidad por parte del individuo de probar nuevas sensaciones y de ser admitido como miembro del grupo social en el que quiere integrarse. La familia debe estar a la altura y saber reaccionar, hablando e informando de las alternativas que existen y de la actitud más adecuada que el hijo debe adoptar.

Sabemos también que desde las primeras inmersiones en el mundo del alcohol hasta una dependencia clara hay un pequeño paso.

Se puede llegar al alcoholismo sin darse cuenta, entendiendo por alcoholismo, y siguiendo la definición de la Organización Mundial de la Salud, “el consumo de alcohol por parte de un individuo, que supera los límites aceptados por la cultura o que afecta a la salud o a las relaciones sociales”.

Las familias, los hijos y los padres, deben saber que el alcoholismo se ha convertido en una de las principales causas de muerte en el mundo entero. Las consecuencias son negativas en distintos órdenes y en el caso de los hijos la primera incidencia es en el plano de los estudios. Por otro lado, cada fin de semana los servicios de urgencia de los hospitales atienden a muchos jóvenes que han sufrido una intoxicación etílica aguda. La intoxicación se da al ingerir sin control una gran cantidad de bebidas alcohólicas, generalmente de varios tipos. La fase más peligrosa aparece cuando la tasa de alcohol en la sangre supera los 3 gramos por litro, ya que la persona entra en coma etílico y puede morir.

Por desgracia muchos jóvenes asocian el alcohol con la diversión. Deben ser conscientes que consumiendo alcohol es más fácil caer en el ridículo y no se disfruta plenamente de las situaciones agradables del medio.

Como en otros casos, el consumo de alcohol empieza en los jóvenes debido, en gran parte, por el comportamiento de los modelos que tienen a su alrededor, los padres. Por eso, desde aquí queremos dar un toque de atención a las familias para que vigilen su conducta ante los hijos.

Los psiquiatras afirman que los niños de padres alcohólicos o que viven en ambientes donde está presente el alcohol de manera habitual, corren mayor riesgo de tener problemas emocionales que los niños de ambientes más asépticos.

El alcohol es común en muchas familias. Los hijos que viven en ambientes donde el alcohol es habitual tienen cuatro veces más probabilidad de convertirse en alcohólicos además de otros problemas como los siguientes:

- a) Culpabilidad: el niño puede creer que es la causa de que su padre o su madre abuse de la bebida.
- b) Ansiedad: el niño puede estar constantemente preocupado sobre la situación en su hogar.
- c) Vergüenza: los padres pueden transmitirle al niño el mensaje de que hay un terrible secreto en el hogar. El niño que está avergonzado no invita sus amigos a la casa y teme pedir ayuda a otros.
- d) Incapacidad de hacer amigos: como el niño ha sido decepcionado tantas veces por el padre que bebe, no se atreve a confiar en otros.
- e) Confusión: el padre que consume alcohol es ambivalente en su carácter y conducta, lo mismo es violento que amable sin encontrar relación con el medio en el que está.
- f) Ira: el niño siente ira y rabia contra el padre alcohólico porque bebe tanto y suele estar enojado también con el padre que no es alcohólico porque no le da apoyo o lo protege.
- g) Depresión: el niño se siente solo e incapaz de poder hacer algo para cambiar la situación.

Pero para una mejor educación y prevención del consumo de alcohol es necesaria la información. De forma breve diremos que las BEBIDAS ALCOHÓLICAS se dividen en dos grandes grupos: las fermentadas son el resultado de la transformación, por medio de levaduras, de los azúcares en alcohol. Es el caso de la uva en el vino o el cava; de la cebada o la malta en las cervezas y de la manzana en la sidra. También están las bebidas destiladas que se obtienen al calentar cualquier líquido que contenga alcohol, normalmente producido mediante fermentación.

Y dentro del marco de la información hay que hablar de los EFECTOS que produce el alcohol cuando se consume en exceso (además de los problemas citados anteriormente) Lo primero que encontramos es una alteración del sistema nervioso central que, como consecuencia, afecta la capacidad para percibir fielmente el entorno, modifica el estado de ánimo y provoca diversas alteraciones físicas.

Los signos más comunes de intoxicación alcohólica son somnolencia, errores de cálculo en las distancias (recordemos los tristes accidentes de jóvenes en la carretera), desinhibición, alegría, tristeza o agresividad exageradas, dificultad para hablar y para pensar lógicamente, movimientos descoordinados e involuntarios, pérdida del equilibrio, etc.

La aparición y la intensidad con que se presentan los efectos dependen de la velocidad a la que el alcohol es absorbido y llega a la sangre. Intervienen varios factores, como la rapidez con que se ingiere, el volumen de alcohol en la bebida, la composición química concreta de la bebida, el sexo (científicamente se considera alcoholismo una ingestión superior a 50 gramos diarios en la mujer y 70 gramos en el hombre), la habituación y si se toma en ayunas o acompañado de alimentos.

Además de los problemas y de los efectos que provoca el alcohol es necesario informar aquí de algo muy grave y es las ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL ALCOHOL. Destacan las siguientes:

1. Alteraciones cardíacas. El alcohol aumenta la presión arterial y provoca ritmos cardíacos irregulares.
2. Cáncer. El alcohol tiene la propiedad de aumentar los efectos cancerígenos de otras sustancias como el tabaco.
3. Trastornos mentales y neurológicos. Hemos dicho que se provoca una alteración del sistema nervioso central con la consecuencia de depresiones, insomnio, dolor de cabeza, alteraciones mentales, etc.
4. Cirrosis hepática. Enfermedad del hígado.
5. Diabetes. El páncreas no consigue estabilizar los niveles de glucosa en la sangre a través de la producción de la insulina.

6. Infecciones. El alcohol disminuye la capacidad del cuerpo para defenderse de las enfermedades en general.
7. Síndrome de dificultad respiratoria aguda.
8. Interacción con diferentes medicamentos. Pueden aparecer algunos efectos secundarios. Se da en relación con ansiolíticos, sedantes, antidepresivos y antipsicóticos. El alcohol también interacciona con medicamentos para la diabetes y con fármacos anticoagulantes.
9. Embarazo y desarrollo fetal. El alcohol puede causar lesiones al feto, puede llegar a provocar abortos y es responsable del bajo peso en los recién nacidos.

Y ¿CÓMO PUEDEN LAS FAMILIAS DETECTAR UN POSIBLE INICIO DEL HIJO EN EL MUNDO DEL ALCOHOL? Por medio de las siguientes características:

- Fracaso en la escuela y ausencias frecuentes.
- Falta de amigos, retraimiento de los compañeros de clase.
- Comportamiento delincuente, como el robar y la conducta violenta.
- Quejas frecuentes de problemas físicos, como dolores de cabeza o de estómago.
- Abuso de bebidas alcohólicas o drogas.
- Agresión contra otros muchachos.

Ante un caso de consumo destacado de drogas por parte de un hijo o con el fin de prevenir que una situación de estas aparezca, es conveniente seguir las siguientes PAUTAS en la familia:

1. Los padres deben reconocer que el alcohol ha existido y existirá siempre. No pueden mirar para otro lado. No pueden pensar que sus hijos no van a contactar nunca con él.
2. Hay que ayudar a los hijos a crecer en un mundo donde saben que existe el alcohol (hoy día sufrimos el problema del botellón y de la práctica del consumo del alcohol en las fiestas de cualquier localidad por pequeña que sea).
3. Si entran en contacto con el alcohol, la familia debe asegurarse de que los hijos son capaces de decidir por sí mismos y no se dejan llevar por las influencias sociales, ni por las presiones del grupo de iguales.

4. La comunicación, el afecto y el reconocimiento en el contexto familiar, vuelve a ser la mejor arma y recurso familiar para afrontar cualquier problema relacionado con el alcohol o con cualquier droga legal o ilegal.
5. La familia debe estar en contacto con los profesores de los hijos.
6. No hay que esperar al último minuto para resolver un problema que está presente y del cual se es consciente desde hace tiempo. Es mejor prevenir que curar.
7. No hay que hacer monólogos moralizantes sobre el alcohol o las drogas.
8. El adolescente necesita la existencia de normas y un cumplimiento estricto: hora de llegada, tareas a realizar en casa, etc.
9. Los padres deben tener ideas comunes y consensuadas. Debe existir coincidencia de criterios.
10. Los jóvenes deben tener la oportunidad de poder tomar decisiones sobre la distribución del tiempo, el ocio, etc.
11. Los amigos deben poder ir a casa y los padres deben conocerlos.
12. La conducta de los padres es muy importante como modelo de aprendizaje de los hijos.

CAPÍTULO III: Objetivos educativos de los padres

3.1 Aprender y mejorar en habilidades sociales



Tener habilidades sociales significa saber comportarse en el entorno en que vivimos y definen la forma en que nos comportamos y lo que decimos cuando estamos con los demás. Hay buenas maneras y malas maneras de hablarle a la gente y de comportarnos con las personas. Al aprender las habilidades sociales aprendemos las buenas maneras de hacerlo. A los niños hay que

decirles: “si tienes unas buenas habilidades sociales seguramente tendrás más amigos y amistades que alguien que no las tenga. Te llevarás mejor con los maestros, compañeros de clase o de juegos y con tus familiares”.

TIPOS DE HABILIDADES SOCIALES

Hay muchos y diferentes tipos de habilidades sociales.

Unas son muy fáciles de llevar a cabo:

- ✓ HACER UN CUMPLIDO cuando te gusta algo de una persona.
- ✓ PEDIR UN FAVOR cuando necesitas algo.
- ✓ DECIR GRACIAS cuando te ayudan.
- ✓ SALUDAR, decir las buenas horas.

Otras habilidades son más difíciles:

- ✓ Pedir un CAMBIO DE COMPORTAMIENTO a otros.
- ✓ DECIR NO a un amigo cuando nos pide un favor, de forma que no se enfade.
- ✓ RESOLVER UN CONFLICTO, un problema.
- ✓ TRATAR CON LOS ADULTOS.

ELEMENTOS DE LA CONDUCTA HABILIDOSA

Los tres elementos de la conducta habilidosa son:

- La mirada
- La distancia interpersonal
- La postura

La mirada

La forma en que miramos es muy importante cuando nos relacionamos con los demás. Debemos mirar a una persona a los ojos o a la zona superior de la cara (zona que rodea los ojos). Si miramos a quien hablamos o escuchamos conseguiremos mayor respuesta que si estamos mirando hacia otro lado. Esto es indicativo de que seguimos la conversación y de que nos interesa. Sin embargo hay que tener en cuenta que un exceso de contacto ocular muy fijo y continuo puede resultar molesto a nuestro interlocutor. Si retiramos la mirada estamos indicando desinterés, timidez, sumisión o sentimientos de superioridad.

La distancia interpersonal

Existen distintas zonas:

- a) Distancia íntima (0-50 cm): en esta zona se sitúan las personas amadas y familiares.
- b) Distancia personal (50-125 cm): es el espacio personal de cada uno, una especie de esfera protectora que nos gusta mantener entre nosotros y el resto de los individuos.
- c) Distancia social (1,25-3,5 m): es la distancia que se mantiene para trabajar en equipo o en relaciones sociales ocasionales.
- d) Distancia pública (más de 3,5 m): es la que nos gusta mantener con los desconocidos (por ejemplo al caminar por la calle).

Hay situaciones en las que no se respetan estas distancias. Si una persona se sitúa en un tipo de distancia que no le corresponde entonces nos sentimos incómodos. Esto se produce en los dos sentidos, tanto si un desconocido se sitúa en nuestra distancia personal como si una persona muy cercana (por ejemplo nuestro hermano, hermana, primo, etc.) se mantiene alejada de nosotros y evita el acercamiento.

La postura

La postura es la posición que adoptan los miembros (brazos y piernas) de una persona con respecto al cuerpo, lo cual influye en la relación con otros. La postura de nuestro cuerpo es algo que nuestro interlocutor percibe a simple vista y por tanto hay que cuidar. La inclinación de nuestro cuerpo hacia la persona con la que hablamos es una muestra de atención y acercamiento, mientras que estar echado hacia atrás en la silla indica desinterés o rechazo.

¡CRUZAR LOS BRAZOS ESTÁ PROHIBIDO! Tener los brazos cruzados se asocia con una actitud defensiva, mientras que la distensión y relajación de los brazos transmite una actitud confiada. El mantener una conversación con alguien que tiene los brazos cruzados puede indicarnos que esa persona no pretende cambiar sus planteamientos.

TIPOS DE COMPORTAMIENTOS

Cuando los niños aprenden las habilidades sociales tienen que atender uno de los aspectos básicos más importantes, que es la diferencia entre varios tipos de comportamientos:

- el comportamiento PASIVO
- el comportamiento AGRESIVO
- y un tipo especial de comportamiento o conducta que llamamos CONDUCTA ASERTIVA

Si una persona actúa de forma pasiva no se expresa a sí misma, se comporta como un ratón: deja que los demás niños le manden, le digan lo que tiene que hacer y no defiende sus derechos. Sus necesidades, opiniones o sentimientos son ignorados y, puede que los otros niños se aprovechen de él.

El comportamiento agresivo es el que se observa en los niños mandones, que meten miedo a los demás. Critican a los demás niños y los humillan, dejándolos en ridículo. Sólo se preocupan por conseguir lo que ellos quieren y cuando quieren. Rara vez se preocupan por los sentimientos de los demás y con frecuencia se meten en líos o peleas. Por su forma de ser tienen pocos amigos de verdad. Son los niños agresivos.

Queda, por último, dedicar unas líneas a la conducta ideal, la CONDUCTA ASERTIVA. La asertividad se refiere al hecho de comportarse tal y como uno es. Significa dejar que los demás sepan lo que sientes y lo que piensas de una forma que ofenda, pero que al mismo tiempo te permita expresarte.

También significa defender tus propios derechos e intentar siempre ser sincero, justo y honrado. La asertividad es solo una parte de las habilidades sociales, aquella que reúne las conductas y pensamientos que nos permiten defender los derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido. Lo ideal sería que todos nosotros actuásemos de forma asertiva, ya que entonces pocas veces nos pelearíamos, perderíamos amigos o sentiríamos miedo de estar con los demás.

3.2 Los hijos y las habilidades sociales

¿No es verdad que hoy día los jóvenes dan la sensación de no saber estar, de no saber relacionarse y hablar entre ellos? Incluso a la hora de mantener una discusión -ya nos cuesta a los mayores...- no saben defender su criterio sin herir la idea y los sentimientos del otro (lo que conocemos por asertividad).

Las pautas de comportamiento nos ayudan a cultivar habilidades que nos hacen sentir mejor con nosotros mismos y también a ser más valorados por las personas con quien nos relacionamos. Estas pautas se pueden -se deben- aprender, y su uso continuo puede generar un hábito.

Invitamos desde aquí a las familias a analizar las pautas que presentamos a continuación, porque benefician a todos: a grandes y a menos grandes. En el caso de los grandes (los padres), el beneficio es doble, ya que mejora sus relaciones y habilidades sociales y, al tiempo, sirven como modelo y ejemplo para los más pequeños.

Pauta 1 - Al iniciar una conversación, hay que actuar con naturalidad, interés y empatía.

Al principio debemos saludar y presentarse uno mismo (si no hay un maestro de “ceremonia” o amigo que dirija la reunión). Lo debemos hacer con naturalidad. Hay que mirar a los ojos cuando se habla. Debemos ser cumplidos hacia la otra u otras personas sin resultar “pomposos”. El objetivo es transmitir una imagen positiva a la persona con la que se habla. Podemos también comentar o preguntar por la situación, el motivo que genera el encuentro, la cita. Por último, debemos preguntar o hacer algún comentario sobre lo que conocemos del interlocutor, sus estudios, sus aficiones, etc.

Por encima de todo hay que evitar hablar con ironía o con tópicos negativos: “esto es un rollo, aquí la gente está aburrida...”. No debemos criticar de forma ofensiva a alguien que está en la reunión o en un acto al que asiste el grupo al que pertenecemos. No hay que ser dogmático: “todas las chicas son iguales”. Hay que tratar de no comenzar la conversación con comentarios muy personales. Tampoco se debe hablar con voz demasiado alta o muy baja, ni adoptar posturas incorrectas, poco elegantes.

Pauta 2 - Al mantener una conversación, debemos ser activos, escuchar y relajarnos.

Hay que buscar un equilibrio entre hablar y escuchar para que todos los que asisten a la reunión tengan un hueco y puedan intervenir y manifestar sus ideas. Hay que hacer señales para demostrar que se está escuchando, y manifestar con gestos que se quiere intervenir. También es muy importante mantener el contacto visual. Nuestra intervención debe estar en relación con el centro de interés de la reunión y no irnos “por las ramas”. En caso de que queramos cambiar de tema hay

que avisar. Buscaremos una conversación equilibrada y no utilizaremos los monosílabos en nuestras respuestas.

Pauta 3 - Hay que olvidarse del temor cuando pedimos un favor.

Vivimos en un ambiente en el que pensamos que los demás saben lo que nos gusta, lo que necesitamos, en definitiva, lo que nos agrada. Y eso no es siempre así. Hay ocasiones en que nos vemos en la obligación de pedir un favor y lo tenemos que hacer con la confianza puesta en que se nos va a tratar muy bien, ya que lo estamos pidiendo a personas muy queridas. Los amigos y familiares nos van a atender como es justo y no hay que temer que se nos niegue un favor. En caso de ser así seguro que existe una justificación.

Pauta 4 - Si negamos una petición o un favor a algún amigo, debemos explicar el porqué.

En relación con la pauta anterior, si hemos de rehusar una petición tenemos la obligación de dar explicaciones razonadas. Pero también tenemos que ofrecer alguna alternativa, pues comprendemos el motivo que generó la petición. Hay que distinguir entre los comentarios de las personas que nos conocen y las posibles manipulaciones a base de halagos gratuitos (“como eres tan bueno...”, “como tú lo haces tan bien...”), críticas vacías (“nunca te volveré a pedir esto...”, “no te preocupes, que no te volveré a solicitar...”) o los sentimientos de culpa (“no pensaba eso de ti...”, “estoy hecho polvo por lo que me has dicho sobre...”). En estos casos, debemos comprender las razones que llevan a nuestros interlocutores a manifestarse así, pero debemos mantenernos firmes si los planteamientos iniciales que originaron una posible situación de conflicto no han cambiado.

Pauta 5 - Hay que aplicar raciocinio, ponderación y medida ante una crítica.

En una crítica no debemos leer un ataque. Nuestra primera reacción es la defensa inmediata a través de otro ataque o de una justificación. Hay que identificar los aspectos objetivos de la crítica y afrontarlos, tratando de evitar tanto la defensa sistemática como el contraataque sin más.

Pauta 6 - Debemos ser firmes al aceptar o rechazar a otras personas.

Vivimos en un mundo lleno de paradojas. A veces aguantamos estoicamente a las personas que nos caen mal o no nos caen del todo bien y, sin embargo, nos permitimos el lujo de atacar a quienes más apreciamos... ¿será por lo de la

confianza?. Debemos ser firmes ante estas situaciones, tanto para mantener amistades como para evitar las compañías que no nos satisfacen del todo. Para este fin debemos utilizar correctamente los comportamientos de acercamiento (sonreír, sostener la mirada, orientar el cuerpo hacia la otra persona y demostrar con palabras nuestro interés por lo que hace o dice, etc.) o de rechazo (hacer y decir de forma educada lo necesario para que la otra persona capte nuestro mensaje de desinterés, respondiendo con monosílabos, mirando hacia otras personas, despidiéndonos con cortesía).

Pauta 7 - Debemos admitir el desconocimiento sobre algo; ¡no hay por qué saber de todo!

No es ninguna humillación reconocer que no sabemos sobre el tema que se trata en una conversación de amigos. Lo que debemos evitar es la arrogancia de quien utiliza expresiones del tipo: “sí, ya lo sabía...”, “a mí me lo vas a decir...”, pese a que seamos unos técnicos o sepamos de qué va lo que se trata. Es mejor y vamos a conseguir mejores resultados si, por el contrario, nos interesamos por lo que dicen los demás, acompañamos con gestos de aprobación y nos comportamos de una forma humilde aunque, tal vez, sepamos más que nuestros interlocutores. ¡ Si, por el contrario, no dominamos el tema que se trata, no debemos dejarnos dominar por pensamientos como “qué van a pensar si digo que no sé...”, “debería saber más sobre lo que están hablando...”. Estos últimos pensamientos únicamente nos perjudican.

Pauta 8 - Manifestar elegancia y humildad al reconocer nuestros errores.

No hay nadie perfecto y todos cometemos errores que debemos reconocer, porque eso es de personas nobles y maduras. Si sabemos pedir disculpas ganamos, incluso, prestigio social entre los que nos rodean. Si, por el contrario, ocultamos los errores, demostramos debilidad (sobre todo si se descubren). Cuando reconocemos un error debemos evitar pensamientos negativos como “soy un desastre...”, “todo lo estropeo...”, “no debería haber...”.

Pauta 9 - Hay que tener serenidad al recibir cumplidos.

No hay que recurrir a la falsa modestia cuando nos halagan o reconocen una tarea bien hecha. Es de esperar que los cumplidos son sinceros cuando vienen de parte de personas de nuestro entorno que sabemos que nos aprecian. Debemos, entonces, agradecer y aceptar con serenidad la intención de valoración por parte de quien hace el cumplido. Lo mejor por parte del halagado es dar las gracias y

reconocer el gran esfuerzo y el mucho interés que se ha puesto para conseguir el objetivo buscado.

Pauta 10 - Directos al grano al finalizar una conversación.

No hay que alargar más la conversación sin necesidad. En ocasiones hemos vivido conversaciones que nos parecía que nunca se acababan. Tenemos derecho a elegir y manifestar con toda la claridad nuestro deseo de finalizar. Por otro lado, hay que desterrar los pensamientos que inducen a pensar que es una grosería o de mala educación interrumpir a quien nos habla; o pensar que el interlocutor se va a ofender. Únicamente y de forma respetuosa hay que decir algo así como: “perdone/a que le/te interrumpa pero me tengo que marchar...”.

3.3 Educar en el uso del dinero

Estamos en una sociedad consumista en la que continuamente se nos está animando a tener más y más cosas. Las personas ricas aparecen como el referente del triunfo, del poder.

En este contexto es en el que hay que educar a nuestros hijos en el uso correcto del dinero, para que sean poseedores del mismo y no al revés, ser dominados por el dinero.

Tener mucho dinero no es ni bueno ni malo moralmente hablando; lo malo no es el dinero, sino amarlo desordenadamente. Tener dinero obliga a la responsabilidad de hacerlo fructificar, sin limitarse a disfrutarlo egoístamente. El valor de la riqueza ¿y de quien la tiene? depende del fin al que se destina.

Criterios de uso del dinero

Es necesaria una educación en el uso del dinero, de forma que los hijos aprendan a considerarlo como lo que es: un medio.

Es recomendable que los hijos no dispongan de demasiado dinero y se acostumbren a no despilfarrarlo. Es más educativo que estén cortos de dinero que largos. Cuando se tiene más que las necesidades, fácilmente se cae en el despilfarro, se crean necesidades innecesarias.

Interesa enseñarles a no gastar el dinero de inmediato, a valorar distintas ofertas, a comparar precios. Con ello se les está enseñando a comprar lo más adecuado en la relación precio-calidad. Hay jóvenes que no pueden tener de dinero porque

lo gastan de inmediato, casi de manera compulsiva. A estos hijos habrá que entrenarlos a postergar las compras, a que busquen información sobre las alternativas, que las sopesen y elijan.

Han de aprender a administrar las pequeñas cantidades que reciben de sus padres o familiares. Surge la cuestión, si el dinero que reciben ha de ser una asignación periódica: semanal, quincenal, mensual, o se les ha de dar solamente cuando tengan alguna necesidad de comprar algo. Parece más formativo que tengan una asignación periódica, porque se les brinda la posibilidad de entrenarse en el manejo y administración del dinero.

Ordinariamente no se deben premiar o castigar con dinero las conductas de los hijos porque se corre el peligro de que el dinero se convierta en móvil de las actuaciones. No cabe duda de que el dinero es un poderoso reforzador de la conducta -los humanos somos capaces de hacer cualquier cosa por dinero- y así lo vemos en la sociedad que nos rodea, pero no podemos caer en el peligro de poner precio a cada una de las conductas que esperamos de nuestros hijos, nos meteríamos en una espiral peligrosa. No obstante, no pasa nada que en algunas circunstancias lleguemos a acuerdos con nuestros hijos para comprarles algo si hacen determinada conducta o consiguen tal cosa, pero con la intención de sustituir el refuerzo material del dinero, por la propia satisfacción de lo bien hecho, del deber cumplido... Pero no es conveniente remunerar los encargos ordinarios de casa.

Conviene dar una autonomía progresiva, para que aprendan a ajustar a un presupuesto sus aficiones. El saber implica práctica. Si queremos que sepan administrarse han de tener entrenamiento en cómo hacerlo. Tienen que ajustar sus gastos a los ingresos que tienen.

Es interesante aprovechar ocasiones -compras, un día de trabajo- para que conozcan el valor del dinero y lo que cuesta ganarlo. El dinero no cae del cielo, su consecución implica esfuerzo, trabajo, y ello lo tienen que saber y mejor experimentar nuestros hijos para que lo valoren.

Enseñarles a ahorrar y a no gastar en caprichos. Puede ser interesante que algunas cosas en las que están empeñados -por ejemplo, una prenda de ropa de marca- la paguen en parte con su dinero: les ayudará también a que cuiden su ropa para que dure.

Pero no sólo deben de ahorrar para ellos: también han de hacerlo para los demás, hermanos, padres, amigos, ayudas sociales... Es una manera de hacer a nuestros

hijos más solidarios al hacerlos compartir con los demás. Desde comprar un pequeño regalo para un hermano o miembro de la familia, hasta prestar de manera desprendida.

Hacerles reflexionar sobre el porqué de sus gastos, y procurar que conozcan las necesidades de los demás. Se trata que sean sobrios en sus gastos, no despilfarradores del dinero que a otros les puede ser imprescindible porque carecen de lo necesario.

Interesa que los padres informen a los familiares (especialmente a los abuelos) de los criterios educativos de la familia en este tema. Para educar es necesario que haya unidad de criterios entre los que forman la familia, los padres en primer lugar y de los abuelos con los padres. Los abuelos no pueden dar los caprichos que les niegan los padres buscando con ello el cariño de los nietos. Han de seguir los mismos criterios que tienen los responsables principales: los padres.

No darles demasiadas cosas para suplir la escasez de tiempo que dedican a sus hijos y que se acostumbren a agradecer las que reciben. Un peligro que se da en nuestra sociedad es que suplamos la falta de tiempo que dedicamos a nuestros hijos comprándoles muchas cosas para ganarnos su afecto. La necesaria dedicación de tiempo a los hijos no se sule con cachivaches.

Cuidar lo que tienen, cuidarlo para que dure y esté en condiciones correctas. Prestar atención a la ropa: que conozcan el precio de la ropa que se les compra, acostumbrándoles a elegir lo que conviene, no lo más caro. Enseñarles a cuidarla, a doblarla, guardarla, prepararla para el día siguiente

Ayudarles a vivir la autodisciplina diaria: orden en la habitación, puntualidad... La capacidad de autocontrol nos permite ser dueños de nosotros mismos y de las cosas que tenemos, pero para conseguirlo nos hemos de entrenar en las cosas más normales y corrientes que hacemos a lo largo del día: ser puntual al levantarnos, al empezar a estudiar, tener ordenada nuestra mesa de trabajo.....

No permitirles que entren en una constante comparación con los demás: marcas de ropa, material deportivo... La sociedad de consumo nos vende no sólo lo último del mercado sino la mejor marca. Es frecuente observar la dependencia que tienen los adolescentes de las marcas, hay que enseñarles que la persona no vale por la marca de lo que lleva puesto, sino por lo que es y hace con los demás.

Evitar los caprichos en las comidas y bebidas: comer lo previsto para todos, no fuera de hora, en demasía, que aprendan a servirse la comida, sin elegir lo mejor para ellos; y a cuidar los modales en la mesa...

Acostumbrarles a llevar un ritmo ordenado de vida, a aprovechar el tiempo, a levantarse y acostarse según lo previsto, respetar el plan de estudio establecido sin interrupciones.

No ahorrarles sacrificios razonables: que aprendan a colaborar en pequeños encargos: hacer la cama, limpiar la ducha, ventilar el cuarto...

De vez en cuando, ayudarles a revisar sus pertenencias para ver si hay juguetes u objetos que no necesita ni utiliza: pueden servir para otros hermanos o personas necesitadas.

3.4 Educar la voluntad de los hijos



La palabra voluntad procede del latín voluntas-atis, que significa querer. Por tanto, la voluntad es una facultad superior en la persona que nos lleva a querer algo, es decir, es un acto intencional, de inclinarse o dirigirse hacia algo.

La voluntad es la capacidad suprema pues es la que tiene la última palabra sobre nuestras acciones, ya que la inteligencia informa de posibilidades pero la voluntad decide qué es lo que va a hacer la persona.

Decimos que un acto es voluntario en la medida que está realizado con conocimiento de lo que hacemos y con libertad. La mayor parte de las acciones humanas son voluntarias, en cuanto que sé lo que estoy haciendo y además soy libre para hacerlo. Al contrario, cuando faltan esas dos características, se habla entonces de los actos del hombre, como pueden ser la circulación sanguínea, la dormición, etc.

En el proceso del acto voluntario se dan las fases siguientes:

a) Plantearse un fin a alcanzar

La conducta se mueve por metas, por fines que me propongo y que trato de conseguir mediante acciones más o menos fáciles o difíciles. Los fines es lo primero que se da en la intención aunque sea lo último en conseguirlo.

La facultad que actúa en esta fase de proponerme fines, es la inteligencia que indica las metas a alcanzar. Esta meta puede ser más o menos clara, sin que tenga interferencias mi inteligencia para decidir. Ahora bien, en cuanto que la persona es un todo unitario de inteligencia, sentimientos, pasiones, etc, sucede que lo afectivo "obligue" a la inteligencia a proponerse objetivos claramente pasionales. Son las "razones del corazón" que la inteligencia no llega a comprender.

b) Deliberación de los medios para conseguir el fin

En esta fase la voluntad trata de encontrar qué medios o estrategias pongo en marcha entre los que dispongo o conozco para tratar de conseguir el fin que me he marcado.

Cuanta más información, datos, cultura tenga la inteligencia, más medios encontraré para conseguir la meta que me he propuesto. Es una fase de acopio de medios para un fin, por tanto, cuanto más medios se me ocurran, más posibilidades tengo para elegir los más idóneos para la meta que me he propuesto, y en consecuencia más libre seré en las decisiones que tome.

c) Decisión

Es el acto propio de la voluntad, es cuando elijo y quiero unos medios concretos para conseguir la meta que me he marcado. Elegir unos medios conlleva que hay otros que he tenido que dejar de lado, por no ser idóneos para la meta que me he marcado.

La inteligencia, las tendencias humanas descubren metas a realizar, a conseguir, la decisión las concreta, y mediante la ejecución, aquello se hace operativo. Por eso, la voluntad consiste en preferir, en escoger una posibilidad entre otras y llevarla a término.

d) Ejecución

Una vez que he decidido, el último paso en el acto voluntario es la realización de lo decidido, a pesar de las dificultades que se me puedan presentar. Este momento es el que requiere de la persona recursos de acción mayores para llevar a la práctica, lo que entiende que debe de hacer. Es también en este momento cuando puedo notar las dificultades, obstáculos que se me interponen y que me dificultan enormemente la consecución de la meta.

La falta o carencia de voluntad se llama abulia o nolición que significa no querer. La abulia se presenta en cada una de las fases anteriores o en varias de ellas, así se puede hablar de abulia de metas o fines, abulia de deliberación, cuando no termina el proceso deliberativo. Abulia de decisión, cuando no decide, por estar dándole vueltas a las cosas, que si sí, que si no. Abulia de ejecución, cuando no realiza lo decidido.

Hay que aclarar la distinción entre desear y querer, el deseo se manifiesta en el plano emocional, afectivo, sentimental, que con relativa facilidad aparece y desaparece. El querer se manifiesta en el plano de la voluntad y ha mediado el proceso enunciado anteriormente, tiene estabilidad y determinación.

El deseo se da con más frecuencia en el adolescente y no se traduce, ni conduce a casi nada. El querer es propio de la madurez y tiene capacidad de conducir a la meta mediante los ejercicios específicos que se proyectan en la dirección marcada.

Clases de voluntad

Podemos apuntar varias clases de voluntad:

Según la determinación que muestra:

- a) Voluntad inicial: Es la voluntad capaz de romper la inercia y poner en marcha a la persona hacia el objetivo que aparece ante ella, hay que decir que si no hay constancia vale de poco, pues cuando surjan las dificultades abandonará de inmediato.
- b) Voluntad perseverante: En ella intervienen elementos como el tesón, el empeño y la firmeza, y se va robusteciendo a medida que esos esfuerzos se repiten. Con una voluntad así se puede llegar a cualquier propósito.
- c) Voluntad capaz de superar las frustraciones: La frustración es el obstáculo que aparece entre mi y las meta a conseguir, que deja en mi una sensación de fracaso. La frustración es necesaria para la maduración de la personalidad, el hombre fuerte se crece ante las dificultades, que son superadas a base de volver a empezar.
- d) Voluntad para terminar bien la tarea comenzada: No se trata de empezar una tarea con buen ánimo, sino se trata de poner las últimas piedras de lo que se comienza y hacerlo bien, ello exige un entrenamiento diario.

Según el móvil que tenga nuestra voluntad:

1.- Consecución de metas relacionadas con el aspecto físico. Cuando es capaz de movilizar las energías por la consecución de cualquier meta corporal, física, pensemos en las dietas modernas de adelgazamiento, que llevan consigo un enorme sacrificio en la comida. El deporte en tantas facetas, la estética corporal, etc.

2.- Consecución de metas de ámbito social. Por medio de este móvil se pueden conseguir habilidades en la comunicación interpersonal, vencer la timidez o la dificultad de expresarse en público, etc.

3.- Consecución de metas de ámbito académico y cultural. La capacitación profesional eficiente, es uno de los móviles más fuertes en nuestra sociedad competitiva. La cultura hace al hombre más libre y con más criterio. Ser culto es ser rico por dentro, tener más claves para interpretar de forma correcta la vida humana.

4.- Consecución de metas referentes al prestigio y ámbito económico. En la sociedad de consumo necesitamos de dinero para tener cosas, es el ídolo al que hoy se le rinde adoración. Plantea el dilema del ser o tener. Por otra parte, el prestigio, la valía que tenemos ante los demás, es otro móvil importante.

5.- Consecución de metas espirituales. Busca los valores naturales y sobrenaturales. La necesidad de llenar el vacío interior, la búsqueda de la trascendencia que va más allá de lo material.

Según la meta requerida:

I.- Voluntad inmediata. Cuando la consecución del fin propuesto, requiere un ejercicio de inmediato de la voluntad, para poder alcanzar la meta a corto plazo.

II.- Voluntad a medio plazo. Cuando la consecución del fin que se ha propuesto, requiere el ejercicio de la voluntad durante semanas o meses para poder alcanzar la meta.

III.- Voluntad a largo plazo. Cuando la consecución del fin que se ha propuesto, requiere el ejercicio de la voluntad durante bastante tiempo –años- para alcanzar la meta. Es quien ha aprendido a esperar, y a sembrar.

3.5 Educar la tolerancia en un mundo de diversidad



La tolerancia se trata de un término que en la sociedad actual utilizamos a menudo pero cuyo concepto no está demostrado que se conozca con exactitud. Si consultamos el Diccionario de la Real Academia encontramos dos acepciones; en primer lugar se entiende por tolerancia el “respeto y consideración hacia las opiniones o prácticas de los demás, aunque sean diferentes a las nuestras” Por otro lado, encontramos otra definición con un sentido más específico que afirma que tolerancia consiste en “permitir algo que no se tiene por lícito, sin aprobarlo expresamente; o sea, no impedir –pudiendo hacerlo- que otro u otros realicen determinado mal” Si nos damos cuenta, la cuestión está en determinar el límite de lo no tolerable: la legítima diversidad siempre debe tolerarse (respetarse) y, sin embargo, la ilegítima puede tolerarse o no, depende las circunstancias. Estos planteamientos son los que como padres habrá que inculcar a los hijos de cara a su relación con sus iguales e integración en la sociedad compleja que les toca vivir.

De lo anterior debemos concluir que la tolerancia, entendida como respeto y consideración hacia la diferencia, como una disposición a admitir en los demás una manera de ser y de obrar distinta a la propia, o como una actitud de aceptación del legítimo pluralismo, es a todas luces un valor de enorme importancia.

Entendida así la tolerancia puede ayudar a resolver muchos conflictos y a erradicar muchas violencias. Por desgracia vivimos en un mundo en el que son frecuentes actos de violencia y maltrato al prójimo por lo que deducimos que una educación centrada en la tolerancia debe primar y promoverse de una forma necesaria y urgente.

Tal es así que en los sistemas educativos europeos resurge de nuevo la preocupación por el tema de la educación intercultural y del respeto a las minorías. Ya sabemos que vivimos en sociedades multinacionales, complejas y plurales en distintos ámbitos como el religioso, moral y cultural. La tolerancia hacia lo diferente se ha convertido en el reto más serio de la sociedad presente y futura. De ahí que una de las características esenciales de la escuela pública sea conseguir un objetivo de carácter moral; es decir, educar ciudadanos libres, democráticos, críticos y tolerantes. Todo ello desde una perspectiva integral del ser humano.

El propósito de la tolerancia es la coexistencia pacífica. FEDERICO MAYOR ZARAGOZA (que fue Director General de la UNESCO) afirma que una persona tolerante respeta la singularidad de cada persona. La tolerancia desarrolla la habilidad de adaptarse a los problemas de la vida diaria. Como adultos debemos saber también que la tolerancia es una fortaleza interna que le permite a la persona afrontar dificultades y disipar malentendidos.

EN EL ÁMBITO FAMILIAR, los padres desean que sus hijos crezcan libres de estereotipos, sin prejuicios. En la sociedad actual nos movemos entre gran variedad de culturas, personas de distintas razas y los hijos comparten aulas, vecindad con niños cuyo aspecto físico, idioma o costumbres son muy diferentes a las suyas. La familia es la primera escuela en la que se aprende la tolerancia porque siempre hay que hacer reajustes para que todos los miembros tengan cabida en la misma. El colegio es la segunda entidad en importancia donde inculcar el espíritu de la tolerancia.

Los padres deben responder a los hijos a estos comentarios o preguntas de forma simple e informativa. Por ejemplo: “nuestra familia es católica y la de Irene es judía” Si los hijos no nacen teniendo en cuenta las diferencias ¿cómo aprenden a tener prejuicios?

En ocasiones los padres se enfrentan al reto de hablar con los hijos de diversidad cuando ellos tienen aún dudas al respecto. Muchos padres se sienten inseguros cuando tienen que tratar a personas distintas a ellos en aspectos importantes debido a que sienten miedo a estar incómodos o a decir algo inconveniente ya que ellos no han tenido muchas oportunidades de encontrarse con gente diferente. Este reto para los padres de reconocer sus inclinaciones y sus limitaciones se ve reforzado por el hecho de haber crecido en una sociedad que tiene prejuicios de los cuales no es fácil librarse.

Los hijos con un poco de ayuda, acaban estando a gusto entre la diversidad. La semilla de la tolerancia, se planta con compasión y cuidado. Cuanto más afectuoso se vuelve uno y más comparte ese amor, mayor es la fuerza en ese amor. Cuando hay carencia de amor, hay falta de tolerancia.

Entre el nacimiento y los 5 años aprenden muchos valores sociales. Aunque en ocasiones ellos se comporten de manera excluyente hacia otros niños, no quiere decir que hayan formado ya sus propios «prejuicios» Si no hay una intervención activa, este comportamiento que en principio es por imitación, acaba en prejuicios reales.

Llegados a este punto nos preguntamos ¿CÓMO AYUDAR A LOS HIJOS A LUCHAR CONTRA LOS PREJUICIOS? La primera norma es educar y apoyar a los hijos cuando se enfrenten a situaciones en las que sean blancos de discriminación o testigo de ellas.

Es bueno que sepan que existe colaboración y ayuda y les dará confianza saber que tal vez ellos sean capaces de cambiar algo injusto. En nuestra sociedad actual existen educadores que han investigado y han trabajado para crear un programa capaz de contrarrestar prejuicios todavía existentes y han desarrollado un «planteamiento no discriminatorio» para la educación. En ella hay cuatro componentes:

1. Valorarse uno mismo como miembro de todos los grupos a los que pertenece.
2. Valorar a otros que pertenecen a grupos distintos.
3. Reconocer los prejuicios e injusticias sociales por pertenecer a determinados grupos.
4. Pensar en la forma de reaccionar ante la injusticia defendiéndose uno mismo y convirtiéndose en aliado de otros grupos.

Debemos saber que EL PRIMER PASO PARA VALORAR LA DIVERSIDAD ES HONRAR Y VALORAR NUESTRA PROCEDENCIA. Todos operamos desde un contexto cultural que desempeña un papel importante en las decisiones que tomamos como padres. Pero la cultura no es algo estático, es dinámico, adaptable a las nuevas influencias, a la economía, geografía, etc. También varía de una persona a otra. La cultura está formada de pequeños detalles: costumbres, recetas de cocina... Todos tenemos un legado cultural importante y mientras lo enseñamos a los hijos les ayudamos a respetar otros y a establecer las bases para apreciar la diversidad.

Para terminar debemos apuntar varias FORMAS DE AYUDAR A SU HIJO A VALORARSE. En concreto y entre otras, deben hacer lo siguiente:

- Enseñe a sus hijos datos sobre su cultura.
- Utilice a la familia completa como ayuda.
- Estudie y anote la historia de la familia.
- Enseñe a sus hijos lo que es más especial de la familia.
- Ofrezca modelos de rol positivos.

- Ofrezca a su hijo juguetes y libros que reflejen positivamente los grupos a los que pertenecen.
- Vigile los prejuicios que aparecen en los medios de comunicación.

Por último también debemos saber algunas FORMAS DE AYUDAR A LOS HIJOS A VALORAR A LOS DEMÁS. Entre otras apuntamos las siguientes:

- Favorezca el encuentro con personas de otras culturas.
- Enseñe imágenes “no estereotipadas” sobre diversidad.
- Hable con los hijos sobre las diferencias y similitud con otras personas.
- Amplíe experiencias sobre arte, culturas diferentes.
- Enseñe a su hijo que la diversidad se aplica a todos: también él es “distinto” para otras personas.
- Trabaje sobre sus propias ideas y prejuicios.

CONCLUSIONES

1. Se implementó una unidad didáctica de formación para los padres de familia dirigida a líderes comunitarios, que permite comprender y dar respuesta a las principales dudas e inquietudes sobre el desarrollo adolescente y la problemática del entorno.
2. A través del presente documento se enseña a los líderes de la comunidad, métodos efectivos para ayudar a los padres de familia de sus respectivas comunidades, a superarse los problemas de sus hijos en todos los aspectos y como personas en busca de madurez y autonomía.
3. Se fomentó la práctica entre los padres de familia, de los derechos de los jóvenes, el desarrollo de habilidades pro sociales y de valores que eleven su autoestima y les ayude a lograr una personalidad armónica e integrada.
4. Se establecieron mejores canales de comunicación entre los padres de familia y sus hijos que redunden en mejores relaciones familiares.
5. Se impartieron conocimientos a los padres de familia, por medio de los líderes comunales, que les permiten prevenir y atender de manera oportuna y adecuada la problemática de sus hijos adolescentes.

RECOMENDACIONES

A las autoridades y población en general

Dar el uso adecuado a la una unidad didáctica de formación para los padres de familia dirigida a líderes comunitarios, ya que es de importancia para comprender y dar respuesta a las principales dudas sobre el desarrollo adolescente y la problemática del entorno.

Actualizar las unidades didácticas con el objeto de que los líderes de la comunidad, manejen métodos efectivos de ayuda a los padres de familia de sus respectivas comunidades, superando los problemas de sus hijos.

Animar la práctica entre los padres de familia, de los derechos de los jóvenes, el desarrollo de habilidades pro sociales y de valores que eleven su autoestima y les ayude a su integración dentro de la sociedad.

Que los padres de familia busquen todos los canales necesarios de comunicación con sus hijos, para que se obtengan mejores relaciones familiares.

Incentivar a los líderes comunales, para que ayuden a prevenir y atender de manera oportuna y adecuada la problemática de sus hijos de las distintas familias de su sector.

BIBLIOGRAFÍA

1. FLAQUER, LI. (1993) La socialización en la familia: teorías, modelos e interacciones, en GARCÍA LEÓN, A.; DE LA FUENTE, G. y ORTEGA, F. (Eds.) Sociología de la Educación, México,
2. ALONSO, M.; MATILLA, L. y VÁZQUEZ, M. (1995) Teleniños públicos teleniños privados, Ediciones de la Torre, Argentina.
3. FERRÉS, J. (1994) Televisión y educación, Paidós, Argentina.
4. GIDDENS, A., (1992) Sociología, Madrid, Alianza.1998
5. HORTON, P.; HUNT, Ch. (1988) Sociología, México, McGraw-Hill.
6. LÓPEZ-BARAJAS ZAYAS, E. (1995), La familia en el tercer milenio, UNICEF, Guatemala.
7. LAMO DE ESPINOSA, E. (1995), ¿Nuevas formas de familia?, en Claves de Razón Práctica.
8. PICÓ, J. y SANCHIS, E. (1996), Sociología y Sociedad, Técnos, Madrid.
9. PÉREZ ALONSO-GETA, P.M. y OTROS (1992) Los valores de los niños 1992, SM, Buenos Aires Argentina.
10. SÁNCHEZ NORIEGA, J. L. (1997) Crítica de la seducción mediática, Técnos, Madrid.
11. CHOMSKY, N.; HERMAN, E.1990 Los guardianes de la libertad: propaganda, desinformación y consenso en los medios de comunicación de masas, Crítica.
12. IMBERT, G.1990 Los escenarios de la violencia, Barcelona, Icaria.
13. LAMO DE ESPINOSA, E.1989 Delitos sin víctima. Orden social y ambivalencia moral, Madrid, Alianza.

CAPÍTULO IV

PROCESO DE EVALUACIÓN

4.1 Evaluación del diagnóstico

Para llevar a cabo el diagnóstico en la Facultad de Humanidades y Municipalidad de Villa Nueva, se tomó como base la matriz de sectores y el árbol de problemas donde se aplicaron diferentes instrumentos a autoridades, estudiantes y población que permitió tener una mejor perspectiva de las necesidades de la institución, haciendo una priorización de los problemas, por medio del análisis de viabilidad y factibilidad, se obtuvo los resultados positivos, los cuales ayudaron a satisfacer los objetivos planteados. El diagnóstico fue auto evaluado por la Epesísta, por medio de una lista de cotejo.

4.2 Evaluación del Perfil

Esta fase se evaluó a través de una lista de cotejo basada en los elementos del perfil del proyecto como objetivos, actividades y recursos, se utilizaron también instrumentos de verificación de resultados como: Cronograma que permitió el cumplimiento de los objetivos a través de la toma de decisiones concretas dando una relación lógica para enriquecer cualitativa y cuantitativamente el proyecto.

Se definieron claramente las metas así como los beneficiarios directos, Para evaluar el perfil del proyecto se elaboró una lista de cotejo que se le pasó al catedrático revisor para constatar la realización del mismo.

4.3 Evaluación de la Ejecución

Esta etapa fue evaluada por medio de una lista de cotejo que permite la verificación de los logros obtenidos durante la misma, en base a la observación directa de personas involucradas en el proyecto para visualizar el progreso.

El proceso de ejecución se llevó a cabo tomando en cuenta el cronograma de actividades desarrollado en el perfil lo cual permitió verificar el cumplimiento de las actividades a través de resultados.

4.4 Evaluación Final

El producto final es la elaboración de una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, Guatemala, para beneficio didáctico y documental de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala y pobladores del municipio de Villa Nueva.

CONCLUSIONES

1. Se brindó a los líderes comunitarios del municipio de Villa Nueva, por medio de una unidad didáctica, los lineamientos básicos, técnicos, pedagógicos y metodológicos, adecuados para que tomen las medidas que les ayuden a solucionar problemas familiares que puedan incidir en el desarrollo social.
2. Se elaboró una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala.
3. Se socializar la unidad didáctica, con las y los líderes comunales del municipio de Villa Nueva, encargados de coordinar, ejecutar y monitorear las actividades de las distintas comunidades.

RECOMENDACIONES

A autoridades y pobladores

1. Buscar mecanismos que brinden a los líderes comunitarios del municipio de Villa Nueva, unidades didácticas, que les proporcionen los lineamientos básicos, técnicos, pedagógicos y metodológicos, adecuados ayudar al desarrollo social de las familias de sus sectores.
2. Dar el uso adecuado a una unidad didáctica para escuela de padres, dirigida a líderes comunitarios, en el municipio de Villa Nueva, departamento de Guatemala.
3. Evaluar el resultado de aplicación de la unidad didáctica luego de socializarla, con las y los líderes comunales del municipio de Villa Nueva, encargados de coordinar, ejecutar y monitorear las actividades de las distintas comunidades.

BIBLIOGRAFÍA

1. ALONSO, M.; MATILLA, L. y VÁZQUEZ, M. (1995) Teleniños públicos teleniños privados, Ediciones de la Torre, Argentina.
2. Ander-Egg, Ezequiel, Introducción a las técnicas de investigación social, Editorial Humanitas, Buenos Aires. 1978.
3. Árias Galicia, Fernando. Introducción a la técnica de investigación en ciencias de la administración y del comportamiento. Editorial Trillas. México 1980.
4. Bidel Méndez, José y otros, "Propedéutica para el Ejercicio Profesional supervisado", 7ª. Edición, Guatemala, Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala, 2005.
5. Briones, Guillermo. La Formulación del problema de investigación social. Editorial Trillas. México. 1980.
6. Conferencias y Ensayos No. 2. Asociación de Investigación y Estudios Sociales (ASIES). Editorial Piedra Santa. Guatemala. 1990.
7. Constitución Política de la República de Guatemala. Impreso En Tipografía Nacional. Guatemala. 1985.
8. Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala, "Propedéutica para el ejercicio Profesional supervisado 5ª. Edición, Guatemala, 2004.
9. FERRÉS, J. (1994) Televisión y educación, Paidós, Argentina.
10. FLAQUER, LI. (1993) La socialización en la familia: teorías, modelos e interacciones, en GARCÍA LEÓN, A.; DE LA FUENTE, G. y ORTEGA, F. (Eds.) Sociología de la Educación, México.
11. GIDDENS, A., (1992) Sociología, Madrid, Alianza.1998
12. HORTON, P.; HUNT, Ch. (1988) Sociología, México, McGraw-Hill.
13. Manual Para la elaboración de proyectos productivos, Secretaría de coordinación y ejecución, Presidencia de la República, Banco de Centroamericano de Investigación Económica- BCIE Proyecto de desarrollo Integral de Comunidades Rurales- DICOR. Guatemala, Enero 2000.
14. Mérida Vásquez, Julio Cesar. Monografía del Municipio de Villa Nueva. Imprenta Cenaltex. Guatemala. 2003.

15. Política Nacional de Educación UNICEF, Ministerio de Educación, Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales, Guatemala, diciembre de 2004.
16. Situación Ambiental en Guatemala. Asociación de Investigación y Estudios Sociales (ASIES). Editorial Piedra Santa. Guatemala. 1992.

APENDICE

LISTA DE COTEJO PARA LA EVALUACION DEL DIAGNOSTICO

No.	INDICADORES	SI	NO
1.	¿La información recabada fue suficiente para elaborar el informe?	X	
2.	¿Se atrasó la información?		X
3.	¿Fue suficiente el tiempo para procesar la información	X	
4.	¿Se cumplió con los objetivos?	X	
5.	¿Hubo colaboración de los involucrados?	X	
6.	Los instrumentos elaborados ¿Fueron suficientes?	X	
7.	¿Tendrá sostenibilidad el proyecto?	X	
8.	¿Fue necesario trabajar tiempo extra?	X	
9.	¿Las propuestas de solución son factibles y viables?	X	
10.	¿Fueron suficientes los recursos?	X	
11.	¿Con la recopilación de datos, se pudo detectar el problema?	X	
12.	¿La técnica utilizada para seleccionar el problema fue la adecuada?	X	
13.	¿Se utilizó más de una técnica para realizar el para realizar el diagnóstico?		X
14.	¿Se logró obtener información suficiente para realizar el diagnóstico?	X	

LISTA DE COTEJO DE EVALUACION DEL PERFIL DEL PROYECTO

No.	INDICADORES	SI	NO
1.	¿Está identificado el problema?	X	
2.	¿Se determinó el lugar de la realización?	X	
3.	¿Se tiene claridad de los objetivos del proyecto?	X	
4.	¿Se justifica el proyecto?	X	
5.	¿Está definido claramente el tiempo de realización?	X	
6.	¿Está comprobado el presupuesto del proyecto?	X	
7.	¿Se define la unidad ejecutora?	X	
8.	¿Se definen los beneficiarios del proyecto?	X	
9.	¿Se especifica el tipo de proyecto?	X	
10.	¿Están cuantificadas las metas?	X	
11.	¿Se cumplió con la planificación prevista?	X	
12.	¿Es claro y conciso el nombre del proyecto?	X	
13.	¿Los datos de la institución están correctamente?	X	
14.	¿La justificación sugiere la necesidad de ejecutar el proyecto?	X	
15.	¿El objetivo general resuelve el problema planteado?	X	
16.	¿Los objetivos específicos van encaminados al logro del objetivo?	X	

LISTA DE COTEJO DE EVALUACION LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO

No.	ASPECTO A EVALUAR	SI	NO
1.	¿Los datos de la institución están correctamente consignados?	X	
2.	¿Es claro y conciso el nombre del proyecto?	X	
3.	¿El problema a resolver, es parte del diagnóstico?	X	
4.	¿La descripción del problema es clara?	X	
5.	¿La justificación sugiere la necesidad de ejecutar el proyecto?	X	
6.	¿El objetivo general resuelve el problema planteado?	X	
7.	¿Los objetivos específicos van encaminados al logro del objetivo general.	X	
8.	¿Se cumplió con la planificación del proyecto?	X	
9.	¿Se logró cumplir con las metas propuestas?	X	
10.	¿El presupuesto del proyecto fue suficiente?	X	

LISTA DE COTEJO PARA LA EVALUACIÓN FINAL DEL PROYECTO

No.	INDICADORES	SI	NO
1.	¿Fue relevante el proyecto para la Facultad de Humanidades?	X	
2.	¿Mejóro el programa con la nueva tecnología de punta?	X	
3.	¿Es pertinente el proyecto de investigación documental en la Facultad de Humanidades?	X	
4.	¿Se benefició a los docentes y estudiantes con la implementación del módulo?	X	
5.	¿Es de fácil la aplicación el módulo para su estudio?	X	
6.	¿Se concientizó a los estudiantes y docentes para que le den el uso adecuado al módulo pedagógico?	X	
7.	¿Se beneficiaron los docentes y estudiantes con el material?	X	
8.	¿El proyecto es de trascendencia?	X	
9.	¿Se cuenta con registros escritos de cada capítulo?	X	
10.	¿Resolvió el proyecto la problemática detectada?	X	

FACULTAD DE HUMANIDADES

SECTOR I COMUNIDAD

ÁREAS	INDICADORES
1. GEOGRÁFICA	<p>1.1 Localización La Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, se encuentra ubicada en el edificio S-4, limita al sur con el parqueo de vehículos, al norte con el edificio de Bienestar Estudiantil, al este con el Edificio de Recursos Educativos, Ciudad Universitaria, Campus Central, Zona 12, Guatemala, C.A.</p> <p>1.2 Tamaño La Facultad de Humanidades ocupa un área de 3,500 metros cuadrados, 45 metros destinados para oficinas del área administrativas; 12.50 metros para la oficina de ayudas audiovisuales y 4,542 metros cuadrados para aulas, jardines y corredores.</p> <p>1.3 Clima Templado</p> <p>1.4 Recursos Naturales La Facultad de Humanidades posee un jardín interior con diversidad de plantas, las cuales se encuentran ubicadas en ambientes distintos de acuerdo al clima y temperatura que requieren. Entre ellas se pueden mencionar Alocacia, Aglaonema, Afelandra, Blecno o hierva de papagayo, Crotón, entre otras.</p>
2. HISTÓRICA	<p>2.1 Primeros pobladores Los propulsores del anhelo que el 17 de septiembre de 1945, se realiza la creación de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, son los siguientes Juan José Arévalo Bermejo, José Rolz Benett, Raúl Oseguera Palala, Carlos Martínez Duran, Feliciano</p>

Fuentes Alvarado, Miguel Ángel Gordillo, Julio Solares, Adolfo Monsanto, Julio Valladares Máquez, Juan José Orozco Posadas, Jorge Luis Arriola, Mardoqueo García Asturias, Adalberto Torres, Alfredo Carrillo Ramírez, Luis Martínez Mont.

2.2 Sucesos históricos importantes

La Universidad de San Carlos de Guatemala fue fundada en el año de 1681, tras la solicitud del Rey de España, hechas en primera instancia por el Obispo Francisco Marroquín y Fray Payo Enríquez de Rivera. Inicialmente la Universidad funcionó en el convento de Santo Domingo en Antigua Guatemala, tras el terremoto de 1773 fue trasladada a la Nueva Guatemala de la Asunción. En noviembre de 1944, la Junta Revolucionaria de Gobierno emitió el Decreto 12-44 que declaraba la Autonomía de la Universidad de San Carlos de Guatemala. A lo largo de su funcionamiento se han incorporado distintas Facultades.

La Universidad de San Carlos de Guatemala y sus estudiantes se han caracterizado y reconocido históricamente por su lucha en defensa de los derechos del pueblo en general.

2.3 Lugares de orgullo

- Plaza de los Mártires
- Edificio de Rectoría
- Biblioteca General
- El Iglú
- Centro de aprendizaje de Lenguas de la Universidad –CALUSAC-
- Estadio Revolución

3. POLITICA

3.1 Gobierno local

La máxima autoridad de la Facultad de Humanidades es la Junta Directiva, integrada por el señor Decano, quien funge como Presidente, Vocal 1º., Vocal 2º., Vocal 3º., dos vocales estudiantiles (4º. Y 5º.) y Secretaría Académica específica.

4. SOCIAL

3.2 Organización Administrativa

La Facultad de Humanidades está organizada administrativamente por el **Organismo de Coordinación y Planificación Académica OCPA** a cargo de un Coordinador específico y un grupo de profesionales, delegados de cada uno de los departamentos; **Instituto Nacional de Estudios de la Literatura Nacional – INESLIN-** fundado el 28 de febrero de 1980, a cargo de un Director y grupo de profesionales investigadores.

Departamento: Arte, Bibliotecología, Extensión Filosofía, Investigación, Letras, (Sección de Idiomas), Pedagogía, Postgrado y Relaciones Públicas.

Junta de Directores: integrada por Directores de Departamentos, Escuelas y un Jefe de Sección.

Secretaría Adjunta: a cargo de un Secretario Administrativo quien se encarga de la Administración de Personal.

Secretaría Académica: a cargo de la Secretaría de Junta Directiva, quien planifica, organiza, dirige, ejecuta y controla las tareas técnicas y docentes de la Facultad.

3.3 Organizaciones Políticas

Actualmente existen dos agrupaciones políticas estudiantiles denominadas Evolucionista y Movimiento Humanista de Acción Responsable.

4.1 Ocupación de los habitantes

Profesionales en distintas ramas, en su mayoría maestros, ingenieros, técnicos y otros.

4.2 Producción

Profesionales en las distintas ramas de Humanidades.

Departamento de Arte

- Técnico en Restauración de Bienes Inmuebles.
- Profesorado de Enseñanza Media en Artes Plásticas e Historia del Arte o Educación Musical.
- Licenciatura en Arte.

Departamento de Bibliotecología

- Técnico Bibliotecario Auxiliar
- Bibliotecario General
- Licenciatura en Bibliotecología

Departamento de Filosofía

- Profesorado y Licenciatura en Filosofía

Departamento de Letras

- Profesorado de Enseñanza Media en Lengua y Literatura.
- Licenciatura en Letras.

Departamento de Pedagogía

- Profesorado en Pedagogía y Técnico en Administración Educativa.
- Profesorado en Pedagogía y Promotor en Derechos Humanos y Cultura de Paz.
- Profesorado en Pedagogía en Educación Intercultural.
- Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.
- Licenciatura en Pedagogía y Derechos Humanos.

Departamento de Postgrado

- Maestría en Letras
- Maestría en Evaluación
- Maestría en Currículo
- Maestría en Docencia
- Maestría en Investigación
- Doctorado en Filosofía

4.2 Agencias educacionales y Escuelas

Capacitaciones impartidas por el Departamento de Pedagogía e Instituto

Nacional de Administración Pública –INAP- Diplomados para docentes, que ofrece el Colegio de Humanidades. Seminarios y cursos impartidos por el Departamento de Pedagogía.

4.3 Recreación

La Facultad de Humanidades igual que todas las demás Unidades Académicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala, puede hacer uso de todas las áreas deportivas y recreativas que se encuentran dentro del Campus Central.

SECTOR II DE LA INSTITUCIÓN

ÁREAS	INDICADORES
1. LOCALIZACIÓN GEOGRÁFICA	1.1 Ubicación (dirección) Edificio S-4, Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala Ciudad Universitaria, zona 12 de la ciudad capital de Guatemala.
	1.2 Vías de acceso Las dos únicas vías de acceso son por el norte Anillo Periférico y por el este la Avenida Petapa.
2. LOCALIZACIÓN ADMINISTRATIVA	2.1 Ubicación (dirección) Edificio S-4, Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Ciudad Universitaria, zona 12 de la ciudad capital de Guatemala.
	2.2 Vías de acceso Las dos únicas vías de acceso son por el norte Anillo Periférico y por el este la Avenida Petapa.
3. HISTORIA DE LA INSTITUCIÓN	3.1 Historia de la institución
	3.1.1 Origen <ul style="list-style-type: none"> • Durante el Gobierno de Lázaro Chacón, se emite una Ley Orgánica de la Universidad en 1928, la cual en su artículo 6º. Creaba la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. En 1931 el Gobierno de Jorge Ubico impidió la creación y desapareció la citada Facultad. • La Facultad de Humanidades fue una de las instituciones creadas apenas un año después de la Revolución, como un cumplimiento de los viejos anhelos del magisterio y de quienes buscaban encauzar y sistematizar su vocación por los caminos de la filosofía, las letras, la pedagogía y la historia.

- La Facultad de Humanidades se fundó el 17 de septiembre de 1945.

3.1.2 Fundadores u Organizadores

Los primeros fundadores y organizadores de la Junta Directiva de 1928 fueron:

- Alfredo Carrillo Ramírez (Decano)
- Adolfo Pérez Menéndez (Secretario)

Además figuraban los profesores Graduados:

- Alicia Aguilar Castro
- Jorge Luis Arriola
- Juan José Arévalo

3.2 Sucesos o Épocas especiales

- El 15 de julio de 1929 durante el Gobierno Chaconista, se fundó como dependencia del Ministerio de Instrucción Pública, la Escuela Normal de Educación Superior.
- En 1935 al asumir el Licenciado Antonio Villa corta el Ministerio de Educación Pública, le preparó un proyecto para la fundación de un Instituto de Investigación histórica, anexo Facultad de Ciencias Jurídicas.
- El 28 de noviembre de 1934 Juan José Arévalo, presentó al Presidente en su despacho un nuevo proyecto de fundación de una Facultad de Humanidades para estudios de Pedagogía, Filosofía, Historia y Letras.

4. EDIFICIO

4.1 Área construida (aproximadamente)

Facultad: el área es de 3,085 metros cuadrados.

4.2 Área descubierta

El área descubierta es de 278.64 metros cuadrados.

4.3 Estado de conservación

<p>5. AMBIENTES Y EQUIPAMIENTO (INCLUYE MOBILIARIO, EQUIPO Y MATERIALES)</p>	<p>El estado de conservación es óptimo.</p>
	<p>4.4 Locales disponibles Los locales disponibles son: 90, que se dividen en aulas, cubículos, oficinas administrativas, archivo, aulas magnas, fotocopiadoras, AEH, cafetería, y baños.</p> <p>4.5 Condiciones y uso Las condiciones del local son óptimas de acuerdo un estudio de inspección realizado por un profesional calificado.</p>
	<p>5.1 Salones específicos (clases de sesiones) 14 salones.</p>
	<p>5.2 Oficinas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cubículos: 40. • Oficinas administrativas: 17.
	<p>5.3 Cocina Exclusivamente para docentes y personal administrativo.</p>
	<p>5.4 Comedor Exclusivamente para docentes y personal administrativo.</p>
	<p>5.5 Servicio Sanitario Existen 4 servicios sanitarios para estudiantes y visitantes: 2 para hombres y 2 para mujeres. Unos se encuentran en la parte baja y los otros en el segundo nivel. (Únicamente se encuentran disponibles uno para hombres y uno para damas). Existen dos servicios sanitarios para los docentes (hombres y mujeres), ubicados en el segundo nivel, frente a la sala de Junta Directiva.</p>
	<p>5.6 Biblioteca Existe una biblioteca en el primer nivel.</p>

	<p>5.7 Bodega Existen cinco bodegas, dos en cada nivel, exclusivas para guardar material de la Facultad y una para la Asociación de Estudiantes.</p>
	<p>5.8 Gimnasio-Salón multiusos La Facultad cuenta con un salón de usos múltiples (Aula Magna).</p>
	<p>5.9 Salón de Proyecciones No existe.</p>
	<p>5.10 Talleres Existen talleres de arte.</p>
	<p>5.11 Canchas No existe.</p>
	<p>5.12 Centros de producciones o reproducciones Existe un taller de electro-impresión.</p>
	<p>5.13 Otros Existen una fotocopidora para el uso de los estudiantes un salón de internet privado. Existe una sala de profesores.</p>

De la información recopilada señala los siguientes aspectos:

Principales problemas del sector	Factores que originan los problemas	Solución que requieren los problemas	Alternativa posible para la solución

SECTOR III FINANZAS

ÁREAS	INDICADORES
1. FUENTES DE FINANCIAMIENTO	1.1 Presupuesto de la nación El presupuesto que se le asigna anualmente a la facultad asciende a Q.14,119,851.00
	1.2 Iniciativa privada Sin evidencia.
	1.3 Cooperativa Sin evidencia.
	1.4 Venta de productos y servicios No hay.
	1.5 Donaciones, otros. Sin evidencia.
2. COSTOS	2.1 Salarios El salario depende del tipo de trabajo, en el caso de los docentes depende de la cantidad de períodos que se les asignen.
	2.2 Materiales y Suministros Cuando se desea materiales o suministros, se llenan formularios de pedidos.
	2.3 Servicios profesionales Sin evidencia.
	2.4 Reparaciones y construcciones Las reparaciones y construcciones corren a cargo del decanato.
	2.5 Mantenimiento El mantenimiento de la Facultad corre a cargo del decanato.
	2.6 Servicios generales (electricidad, teléfono, agua) otros. El pago de servicios generales de la Facultad corre a cargo del decanato.
3. CONTROL DE FINANZAS	3.1 Estado de cuenta Se llevan a cabo en tesorería.

	<p>3.2 Disponibilidad de fondos El presupuesto anual de la Facultad</p>
	<p>3.3 Auditoria interna y externa La interna la realiza el Auditor de la Facultad y el Departamento de Auditoria de la Universidad de San Carlos de Guatemala y la externa la realiza la Contraloría General de Cuentas de la Nación.</p>
	<p>3.4 Manejo de libros contables Se llevan a cabo en tesorería.</p>

De la información recopilada señale los siguientes aspectos:

Control de finanzas Principales problemas del sector	Factores que originan los problemas	Solución que requieren los problemas	Alternativa posible para la solución
Falta de recursos económicos para satisfacer necesidades de la Facultad.	El presupuesto no alcanza para satisfacer todas las necesidades.	Solicitar aumento en el presupuesto anual.	Solicitar fondos a entidades privadas.

SECTOR IV RECURSOS HUMANOS

ÁREAS	INDICADORES
1. PERSONAL OPERATIVO	1.1 Total de laborantes El total de laborantes de la Facultad de Humanidades es de 442 empleados.
	1.2 Total de laborantes fijos e internos El total de laborantes fijos e internos de la Facultad de Humanidades es de 442 empleados.
	1.3 Porcentaje de personal que se incorpora o se retira anualmente El porcentaje anual es de 1%.
	1.4 Antigüedad del personal La antigüedad del personal es de 8 a 20 años.
	1.5 Tipos de laborantes (profesional, técnico) Operativos.
	1.6 Asistencia de personal La asistencia de personal es diaria.
	1.7 Residencia del personal La residencia del personal en su mayoría es en diferentes puntos de la ciudad capital.
	1.8 Horarios, otros El horario es de: 8:00 A.M. a 20:30 horas, dos jornadas (matutina y vespertina) los 7 días de la semana.
2. PERSONAL ADMINISTRATIVO	2.1 Total de Laborantes El total de laborantes de la Facultad de Humanidades es de: <ul style="list-style-type: none"> • 54 empleados.
	2.2 Total de laborantes fijos o internos El total de laborantes de fijos e internos de la Facultad de Humanidades es
	2.3 Porcentaje de personal que se retira o se

	<p>incorpora anualmente. El porcentaje es de 1%.</p>
	<p>2.4 Antigüedad del personal La antigüedad del personal es de 8 a 20 años.</p>
	<p>2.5 Tipo laboral (profesional, técnico) Profesionales, Técnico, Administrativos.</p>
	<p>2.6 Asistencia del personal La asistencia del personal es diaria.</p>
	<p>2.7 Residencia del personal La residencia del personal en su mayoría es de diferentes puntos de la ciudad capital.</p>
	<p>2.8 Horarios, otros El horario es de: 8:00 A.M. a 20:30 horas, dos jornadas (matutina y vespertina) los 7 días de la semana.</p>
3. USUARIOS	<p>3.1 Cantidad de usuarios La cantidad de usuarios es de 2,900 aproximadamente.</p>
	<p>3.2 Comportamiento anual de los usuarios No hay evidencia.</p>
	<p>3.3 Clasificación de usuarios por sexo, edad y procedencia. En su mayoría de clase media y baja.</p>
	<p>3.4 Total de laborantes El total de laborantes de 8.</p>
4. PERSONAL DE SERVICIO	<p>4.1 Total de laborantes El total de laborantes de 8.</p>
	<p>4.2 Total de laborantes fijos o internos Es de 8 empleados.</p>
	<p>4.3 Porcentaje de personal que se retira o se incorpora El porcentaje es de 1%</p>
	<p>4.4 Antigüedad del personal</p>

	<p>La antigüedad del personal es de 8 a 20 años</p> <p>4.5 Tipo laboral (profesional, técnico) De servicio.</p> <p>4.6 Asistencia del personal La asistencia del personal es diaria.</p> <p>4.7 Residencia del personal La residencia del personal en su mayoría es de diferentes puntos de la capital.</p>
--	--

De la información recopilada señale los siguientes aspectos:

Principales problemas del sector	Factores que originan los problemas	Solución que requieren los problemas	Alternativa posible para la solución
Insalubridad en la Facultad de Humanidades.	<p>No se cuenta con personal operativo que limpie en fin de semana.</p> <p>En ocasiones no se cuenta con servicio de agua potable.</p>	<p>Contratar personal operativo para planes de fin de semana.</p> <p>Perfeccionar el sistema de captación y conducción del agua potable de la Facultad de Humanidades.</p>	<p>Contratar personal operativo para planes de fin de semana.</p> <p>Perfeccionar el sistema de captación y conducción del agua potable de la Facultad de Humanidades.</p>

SECTOR V CURRÍCULO

ÁREAS	INDICADORES
1. PLAN DE ESTUDIOS SERVICIOS	<p>1.1 Niveles que atiende Nivel de Educación Superior</p> <ul style="list-style-type: none"> • PRE-grado • Grado • Post-grado <p>1.2 Áreas que cubre</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pedagogía y Ciencias de la Educación • Letras • Arte • Bibliotecología • Filosofía <p>1.3 Programas especiales El programa de escuela de vacaciones funciona en junio y diciembre. Los estuantes pueden adelantar cursos o recuperar un máximo de tres cursos, siempre y cuando no sean cursos prácticos y cumpliendo con los pre-requisitos.</p> <p>1.4 Actividades curriculares El diseño curricular de la carrera se regulará mediante los estatutos de la Facultad de Humanidades.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reglamento de evaluación aprobado por el Consejo Superior Universitario. • Reglamento de la Práctica Docente Supervisada de los seminarios y de la Práctica Social Comunitaria.
2. HORARIO INSTITUCIONAL	<p>2.1 Tipos de horario: flexible, rígido, variado, uniforme. El horario de atención a estudiantes es flexible.</p> <p>2.2 Manera de elaborar el horario El horario se encuentra estipulado en el contrato de trabajo de cada empleado.</p>

	<p>2.3 Horas de atención para los usuarios De 8:00 a 19:30 Horas de lunes a sábado. De 8:00 a 17:00 Horas los días domingos.</p>
	<p>2.4 Horas dedicadas a actividades normales Las mismas del horario de atención al público.</p>
	<p>2.5 Horas dedicadas a actividades especiales Varias dependiendo de la actividad.</p>
	<p>2.6 Tipo de jornada (matutina, vespertina, nocturna, mixta, intermedia) La jornada de trabajo es matutina, vespertina y nocturna.</p>
<p>3. MATERIAL DIDÁCTICO MATERIAS PRIMAS</p>	<p>3.1 Materias y materiales utilizados Para realizar material didáctico, se utilizan cartulinas, hojas, marcadores, etc.</p>
<p>4. MÉTODOS, TÉCNICAS Y PROCEDIMIENTOS</p>	<p>3.2 Fuentes de obtención de las materias La Facultad proporciona todos los materiales a cada docente con previa solicitud.</p> <p>4.1 Metodología utilizada por los docentes Método inductivo, deductivo, participativo, exposiciones magistrales.</p> <p>4.2 Criterios para agrupar a los alumnos Por afinidad, en orden alfabético, por número de Carné (pares e impares).</p> <p>4.3 Frecuencia de visitas o excursiones con los estudiantes Una o dos veces al año.</p> <p>4.4 Tipos de técnicas utilizadas Observación, investigación, participativa.</p> <p>4.5 Planteamiento Realiza un plan semestral del curso entregándole a cada alumno una copia de las actividades a realizarse y una calendarización de actividades.</p>
	<p>4.6 Capacitación Reciben una capacitación cada mes dirigida a</p>

	<p>los docentes y personal administrativo de la Facultad.</p>
	<p>4.7 Inscripciones o membresía Solamente en el Colegio de Humanistas</p>
	<p>4.8 Ejecución de actividades de diversa finalidad Los catedráticos realizan actividades con los estudiantes de acuerdo a los contenidos del curso.</p>
	<p>4.9 Convocatoria, selección, contratación e inducción de personal (y otros propios de cada institución) Todos los años en el mes de junio.</p>
5. EVALUACIÓN	<p>5.1 Criterios utilizados para evaluar en general Control de calidad de procesos integrales e integradores y determinación de juicios que permitan tomar decisiones pertinentes.</p>
	<p>5.2 Tipos de evaluación Evaluación Procesal: Considera tantos los resultados de la evaluación, como el proceso requerido para ambos resultados.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluación Integral: Evaluación de objetivos, competencias, estrategias, recursos, etc. • Evaluación Cooperativa: Participación integral de todos los sujetos (actores del currículo). • Evaluación Continua: Su realización permanente a lo largo de todo el proceso. • Evaluación del Producto: Obtención de información de los alcances de los objetivos del diseño. • La evaluación es semestral, alternándolas con parciales.
	<p>5.3 Características de los criterios de evaluación La evaluación es continua, confiable, dinámica y observable.</p>

De la información recopilada señale los siguientes aspectos:

Principales problemas del sector	Factores que originan los problemas	Solución que requieren los problemas	Alternativa posible para la solución
<p>Atención inadecuada a los estudiantes de Plan Fin de Semana.</p> <p>Falta de material didáctico y equipo moderno.</p>	<p>Personal insuficiente para la orientación de dichos estudiantes.</p> <p>Falta de fondos para la obtención de dicho material y equipo.</p>	<p>Destinar personal suficiente para la atención y orientación a dichos estudiantes.</p> <p>Crear proyectos de obtención de material didáctico de este tipo y equipo moderno.</p>	<p>Implementar oficinas administrativas para Plan Fin de Semana.</p> <p>Buscar donadores de este tipo de material didáctico y equipo actualizado.</p>

SECTOR VI ADMINISTRATIVO

ÁREAS	INDICADORES
1. PLANEAMIENTO	<p>1.1 Tipo de planes (corto, mediano, largo plazo) Los planes que se manejan son a corto, mediano y largo plazo.</p> <p>1.2 Base de los planes, políticas, estrategias, objetivos o actividades La base de los planes son las actividades. Las propuestas o planes de índole administrativa y circular, ofrecen condiciones de pertinencia, factibilidad y validez del punto de vista legal, técnico experimental y presupuestario.</p>
2. ORGANIZACIÓN	<p>2.1 Niveles jerárquicos de organización Se encuentra dividido por departamentos, iniciando con Junta Directiva.</p> <p>2.2 Organigrama El organigrama de la Facultad es lineal. Organigrama Adjunto.</p> <p>2.3 Existencia o no de manuales de funciones Solo existe un Manual de Organización y Funciones.</p> <p>2.4 Régimen de trabajo El régimen de trabajo es el que estipula el código de trabajo para los empleados administrativos y para los docentes, depende de la cantidad de períodos asignados por semestre.</p> <p>2.5 Existencia de manuales de procedimientos No existe.</p>
3. COORDINACIÓN	<p>3.1 Existencia o no de informativos internos Se realiza por medio de circulares y/o memos.</p> <p>3.2 Existencia o no de carteleras</p>

	Existen carteleras en los dos niveles de la Facultad para docentes y alumnos.
	3.3 Formularios para las comunicaciones escritas Existen formularios.
	3.4 Tipos de comunicación Telefónica, fax, misivas, internet.
	3.5 Periodicidad de reuniones técnicas del personal Por lo menos una vez al mes.
	3.6 Reuniones de reprogramación Sólo cuando son necesarias.
4. CONTROL	4.1 Normas de control Existe un control en cuanto a entrada y salida del personal.
	4.2 Registros de asistencia A través de Libro de Asistencia de Personal.
	4.3 Evaluación del personal Lo realiza el Jefe inmediato del departamento, este consiste únicamente en observación y los alumnos realizan una evaluación, llenando un formulario.
	4.4 Inventario de actividades realizadas Se lleva un inventario de actividades realizadas anualmente.
	4.5 Actualización de inventarios físicos de la institución Se actualizó hace tres meses
5. SUPERVISIÓN	5.1 Mecanismos de supervisión La supervisión se lleva a cabo por el jefe de cada departamento, pero este es solo de observación.
	5.2 Periodicidad de supervisiones Se realiza dos veces por año
	5.3 Personal encargado de la supervisión Jefe de cada departamento

	<p>5.4 Tipo de supervisión Observación.</p> <p>5.5 Instrumentos de supervisión: Para el caso de los docentes los alumnos utilizan un formulario.</p>
--	--

De la información recopilada señale los siguientes aspectos:

Principales problemas del sector	Factores que originan los problemas	Solución que requieren los problemas	Alternativa posible para la solución
El control de asistencia y puntualidad del personal se realiza en forma inadecuada.	La asistencia y puntualidad se firma en hojas sueltas sin la supervisión adecuada.	Implementar un sistema moderno de controlar la asistencia (como un marcador de tarjetas).	Supervisar de forma adecuada el récord de asistencia y puntualidad.
Informativos internos descuidados.	Los encargados de las carteleras no las actualizan.	Los encargados de dichos informativos deben actualizarlas en cortos períodos de tiempo.	Buscar formas de presentar la información en la forma atractiva a los usuarios.

SECTOR VII DE RELACIONES

ÁREAS	INDICADORES
1. INSTITUCIÓN/ USUARIOS	<p>1.1 Estado/forma de atención a los usuarios La atención a los estudiantes se da según sea requerida. Las oficinas de atención a los usuarios están divididas en:</p> <ul style="list-style-type: none">• Información General• Control Académico• Tesorería• Secretarías• Departamentos. <p>1.2 Intercambios deportivos Las actividades deportivas inter facultades y extensiones están a cargo de la Asociación de Estudiantes de Humanidades (AEH) y la Asociación de Estudiantes de Bellas Artes (AEBA), una vez al año, las secciones departamentales se reúnen a finales de abril y la primera semana de mayo para celebrar los encuentros deportivos.</p> <p>1.3 Actividades sociales (fiestas, ferias) Fiestas de aniversario de la Facultad, feria del libro, otras.</p> <p>1.4 Actividades culturales (concursos exposiciones) Talleres con temas variados. Proyectos. Periódico estudiantil. Festival del Arte. Actividades teatrales o intercambios culturales con los estudiantes de la Facultad de Ingeniería, y de apoyo con la Escuela de Historia.</p> <p>1.5 Actividades académicas (seminarios, conferencias, capacitaciones). Talleres, seminarios a los catedráticos, programación de conferencias y foros. Talleres de pintura y música los días sábado entre muchas otras.</p>

<p>2. ÁREA INSTITUCIÓN CON OTRAS INSTITUCIONES.</p>	<p>2.1 Cooperación No hay evidencia</p> <p>2.2 Culturales Realizan talleres con estudiantes y docentes de diferentes secciones departamentales en la sede central. Los departamentos que resaltan son de Arte y Letras ya que son ellos los que realizan una vez al año presentaciones culturales. Se realizan encuentros deportivos, culturales y artísticos a nivel inter facultades.</p>
<p>3. INSTITUCIÓN CON LA COMUNIDAD.</p>	<p>3.1 Con agencias locales y nacionales Con extensiones departamentales.</p> <p>3.2 Asociaciones locales AEH: Asociación de Estudiantes de Humanidades AEBA: Asociación de estudiantes de Bellas Artes.</p>
	<p>3.3 Proyección Por medio de sus programas de servicio social que tienen como objetivo fomentar y desarrollar el pensamiento humanista, manteniendo una vinculación permanente entre las humanidades, la ciencia, la técnica y el arte y una relación estrecha con el pensamiento contemporáneo, con la realidad económica, social y cultural. Estos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio Profesional Supervisado. • Actualización y capacitación a un promedio de 500 docentes. • Divulgación de conocimiento, por medio de la revista Humanidades. <p>3.4 Extensión No hay.</p>

De la información recopilada señale los siguientes aspectos:

Principales problemas del sector	Factores que originan los problemas	Solución que requieren los problemas	Alternativa posible para la solución
<p>Falta de actividades académicas, deportivas y artísticas que involucren a la mayoría de los estudiantes.</p> <p>Falta de proyección social.</p>	<p>Las asociaciones o personas encargadas no organizan dichas actividades.</p> <p>Falta de proyectos que tengan como finalidad la solución de problemas sociales.</p>	<p>Llevar a cabo las actividades que las Asociaciones y demás personal tiene estipuladas en sus planes de trabajo.</p> <p>Crear cursos o proyectos (aparte del EPS) en los que los estudiantes se involucren en la solución de las necesidades de la población.</p>	<p>Organización de dichas actividades por los mismos estudiantes, pertenezcan o no a alguna asociación.</p> <p>Promoción de los servicios que presta la Facultad de Humanidades.</p>

SECTOR VIII FILOSÓFICO, POLÍTICO Y LEGAL

ÁREAS	INDICADORES
1. FILOSOFÍA DE LA INSTITUCIÓN	<p>1.1 Principios filosóficos de la Institución No hay evidencia.</p> <p>1.2 Visión Egresar profesionales en las distintas ramas de las humanidades, con preparación intelectual, para el desarrollo y participación en el área social humanística, con proyección y servicio, para solucionar problemas de la realidad nacional en una permanente actitud prospectiva.</p> <p>1.3 Misión Formar profesionales universitarios a nivel técnico y de licenciatura para cubrir las necesidades y fines del Sistema Educativo Nacional e Instituciones afines.</p>
2. POLÍTICAS DE LA INSTITUCIÓN	<p>2.1 Políticas institucionales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar el desarrollo de la Institución en sus programas académicos, administrativos y financieros con el oportuno intelecto participativo del estudiante, optimizando interacciones con instituciones y unidades de apoyo. • Promover el mecanismo de adecuación para el seguimiento de formación profesional y ocupacional de sus egresados, fuentes de trabajo, para solventar en gran parte las necesidades económicas, políticas acorde a la realidad en beneficio de la sociedad guatemalteca. • Promover programas para actualizar la red curricular del pensum de estudios de la Facultad de Humanidades. <p>2.2 Estrategias No hay evidencia.</p> <p>2.3 Objetivos (o metas)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fomentar y desarrollar el pensamiento

humanista, manteniendo una vinculación permanente entre las humanidades, la ciencia, la técnica y el arte, y una relación estrecha con el pensamiento contemporáneo y con la realidad económica, social y cultural.

- Enseñar las ramas del saber humano enunciadas en el inciso anterior, en los grados conforme a los planes de estudio.
- Desarrollar la formación humanística en la Universidad, tanto la que corresponde específicamente a los estudios que imparte, como a otras áreas de enseñanza o profesionales.
- Formar en colaboración con las demás facultades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, al profesor universitario.
- Formar y titular a los profesores para la ecuación media en las especialidades requeridas por dicho nivel educativo. Para este propósito recibirá la colaboración de las demás Facultades y otros organismos académicos que integran la Universidad de San Carlos de Guatemala. Así mismo solicitará conservatorios e institutos que ofrezcan enseñanzas especializadas.
- Coordinar sus actividades con bibliotecas, museos, academias, conservatorios y con todas aquellas instituciones que puedan cooperar en la conservación, estudio, difusión y el avance del arte y de las disciplinas humanísticas.

3. ASPECTOS LEGALES

3.1 Personería Jurídica

La Universidad de San Carlos de Guatemala, es una institución autónoma con personalidad jurídica. En su carácter de Única universidad estatal le corresponde con exclusividad dirigir, organizar y desarrollar la educación superior del Estado y la educación

profesional universitaria estatal.

3.2 Marco legal que abarca la institución (leyes generales, acuerdos, reglamentos, otros)

Se rige por su ley orgánica y por los estatutos y reglamentos que ella emite, debiendo observarse en la conformación de los órganos de dirección.

- Se rige por las LEYES Y REGLAMENTOS USAC.
- Ley de Colegiación Profesional Obligatoria.
- Ley Orgánica de la Universidad de San Carlos de Guatemala Decreto Número 325.
- Normas y Procedimientos para la Concesión de Licencias, Otorgamiento de ayudas becarias y pago de prestaciones especiales al Personal de la Universidad de San Carlos de Guatemala.
- Constitución Política de la República de Guatemala.
- Estatuto de la Carrera Universitaria del Personal Académico.
- Estatutos de la Universidad de San Carlos de Guatemala. (nacional y autónoma)
- Reglamento del Consejo de Evaluación, Promoción y Desarrollo del Personal Académico.
- Reglamento de Concursos de Oposición del Profesor Universitario.
- Reglamento para la Contratación del Profesor visitante.
- Reglamento del Consejo Editorial de la Universidad de San Carlos de Guatemala.
- Reglamento General de los Centros Regionales Universitarios de la Universidad de San Carlos de Guatemala.
- Reglamento de Evaluación y Promoción del Personal Académico.
- Reglamento de Exámenes para profesorado CUNOC.
- Reglamento de la escuela de Vacaciones CCQQYF.
- Reglamento General del Programa de Experiencias Docentes.
- Reglamento para los Exámenes Técnico Profesionales CUNOC.

- Reglamento para los Exámenes Técnico Profesionales y Públicos CCJJYSS.
- Reglamento del Programa Sabático del Personal Académico.
- Reglamento de Elecciones de la Universidad de San Carlos de Guatemala.
- Reglamento de Formación de Desarrollo del Personal Académico.
- Reglamento de los Concursos de Oposición para Profesores Auxiliares de la Universidad de San Carlos de Guatemala.
- Reglamento de la Tasa Estudiantil.
- Reglamento Interno de Funcionamiento y organización de la Junta Universitaria de Personal.
- Reglamento de Apelaciones.
- Reglamento internos.
- Existe un Estatuto de Relaciones Laborales entre la Universidad de San Carlos de Guatemala y su Personal.

3.3 Proyección

Por medio de sus programas de servicio social que tienen como objetivo fomentar y desarrollar el pensamiento humanista, manteniendo una vinculación permanente entre las humanidades, la ciencia, la técnica y el arte y una relación estrecha con el pensamiento contemporáneo, con la realidad económica, social y cultural.

Estos son:

- Ejercicio Profesional Supervisado.
- Actualización y capacitación a un promedio de 500 docentes.
- Divulgación de conocimiento, por medio de la revista Humanidades.

3.4 Extensión

No hay.

De la información recopilada señale los siguientes aspectos:

Principales problemas del sector	Factores que originan los problemas	Solución que requieren los problemas	Alternativa posible para la solución
Desconocimiento por una parte del personal y estudiantes de los reglamentos y leyes de la Facultad y de la Universidad.	Falta de interés por parte de los trabajadores en conocer los reglamentos y leyes que rigen la Facultad y la Universidad.	Las autoridades deben buscar formas en que los trabajadores y estudiantes conozcan las leyes y reglamentos de la Facultad y de la Universidad.	Las autoridades deben implementar un medio para difundir a los trabajadores y estudiantes las leyes y reglamentos de la Facultad y de la Universidad.

FODA DEL MUNICIPIO DE VILLA NUEVA, DEPARTAMENTO DE GUATEMALA

Fortalezas	Oportunidades
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Desarrollo Industrial ✓ Desarrollo de vivienda ✓ Accesos Tecnológicos ✓ Organización Administrativa Municipal. ✓ Asignación presupuestaria para su desarrollo para funcionamiento. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acceso a servicios básicos ✓ Diferentes actividades económicas ✓ Acceso a servicios educativos ✓ Amplia de cobertura de servicios ✓ Mejoras en el ambiente.
Debilidades	Amenazas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Falta de programas de desarrollo comunitario. ✓ Ausencia de programas de contingencia ante desastres naturales. ✓ Recursos financieros insuficientes ✓ Superpoblación. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Proliferación de enfermedades, derivado de insalubridad social. ✓ Vulnerabilidad ante desastres naturales y humanos. ✓ Inseguridad generalizada. ✓ Crecimiento poblacional, derivado de migraciones internas.

Información general del Municipio de Villa Nueva

En Villa Nueva se ha incrementado el número de nuevos proyectos habitacionales (32, según la municipalidad local), además de contar con 295 colonias tradicionales que también se han ampliado.

La industria ha establecido más de 200 empresas en el sector en los últimos 10 años, y los comerciantes externos la ven como “un interesante polo de desarrollo”. Mixco ocupa el primer lugar.

A su crecimiento también han contribuido los 75 mil habitantes del asentamiento Alioto López Sánchez, el más grande de Centroamérica.

Éstos se suman a los más de 40 mil habitantes con que cuenta actualmente Villa Nueva, de acuerdo con registros del Instituto Nacional de Estadística (INE). Este municipio es el tercero en sobrepoblación, después de Mixco y Guatemala, que es el primero.

En resumen, sus 114 kilómetros cuadrados comienzan a hacerse insuficientes para múltiples actividades productivas, habitacionales y de desarrollo local y metropolitano.

Ubicación

Villa Nueva tiene una villa, cinco aldeas y 11 caseríos.

Villa Nueva surgió como un poblado en el período hispánico.

En 1935, el municipio se incorporó al departamento de Guatemala, luego de haber pertenecido a Amatitlán.

Limita al norte con Mixco y Guatemala, al este con San Miguel Petapa, al sur con Amatitlán y al oeste con Magdalena Milpas Altas, Santa Lucía Milpas Altas y San Lucas Sacatepéquez.

Actualmente posee 300 colonias, fraccionamientos y asentamientos.

Se localiza a 15 kilómetros de la capital.

Demografía

En Villa Nueva vive el 14 por ciento del total de la población del departamento de Guatemala, según el Centro de Investigaciones de la Facultad de Arquitectura de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

Se duplicó la densidad poblacional en un período de 10 años. De dos mil 157 habitantes por kilómetro cuadrado que había en 1994, pasó a cuatro mil 492 en el 2005.

La tasa de crecimiento de población anual en ese municipio es de ocho por ciento, mientras que en la capital es de 1.7 por ciento.

Acceso a vivienda

En los últimos dos censos efectuados han demostrado que el número de viviendas también se duplicó: 40 mil 299 en 1994, 84 mil 384 en el 2002.

Aunque no existen datos específicos sobre la cantidad de viviendas en la localidad, la municipalidad afirma que de los últimos tres años, el 2004 es el que más proyectos habitacionales en serie ha registrado. En el 2003, la comuna extendió 164 licencias de construcción, 365 en 2004 y 141 en el 2005.

La Cámara Guatemalteca de la Construcción afirma que para el 2006 fue aprobada la construcción de 11 mil viviendas más para Villa Nueva.

El alcalde de Villa Nueva, afirma que las colonias centrales no fueron creadas con una visión de crecimiento. Sin embargo, asegura que han definido con el catastro las áreas industriales, de comercio y las habitacionales.

Servicios precarios

El 90 por ciento de habitantes del área rural no tiene acceso a los servicios de agua entubada y drenajes. La cifra contrasta con el área urbana, que sólo padece de escasez de los servicios en 35 por ciento.

Inseguridad

Villa Nueva es el municipio más violento del área metropolitana, y pone como ejemplo las extorsiones a comercios y escuelas, protagonizados por grupos de pandilleros.

Según la Procuraduría de Derechos Humanos, las pandillas exigen hasta Q15 mil a las escuelas para no atacar a estudiantes y maestros.

Los habitantes dicen encontrarse en el abandono, pues muchos de ellos tampoco confían en los agentes de la Policía Nacional Civil de la Comisaría 15, del sector, pues diversos informes de Gobernación la han señalado como una de las más corruptas del área metropolitana.

A los agentes los han señalado de estar involucrados en acciones de narcotráfico, asalto de autobuses y transporte pesado, así como robo de furgones.

Las acciones para frenar la delincuencia han sido escasas, se queja el presidente del Consejo para la Prevención del Delito, Fernando Herrera, pues no se le ha dado seguimiento al Plan de Prevención de la Violencia Juvenil.

Urbanistas, comerciantes y la comunidad coinciden en que urge poner en marcha programas de ordenamiento territorial, para evitar que explote el segundo municipio a nivel nacional con la mayor cantidad de industria y el tercero en población.

AGENDA DE SOCIALIZACIÓN

1. Palabras de bienvenida por el Coordinador de programas de la municipalidad de Villa Nueva 3:00 P.M.
2. Presentación de las Autoridades Municipales 3:10 P.M.
3. Presentación de la epesista 3:20 P.M.
4. Se da a conocer el trabajo por la epesista 4:20 P.M.
5. El coordinador de programas de la municipalidad de Villa Nueva hace las correcciones y sus sugerencias para que se pueda corregir la unidad didáctica para escuela de padres 5:00 P.M.
6. La epesista se compromete a ejecutar los cambios sugeridos por el coordinador 5:00 P.M.
7. Las autoridades municipales agradecen al coordinador de programas y a la epesista su aporte a la institución.