



Universidad Autónoma
del Estado de México



Psicología

Libro de texto basado en competencias

Raquel Margarita Benhumea Rangel · Miriam García García
Mónica Garduño Suárez · Elizabeth Gutiérrez Salinas
José Antonio Navarro Zavaleta · Maricela del Carmen Osorio García
Ma. del Socorro Reyna Sáenz · Yolanda Rojas Quintana
Madai Paola Villarreal Miranda

6°
Semestre

Psicología

Libro de texto basado en competencias

DIRECCIÓN DE PUBLICACIONES UNIVERSITARIAS
Editorial de la Universidad Autónoma del Estado de México

Doctor en Ciencias e Ingeniería Ambientales
Carlos Eduardo Barrera Díaz
Rector

Doctora en Humanidades
María de las Mercedes Portilla Luja
Secretaria de Difusión Cultural

Doctor en Administración
Jorge Eduardo Robles Alvarez
Director de Publicaciones Universitarias

Doctora en Investigación Educativa
Eva Lilia García Escobar
Directora de Estudios de Nivel Medio Superior

Psicología

Libro de texto basado en competencias



Raquel Margarita Benhumea Rangel
Miriam García García
Mónica Garduño Suárez
Elizabeth Gutiérrez Salinas
José Antonio Navarro Zavaleta
Maricela del Carmen Osorio García
Ma. del Socorro Reyna Sáenz
Yolanda Rojas Quintana
Madai Paola Villarreal Miranda

Segunda edición, febrero 2024

PSICOLOGÍA

Libro de texto basado en competencias

Autores

Raquel Margarita Benhumea Rangel

Plantel “Dr. Ángel Ma. Garibay Kintana” de la Escuela Preparatoria de la uaem

Miriam García García

Plantel “Nezahualcóyotl” de la Escuela Preparatoria de la uaem

Mónica Garduño Suárez

Plantel “Isidro Fabela Alfaro” de la Escuela Preparatoria de la uaem

Elizabeth Gutiérrez Salinas

Plantel “Nezahualcóyotl” de la Escuela Preparatoria de la uaem

José Antonio Navarro Zavaleta

Plantel “Ignacio Ramírez Calzada” de la Escuela Preparatoria de la uaem

Maricela del Carmen Osorio García

Plantel “Ignacio Ramírez Calzada” de la Escuela Preparatoria de la uaem

Ma. del Socorro Reyna Sáenz

Plantel “Nezahualcóyotl” de la Escuela Preparatoria de la uaem

Yolanda Rojas Quintana

Plantel “Cuauhtémoc” de la Escuela Preparatoria de la uaem

Madai Paola Villarreal Miranda

Plantel “Nezahualcóyotl” de la Escuela Preparatoria de la uaem

Universidad Autónoma del Estado de México

Av. Instituto Literario 100 Ote.

Toluca, Estado de México

C. P. 50000

Tel: (52) 722 277 38 35 y 36

<http://www.uaemex.mx>

El contenido de este material es responsabilidad de los autores, así como el tratamiento basado en competencias realizado a los libros de texto. Queda prohibida la reproducción o transmisión total o parcial del contenido de la presente obra, sin el consentimiento previo y por escrito del editor. La Universidad Autónoma del Estado de México se deslinda de cualquier acción legal derivada de este material.

® Derechos reservados, 2018

ISBN: 978-607-633-770-7

Hecho en México

Responsable del Programa de Diseño y Producción Editorial: L. D. G. Miguel Angel Conzuelo Endeje

Corrección de estilo: Érika Carmona

Portada e interiores: L.D.G. Nubia Liliana Díaz Alpízar



Mensaje

A través de su historia, la Universidad Autónoma del Estado de México ha tenido como uno de sus objetivos fundamentales lograr que el estudiantado reciba una educación basada en el libre pensamiento, apelando a un sentido científico. La Escuela Preparatoria de la UAEM continuará mostrándose como un punto de inflexión para la comunidad estudiantil por la calidad de la educación que se ofrece al tiempo que se enseña a adquirir conocimientos, valores, habilidades y destrezas que favorezcan el entendimiento de nuestro entorno social y ambiental.

La responsabilidad de la Universidad Autónoma del Estado de México es asegurar que la educación que se imparte en la Escuela Preparatoria contribuya a ampliar el horizonte personal y profesional de los estudiantes. El enfoque para la apropiación del conocimiento parte de aprovechar la experiencia de vida y desde la autonomía de pensamiento y la reflexión lograr una comprensión más amplia de la realidad.

El material educativo que tienes en tus manos ha sido elaborado colegiadamente entre especialistas de cada una de las áreas del conocimiento. La creatividad, el pensamiento crítico y reflexivo, así como el espíritu científico del claustro de docencia e investigación se reúne en esta antología con el fin de que te acerques al conocimiento con una mirada crítica. Este ejemplar ha sido elaborado con el fin de establecer un aprendizaje dialógico que estimule tu curiosidad, que te sirva como guía, y que invariablemente te provoque pasión por el conocimiento.

El objetivo es lograr que recibas una educación integral e incluyente que incida de manera positiva en tu trayectoria escolar. Por ello es importante que asumas un compromiso personal, empeño y dedicación que te permita apropiarte del conocimiento.

Patria, Ciencia y Trabajo

Doctor en Ciencias e Ingeniería Ambientales
Carlos Eduardo Barrera Díaz

Rector

Índice

Introducción	9
MÓDULO 1	
Psicología como ciencia y sus procesos básicos	11
Psicología como ciencia	14
Concepto de psicología	15
Antecedentes y perspectivas de estudio de la psicología	16
Estructuralismo	16
Funcionalismo	16
Gestalt	17
Psicoanálisis	17
Conductismo	18
Humanismo	19
Objetivos de estudio	19
Áreas de aplicación de la psicología	20
Bases biológicas de la conducta	23
Procesos psicológicos básicos	26
Sensación	28
Percepción	31
Motivación	39
Emoción	42
Memoria	44
Aprendizaje	45
Inteligencia, pensamiento y lenguaje	47
MÓDULO 2	
Etapas del desarrollo humano	51
Desarrollo físico y psicológico en las diferentes etapas	53
Etapa prenatal	54
Infancia	54
Adolescencia	55
Juventud	60
Adulthood	61
Vejez	62
Desarrollo biológico, cognitivo, social y afectivo	62

Características y factores de influencia en la etapa prenatal	63
Características y factores de influencia en la etapa infantil	64
Características y factores de influencia en la etapa de la adolescencia	66
Características y factores de influencia en la etapa de la juventud	68
Características y factores de influencia en la etapa adulta	70
Características y factores de influencia en la etapa de la vejez	71

Módulo 3

Personalidad 75

Concepto de personalidad 77

Definición de personalidad 78

Componentes de la personalidad 79

Características de la personalidad 79

Teorías de la personalidad 81

Teoría conductista 81

Teoría psicoanalítica 82

Teoría humanista o la Tercera Fuerza 89

Teoría cognitiva 94

Trastornos de personalidad 97

Higiene y salud mental 98

MÓDULO 4

Bases sociales del comportamiento humano 105

Psicología social: roles, posición y estructura de grupo, normas y anomia 107

Percepción social 107

Grupo 108

Roles grupales 111

Normas sociales 112

Anomia 113

Factores sociales que influyen en la conducta individual y de grupo 113

Factores culturales: tradiciones, costumbres e identidad 116

Desarrollo psicosocial de la sexualidad 119

Sexo biológico 120

Sexo de asignación 120

Sexo de identidad 121

Roles de género 121

Identidad de género 123

Orientación sexual 123

Vinculación afectiva 130

Sexualidad responsable 140

Referencias 151

Introducción

La Educación Media Superior de la Universidad Autónoma del Estado de México ofrece a los estudiantes una formación integral, reflexiva y crítica a través del enfoque basado en competencias; por ello, el Marco Curricular Común plantea que el perfil del egresado de bachillerato esté formado por una serie de competencias básicas y disciplinares que le ayuden a los estudiantes a responder a las necesidades de un mundo globalizado e inmerso en la sociedad del conocimiento. La asignatura de *Psicología*, dentro del Currículo del Bachillerato Universitario (CBU 2015), tiene por objetivo propiciar en el estudiante la adquisición de conocimientos y el desarrollo de habilidades, actitudes y valores que le preparen para la vida.

El presente libro surge por la necesidad de introducir al estudiante al mundo de la psicología, por lo que en las siguientes páginas se abordarán conceptos teóricos básicos y se elaborarán ejercicios prácticos que propicien en los alumnos el análisis, la reflexión y la aplicación de dicha disciplina en su entorno.

En el módulo 1, se revisan los antecedentes, las perspectivas y los objetivos de estudio de la psicología, así como sus áreas de aplicación, las bases biológicas de la conducta y los procesos psicológicos básicos. Los contenidos del módulo 2 corresponden a las etapas del desarrollo humano, y se verán los cambios físicos y psicológicos que se dan en cada una de ellas. Posteriormente, en el módulo 3 se abordarán conceptos y características de las teorías de la personalidad, desde la perspectiva conductista, psicoanalítica, humanista y cognoscitiva. Finalmente, en el módulo 4 se analizan las bases sociales del comportamiento humano, tomando en cuenta grupos, normas, roles y factores culturales; asimismo, se tocarán temas relacionados con la salud y la sexualidad.



Fuente: pxhere.com

Módulo 1

**Psicología como ciencia
y sus procesos básicos**

Propósito

Identifica que la psicología está conformada por una gama de paradigmas, teorías, modelos y metodologías que le dan sustento como ciencia.

Competencia disciplinar Ciencias sociales básicas

10. Valora distintas prácticas sociales mediante el reconocimiento de sus significados dentro de un sistema cultural, con una actitud de respeto.

Competencias genéricas

6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.
 - 6.2 Evalúa argumentos y opiniones e identifica prejuicios y falacias.
8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.

Introducción

En este módulo se revisarán temas relacionados con los principios, las perspectivas y los enfoques que dieron origen a la psicología como ciencia, sus diferentes áreas de intervención, así como las bases biológicas y sociales que dan origen al pensamiento y a las conductas. Es importante destacar que este módulo estará determinado por los objetivos propios de la psicología: describir, explicar, predecir y controlar la conducta humana.

Actividad 1. Antes de iniciar



Actividad
Módulo uno

Lee el siguiente texto y al finalizar contesta lo que se te pide.

Un día en la vida de Mateo

Mateo, de 17 años, cursó el 6° semestre de preparatoria y presentó conflictos interpersonales, por lo que fue enviado a terapia psicológica; durante las sesiones adquirió pensamientos y actitudes que lo condujeron a la siguiente reflexión:

"Aprendí a valorar mis fortalezas y debilidades. Decidí ser una persona exitosa en todo lo que realizo; no esperaré a que lleguen las oportunidades, sino que yo mismo voy a buscarlas. Veré cada adversidad como una oportunidad y encontraré una solución para cualquier problema. Pensaré que mi único rival son mis propias debilidades y que en mí está la posibilidad de superarme cada día. Me di cuenta de que no era el mejor, como toda persona tengo errores y aciertos, por lo que me planteé ser mejor que ayer y expresar mis pensamientos y sentimientos. Asimilé que lo difícil no es llegar a la cima, sino mantenerse en ella, y que es posible mejorar cada día en todos los aspectos de la vida. Evitaré ser un reflejo de las malas experiencias y comenzaré a crear mi propia luz para con ella iluminar el camino de mis seres queridos (mi familia, mi novia, amigos) y de todos cuantos me rodean. Decidí aceptarme tal y como soy pero, de ser necesario, modificaré los aspectos de mí persona que me desagradan. Me comprometí a hacer realidad mis sueños, a ser un buen estudiante, un buen profesionista y desempeñarme en algo que me haga sentir realizado, pleno y satisfecho".

Instrucciones: contesta las siguientes interrogantes.

1. ¿Qué mensaje te deja esta reflexión?

2. ¿Cómo crees que intervino la psicología para lograr el desarrollo de pensamientos positivos en el joven?

3. ¿Qué importancia tiene para ti el estudio de la psicología en el desarrollo del ser humano?



Psicología como ciencia

El origen de la psicología se remonta a la antigua Grecia, donde la filosofía era una de las disciplinas más importantes, pues el hombre siempre se ha cuestionado su origen y ha tenido dudas sobre sí mismo y sobre el mundo que le rodea, y busca constantemente la posibilidad de crecer y trascender. Platón tenía una concepción dualista de la naturaleza humana, la cual estaba compuesta de alma y cuerpo, y consideraba que el alma era de origen divino. Por otra parte, Aristóteles concibió la *psyché* como un elemento o principio biológico, por lo que el alma era una propiedad esencial del ser vivo y no independiente del cuerpo.



Posteriormente, en 1879, la psicología es considerada como ciencia experimental, gracias a que Wilhelm Wundt estableció un laboratorio en la Universidad de Leipzig, Alemania, con el fin de analizar la conciencia y las experiencias sensoriales. Por tanto, se puede concluir que la psicología es una ciencia que ha recorrido largos caminos, que tiene sus raíces en la filosofía y la fisiología, y que, al hacer uso del método científico, se convirtió en una ciencia.

Fuente: pxhere.com



Actividad
Módulo uno

Actividad 2

Contesta las siguientes preguntas.

1. Escribe una palabra que defina para ti lo que representa la psicología y compártela con el grupo.

2. Como resultado del ejercicio anterior, construye tu propio concepto de psicología.

Concepto de psicología

La etimología de la palabra psicología proviene del griego *psyché*, que significa 'alma, espíritu', y *logos*, 'tratado'; es decir, es el estudio del alma. Esta disciplina pretende describir, estructurar, explicar y desarrollar el comportamiento humano. Al ser una ciencia, tiene pautas lógicas para evaluar los principios del comportamiento humano, proporciona un método organizado y sistémico, que incluye la observación y la experimentación, para recopilar datos que son la base de principios científicos.

Algunos autores definen la psicología como:

1. El estudio científico de la conducta y de sus causas (Smith, 1984).
2. La ciencia que estudia el comportamiento de los seres vivos y los procesos mentales por los que los sujetos conocen y se orientan en su entorno y aprenden de la experiencia (Alonso, 2012).
3. El estudio del comportamiento y de los procesos mentales. Un estudio científico implica el uso de herramientas como la observación, la descripción y la investigación experimental para reunir información y posteriormente organizarla (Papalia, 1997).
4. El estudio científico de la conducta y la experiencia, de cómo los seres humanos sienten, piensan, aprenden y conocen para adaptarse al medio que les rodea (Murrieta, 2013).

Como se puede observar, las diferentes definiciones hacen referencia al estudio científico de la conducta y sus procesos mentales; algunos psicólogos insisten en que únicamente se deben analizar las acciones observables, pues sólo éstas pueden medirse objetivamente; otros sostienen que los fenómenos internos e inobservables (pensamientos, imágenes y sentimientos) también deben estudiarse científicamente, pues es importante contar con un panorama más amplio del comportamiento presente en determinadas circunstancias (Alonso, 2012).

Actividad 3. Trabajo extra clase

Revisa los siguientes videos y elabora un mapa conceptual. Al finalizar escribe una conclusión que responda a la pregunta: ¿qué tiene que ver la psicología como ciencia con tu comportamiento?

- *Qué es la psicología, concepto, objeto, características, historia.* Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=iXopQsGdLGs>
- *Historia de la psicología, origen de la ciencia y desarrollo de las primeras corrientes psicológicas.* Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=_aFPlknV63w





Antecedentes y perspectivas del estudio de la psicología

El campo de estudio de la psicología es muy amplio, por lo que es necesario revisar, en orden cronológico, las aportaciones de personajes que, desde distintas perspectivas, contribuyeron a que la psicología se considere una disciplina científica.

Estructuralismo

Es una disciplina del pensamiento humano que influye en el estudio de las ciencias sociales; uno de sus mayores exponentes es Wilhelm Wundt (1832-1920), quien fue el fundador de la psicología como institución; él pensaba que la psicología debía enfocarse en la experiencia relacionada con el organismo y consideraba que la diferencia entre la psicología y otras ciencias era que “la experiencia depende de la persona que experimenta”.

Principales aportaciones al estructuralismo:

- Creó el primer laboratorio de psicología experimental para realizar investigaciones psicológicas en la Universidad de Leipzig, Alemania, en 1879.
- Ideó un método de observación de sí mismo, llamado introspección.
- Estudió los contenidos mentales (sensaciones, sentimientos e imágenes) mediante la introspección y la experimentación.
- Estudió la psicofisiología de la sensación, las relaciones psicofísicas entre los estímulos externos y la percepción interna.
- Realizó una descripción analítica de la conciencia sensorial (Alonso, 2012).
- Creó la primera publicación periódica de psicología experimental.
- Introdujo el método experimental en la psicología para transformarla en una ciencia independiente.
- Afirmó que había una relación entre la actividad mental y una huella originada por la experiencia.
- Postuló que procesos fisiológicos específicos, como las sensaciones en la piel, visión y otros, reciben información del exterior, como palabras, imágenes y más, y éstas se transforman en movimientos (Murrieta, 2013).
- Trató de descifrar la estructura básica de los procesos del pensamiento (Garrison, 2000).

Funcionalismo

Esta perspectiva ponía énfasis en la función o en el propósito de la conducta, más que en su análisis o descripción, como lo hacía el estructuralismo.

William James (1842-1910), fisiólogo y psicólogo norteamericano, es el principal representante del funcionalismo; argumentaba que buscar los elementos integrantes de la experiencia, como lo habían hecho Wundt y Titchener, era una pérdida de tiempo porque el cerebro y la mente están en permanente cambio.

Los funcionalistas querían conocer cómo podrían contribuir conductas específicas y procesos mentales a la adaptación de personas o animales a un medio, y por ello buscaron las causas subyacentes y las consecuencias prácticas del comportamiento y los procesos mentales (Murrieta, 2013).

Principales aportaciones al funcionalismo:

- William James investigó el funcionamiento de los procesos mentales, es decir, la forma en la que los organismos luchan por adaptarse a un entorno cambiante y complejo.
- Otorgó mayor valor al análisis de las emociones, es decir, aquellas sensaciones producidas por la percepción de los estímulos externos.
- Mostró gran interés por la observación objetiva y la utilidad de los grupos para la psicología (personas de diferentes edades, enfermos mentales, jóvenes, etcétera).
- Abrió camino para el desarrollo de la psicología aplicada.

Gestalt

Es una corriente de la Psicología que se centra en la percepción y que surge como reacción al estructuralismo en Alemania en 1912. La palabra alemana *Gestalt* significa 'forma o configuración' y hace referencia al enfoque adoptado por Max Wertheimer y sus colegas Kurt Koffka y Wolfgang Köhler.

Los psicólogos alemanes de la Gestalt criticaron el enfoque analítico y asociacionista del estructuralismo de Wundt y no aceptaban que la percepción fuera un compuesto de sensaciones; defendían que percibimos totalidades, no un conjunto de sensaciones; así como no podemos aprender nada de una melodía si estudiamos aisladamente sus notas (Alonso, 2012).

Principales aportaciones de la Gestalt:

- Creían que las experiencias perceptivas dependían de los patrones formados por los estímulos y por la organización de la experiencia, así que lo que vemos está relacionado con el fondo sobre el que aparece el objeto y con otros aspectos del patrón general de estimulación.
- El todo difiere de la suma de las partes, porque depende de las relaciones entre las partes (Murrieta, 2013).

Psicoanálisis

Corriente psicológica fundada por el médico austriaco Sigmund Freud (1856-1939), quien se interesó por la influencia del inconsciente en el comportamiento humano. A diferencia de los primeros psicólogos, Freud estaba convencido de que las experiencias conscientes no son más que la punta del iceberg y que debajo de la superficie yacen instintos biológicos primitivos que están en conflicto con las exigencias de la sociedad y la moral. Él consideraba que estas motivaciones y conflictos inconscientes son el origen de gran parte



del comportamiento humano; en su opinión, éstos eran la causa de muchos síntomas físicos que perturbaban a sus pacientes y que no pueden explicarse en términos médicos.

Principales aportaciones al psicoanálisis:

- Desarrolló un método para estudiar los procesos inconscientes: la asociación libre, técnica que consiste en que el paciente expresa todo lo que le viene a la mente, sin importar qué tan absurdo e irrelevante sea, sin intentar producir proposiciones lógicas o significativas.
- La asociación libre revelaba la operación de procesos inconscientes.
- Aseguró que los sueños son expresiones de los instintos inconscientes más primitivos.
- Teorizó que tenemos tres niveles de conciencia: el **consciente**, **preconsciente** e **inconsciente**.
- Dividió la estructura de la personalidad en tres componentes: *Ello*, *Yo* y el *Superyó*, que operan de acuerdo con diferentes principios y exhiben distintos modos de pensamiento. En este modelo, el *Ello* es inconsciente, pero el *Yo* y el *Superyó* operan en tres niveles de conciencia.

Conductismo

Fue la perspectiva dominante de la Psicología durante la primera mitad del siglo XX y se interesó por el estudio de la conducta observable. Su fundador fue John B. Watson (1878-1958), quien publicó un manifiesto en 1913 en el que establecía lo siguiente: *La psicología desde el punto de vista conductista*, en el que rechazó la introspección del psicoanálisis como método de análisis y orientó la psicología por caminos más objetivos.

Principales aportaciones al conductismo:

- Watson propone una psicología sin apelar a la mente o la fisiología.
- Definió la psicología como ciencia natural cuyo objetivo es describir, predecir y controlar la conducta, que es divisible en elementos más simples: estímulos y respuestas (reacciones) del organismo.
- Estudió la conducta animal y humana (entre las que hay una continuidad biológica) mediante el método experimental.
- El conductismo fue desarrollado por los teóricos del aprendizaje Iván Pávlov (1849-1936), creador del condicionamiento clásico, quien además introdujo el concepto de reflejo condicionado y B. Frederic Skinner (1904-1991), quien describe que la conducta operante está en función de sus consecuencias.
- Los conductistas consideran que la conducta es un fenómeno susceptible de observación y de cuantificación, y las leyes que rigen el comportamiento son compartidas por cualquier especie.
- Albert Bandura afirma que en muchas situaciones aprendemos conductas observando el comportamiento de un modelo, no asociaciones estímulo-respuesta, sino representaciones mentales, como el inhibir nuestra conducta al observar el castigo de un compañero (Alonso, 2012).

Humanismo

Corriente psicológica que afirma que todos los hombres luchan por alcanzar su autorrealización, es decir, llegar al punto máximo de su vida como seres humanos. Abraham Maslow y Carl Roger fueron los autores más representativos del humanismo, el cual surge a mediados de los años cincuenta.

Su principal impulsor, Abraham Maslow, decidió estudiar el comportamiento humano tomando como modelos a personas sanas, creativas y autorrealizadas; para este enfoque las personas autorrealizadas se caracterizan por ser espontáneas, apreciar la intimidad y buscar la soledad, pero que generan relaciones profundas y afectuosas con las personas con las que se sienten identificadas. Según Maslow, para que un individuo pueda llegar a la autorrealización debe satisfacer primero sus necesidades básicas, como alimento, vivienda, seguridad física, amor, pertenencia y autoestima (Garrison, 2000).

Principales aportaciones al humanismo:

- Los humanistas rechazan los postulados de los psicoanalistas, quienes se enfocan en la lucha por controlar los impulsos primitivos e instintivos y las exigencias de la conciencia, y de los psicólogos conductistas, quienes consideraban que las acciones del hombre pueden ser moldeadas por medio de premios y castigos.
- Se enfocó a estudiar a personas con vidas extraordinarias y dejó de lado las perturbaciones psíquicas.
- Impulsa la autorrealización.

Actividad 4. Trabajo extraclase

En equipo, investiga los conceptos y aportaciones principales de las perspectivas psicológicas del existencialismo y de la neuropsicología.



Objetivos de estudio de la psicología

La psicología es la ciencia social que estudia la mente del ser humano y la interacción con su entorno; ha logrado obtener resultados significativos al enfocarse en sus objetivos principales: describir, explicar, predecir y controlar el comportamiento. A continuación, se explica cada uno de ellos:

- **Describir:** la tarea básica de la psicología es recoger datos y recabar información detallada sobre los procesos cognitivos y los comportamientos. Ejemplo: si un individuo padece insomnio, hay que indagar qué estímulos influyen, en qué situaciones se produce, o qué problemas le impiden conciliar el sueño.
- **Explicar:** la psicología no se conforma con describir los hechos, trata de averiguar las causas de determinada conducta; para ello, formula hipótesis



basadas en una teoría, las cuales son siempre provisionales y se actualizan a medida que se tiene más información de la conducta investigada. Ejemplo: Begoña se separó de su marido porque era alcohólico.

- **Predecir:** es la capacidad para pronosticar un comportamiento. Una relación causa-efecto nos asegura que ciertos hechos preceden a otros; aprender a predecir acontecimientos es necesario para adaptarnos al entorno. Ejemplo: Miguel será un buen periodista.
- **Controlar:** significa alterar las condiciones que influyen en el comportamiento. Ejemplo: si una profesora sugiere cambios en la clase para ayudar a los adolescentes en su aprendizaje, ha ejercido un control (Alonso, 2012).



Actividad
Módulo uno

Actividad 5

Escribe un ejemplo de cada objetivo de la psicología.

- a) Describir: _____

- b) Explicar: _____

- c) Predecir: _____

- d) Controlar: _____



Áreas de aplicación de la psicología

El ser humano es un ser complejo por naturaleza, constantemente está inmerso en distintas situaciones y debe tomar decisiones que afecten lo menos posible su vida. Hoy en día, frecuentar a un psicólogo es cada vez más usual, pues esta disciplina tiene diferentes áreas de aplicación, y de acuerdo con las necesidades del individuo, éste puede recurrir a un área específica de la psicología para atender sus problemas y así tener un mejor desarrollo.

Es necesario distinguir la diferencia entre ciencia básica y ciencia aplicada. La psicología básica se dedica a investigar los procesos psicológicos mediante el método científico; la aplicada utiliza dichos conocimientos en los diferentes ambientes donde los individuos actúan.

Fuente: pxhere.com

Algunas de las áreas de la psicología son:

Psicología general: se ocupa de investigar la naturaleza y el funcionamiento de los procesos básicos, como la percepción, la memoria o el pensamiento.

Psicología experimental: estudia los procesos psicológicos mediante diseños experimentales de laboratorio; es el área de la psicología más rigurosa y utiliza tanto animales como seres humanos en sus investigaciones.

Psicología evolutiva: analiza los cambios de conducta que se producen durante el desarrollo humano (describir), por qué ocurren (explicar) y cómo se pueden intervenir (modificar).

Psicología social: ¿qué factores influyen en la atracción interpersonal? y ¿qué prejuicios y estereotipos son características de nuestro grupo social? son algunas interrogantes que los psicólogos sociales quieren resolver. Su campo de estudio es muy amplio y abarca problemas como el análisis de la publicidad o las influencias de un grupo sobre el individuo.

Psicología de la personalidad: los psicólogos investigan qué características definen a una persona, cómo interactúan las fuerzas genéticas y ambientales en la personalidad de cada individuo y por qué éste se comporta de una forma y no de otra.

Psicología cultural: los psicólogos investigan cómo la cultura afecta el pensamiento y el comportamiento humano, el lenguaje que hablamos, la educación que recibimos, las leyes que obedecemos y otros.

Psicología de género: estudia las diferencias entre hombres y mujeres, y los factores que influyen en estas diferencias: biológicos, tipo de crianza, educación o estereotipos.

Ciberpsicología: internet es un marco de referencia para diseñar estudios experimentales, como crear aulas virtuales en las que se desarrollen nuevos enfoques docentes o generar nuevos procedimientos de investigación.

Psicología educativa: los psicólogos educativos realizan e interpretan pruebas psicológicas para ayudar a los estudiantes a tomar decisiones educativas y orientan a padres y profesores para lograr un mejor rendimiento escolar.

Psicología clínica: los psicólogos clínicos diagnostican y tratan problemas emocionales y de la conducta como la falta de autoestima, separación de parejas, estrés, depresión, ansiedad, etc

Psicología industrial y de las organizaciones: se ocupa del reclutamiento, selección, capacitación y entrenamiento de los trabajadores, así como de mejorar las relaciones en el ámbito laboral.

Psicología del deporte: estudia la interacción del estado psicológico y emocional en los contextos del deporte y la actividad física. El psicólogo valora a fondo



a los deportistas que reciben sus servicios, para ofrecerles técnicas que les faciliten la búsqueda del éxito, incrementen la confianza en sus capacidades y logren un mejor manejo de sus estados afectivos.

Psicología forense: también recibe el nombre de *psicología criminal*; es la rama de las disciplinas sociales que trata de conocer los motivos que inducen a un sujeto a delinquir, el significado de la conducta delictiva para el infractor, la falta de temor ante el castigo y la negativa a renunciar a las conductas criminales (Alonso, 2012).



Actividad
Módulo uno

Actividad 6

En equipo, investiguen qué tipo de actividades desempeña el psicólogo en otras áreas y realicen un cuadro comparativo. Se pueden apoyar del siguiente enlace: *Campos de aplicación de la psicología*.

<https://portalacademico.cch.unam.mx/repositorio-de-sitios/experimentales/psicologia1/Ps1/MD2/MD2-L/CAMPDEAPLICENPSIC.pdf> (17/01/2018)

Área de aplicación o intervención	Actividades que desarrolla el psicólogo

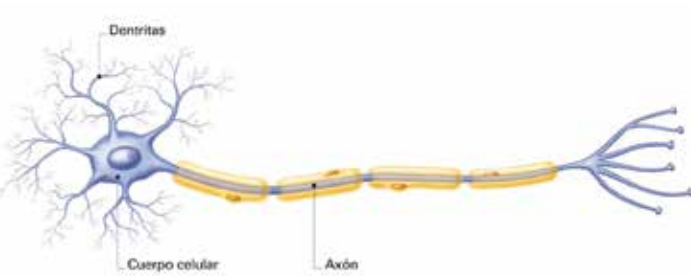
Al finalizar su cuadro comparativo, redacten una conclusión sobre la importancia de conocer las áreas de aplicación de la psicología.

Bases biológicas de la conducta

Hemos mencionado que el objeto de estudio de la psicología es la conducta, la cual tiene bases biológicas; es decir, existe una correlación entre el funcionamiento del cerebro y el comportamiento. En el cuerpo humano hay tantas células como estrellas en la galaxia: aproximadamente 10 trillones. Un cerebro adulto pesa alrededor de 1 500 g y, en su interior, las neuronas son las células encargadas de recibir información, procesarla y transmitirla.

La conducta humana tiene su comienzo en las acciones de las neuronas, por ello, te presentamos una imagen de la neurona y las partes que la componen.

Las neuronas no se reproducen, se reducen, por tanto, la sinapsis es el nombre que recibe el proceso de comunicación entre neuronas. Este proceso tiene lugar gracias a los neurotransmisores que segregan los botones de la neurona. Los neurotransmisores son mensajes químicos que son liberados en una sustancia líquida que hay entre las neuronas, que nunca llegan a tocarse, en el momento en que va a producirse la sinapsis. Los neurotransmisores quedan adheridos a la siguiente neurona; encajan a la perfección en un punto concreto.



Los neurotransmisores provocan una carga eléctrica en la neurona que se encuentra en el otro extremo de la sinapsis. Hay sinapsis excitatorias o inhibitorias; las primeras inician una acción; las segundas reducen o previenen la formación de impulsos nerviosos.

La información transmitida en la sinapsis es recogida por las dendritas, que son unas prolongaciones ramificadas que se extienden desde el núcleo de la célula y que actúan de receptores.

El núcleo es también denominado *soma*, y es la parte de la neurona que concentra la información recogida por las dendritas y donde se combina con otras informaciones.

Después la descarga eléctrica, o impulso nervioso, pasa por el axón, que es como un cable para la transmisión de datos; éste finaliza en los botones terminales que contienen una sustancia para enviar el mensaje químico.

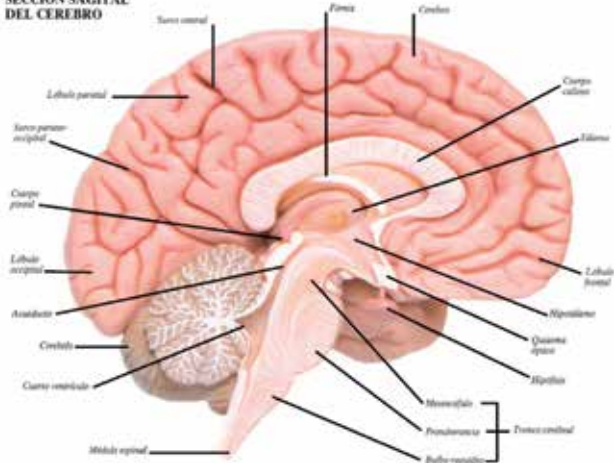
Los canales receptores de las dendritas determinan cuál será el mensaje, pero también regulan el metabolismo, la temperatura corporal y la respiración. En las neuronas se encuentra la base para comunicar todo; permiten aprender, recordar y tomar decisiones.

Los neurocientíficos, que son científicos de más de 20 disciplinas diferentes, basan su trabajo en las siguientes ideas:



1. Las funciones biológicas o químicas del cerebro pueden explicar el comportamiento humano.
2. El cerebro funciona de forma holística, de modo que todos sus elementos se coordinan y realizan una tarea concreta.

SECCIÓN SAGITAL DEL CEREBRO



Para mayores datos revisa el siguiente video.



Las partes del cerebro son las siguientes:

- **Tronco cerebral:** conecta al cerebro con los nervios y la médula espinal; es el centro para el soporte básico de la vida y controla funciones vitales: el sueño, el despertar, la respiración.
- **Cerebelo:** está conectado al tronco cerebral, situado en la parte posterior del cráneo; controla la postura y mantiene el equilibrio (es común a los demás mamíferos).
- **Sistema límbico:** desde las profundidades del cerebro, regula funciones internas como la temperatura, el nivel de azúcar en la sangre, el instinto sexual y de supervivencia.
- **Amígdala:** sendero que conduce al sistema límbico los impulsos sensoriales.
- **Hipocampo:** procesador de información básica; contrasta nueva información con los datos almacenados y también almacena determinados tipos de memoria.
- **Hipotálamo:** productor de hormonas; es el nexo entre el cuerpo y el resto del cerebro, segrega hasta siete tipos de hormonas que son conducidas hasta la glándula pituitaria, que a su vez libera hormonas en la sangre que influyen en el crecimiento o el desarrollo sexual.
- **Tálamo:** funciona como un repetidor emitiendo señales que provienen del resto del cuerpo para que lleguen a las regiones del cerebro que tienen que asimilar esa información.
- **Corteza cerebral:** capa exterior del cerebro; es la parte más grande del cerebro, donde los impulsos nerviosos se convierten en imágenes, símbolos, palabras o ideas. Es el centro del pensamiento consciente de la percepción.

El cerebro es el órgano donde se producen todos los procesos mentales; es un órgano "ciego", que recibe toda la información a través de los sentidos. El cerebro es la parte más voluminosa del encéfalo y está dividido en dos hemisferios: derecho e izquierdo, los cuales están unidos por el cuerpo calloso, que es diferente en hombres y mujeres. Cada hemisferio se divide en diferentes lóbulos:

- a) **Frontal:** desarrolla las funciones de razonamiento y creatividad.
- b) **Occipital:** involucrado en el análisis de las señales visuales, por lo que de él depende nuestra visión.
- c) **Parietal:** también se encuentra involucrado en el lenguaje y además asocia las funciones de los otros lóbulos.
- d) **Temporal:** es la sede de la audición, el lenguaje y parte de la memoria.

El cerebro tiene funciones tanto motoras como sensitivas y de integración; si lo clasificamos por las funciones que realiza, distinguimos el cerebro anterior con toda la parte motora y el posterior con la sensitiva. La cisura de Rolando tiene forma de diadema y separa el cerebro anterior del posterior, es decir, el córtex motor del sensitivo.

Clasificación del córtex y sus funciones:

Cuando todas estas áreas se desorganizan se produce una alteración en el pensamiento. Si la lesión se presenta al principio de la vida se genera deficiencia mental, y si es después de los 18 años se produce demencia o deterioro cognitivo.

- La cisura de Silvio divide en dos hemisferios el cerebro.
- La información de los sentidos llega a través del tálamo a los lóbulos cerebrales. El tálamo es el encargado de filtrar y transformar la información, convirtiendo, por ejemplo, los impulsos visuales en impulsos eléctricos, y posteriormente los envía a la zona correspondiente del cerebro.
- Lóbulo frontal: se encuentra situado en la parte más anterior, tras la frente. Es el cerebro motor, sus funciones son la conciencia y el control. Controla las respuestas emocionales, memoria de habilidades y actividades motoras, lenguaje: expresivo, comprender asociaciones entre palabras, asignar significado a las palabras elegidas (Papalia, 2007)

Actividad 7



Actividad
Módulo uno

Accede al código QR y lee con atención el contenido relacionado con el tema del curso, se estructura en los siguientes capítulos:

1. "Capítulo III. Anatomía del sistema nervioso"
2. "Capítulo IV. Condición neuronal y sinapsis"
3. "Capítulo IX. Desarrollo del sistema nervioso"
4. "Capítulo XIII. Hormonas y sexo"

Posteriormente, elabora un cuadro comparativo en el que se incluya la anatomía, la fisiología y las funciones de cada uno de los sistemas: central (SNC), periférico (SNP) y endocrino (SE).



Biblioteca digital

Sistema	Anatomía y fisiología	Función
Central		
Periférico		
Endocrino		



Procesos psicológicos básicos

Desde hace algunas décadas, el estudio de la psicología mostró especial atención por el papel de la cognición en el aprendizaje humano, liberándose de los aspectos más restrictivos y de los enfoques conductistas. Los procesos psicológicos constituyen elementos fundamentales en el estudio de la psicología, pues permiten a la persona tomar conciencia de sí misma y de su entorno.

Actividad Módulo uno

Actividad 8

Lee con atención el siguiente texto y contesta las interrogantes que se encuentran al final. Después comparte tus respuestas con un compañero(a).

Ruth, estudiante universitaria, decide comer en la cafetería de la escuela, se forma en la fila para pagar y ordenar sus alimentos, pide una ensalada de atún, jugo de naranja, galletas saladas y salsa adicional. Después busca a un conocido con quien sentarse, pero no encuentra a ninguno, se dirige a una mesa sola, se sienta y empieza a comer.

Pocos minutos más tarde llega para acompañarla Rodrigo, un compañero de la clase de español. Al levantar Ruth la vista, siente que ya no tiene apetito, una extraña sensación se encuentra en su organismo, ella piensa que Rodrigo es muy atractivo, huele muy rico y se sienta cerca. Pero nunca le dirige la palabra a ella al menos que haya faltado a una clase y quisiera que le preste sus apuntes. Lo saluda con frialdad, pero Rodrigo se sienta y comienza a contarle la terrorífica historia de una película que él vio la noche anterior en la televisión. Mientras tanto Ruth recuerda que esta mañana Rodrigo no asistió a la clase de español y ella lo sorprende revisando sus apuntes.

A Ruth le encantaría despeinarle el cabello tan arreglado, pero prefiere levantarse de la mesa y marcharse. Rodrigo le sonríe y le pide prestados sus apuntes. Ahora Ruth está realmente enojada. Aunque el cuaderno de español está a la vista, le dice de manera cortante que lo siente pero que lo dejó en la biblioteca, a la que por cierto debe regresar en ese momento. Al salir de la cafetería vuelve la vista y ve a Rodrigo que sigue sentado muy pensativo y triste. Y de repente, también ella se siente triste y a la vez culpable.

Aprendió que debe decir la verdad y debió aprovechar la oportunidad para ayudar a Rodrigo a sentirse motivado para entrar a todas las clases. Su forma de pensar y actuar debe cambiar actuando con inteligencia para enfrentar las consecuencias de sus actos.

Y asegura que buscará la oportunidad para acercarse a él, ella percibe que si él encuentra la oportunidad de entregar actividades o apuntes consiguiendo con otros no es tan válido que debe formar hábitos propios.

Fuente: Garrison.

1. ¿A qué aspectos debió poner atención Ruth antes de enojarse?

2. ¿Qué recuerdos estuvieron presentes en la historia?

3. ¿Qué le ocurrió a Ruth cuando vio a Rodrigo acercarse a su mesa?

4. ¿Cuál de los personajes actuó de manera oportuna y por qué?

La **psicología cognitiva** surgió en 1960 y su objetivo de estudio es el análisis de procesos cognitivos como la percepción, la memoria, el aprendizaje, el razonamiento, etcétera.

En la mente humana, la información obtenida por los sentidos fluye a través de un sistema cognitivo cuyos componentes son atención-percepción, memoria y lenguaje. Un ejemplo es la acción de leer; este procesamiento incluye operaciones de comprensión, interpretación, almacenamiento, entre otras, en las que el pensamiento y la memoria juegan un papel muy importante.

Los procesos psicológicos básicos representan los cimientos de nuestro comportamiento, ya que aportan una visión sobre el modo en que los demás individuos perciben, procesan, integran, adquieren, almacenan y utilizan la información del mundo. Estos procesos son atención, aprendizaje, memoria, motivación, emoción, pensamiento y lenguaje.



Sensación

Es el proceso que nos pone en contacto con el medio ambiente a través de los órganos sensoriales. La sensación consiste en detectar algo a través de los sentidos y los receptores de sensación internos.

Los seres humanos tenemos cinco sentidos que nos informan del mundo exterior: vista, gusto, oído, tacto y olfato (exteroceptores); también disponemos de otros que reciben información del exterior de nuestro organismo, movimiento, equilibrio, malestar, etc. (interoceptores) y otros que no nos informan del movimiento y nos permiten sentir nuestras articulaciones (propioceptores) (Alonso, 2012). Tomando en cuenta dichos elementos es fácil reconocer los estímulos que llegan a través de los órganos sensoriales.

El mundo está lleno de sensaciones **auditivas**: el sonido de tú celular cuando recibes una llamada, el tono del despertador, la caída del agua en la regadera, **de tacto**: cuando chocamos con la esquina de un mueble o con la pata de la cama, al oprimir el timbre de la casa de tú mejor amigo, **olfativos**: cuando pasas por un restaurante y percibes el rico aroma de los alimentos, **visuales**: cuando ves a la persona que te gusta o alguna obra de arte, entre otras.



Actividad 9

Completa el siguiente cuadro.

¿Cómo me dice mi cuerpo que...?

Tengo hambre	Ejemplo: Siento un ligero dolor en el estómago
Estoy cansado	
Tengo sed	
Me he quemado	
Tengo frío	
Quiero ir al baño	

Ahora describe ¿qué es para ti la sensación?

Estímulo

Los estímulos son todos aquellos factores que actúan sobre un cuerpo incitándolo a dar una respuesta acorde; es decir, es la energía física que produce una excitación en un órgano sensorial. Existen varios tipos de estímulos dependiendo de la energía que activa al órgano y pueden medirse por su tamaño, duración, intensidad, longitud de onda y otras características (Garrison, 2000). Por lo tanto, se establece que el cuerpo afectado podrá dar una respuesta, la cual puede ser positiva o negativa según el tipo de estímulo que la genere.

- **Luminosos:** vista (luz, color, forma, movimiento)
- **Químicos:** gusto y olfato (sabores, olores)
- **Acústicos:** oído (música, ruido)
- **Térmicos:** piel (temperatura, textura)
- **Mecánicos:** piel (picazón, ardor, etc.)



Estímulo interno
Fuente: pxhere.com

Tipo de estímulos

- **Internos:** son aquellos generados y sentidos dentro del organismo, tales como la sensación de hambre, de sed, de sueño y las ganas de realizar una tarea determinada: correr, trabajar, nadar, entre otros.
- **Externos:** son generados en el exterior y provocan una modificación en el cuerpo; van de afuera hacia adentro, es decir, son primero sentidos y luego interiorizados. Normalmente la reacción que producen propicia un cambio determinado; un ejemplo de éstos sería la sensación al apoyar la mano sobre un objeto excesivamente caliente.
- **Condicionados:** la característica principal de éstos es su necesidad de esquemas de aprendizaje previos para la existencia de la reacción; es decir, el sujeto que recibe el estímulo debe contar con conocimientos anteriores para generar una respuesta. Por ejemplo, el caso de un bebé que recibe el estímulo de la sed, pero que no sabe cómo saciarla porque nunca lo ha hecho, no podrá dar una respuesta adecuada a ese estímulo, ya que no sabrá que debe tomar agua.
- **Incondicionados:** son aquellos que no necesitan de estructuras cognoscitivas previas para lograr una reacción correcta, por lo que están vinculados principalmente a cuestiones innatas. Un ejemplo claro: el golpe que da el médico en la rodilla para el control de los reflejos es un estímulo incondicionado, ya que no necesitamos de un aprendizaje para que la rodilla responda levantando la pierna (reflejo innato).
- **Sensoriales:** también conocidos como físicos, son los percibidos por medio de los sentidos de la vista, el olfato, el tacto, la audición o el gusto. Escuchar un grito pronunciando nuestro nombre al ir por la calle constituiría un estímulo de este tipo, al igual que sentir el olor de nuestra comida favorita.



Estímulo sensorial
Fuente: pxhere.com



Estímulo químico
Fuente: pxhere.com

- **Motivacionales:** puede clasificarse en este rubro cualquiera que al llegar a los receptores genere, a modo de respuesta, la voluntad o las ganas de realizar una tarea específica. Por ejemplo, si al mirar un anuncio publicitario en el que se nos incita a comprar un producto, lo hacemos, fuimos receptores de un estímulo y por eso lo compramos.
- **Imperceptibles:** son aquellos que el individuo no logra percibir; en general, tienen lugar en momentos donde existe una gran cantidad y variedad de estímulos, por lo que el sujeto es incapaz de notar la totalidad de ellos. Así, si una madre está preparando la cena, ayudando a su hijo con la tarea y calmando al bebé que llora, probablemente no percibirá el sonido de un mensaje en su celular (cuando en otras circunstancias sí lo haría).
- **Químicos:** son considerados de este tipo todos los que generan una respuesta química, o quizás fisiológica. Por ejemplo, al ingerir un medicamento para incrementar nuestras defensas, estamos recibiendo un estímulo químico cuya respuesta será la activación del sistema inmunológico (Alonso, 2012).

Finalmente, es importante explicar que cada estímulo tiene cuatro aspectos:

- **Tipo (modalidad):** algunos receptores son más sensibles a ciertos tipos de estímulos, por ejemplo, diversos mecano-receptores responden mejor a estímulos táctiles.
- **Intensidad:** los receptores envían impulsos siguiendo ciertos patrones para emitir información sobre la intensidad de un estímulo (por ejemplo, un sonido ruidoso).
- **Localización:** la localización del receptor dará la información al cerebro sobre la localización del estímulo; por ejemplo, recibir un estímulo en el pulgar enviará la información al cerebro.
- **Duración:** la duración del estímulo es transportada hasta los receptores

Fuente: Garrison (2000).

Umbrales sensoriales

Se refiere a la cantidad mínima de energía que producirá una sensación; se define como la energía que un sujeto puede sentir más o menos la mitad de las veces. La capacidad humana de recibir estímulos es limitada, pues no podemos tener sensación de todas las cosas; hay elementos que no podemos ver, como la luz infrarroja, o que no podemos oír, como los ultrasonidos

La psicofísica estudia la relación existente entre la naturaleza física de un estímulo y las respuestas sensoriales que producen en una persona; su finalidad es establecer una relación cuantitativa entre los estímulos provenientes del exterior (con la frecuencia y la intensidad) y las experiencias sensoriales (Garrison, 2000).

Umbral absoluto

El umbral absoluto es la cantidad mínima de estímulo que necesitamos para darnos cuenta de algo (umbral inferior) y también la cantidad máxima de estímulo que podemos recibir, es decir, el límite superior por encima del cual no podemos tener más sensaciones.

Umbral diferencial

Es la diferencia de intensidad necesaria para notar un incremento o una disminución ante un estímulo previo; podemos detectar cambios muy pequeños en la temperatura y en la altura tonal de los sonidos (habilidad de quienes afinan instrumentos musicales), pero somos menos sensibles a los olores o los cambios de volumen. Cuanto más pequeño sea el cambio que podemos detectar, mayor es nuestra sensibilidad (Alonso, 2012).

Actividad 10



Actividad
Módulo uno

Contesta las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles crees que serían los cambios en tu estilo de vida si perdieras alguno de los órganos de tus sentidos?

2. ¿Cuál podría ser una de las consecuencias si transitaras por la vida sin recibir sensaciones?

3. Explica ¿qué sientes cuando escuchas a alguien hablar de ti?

4. En plenaria grupal comparte tus respuestas.

Percepción

Se trata del proceso mental mediante el cual obtenemos datos del exterior y los organizamos en nuestro interior para tomar conciencia del mundo que nos rodea (Murrieta, 2013). La **percepción** siempre va a estar ligada a la sensación, sin embargo, son cosas distintas; la sensación se refiere a la **recepción** de información por medios de los sentidos (gusto, olfato, vista, tacto, oído) y la percepción son los procesos de organización, interpretación o procesamiento de tal información sensorial.



La percepción presenta tres atributos:

- **Integridad:** los objetos no se dividen en partes y cualidades, sino que existe una relación determinada entre ellos.
- **Racional:** al percibir objetos y fenómenos de la realidad, el hombre los interpreta según sus conocimientos y experiencias anteriores.
- **Selectivo:** el hombre hace una comparación entre los objetos y los contextos dependiendo de sus experiencias (Garrison, 2000).

Es importante que reconozcas que la percepción es un proceso de selección debido a que en ocasiones recibimos de manera excesiva información y los recursos humanos son limitados, es decir, percibimos lo que es relevante en cada circunstancia. Esta selección de estímulos resulta importante para nuestra adaptación y supervivencia y se produce mediante la atención.

La atención se puede definir como un sistema de capacidad **limitada** que realiza operaciones de selección de información y cuya disponibilidad o estado de alerta fluctúa. Según el *Manual de pedagogía y psicología*, la **atención** es la concentración de la conciencia sobre un objeto, la cual prepara y orienta a la percepción; es un proceso cognitivo que permite seleccionar características de los estímulos ambientales que detecta el individuo a través de los sistemas sensoriales.

De acuerdo con Gearheart (citado en Murrieta, 2013), la atención puede dividirse en:

- **Selectiva:** experimenta sucesos que forman parte del medio a través de los canales sensoriales de entrada.
- **Sostenida:** consiste en dirigir actividades cognoscitivas hacia tareas específicas.

Para Luria (1994) existen dos tipos de atención:

- **Involuntaria:** se refiere al interés por un estímulo intenso, nuevo o relevante.
- **Voluntaria:** enfoque de la mente sobre un objeto; depende de la iniciativa del sujeto y no del objeto.

Factores que intervienen dentro de la atención:

- Intensidad o fuerza del estímulo.
- La diferencia de un estímulo comparado con otros.
- Intereses y motivos personales.

Factores que influyen en la percepción

El aprendizaje y la experiencia previa van a ser factores determinantes para la percepción de las cosas; los factores tanto internos como externos que tenga el sujeto van a dar un tipo de percepción, es importante analizarlos para lograr la comprensión de ciertas interpretaciones de la realidad y estilos de aprendizaje del ser humano.

Los factores que influyen en la percepción son:

Externos

- *Intensidad*: cualquier modificación estimular suele llamar nuestra atención; ejemplo: nos fijamos más en una fuerte explosión que en un ruido leve.
- *Repetición*: tiene gran importancia en la propaganda comercial, de ahí la repetición de anuncios en muchos medios audiovisuales.
- *Tamaño*: los objetos grandes atraerán más nuestra atención que los pequeños.
- *Novedad*: los objetos o sucesos no habituales se fijan con mayor facilidad en nuestra mente.

Internos

- *Atención*: en todo momento somos conscientes de un número limitado de estímulos; cuando jugamos al ajedrez, nuestra percepción está enfocada en el tablero y apenas notamos la temperatura de la habitación.
- *Motivos*: hacen que la percepción sea selectiva; por ejemplo, cada persona cuenta la fiesta según le haya ido en ella.
- *Intereses y valores*: atendemos los aspectos de la realidad que nos interesan; por ejemplo, en un parque un pintor y un botánico percibirán cosas muy diferentes.
- *Características del observador*: los deseos y las actitudes, la personalidad y la situación afectiva del observador influyen en la percepción.
- *Cultura*: ejerce un papel fundamental, pues nos han enseñado a percibir de determinada forma y este aprendizaje condiciona nuestra perspectiva.

Principios gestálticos sobre la organización perceptual

Por medio del proceso de percepción, el cerebro intenta constantemente crear "todos" (o sea estructuras unitarias) a partir de los estímulos tan heterogéneos que bombardean los sentidos. La experiencia que se obtiene al organizar fragmentos y trozos de información en objetos y patrones significativos recibe el nombre de Gestalt. Como se mencionó en temas anteriores, para los psicólogos de la Gestalt el "todo" es mayor que la suma de sus partes, puesto que el ser humano ve patrones y agrupamientos en el ambiente y no series desordenadas de fragmentos y elementos (Garrison, 2000). Por ello, establecieron un conjunto de reglas que describen cómo se estructura la percepción dadas ciertas condiciones.

- **Ley de proximidad**: los estímulos que están próximos tienden a agruparse.
- **Ley de semejanza**: los estímulos parecidos en tamaño, forma o color tienden a ser agrupados.
- **Ley de la continuidad**: es la tendencia a percibir unidos estímulos que tienen una continuidad.
- **Ley de contraste**: la percepción del tamaño de un elemento está influida por la relación que tiene con otros elementos del conjunto; esta ley se refiere al tamaño no a la forma.
- **Ley del cierre**: los observadores tienden a agrupar los elementos que están localizados en la misma región percibida; solemos llenar los huecos en las líneas rectas o en las curvas.
- **Ley de simetría**: consiste en la percepción de la totalidad de un objeto a partir de las características simétricas que se tengan de la mitad de éste.



- **Ley de movimiento:** se da cuando el observador se mueve en relación con el ambiente espacial; las imágenes de la retina sufren una serie de cambios y los objetos ubicados a distancias diferentes parecen moverse en sentidos y velocidades diferentes.
- **Ley de figura - fondo:** la relación más simple es el agrupamiento de algunas sensaciones en algún objeto o figura que resalta sobre un fondo. Es probable que sea innata, porque es la primera capacidad perceptiva que aparece después de recuperar la vista en pacientes con cataratas.

Trastornos perceptivos

- **Agnosia:** incapacidad para identificar o reconocer estímulos por un sentido particular, aunque la persona tenga bien su capacidad intelectual.
- **Ilusiones:** son percepciones erróneas de estímulos externos reales; las ilusiones son corregibles, por lo tanto, no son indicativas de alguna patología.
- **Alucinaciones:** son percepciones sin objeto; según el canal sensorial por el que se perciben, se clasifican en acústicas, visuales, gustativas, olfativas y táctiles (Alonso, 2012).



Actividad
Módulo uno

Después de conocer los conceptos básicos de la sensación, la percepción y la atención, te invitamos a contestar los siguientes ejercicios.

Actividad 11

Observa las siguientes imágenes e identifica lo que se pide:

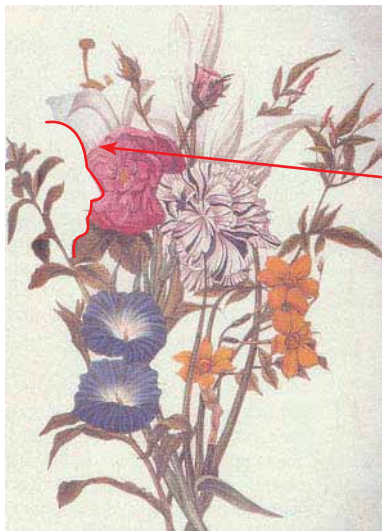


Figura 1: encuentra al menos cuatro perfiles humanos (observa el ejemplo).

¿Cómo los ubicaste?

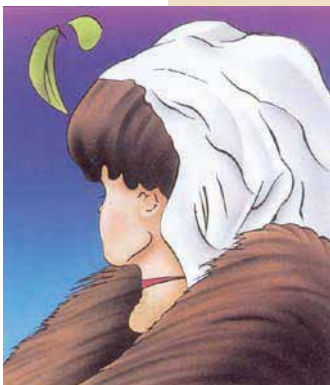
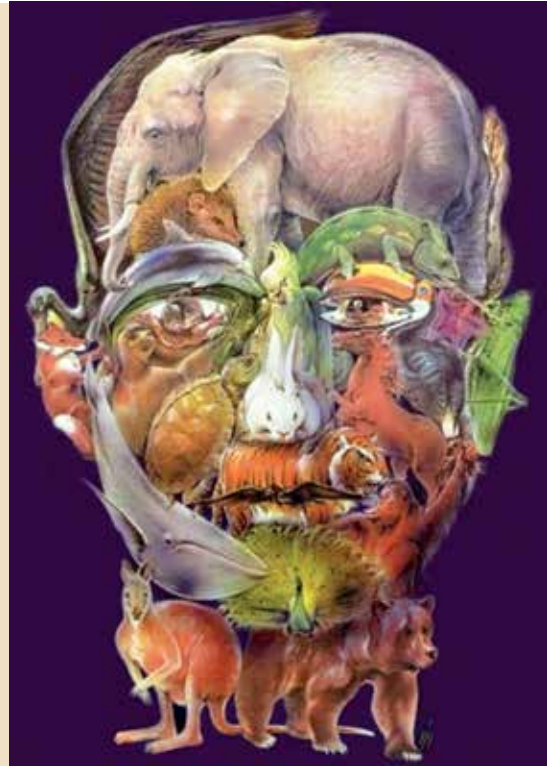


Figura 2: ¿observas a una joven o una anciana?

Figura 3: ¿cuántos animales puedes encontrar? (son 54).

- | | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| 1. | 2. | | |
| 3. | 4. | | |
| 5. | 6. | | |
| 7. | 8. | | |
| 9. | 10. | | |
| 11. | 12. | | |
| 13. | 14. | | |
| 15. | 16. | | |
| 17. | 18. | | |
| 19. | 20. | | |
| 21. | 22. | | |
| 23. | 24. | | |
| 25. | 26. | | |
| 27. | 28. | | |
| 29. | 30. | | |
| 31. | 32. | | |
| 33. | 34. | | |
| 35. | 36. | | |
| 37. | 38. | | |
| 39. | 40. | | |
| 41. | 42. | 43. | 44. |
| 45. | 46. | 47. | 48. |
| 49. | 50. | 51. | 52. |
| 53. | 54. | | |



¿Te fue fácil identificar a los animales?, ¿por qué?

Figura 4: observa la siguiente imagen y describe si distingues a la pareja besándose.





M
1

Basado en
Competencias



Figura 5: en la siguiente imagen está la cara de un hombre, ¿la puedes encontrar en 3 segundos? Señala con un círculo su ubicación.

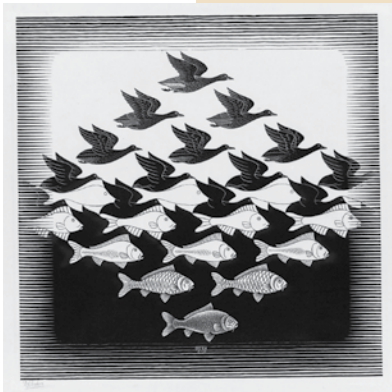
Describe cómo la ubicaste.

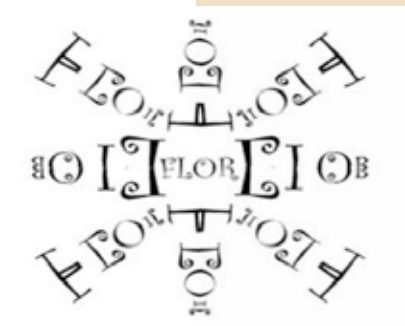


Actividad
Módulo uno

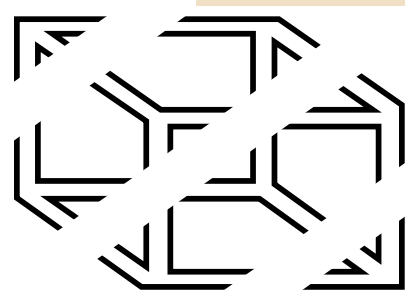
Actividad 12

Observa las siguientes imágenes e identifica a qué ley de la percepción corresponden.





¿Observas alguna simetría en esta imagen? Dibújala sobre la misma



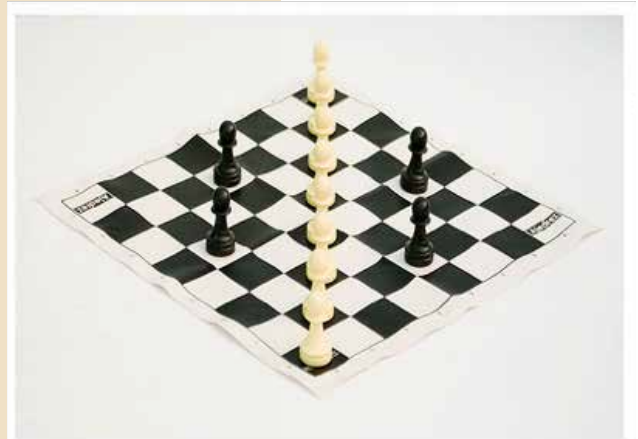
¿Qué ley gestáltica se cumple en la imagen?

¿Qué ves, un montón de manchas o la figura de un perro?

¿A qué ley de la percepción corresponde este ejemplo?



¿Qué dirección crees que lleven las piezas de la imagen?

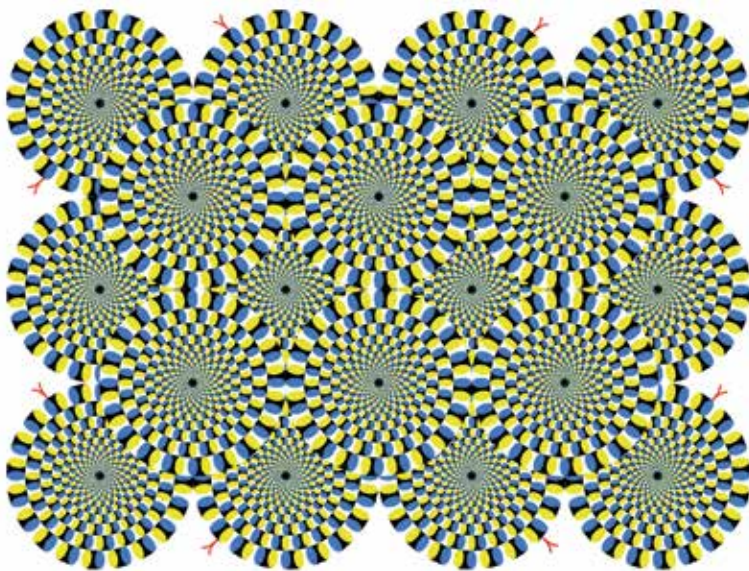


Observa y responde: ¿las escaleras van hacia arriba o hacia abajo?, ¿por qué?





¿Qué ley de la percepción le corresponde a esta imagen?



¿Movimiento o ilusión?



¿Ves hojas o a la mujer recostada?

¿A qué principio de la percepción corresponde este ejemplo?

Actividad 13



Actividad
Módulo uno

Escribe ¿qué se necesita para aprender a percibir?

Motivación

Se entiende como todo aquello que mueve la conducta, es decir, todo lo que la inicia, la mantiene y la dirige hacia una meta. La motivación aumenta el vigor, pues activa la conducta y dirige el comportamiento hacia determinada dirección. Para definirla se debe tomar en cuenta la autoestima, las necesidades de libertad, el sentido de competencia, la capacidad de elección y la autodeterminación de cada persona, pero en general presenta las siguientes características:

- **Es un proceso y no un producto:** son conductas como elección de tareas, esfuerzo, persistencia y expresiones verbales.
- **Incluye metas:** los individuos tienen algo en mente que tratan de obtener o evitar.
- **Requiere de actividad física o mental:** implica esfuerzo, planeación, organización, monitorización, toma de decisiones, solución de problemas y evaluación de progresos.
- **La actividad motivada es provocada y sostenida:** el esfuerzo inicial hacia una meta es esencial, pero lo más importante es mantenerlo a través del tiempo, a pesar de las dificultades, los problemas, los fracasos e incluso retrocesos que pueden ocurrir durante el seguimiento de metas (Murrieta, 2013).

¿Sabías que...?

Abraham Maslow, pionero de la psicología humanista, trabajó con la motivación y estaba convencido de que todos los seres humanos necesitan sentirse competentes, obtener la aprobación y el reconocimiento y sentir también que han logrado algo en su vida.





M
1



Actividad
Módulo uno

Actividad 14

De las siguientes frases, selecciona la que más te agrade.

1. "Si crees que puedes, es probable que puedas. Si crees que no, con toda seguridad no lo harás. La creencia es el interruptor de encendido que te lanza de la plataforma de lanzamiento" Denis Waitley.
2. "La abundancia no es algo que adquirimos, es algo que sintonizamos" Wayne Dyer.
3. "Las metas proporcionan la fuente de energía que alimenta nuestra vida. Una de las mejores maneras en que podemos conseguir el máximo provecho de la energía es enfocarla. Eso es lo que las metas pueden hacer por nosotros: concentrar nuestra energía" Denis Waitley.
4. "¡Tenemos buenas noticias! ¡Todo, absolutamente todo, lo que siempre has querido, ahora está a tu alcance! Por supuesto... todavía tienes que alcanzarlo" Mike Dooley.
5. "El carácter es una cualidad que incorpora muchas características importantes, tales como la integridad, el coraje, la perseverancia, la confianza y la sabiduría. A diferencia de las huellas dactilares con las que naces y que no se puede cambiar, el carácter es algo que se crea dentro de ti mismo y debes asumir la responsabilidad de cambiarlo" Jim Rohn.

Argumenta tu elección:

Para alcanzar una meta, las personas deben tener suficiente activación y energía, un objeto claro y la disposición de emplear su energía durante un periodo largo para poder alcanzarla; es decir, deben estar motivadas. Una parte esencial de la motivación son los impulsos (motivos), que son una fuerza interna, un deseo o necesidad que excita al organismo y dirige la conducta hacia una meta. Todos los motivos se derivan de algún estímulo, una necesidad corporal (hambre o sed), una clave del medio ambiente o un sentimiento; cuando uno o varios estímulos dan lugar a un motivo, el resultado es un comportamiento encaminado a un objetivo (Morris, 2005).

Características de la motivación

Las actividades motivadas comienzan con una necesidad (deficiencia interna); las necesidades causan que se desarrolle una pulsión (estado de tensión o activación, como el hambre y la sed) que provoca una respuesta (acciones para alcanzar una meta), alcanzando la meta se cumple el objetivo de la motivación.

Principales motivos humanos

- **Biológicos:** surgen de la necesidad por cosas que nos mantienen vivos (alimento, agua, calor, sueño, motivación sexual); son también considerados motivos primarios porque sin ellos morimos.
- **Psicosociales:** son necesidades cuando consideramos que la felicidad y el bienestar depende de la satisfacción de las mismas, detectadas por la experiencia personal. Algunos pueden compartirse en todos los individuos y parecen ser natos, mientras que otros parecen ser completamente aprendidos. Ejemplos de estos motivos son la búsqueda de estímulos nuevos, la necesidad de afiliación y la necesidad de logro (Lahey, 1999).

Podemos concluir que la motivación es un estado interno que activa, dirige y mantiene la conducta, además implica impulsos o esfuerzos que dan energía y nos dirigen a actuar de cierta manera (Clelland, 1989).

Tipos de motivación

- **Intrínseca:** deseo por realizar una conducta que se origina en el interior del individuo.
- **Extrínseca:** deseo por realizar una conducta para obtener una recompensa o para evitar un castigo (Papalia, 2007).

Actividad 15



Actividad
Módulo uno

Haz memoria y escribe tus seis mayores logros; todos tenemos logros, puede ser desde haber terminado la secundaria o haber anotado el gol del desempate a los 13 años, etcétera. Es preferible que ubiques logros simples a considerar que no tienes ninguno.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

Si realizaste este ejercicio, quiere decir que has tenido muchos logros en tu vida, que pueden ser desde saber leer, escribir, manejar una computadora u otros.



Basado en Competencias

[illegible]

En resumen, podemos decir que una emoción es un estado afectivo experimentado por el hombre o una reacción subjetiva que viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endócrinos) de origen innato, influidos por la experiencia.

Componentes de las emociones

Cada emoción posee componentes fisiológicos involuntarios y componentes cognitivos particulares, los cuales representan la manera en que éstas se muestran externamente.

Existen seis categorías básicas de emociones:

- **Miedo:** anticipación de una amenaza o peligro, produce ansiedad, incertidumbre, inseguridad.
- **Sorpresa:** sobresalto, asombro, desconcierto; es transitoria y brinda una aproximación cognitiva para saber qué pasa.
- **Aversión:** disgusto, asco; produce rechazo hacia el objeto que crea aversión.
- **Ira:** rabia, enojo, resentimiento, furia, irritabilidad.
- **Alegría:** diversión, euforia, gratificación, contentos; genera una sensación de bienestar y de seguridad.
- **Tristeza:** pena, soledad, pesimismo.

A cada una de éstas se suman otras que han sido aprendidas durante el proceso de socialización y cumplen funciones adaptativas, pues sin emociones y sentimientos la vida sería monótona y aburrida; nadie percibiría los efectos de cada situación ni podría mantener una relación afectiva y la mente no buscaría el placer de la creación.

A manera de conclusión, Alonso (2012) establece que las emociones son respuestas fisiológicas que se ponen en marcha ante determinados estímulos y surgen como respuesta al significado que otorgamos a determinadas situaciones. Por ejemplo, si haces una excursión a la montaña experimentarás emociones como exaltación, miedo al abismo o alegría de alcanzar la cima.



Miedo, sorpresa, aversión, ira, alegría, tristeza
Fuente: pxhere.com

Memoria

Concepto, principios y tipos de memoria

El término *memoria* hace referencia a la retención o almacenamiento de los conocimientos aprendidos, su mantenimiento y la posibilidad de recuperarlos posteriormente. Existen tres propiedades sobre ésta que debes conocer:

- La memoria tiene fases o etapas de procesamiento de la información.
- La memoria a largo plazo está representada en múltiples regiones en todo el sistema nervioso.
- La memoria implícita y la explícita pueden involucrar diferentes circuitos neuronales.



La memoria es uno de los procesos principales para establecer nuestra individualidad. El cerebro tiene múltiples sistemas de memoria, cada uno con diferentes características y mediados por distintas redes neuronales.

La memoria tiene las siguientes fases:

- **Codificación:** es el proceso que transforma la información o los datos en algo significativo, mediante una asociación con recuerdos, imágenes o sonidos.
- **Almacenaje real:** significa “guardar” la información.
- **Recuperación:** consiste en extraer de la memoria información e invertir el proceso de codificación, es decir, devolver la información en una forma similar a cómo la almacenamos.

Los seres humanos tenemos tres modos de almacenar la información:

- **Memoria sensorial:** hace referencia a la información que recibimos a través de los sentidos; sólo dura unos segundos.
- **Memoria a corto plazo (MCP):** toma el control cuando la información de nuestra memoria sensorial se trasfiere a nuestra consciencia, es decir, cuando somos conscientes de ella.
- **Memoria a largo plazo (MLP):** es la información que persiste en nuestra mente durante largos periodos, por ejemplo, el aprendizaje se considera como memoria a largo plazo (Alonso, 2012).



Aprendizaje

Es uno de los procesos psicológicos más relevante, pues a través de éste se adquieren nuevos conocimientos; por lo que el Aprendizaje consiste en un cambio relevante en el comportamiento que refleja la adquisición de conocimientos o habilidades a través de la experiencia.

Actividad 16

Elabora un discurso de tres minutos en el que hables de la importancia del aprendizaje en la vida cotidiana de las personas.

Discurso

El aprendizaje en el conductismo

Para el conductismo, el aprendizaje es “un cambio de conducta en función de los estímulos recibidos por el ambiente” (Gutiérrez, 2002); según los conductistas, esto explica el origen de fenómenos como los tabúes, las fobias y la mayoría de las conductas aversivas. De esta corriente se desprende uno de los más importantes tipos de aprendizaje: el condicionamiento, el cual a su vez se distingue en:

- Condicionamiento clásico
- Condicionamiento operante

Condicionamiento clásico

Se define como un tipo de aprendizaje en el que un organismo responde ante un estímulo neutro, el cual comúnmente no produce esa respuesta (Feldman, 2006). La forma en que este fenómeno se descubrió fue inesperada: el fisiólogo ruso Iván P. Pávlov, a principios del siglo XX, estudiaba la digestión en su laboratorio cuando observó que los perros con los cuales estaba experimentando babeaban al verlo. Pávlov estaba estudiando la salivación, para lo cual colocaba polvo de carne en la lengua de cada perro; después de varias repeticiones notó que éstos babeaban antes de que la comida tocará sus hocicos; habían aprendido una respuesta condicionada: salivar ante un estímulo diferente del original (la comida).

Condicionamiento operante

Este tipo de condicionamiento fortalece o debilita una respuesta dependiendo de si sus consecuencias son positivas o negativas; en otras palabras, las conductas reforzadas tienden a repetirse; a esto Edward Thorndike, teórico y pionero del aprendizaje, lo llamó **la ley del efecto**.

Para entender este tipo de aprendizaje, es indispensable conocer el experimento realizado por otro representante del condicionamiento operante: B. F. Skinner, quien colocó en una caja una palanca que al ser accionada despachaba automáticamente una bolita de alimento. En dicha caja, Skinner metió a una rata con la finalidad de observar si era capaz de aprender a accionar la palanca y cuando lo lograba le daba un reforzamiento.

Un **reforzamiento** es el proceso que brinda a un sujeto una consecuencia favorable, con el fin de incrementar la probabilidad de repetir un comportamiento. Según Skinner, el refuerzo es el elemento fundamental del propósito de la conducta (Papalia, 2007).

Existen dos tipos de refuerzo básicos:

- **Reforzadores positivos:** son estímulos que aumentan la probabilidad de obtener una respuesta en determinada situación.
- **Reforzadores negativos:** son estímulos desagradables cuya supresión aumenta la probabilidad de obtener la respuesta.



Reforzadores primarios
y secundarios
Fuente: pxhere.com

Los reforzadores también pueden ser:

- **Reforzadores primarios:** son importantes biológicamente, como la comida, el agua, el sexo, entre otros.
- **Reforzadores secundarios:** son aprendidos y toman su valor de la asociación con los reforzadores primarios, por ejemplo, el dinero, el trabajo u otros.

De acuerdo con la forma como se administra el reforzador, se conocen dos programas básicos de reforzamiento:

- **Reforzamiento parcial:** es aquel que no refuerza todas las conductas, es decir, el sujeto no sabe cuándo será reforzada su conducta, por lo tanto, tenderá a presentarla indistintamente. Dentro de este tipo es posible observar dos programas: de razón y de intervalo; el primero refuerza cada cierto número de respuestas y el segundo cada cierto tiempo.

Aprendizaje observacional

Esta teoría se funda en el siguiente razonamiento: “si todo el aprendizaje fuera resultado de las recompensas y los castigos recibidos por los individuos, la capacidad de aprendizaje estaría restringida” (Papalia, 2007). En otras palabras, sería imposible aprender de las experiencias personales de los demás, pero la realidad indica que los conocimientos del ser humano han sido aprendidos precisamente a través de la observación de un modelo.

Según Bandura, este tipo de aprendizaje tiene lugar a través de los siguientes pasos:

- Prestar atención y percibir los aspectos relevantes del comportamiento.
- Recordar el comportamiento.
- Convertir en acción la observación recordada.
- Estar motivado para adoptar el comportamiento.

Inteligencia, pensamiento y lenguaje

Inteligencia

Definir la inteligencia resulta polémico, tanto que esta capacidad humana ha sido abordada desde diferentes posturas teóricas, como la psicológica, la biológica y la teoría de sistemas, que trata de entender la inteligencia artificial. Uno de los mejores indicadores del comportamiento inteligente es la capacidad de los seres humanos para utilizar símbolos; es decir, la capacidad de transformar un evento de la realidad en un símbolo (Cordero y Ochoa, 2015).

La palabra proviene del latín *intelligentia*, y el Diccionario de la Lengua Española (2017) la define como la “capacidad para entender o comprender” y como la “capacidad para resolver problemas”, entre otras acepciones.

La inteligencia parece estar ligada a otras funciones mentales, como la percepción, o capacidad de recibir información, y la memoria, o capacidad de almacenarla.

Los primeros psicólogos suponían la existencia de un factor general de inteligencia al que denominaron **factor G**, posteriores aportaciones consideran que es multidimensional. A lo largo de la historia, se han diseñado instrumentos para intentar medir la inteligencia, sin embargo, la mayoría de ellos mide habilidades relacionadas con la inteligencia, como la habilidad numérica, la memoria, entre otras. La prueba más conocida es la Escala de Inteligencia Weshler para Adultos (WAIS por sus siglas en inglés).

Howard Gardner la define como “la capacidad de resolver problemas o elaborar productos que sean valiosos en una o más culturas”. Para él, es una característica capaz de ser cultivada, desarrollada, perfeccionada y aumentada; además, sin negar el componente genético, sostiene que esas potencialidades se desarrollan de una u otra manera dependiendo del medio ambiente, las experiencias vividas y la educación recibida. Este teórico afirmó que tenemos por lo menos ocho formas de inteligencia, cada una independiente de las demás: musical, kinestésica, lógica-matemática, lingüística, espacial, interpersonal, intrapersonal y medioambiental (Gardner, 2000).

Actividad 17



Actividad
Módulo uno

Escribe los nombres de tres personas o personajes que consideres muy inteligentes y argumenta tu elección, al finalizar contesta lo que se te pide.

Persona / personaje	La elegí porque...
1.	
2.	
3.	



¿Consideras que la inteligencia se puede mejorar?

Pensamiento

La capacidad de pensar es una actividad compleja; el desarrollo del pensamiento se produce a partir de conceptos acerca de eventos y objetos de la realidad. Las palabras son una creación colectiva de los diversos grupos humanos, sirven para representar la realidad interna y externa y son los instrumentos de los que se sirve el pensamiento para razonar. Por lo que a medida que conozcas más significados, tendrás más herramientas para pensar; esto quiere decir que entre más completo y diverso sea tu lenguaje, poseerás mejores aptitudes para descifrar enigmas, resolver problemas, crear soluciones innovadoras, explicar de forma más inteligente los acontecimientos del exterior y comprenderás mejor lo que sucede dentro de ti (Cordero y Ochoa, 2015).



Actividad 18

Para darte una idea de lo que es el pensamiento, escribe qué estás pensando en este momento.

Feldman (2006) menciona que los psicólogos definen el pensamiento como "el manejo de las representaciones mentales de la información, el cual transforma esas representaciones en formas novedosas y diferentes, lo que permite que la gente responda preguntas, resuelva problemas y alcance metas"; una representación puede adquirir la forma de una palabra, de una imagen visual, de un sonido o de datos en cualquier otra modalidad. Este mismo autor menciona que algunos elementos que actúan en el pensamiento son las imágenes mentales, las cuales adquieren en la mente la forma del objeto o suceso representado.

Habilidad del pensamiento

Es la capacidad y disposición para algo; el concepto puede usarse para nombrar el grado de competencia de un sujeto frente a un objetivo. En un sentido más amplio y general, las habilidades básicas del pensamiento se refieren a los procesos que permiten obtener información precisa y ordenada de las características de un objeto de observación; a partir de allí se pueden desarrollar habilidades más complejas (Cordero Ayala & Ochoa Guerrero, 2015).

Pensamiento-lenguaje

Se entiende como lenguaje a la comunicación de información por medio de símbolos ordenados de acuerdo con reglas sistemáticas, el cual abarca componentes como la fonología, la sintaxis y la semántica (Feldman, 2006). El lingüista Noam Chomsky sostiene que “los seres humanos nacemos con una capacidad lingüística innata”; además planteó la existencia de una gramática universal, según la cual todos los idiomas comparten una estructura común.

En este sentido, el lenguaje es una de las más grandes habilidades que posee el ser humano, ya que por medio de éste es capaz de externar pensamientos y sentimientos, por lo que hace posible la comunicación y el entendimiento de la realidad; también da la oportunidad de transmitir conocimientos y de resolver inquietudes. Además de que es fundamental para la comunicación y está estrechamente ligado a la forma en que pensamos y entendemos el mundo, por ello no sorprende que los psicólogos dediquen una importancia y atención considerable a su estudio.

Actividad 19

Investiga cómo se desarrolla el lenguaje y elabora un esquema en el siguiente espacio.



Actividad
Módulo uno



Reflexiona y contesta lo siguiente.

1. ¿Crees que los esquimales, quienes viven en el helado Ártico, tienen un vocabulario más amplio para nombrar la nieve que quienes habitan climas cálidos? Argumenta tu respuesta.

2. ¿Los animales emplean el lenguaje? Argumenta tu respuesta.

3. ¿Consideras que quienes hablan dos lenguas (una en casa y otra en la escuela) automáticamente tienen dos culturas? Argumenta tu respuesta.



Fuente: pxhere.com

Módulo 2

Etapas del desarrollo humano

Propósito

Distingue las fases del desarrollo humano para asociar cómo éstas influyen en su comportamiento y su entorno social.

Competencias disciplinares Ciencias sociales extendidas

- 5. Participa en la construcción de su comunidad, propiciando la interacción entre los individuos que la conforman, en el marco de la interculturalidad.
- 8. Propone alternativas de solución a problemas de convivencia de acuerdo con la naturaleza propia del ser humano y su contexto ideológico, político y jurídico.

Competencias genéricas

- 3. Elige y practica estilos de vida saludables.
 - 3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.
- 10. Mantiene una actitud respetuosa hacia la interculturalidad y la diversidad de creencias, valores, ideas y prácticas sociales.
 - 10.1 Reconoce que la diversidad tiene lugar en un espacio democrático, de igualdad, de dignidad y de derechos de todas las personas, y rechaza toda forma de discriminación.

Introducción

Pensar en el ser humano y las maneras en que se relaciona con su entorno es pensar en la dualidad indisoluble entre el cuerpo y la *psiqué*, cuya constante interinfluencia hace que el ser humano se comporte y reflexione sobre su comportamiento y sobre el de los otros.

En este módulo se abordan los temas de desarrollo físico y psicológico en las diferentes etapas del desarrollo humano: prenatal, infancia, adolescencia, juventud, adultez y vejez. La selección de contenidos es relevante porque te permitirá conocer los factores biológicos, psicosocial y socioafectivo de cada etapa del ciclo vital humano. El análisis de las características de cada etapa te permitirá valorar y reconocer los factores que determinan cada una de ellas.

Desarrollo físico y psicológico en las diferentes etapas

El desarrollo del ser humano es un proceso continuo, que inicia con el nacimiento y culmina con la muerte; cada etapa tiene características psicosociales y culturales que se relacionan con esa transformación paulatina del organismo; es por ello que el desarrollo humano debe ser estudiado por los cambios de conducta que se presentan en el individuo debido a la interacción de los factores biológicos y ambientales en el transcurso de su vida.

Existen dos etapas de la vida del ser humano en las que los cambios físicos son más notorios y la influencia que tienen sobre el comportamiento es mucho más notable; éstas son la **niñez** y la **vejez**. Tanto en una como en la otra, lo que le pasa a nuestro cuerpo se ve reflejado de manera impresionante en nuestro comportamiento; sólo piensa en el niño que logra dar sus primeros pasos o realizar sus primeros dibujos, o en el anciano que considera que puede realizar determinada actividad, como subir una escalera, correr o saltar, pero su cuerpo se niega a obedecerle.



Fuente: pxhere.com

Para estudiar el desarrollo humano se deben tomar en cuenta tres conceptos:

- a) **Maduración:** son los cambios previsibles para una edad cronológica; por ejemplo, la edad para caminar, hablar o la producción de espermatozoides o de óvulos.
- b) **Etapas del desarrollo:** los cambios de conducta ocurren no sólo en cierto orden, sino también en agrupamientos específicos, y se presume que es necesario cubrir las destrezas en una etapa para poder acceder a la siguiente (Smith, Sarason y Sarason, 1984).
- c) **Aprendizaje:** cambio relativamente permanente en nuestros sentimientos, pensamientos y comportamientos (Shaffer y Kipp, 2005); es a partir de éste que vamos aprendiendo los modos y las formas de relacionarnos con los otros.



A continuación, te presentamos una breve descripción de las etapas del desarrollo humano que se verán en este curso, no sin mencionar que existen otras clasificaciones, las cuales van de acuerdo con la perspectiva de estudio de cada autor.

Fuente: pxhere.com

Etapas prenatal



Esta etapa inicia con la concepción y culmina con el nacimiento. La concepción se logra cuando se une un óvulo a un espermatozoide y ambos crean una célula única que se denomina cigoto, a partir de la cual se desarrolla el embrión de un ser vivo. El ser humano se desarrolla dentro del vientre materno por 40 semanas aproximadamente, y durante esta etapa se forman todos sus órganos internos. Actualmente, existe una práctica psicológica que promueve la estimulación desde el vientre materno, que supone favorece el desarrollo mental y sensorial del bebé; sin embargo, no hay un consenso sobre su utilidad.

Infancia



Diversas clasificaciones suelen dividir esta etapa en dos: la infancia (de 0 a 6 años) y la niñez (de 6 a los 12 años); la división responde a las diferencias en el desarrollo psicomotor y psicosocial (Vero, 2016). Durante la infancia se alcanzan los siguientes logros:

- a) **Reconocimiento de las personas:** durante los primeros meses, el bebé intenta acoplarse a aquellos con quien interactúa, hasta que finalmente reconoce a las personas que conviven con él habitualmente, y reacciona con temor frente a los desconocidos.
- b) **Reconocimiento de sí:** el bebé se reconoce a sí mismo en un espejo entre los 9 y los 12 meses, y utiliza los pronombres personales entre el año y medio y los dos años.
- c) **Adquisición de la identidad sexual:** alrededor de los dos años el infante, influenciado por su entorno, tiene preferencia por algún tipo de ropa o juguetes y a los tres años se identifica a sí mismo como niño o niña.

Fuente: pxhere.com

- d) **Lateralización:** esta etapa se presenta entre los 3 y los 6 años, cuando, gracias al proceso de maduración del sistema nervioso, se da la dominancia de un lado del cuerpo; dependiendo del dominio de uno u otro hemisferio cerebral, se considera una persona diestra cuando predomina el hemisferio izquierdo y zurda cuando lo hace el derecho (Pérez, 2011).
- e) **Locomoción y control postural:** en los tres primeros años de vida, el niño pasa de no saber moverse a poder andar, correr, saltar y mantener ritmos con manos y pies (Vero, 2016); también en esta etapa se da la adquisición de la lecto-escritura y del lenguaje.

Durante la niñez se alcanzan los siguientes logros:

1. Consolidar la identidad
2. Adquirir conciencia de capacidades y limitaciones
3. Percibir su situación en el mundo social
4. Aceptar las normas
5. Adoptar comportamientos cooperativos
6. Desarrollar actitudes participativas, respetuosas y tolerantes

Fuente: Vero (2016).

Actividad extraclase: entrevista

Realiza un pequeño cuestionario y aplícalo a alguno de tus familiares; pregúntales ¿cuándo comenzaste a caminar?, ¿cuál fue tu primera palabra?, ¿cuándo supiste que eras un niño o niña?, ¿cuáles eran tus juguetes preferidos?, ¿a qué te gustaba jugar?, ¿qué querías ser de grande?, u otras que te interesen. Posteriormente, en equipo comparen las respuestas obtenidas y hagan un resumen resaltando las coincidencias.

Adolescencia

Creo que cada adolescente es un héroe. Cuando somos jóvenes sentimos mucho dolor. Ir a la escuela es como ir a la guerra, la gente te defrauda todo el tiempo. A veces es muy, muy difícil seguir fuerte, pero tienes que seguir.

ANGELINA JOLIE VOIGHT

Para reflexionar

Para Dalia, que tiene 12 años, ser adolescente significa un cambio profundo, deja de ser la nena bebé de la familia y pasa por cambios que muy pronto la convertirán en señorita y eso para ella es una sensación rara, que a veces le cuesta trabajo enfrentar sola. Mientras que para Mariel, de 16 años, estar en la adolescencia significa haber atravesado por grandes cambios, algunos positivos y otros no tanto, sin embargo, es algo extraordinario, nuevas experiencias, muchos amigos; se encuentra muy interesada en crecer más rápido que nunca. Para John, un joven de 13 años, su adolescencia ha sido una etapa en la que se siente diferente,



en ocasiones extraño frente a los chicos de su edad, no le es muy fácil convivir con sus compañeros.

Fuente: tomado de Torres (2006: 101).



Fuente: pxhere.com

La adolescencia es, probablemente, la etapa del desarrollo humano con más influencia de la cultura y la clase social, ya que tiene un principio biológico (determinado por la pubertad), pero no un final, ya que culturalmente no se define cuánto dura esta etapa de transición entre la niñez y la juventud. A partir de esta consideración, existen diversas maneras de definir la adolescencia, desde las que retoman el significado etimológico del término hasta aquellas que la definen a partir de las funciones y tareas evolutivas que se desarrollan en esta etapa.

Etimológicamente, tanto la palabra *adolescente* como *adulto* derivan del verbo latino *adolescere*, que significa 'crecer, desarrollarse', sólo que *adolescente* deriva del

participio presente, que es activo y que se traduce como 'el que está creciendo'; por su parte, *adulto* deriva del pasado, y su traducción sería 'el que ya ha crecido' (etimologias.dechile.net, 2016).

Una conceptualización sociocultural la ofrecen Palacios, Marchesi y Coll (1999), quienes establecen que la adolescencia, como la conocemos, aparece a finales del siglo XIX, como consecuencia de la Revolución industrial, que retardó el ingreso de los jóvenes a las fuentes de trabajo al necesitar obreros mejor calificados, más desarrollados y con más estudios. También mencionan que mientras los hijos de los obreros entraban a trabajar a edades tempranas, los de las clases medias y altas tuvieron un periodo escolarizado más amplio, cuyos programas eran más complejos y exigentes. Es por esto que, en la cultura occidental, la transición de los adolescentes a la vida adulta se retrasó y se formó un nuevo grupo de edad, con características y hábitos propios y problemas peculiares.

De acuerdo con la UNICEF, casi la mitad de la población del mundo, aproximadamente 3 000 millones de personas, tiene menos de 25 años.

Entre la población total de adolescentes, 1 300 millones se encuentran en los países en desarrollo y de éstos más de 500 millones son niñas adolescentes.

En cuanto a México, en 2009 había un total de 12.8 millones de adolescentes entre 12 y 17 años, de los cuales 6.3 son mujeres y 6.5 hombres. Asimismo, se calcula que 55.2% de los adolescentes mexicanos son pobres y que 1 de cada 5 tiene ingresos familiares tan bajos que no le es posible satisfacer su necesidad básica de alimentación (UNICEF, 2009).

Después de este breviarío estadístico, lingüístico y sociológico, es necesario aclarar cómo se define a la adolescencia; tanto la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Asociación Americana de Psicología (APA) y la UNICEF conceptualizan la adolescencia como un periodo de transición entre la infancia y la edad adulta, que, para su análisis, puede segmentarse en tres etapas: adolescencia temprana (de 10 a 13 años), mediana (de 14 a 16 años) y tardía (de 17 a 19 años).

Esta etapa es una época muy importante en la vida debido a que las experiencias, conocimientos y aptitudes que se adquieren en ella tienen implicaciones importantes para el individuo en la edad adulta. Como se mencionó, la adolescencia comienza con la pubertad, que inicia entre los 10 y 14 años en niñas y entre 12 y 16 en los niños, y se caracteriza por las siguientes transformaciones físicas:

En las niñas:

- Comienzan a desarrollarse los senos
- Crece el vello en la zona del pubis y las axilas
- La menstruación (o periodo) por lo general es el último paso

En los niños:

- Crecimiento de los testículos y del pene
- Crecimiento de vello en el pubis y las axilas
- Crecimiento de los músculos y del vello facial
- Engrosamiento de la voz

Tanto los niños como las niñas pueden tener acné y también suelen tener un aumento repentino en el crecimiento (lo que coloquialmente se conoce como estirón), que dura alrededor de dos o tres años; esto los acerca más a su estatura adulta, la que alcanzan después de la pubertad.

Los cambios físicos de la pubertad repercuten de manera muy importante en el adolescente; de pronto su cuerpo le es ajeno, las personas que le rodean lo ven y lo tratan distinto, sus roles de niño se ven trastocados: es muy grande para algunas cosas y muy pequeño para otras; el coctel hormonal que le invade le produce nuevas sensaciones y provoca nuevos sentimientos.

Fuente: Medlineplus (2016).

De acuerdo con la APA, las áreas típicas de conflicto entre padres e hijos adolescentes pueden ser:

- a. Discusiones debido a las restricciones horarias
- b. Los amigos que elige
- c. El tiempo que comparte con la familia frente al que pasa con gente de su edad
- d. Desempeño escolar y laboral
- e. Automóviles y privilegios para conducir
- f. Citas y sexualidad
- g. Vestimenta, peinados y maquillaje
- h. Conductas autodestructivas, como fumar, tomar alcohol y consumir drogas

Fuente: APA (2016).



Como podemos ver, la mayoría de los conflictos enunciados se pueden concentrar en uno solo: el conflicto de los padres por mantener la autoridad sobre los hijos. Por un lado, el adolescente siente la necesidad de encontrar su identidad, establecer sus gustos, asumir derechos, aunque no responsabilidades; por el otro, los padres ven cuestionada su opinión o desobedecida, su autoridad se pone en entredicho y el control que tenían o creían tener sobre sus hijos se esfuma. La disciplina que durante los primeros años de vida del niño se estableció es alterada y se vuelve fuente de conflicto.

Desde la perspectiva psicológica han sido varios teóricos los que han escrito sobre la adolescencia; uno de ellos es Erik H. Erikson, quien elaboró la teoría más exhaustiva del desarrollo psicológico del ser humano, ya que caracterizó ocho etapas, cada una diseñada para alcanzar una serie de competencias para lograr un desarrollo emocional; es necesario que la persona resuelva un conflicto para poder acceder a una nueva etapa.

Desde la perspectiva de Erikson, el conflicto no es una problemática sino una oportunidad de crecimiento; en la adolescencia el conflicto que se presenta es "la búsqueda de la identidad vs. la difusión de identidad"; se caracteriza porque el adolescente se pregunta constantemente "¿quién soy?", busca independizarse de sus padres y pasar más tiempo con sus amigos, tiene pensamientos referentes a su futuro, como ¿qué debo estudiar?, ¿en dónde quiero trabajar?, ¿cuándo podré vivir fuera de la casa de mis padres?, entre muchos otros.

En esta etapa comienza a desarrollar su propia identidad tomando como base las experiencias personales que va teniendo; la búsqueda puede dar como resultado confusión respecto de la identidad propia, ya que este proceso le puede llevar a probar comportamientos ajenos a su círculo familiar, desde pintarse el pelo de colores hasta experimentar con algún tipo de droga, legal e ilegal. Asimismo, durante esta etapa se establecen relaciones erótico-afectivas con mucha intensidad.



Actividad 1

La ventana de Johari es un cuadro de doble entrada constituido por cuatro cuadrantes; en el primero (área libre) están las cosas que conozco y que los demás conocen de mí; en el segundo (área oculta) están las cosas que yo conozco y que los demás desconocen sobre mí; en el tercero (área ciega) están las cosas que los otros ven en mí pero que yo desconozco, y finalmente en el cuarto (área desconocida) están las cosas que ni yo ni los demás conocemos sobre mí; en la teoría psicoanalítica, esto es el inconsciente.

Completa los elementos según las indicaciones de tu profesor y después compártelos en grupos pequeños.

Ventana de Johari

	Yo conozco	Yo desconozco
Los demás conocen	Área libre	Área ciega
Los demás desconocen	Área oculta	Área desconocida

Fuente: Fritzen (1987).



Actividad
Módulo dos

Actividad 2. El gráfico de mi vida

En el siguiente cuadro registra cómo te sientes con respecto a los aspectos enunciados; en esta escala 1 es "pésimo" y 10 "excelente". Si tienes alguna duda sobre los conceptos pregúntale a tu profesor o haz una búsqueda en tu celular.

Aspectos de mi vida personal	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Familia										
Escuela										
Novio/novia										
Amigos										
Ejercicio de mi sexualidad										
Duelo por mi cuerpo infantil										
Duelo por mis padres infantiles										
Duelo por mi rol infantil										
Autoestima										
Toma de decisiones (elección de carrera, inicio de mi vida sexual, consumo de drogas)										
Adicciones (tabaco, alcohol, marihuana, cocaína, u otras)										
Adicción al celular										
Adicción a videojuegos										

Fuente: basado en Fritzen (1988: 76-77).

Después de hacer el ejercicio, redacta una reflexión y si quieres compártela con alguno de tus compañeros.



Juventud

¿Cuántos años tiene el Papa?! Soy un joven de 83 años.

JUAN PABLO II

Pero la juventud tiene que crear. Una juventud que no crea es una anomalía realmente.

ERNESTO "CHE" GUEVARA



Es la etapa que sigue a la adolescencia y su inicio es variable; no obstante, de acuerdo con la OMS, empieza a los 18 y termina a los 32 años. Otro aspecto para considerar es que no existe un solo tipo de juventud; por ejemplo, en México las grandes diferencias culturales, sociales, económicas y étnicas dificultan la caracterización de esta etapa. A pesar de lo anterior, existen algunos aspectos que pueden considerarse inherentes a todas las juventudes: la madurez física, una relativa madurez psicológica, cierta estabilidad social, la incorporación al mercado de trabajo, la formación de un nuevo núcleo familiar y la construcción más o menos estable de una identidad basada en el autoconocimiento y la autoaceptación.

Fuente: pxhere.com



¿Sabías que...?

En el Estado de México este grupo de edad representa más del 17% de la población.

Fuente: INEGI (2015).

Los jóvenes literalmente mueven a las sociedades, ya que representan la mayor fuerza de trabajo y son los responsables de la generación de ideas y nuevas tecnologías; ejemplo de ello es la creación de la web 2.0 y de las redes sociales, las cuales han revolucionado la manera en que nos relacionamos y comunicamos.

Sin embargo, otro aspecto que destaca en este grupo de edad son los problemas a los que están expuestos, como el ejercicio irresponsable de la sexualidad, que resulta en embarazos no deseados y la infección por enfermedades de transmisión sexual (ETS), así como la muerte por accidentes de tránsito asociados al consumo de alcohol y el abuso en el consumo de drogas, entre otros.

Adulthood

De acuerdo con Linda Davidoff (2000: 471), las teorías de la vida adulta subrayan los retos, problemas, conflictos y cambios de personalidad e intelectuales que aparecen en momentos determinados. Como ejemplo de estas teorías menciona la de Erikson, que en esta etapa establece el conflicto de **generatividad** frente al de **estancamiento**. La generatividad consiste en preocuparse y ocuparse de la educación de la siguiente generación, asegurar el porvenir de los suyos y sentirse útil y necesitado por los demás; cuando esta fuerza generativa fracasa surge un sentimiento de estancamiento, de depresión, de narcisismo, que imposibilita la eficiencia y eficacia del amor (vida matrimonial) y del trabajo (profesión); asimismo, representa una regresión psicosocial en la que la persona se pregunta ¿qué hago aquí?, ¿para qué ha servido mi vida? Coloquialmente identificamos como "chavo-rucos" o "tías quedadas" a quienes tienen una obsesión por "recuperar el tiempo perdido" con conductas inapropiadas de su edad.



Fuente: pxhere.com

Actividad 3. El espejo

Investiga cuál era la ropa y la música de moda cuando tus padres o tutores tenían tu edad; pregúntales si les gustaban y qué opinaban sus padres de sus gustos; finalmente compárala con la ropa y la música que te gusta a ti y llena el siguiente cuadro.



Actividad
Módulo dos

¿Qué les decían a tus papás de sus gustos?	¿Qué te dicen tus papás sobre tus gustos?



Fuente: pxhere.com

Vejez

En esta etapa, que va de los 60 años hasta la muerte, el ser humano disminuye su productividad o deja de ser productivo; su cuerpo se deteriora por lo que se acentúa el sentimiento de inutilidad y de desplazamiento, lo que causa un duelo por la disminución de las capacidades.

De acuerdo con Erikson, en esta etapa se presenta el conflicto entre la "integridad del Yo frente a la desesperación"; la primera se logra cuando la persona se acepta a sí mismo, cuando está satisfecho de su historia personal y del trabajo realizado, y siente el amor de su familia. En esta edad es momento de afrontar los duelos por la pérdida de familiares y amigos, y la muerte se vuelve un pensamiento recurrente y cotidiano.



Actividad
Módulo dos

Desarrollo biológico, cognitivo, social y afectivo

Actividad 4

Responde brevemente las siguientes cuestiones.

1. ¿Cómo podrías explicar los rasgos conductuales que tienen en común las personas de tu edad?

2. ¿Cuál consideras que es la clave de las características compartidas en cada etapa del desarrollo humano?

Ya hemos mencionado las fases de crecimiento por las que atravesamos los seres humanos, a estas fases también se les conoce como **estadios evolutivos**, los cuales intentan dar una explicación de la transformación del niño en adulto.

Al hablar del desarrollo biológico, cognitivo, social y afectivo de los seres humanos, nos referiremos a los estadios, mismos que contemplan el conjunto de características de cada etapa y que, de manera general, presentan un orden de sucesión constante. Los estadios también son guías para considerar aspectos como la personalidad, la evolución de la inteligencia y la psicosexualidad, entre otros.

Nuestro comportamiento está sujeto a adaptaciones y ajustes a las circunstancias que enfrentamos durante nuestro desarrollo biológico y social; por tanto, podemos decir que el comportamiento humano surge por la interacción de los componentes biopsicológicos del individuo y de las influencias del entorno.

Comportamiento humano	A lo largo de su evolución biológica y psicológica	
	Interacción de 2 factores:	Motivaciones, expectativas y los deseos conscientes e inconscientes de la estructura biopsíquica de la persona.
		Demandas e influencias que recibe del entorno geográfico, económico, tecnológico, social y cultural.

Los seres humanos vamos pasando por distintas etapas a lo largo de nuestras vidas; en cada una de ellas nos enfrentamos a nuevos retos, por lo que tomamos decisiones que marcan el resto de nuestras vidas y las de las personas con quienes interactuamos.

Características y factores de influencia en la etapa prenatal

La vida del ser humano es una constante inserción a algún grupo social y a una cultura determinada; por ello, desde antes de su nacimiento, el individuo ya pertenece a una estructura grupal (Aguirre, 1998), pues los movimientos del nuevo ser que la madre experimenta durante el embarazo se consideran el principio de la vida de los hijos.

La familia ha demostrado ser el núcleo indispensable para el desarrollo del ser humano, quien en la etapa prenatal habrá de estar en la matriz de su madre aproximadamente 280 días, y en la cual dependerá total y absolutamente de ella para su supervivencia y crecimiento. Si la madre recibe buena nutrición, evita sustancias nocivas para el bebé y tiene además atención médica adecuada, es probable que el producto se desarrolle favorablemente.

En esta etapa, la forma de enfrentar el estrés también parece relacionarse con la salud del recién nacido. Es la combinación de factores biológicos y ambientales los que por lo general contribuye a esta estabilidad en la conducta.



Actividad 5

Integra las características de la etapa prenatal y posteriormente en equipo completa el siguiente cuadro.

Concepto	Características de desarrollo		Factores de influencia
Etapa prenatal 	Biológico		
	Cognitivo		
	Social		
	Afectivo		

Características y factores de influencia en la etapa infantil

Desde el momento del nacimiento, la familia pasa a ser la organización grupal primaria de pertenencia y de referencia a partir de la cual el individuo podrá poner en práctica su capacidad socializadora; durante este periodo aprende a interaccionar y desenvolverse en modelos inherentes a otros grupos, como el colegio y los amigos (Aguirre, 2001); es por ello que la relación que establecen con el nuevo ser debe tener un buen inicio.

En esta etapa, los logros más relevantes son los movimientos coordinados, la maduración física de los órganos sensoriales y del sistema nervioso; así como la adquisición del lenguaje.

El infante conoce el mundo no sólo con los sentidos, que ya se han desarrollado completamente, sino también por medio del lenguaje. La evolución que se produce con estos cambios hace referencia, en su mayoría, a los aspectos psicológicos del desarrollo, pues la característica más destacable de esta etapa es que el niño va ampliando su mundo social.

Con la interacción comunicativa el niño adquiere nueva información, lo cual le permite tener un papel activo en la obtención de conocimientos, lo que conlleva a la comprensión del mundo.

Las reglas de comportamiento inician en la familia, continúan en la escuela y en todos los ámbitos donde se desenvuelve el infante; éstas son muy importantes para su desarrollo social porque fijan límites; enseñarles que no siempre van a tener todo lo que deseen permitirá que puedan afrontar con mayor facilidad las frustraciones del futuro (Artola, 2000; Aguirre, 1994; Kimmel, 1998). Asimismo, los padres deben brindarles un buen ambiente, en el que exista tolerancia, se aprendan responsabilidades, se dialogue adecuadamente y se respeten todos los ambientes en los que se desenvuelve.

Durante esta etapa de desarrollo cognitivo y emocional, se debe procurar que el niño se vea recompensado por sus iniciativas, cuando se muestre autónomo o cuando intente hacer algo que él crea que le corresponde; también se debe evitar usar frases que los menosprecien o inhiban, tales como "eres un inútil", "eres incapaz", u otras, ya que por desgracia este tipo de violencia silenciosa está bastante presente en nuestra sociedad y afecta negativamente el desarrollo humano.

Aproximadamente a los seis años, el niño empieza su educación primaria, y con ello las exigencias del mundo académico se multiplican; los padres y educadores apelan continuamente a frases como "ya eres mayor", "no te comportes como un niño pequeño", entre otras. De esta forma se va introduciendo al niño a que demuestre que es mayor, tanto en la escuela como en el hogar, en este último es cada vez más habitual que tenga obligaciones y no sólo derechos, como anteriormente.

En resumen, la función de la familia, como organización grupal primaria de pertenencia y de referencia, se encamina a:

- Proporcionar el espacio idóneo para el desarrollo físico y emocional.
- Introducir a los pequeños en el contexto cultural y social.
- Desarrollar en el individuo su capacidad socializadora.
- Satisfacer material y psicológicamente las necesidades para resolver el conflicto entre lo individual y lo social.
- Proporcionar los elementos necesarios para aprender a interaccionar y a comunicarse con otros grupos (como la escuela y los amigos), considerando que existen diferentes modelos.

Si el niño supera con éxito esta etapa se sentirá capaz, competente y preparado para enfrentar con seguridad los nuevos retos; aun cuando se equivoque rectificará e intentará solucionar sus problemas, lo cual es parte del desarrollo de habilidades emocionales y cognitivas.

Una conclusión sobre esta etapa es que la calidad del cuidado cuenta, ya que es probable que un ambiente seguro, afectuoso y estimulante produzca niños saludables, listos para aprender, mientras que un ambiente que propicia temores y dudas atrofie el resultado.



Actividad 6

Integra las características de la etapa infantil y posteriormente en equipo completa el siguiente cuadro.

Concepto	Características de desarrollo		Factores de influencia
Etapa infantil 	Biológico		
	Cognitivo		
	Social		
	Afectivo		

Características y factores de influencia en la etapa de la adolescencia

Las relaciones y la dinámica social de los individuos cambian de manera espectacular durante la adolescencia, debido a que en esta etapa los hijos comienzan a pasar menos tiempo en casa, con frecuencia están en desacuerdo y emocionalmente se sienten menos vinculados con el mundo que los rodea.

En esta etapa, los individuos experimentan una falta de control emocional de la que en gran medida no son responsables, pero que ocasiona que las relaciones se vuelvan intensas y que se agraven las tensiones familiares. Durante este periodo, el diálogo y el afecto son factores fundamentales para el entendimiento de muchas acciones características de la etapa. Sin embargo, la relación de la familia, la escuela y en general la sociedad con los adolescentes se complica un poco, debido a que se agudiza una brecha entre los criterios, las actitudes, los valores, los estilos y las formas de vida que éstos suelen adoptar, quienes, además, en esta edad es probable que quieran abandonar la escuela, muestren menos autocontrol e inmadurez en la resolución de problemas (Kimmel, 1998).

En esta etapa es preciso adoptar una actitud serena y una apertura mental que permita entender a los adolescentes; una visión pacífica permitirá que se desarrollen relaciones armónicas en todos los ámbitos, porque de esta forma los individuos podrán continuar formándose dentro del seno familiar, en instituciones educativas o culturales.

Hay que considerar que la adolescencia es una época en la que afloran problemas relacionados con la autopercepción, la depresión, que en algunos casos llega al suicidio, la autoestima, sentimientos acerca del Yo y emociones negativas o de desafío, lo cual se debe a que el adolescente ya no es un niño, pero tampoco un adulto. Es como si estuviera a la mitad del camino, sufriendo constantes cambios, no solo físicos sino también psíquicos; continuamente debe tomar decisiones que marcarán el resto de su vida, como la elección de una carrera, entre otras. Esto resulta positivo para el proceso de construcción de la identidad, ya que sin estos obstáculos no podrían superar las crisis que suelen aparecer en etapas posteriores.

Además, el adolescente necesita reafirmar su personalidad ante los demás, rodearse de amigos, quienes en este periodo tienen un significado muy particular, debido a que los lazos que establecen a esta edad son tan fuertes como los familiares.

En la actualidad, cada vez hay más niños y adolescentes que experimentan el divorcio de sus padres, lo que en muchos casos hace que vivan en un hogar monoparental; algunos autores relacionan la separación de los padres con el desarrollo de la personalidad de los hijos, ya que los hijos de familias desintegradas tienen más probabilidades de mostrar dificultades de adaptación que aquellos cuyas familias se mantienen intactas.

Por ello los adultos deben:

- Apoyar al adolescente a encontrarse a sí mismo.
- Tender la mano y estar presentes cuando se les necesite.
- Asegurar una presencia, más que física, espiritual.
- Escuchar y dialogar, pues es importante que los padres conozcan los problemas de sus hijos.
- Ser firmes pero cariñosos.

Si se enfrenta y supera esta etapa, se sentirá seguro y capaz de continuar formando su identidad, con sus propias ideas y creencias.



Actividad 7

Integra las características de la etapa adolescente y posteriormente en equipo completa el siguiente cuadro.

Concepto	Características de la etapa		Factores de influencia
Etapa de la adolescencia 	Biológico		
	Cognitivo		
	Social		
	Afectivo		

Características y factores de influencia en la etapa de la juventud

En los últimos años ha surgido un fenómeno social, cultural, económico y político, debido a que se ha adoptado, voluntaria o involuntariamente, una nueva etapa vital posterior a la adolescencia, considerada postadolescencia, y denominada juventud, la cual puede extenderse hasta los 35 años, y que comprende la plena inserción social, así como las crisis y los conflictos característicos de este grupo de edad.

La palabra *adolescente* suele confundirse con “juvenil” o “juventud”, que a fin de cuentas designan algo incompleto física y mentalmente. En la Edad Media se hablaba de “joven”, “jovente” o “jovencel” para referirse a quien era auxiliar de un oficio; en el siglo XXI, una nueva perspectiva de la juventud se deriva de la necesidad de una mejor preparación. Por ello, se concluye que este concepto siempre ha hecho referencia a una condición cultural que se encuentra en todas las sociedades y que las formas de la juventud son cambiantes según cada época y cada sociedad.

No es posible universalizar las características de la juventud, ya que las condiciones socioeconómicas, políticas y culturales de cada sociedad son distintas. Por ejemplo, en países como México, la dinámica social y la falta de oportunidades para los jóvenes han prolongado la permanencia de los hijos en el hogar, y la falta de empleo y la imposibilidad de independizarse han extendido el apoyo de la familia hacia los hijos; ello explica que la sociedad o los padres no reconozcan las diferencias entre la dependencia de los jóvenes y la autonomía adulta.

Es la etapa para poner en práctica lo aprendido anteriormente, puesto que hasta este momento el ser humano ha superado satisfactoriamente las etapas anteriores, y los cambios físicos y psíquicos han consolidado la propia personalidad, y esto supone que ha comenzado su independencia. Es probable que por sus características biopsicosociales a esta etapa se le considere como la mejor, o al menos es de esta manera como la hacen ver algunos medios de comunicación.

¿Sabías que...?

De acuerdo con Erik Erikson, el principal desafío de la juventud es el de la intimidad frente al aislamiento.



Actividad 8

Integra las características de la etapa de la juventud y posteriormente en equipo completa el siguiente cuadro.



Concepto	Características de la etapa		Factores de influencia
Etapa de la juventud 	Biológico		
	Cognitivo		
	Social		
	Afectivo		



Características y factores de influencia en la etapa adulta

Se pudiera considerar la etapa más larga del ser humano, pues se presenta de los 35 hasta los 60 años; incluso Erikson la divide en dos periodos: la primera edad adulta (de 30 a 50 años) y la segunda edad adulta (de 50 a 60 años), en consideración a que las preocupaciones y los intereses de una persona de treinta y tantos años no son los mismos que los de una de sesenta.

En esta etapa, los jóvenes se convierten en adultos y eligen el modo de dirigir sus vidas; se comienzan a establecer los compromisos más importantes, y es cuando presumiblemente se ha logrado independizarse física y psicológicamente de los padres, tutores o de las personas que condujeron y apoyaron su vida.

La adultez puede considerarse como una etapa de consolidación, debido a que se va a sacar provecho de lo aprendido en las otras etapas; aunque también podemos encontrar personas incapaces de modificar su vida, que no se enfrentan a nuevas situaciones y que aparecen como estancadas. Los adultos se van convirtiendo en parte activa de la sociedad, trabajan y participan en ella; han estudiado, trabajado y tenido hijos, y ahora vuelven a educar y ayudar a formar a nuevos individuos.

Los padres ya han alcanzado la edad madura y han iniciado su propio periodo de cambio, el cual se reconoce como madurez (Kimmel, 1998). Con frecuencia en esta etapa hacen una evaluación de sus vidas; valoran sus éxitos y sus fracasos, así como sus posibilidades futuras, pero el horizonte que miran se va reduciendo y sus momentos de felicidad se van a relacionar con los triunfos y descubrimientos de la juventud.

Si un individuo supera esta etapa satisfactoriamente, puede alcanzar prestigio social y servir de ejemplo para los demás, ya que al estar centrado y equilibrado buscará modificar su entorno para hacerlo más acogedor para él y para quienes lo rodean.

Actividad 9



Integra las características de la etapa de la edad adulta y posteriormente en equipo completa el siguiente cuadro.

Concepto	Características de la etapa		Factores de influencia
Etapa de la edad adulta 	Biológico		
	Cognitivo		
	Social		
	Afectivo		

Características y factores de influencia en la etapa de la vejez

Esta etapa es la última de los seres humanos y va desde los 60 años hasta la muerte; recientemente ha sido denominada "tercera edad" y al grupo que la representa "adultos mayores". El papel que cumplen estas personas dentro de la sociedad no es muy destacado, pero al igual que las otras etapas tiene sus propias características e importancia.

Su rol primordial es ayudar a los integrantes de la familia, por ejemplo, apoyan con el cuidado de los nietos; esta función beneficia a todos: padres, niños y sobre todo a los adultos mayores, porque se sienten útiles, lo que no es frecuente a cierta edad, cuando no se trabaja y no se pueden hacer grandes esfuerzos físicos o varias actividades.

Los adultos mayores suelen ser los que miman a los niños y a los jóvenes de la familia, porque, al ya haber criado a sus hijos, lo único que quieren es pasarla bien con sus descendientes. Otra de las características y funciones que realizan en esta etapa es tratar de aconsejar a sus seres queridos, ya que los abuelos se consideran personas más sabias debido a todo lo que han vivido, aunque muchas veces estos consejos no se tienen en cuenta.



En cuanto a los factores culturales y emocionales, los adultos mayores deben tener la mente abierta ante el mundo actual, ya que su convivencia familiar y social está enmarcada por las tecnologías innovadoras, las nuevas formas de pensar y los estilos de vida de las nuevas generaciones.

Las personas a esta edad se dan cuenta de que el final se acerca y frecuentemente reflexionan acerca de lo que han recorrido y logrado a lo largo de su vida, tanto las cosas buenas como las malas, así como sobre aquellas que no pudieron o no podrán hacer.

Como en cualquier otra etapa a veces aparecen rasgos de etapas anteriores; durante la vejez aparecen actitudes infantiles.

Quienes hayan llevado una vida satisfactoria llegarán a esta etapa de forma tranquila, en armonía y en paz con su entorno, a diferencia de quienes hayan enfrentado circunstancias difíciles.



Actividad 10

Integra las características de la etapa de vejez y posteriormente en equipo completa el siguiente cuadro.

Concepto	Características de la etapa		Factores de influencia
Etapa de vejez 	Biológico		
	Cognitivo		
	Social		
	Afectivo		

Éstas son las diferentes etapas de la vida de los seres humanos; todos experimentamos y enfrentamos las mismas situaciones, pero cada uno lo hace de manera distinta, dependiendo de su personalidad y de factores como la educación, la sociedad, las relaciones familiares y de un sinnúmero de características que nos distinguen de los demás.

Actividad 11

Analiza la importancia que tienen para ti las etapas del desarrollo humano y elabora un mapa mental en el que ilustres la función de éstas para el desarrollo personal y social.



Actividad
Módulo dos



Fuente: pxhere.com

Módulo 3

Personalidad

Propósito

Relaciona el concepto de personalidad y sus teorías para realizar acciones que promuevan la salud mental.

Competencias disciplinares básicas

1. Identifica el conocimiento social y humanista como una construcción en constante transformación.
4. Valora las diferencias sociales, políticas, económicas, étnicas, culturales y de género y las desigualdades que inducen.

Extendidas

8. Propone alternativas de solución a problemas de convivencia de acuerdo con la naturaleza propia del ser humano y su contexto ideológico político y jurídico.

Competencias genéricas

1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.
 - 1.1 Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.
 - 1.4 Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones.
3. Elige y practica estilos de vida saludables.
 - 3.1 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.

Introducción

El estudio de la personalidad es fundamental para entender el desarrollo del ser humano; debido a lo anterior, se revisarán conceptos, componentes, características y teorías de la personalidad, así como temas de salud e higiene mental. El objetivo del módulo es que el alumno defina qué es persona y qué determina la personalidad; para ello se revisarán los aportes que diferentes autores han realizado a lo largo del tiempo sobre este tema.

Concepto de personalidad

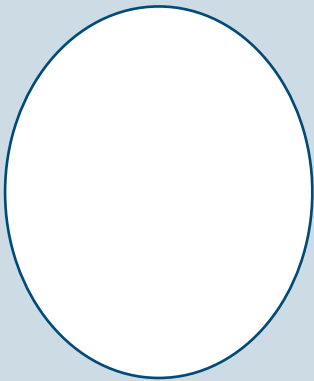
Seguramente habrás escuchado hablar sobre la personalidad; ésta es un constructo psicológico que se refiere a las actitudes, pensamientos, sentimientos, conductas y otras características de una persona; en pocas palabras, define quiénes somos y tiene estrecha relación con la autoestima, el autoconcepto, la identidad y la salud mental, entre otros.

Es relevante que definas quién eres y cómo se determina tu personalidad para que respetes los diferentes tipos de personalidad que existen, realices acciones para mantener una mente sana y evites hábitos que afecten tu salud e higiene mental.

Actividad 1



Actividades
Módulo tres



Reflexiona unos minutos sobre tu persona: ¿quién eres?, ¿con qué o con quién te identificas?, ¿qué te gusta o disgusta?, ¿cómo actúas? y ¿por qué actúas de esa forma? Al finalizar contesta las siguientes preguntas.

1. ¿Quién soy?

2. ¿Quién desearía ser y por qué?

3. ¿Qué creo que piensan los demás de mí?

4. ¿Qué es lo que me gustaría que los demás piensen de mí?

Al terminar comparte tus respuestas con el grupo.



Definición de personalidad

El estudio de la personalidad se remonta al siglo XX, sin embargo, los griegos atribuyeron el término *persona* a la máscara que utilizaban los actores en el teatro antiguo para interpretar diversos papeles; ésta les permitía asumir diferentes personalidades dentro de una misma persona.

Del concepto de persona se deriva el término *personalidad*, entendida como aquello que determina quién es cada quién y cómo nos manifestamos en el entorno (González, 2013). La personalidad forma parte del campo de la psicología que se interesa por estudiar a los individuos en su totalidad, resaltar sus características y explicar su forma de sentir, pensar y actuar; asimismo, este término se utiliza de manera cotidiana para describir cómo es una persona y los rasgos que la distinguen de los demás.

Existen diversas teorías y definiciones de personalidad, éstas dependen de la perspectiva de teóricos que la desarrollaron, pues a lo largo del tiempo se han realizado investigaciones que intentan explicar el comportamiento del individuo dependiendo de factores biológicos, sociales y ambientales, entre otros. A continuación, se presentan los aportes más relevantes:

La personalidad según:

1. **Gordon Allport**: "es la organización dinámica, dentro del individuo, de aquellos sistemas psicofísicos que determinan su conducta y sus pensamientos característicos".
2. **Catell**: "es aquello que permite predecir qué hará una persona en una situación dada". La personalidad abarca todo el comportamiento del individuo, tanto el exterior como el interior.
3. **Adler**: "es el estilo de vida del individuo o su manera característica de responder ante los problemas de la vida, incluyendo sus metas vitales" (Zepeda, 2003).
4. **Velázquez**: "es el conjunto de rasgos físicos, intelectuales, afectivos, volitivos y morales de un individuo, en constante interacción con otros; es decir, organización en sistema" (citado en Balcázar et al., 2007).
5. **Dicaprio**: "es una identidad personal, ya que establece que es todo lo que se sabe acerca de una persona o algo que es único en alguien o lo típico de la persona, incluyendo rasgos, como el atractivo visual y el atractivo social; simplemente es nuestra naturaleza psicológica. Es el producto final de todas las vivencias pasadas o anteriores" (citado en Balcázar et al., 2007).

Con base en lo anterior, se puede concluir que los teóricos analizan y explican qué es lo que hace diferente a una persona, incluso qué es lo que la hace ser única. Asimismo, el estudio de la personalidad intenta explicar el porqué de la conducta de una persona, es decir ¿por qué una persona puede estar motivada y otra no?, ¿por qué alguien puede ser introvertido o extrovertidos?

Actividad 2



Actividades
Módulo tres

Ahora que has conocido y analizado distintas definiciones de personalidad, es necesario contestes las siguientes preguntas.

1. ¿Qué es la personalidad?

2. ¿Cuáles son los elementos que conforman la personalidad?

Al terminar comparte tus respuestas en parejas.

Componentes de la personalidad

Las normas sociales, los comportamientos y el lenguaje son sólo algunos componentes del carácter que constituyen la personalidad, la cual comienza a formarse desde la niñez y se va desarrollando poco a poco; está configurada por dos componentes o factores principalmente, que en algunas ocasiones se confunden: el temperamento y el carácter.

De acuerdo con Montaña *et al.*, el temperamento es un fenómeno naturalmente emocional, es nuestra herencia biológica y, por tanto, es difícil de cambiar o modificar; todos los seres humanos poseemos una herencia genética, es decir, características que los padres nos heredan, como el color y la textura del cabello, el tono de piel, y otros más. Por otra parte, el carácter se forma desde la infancia y permanece siempre permeable a influjos externos; es una combinación de sentimientos, valores y pensamientos que un individuo va adquiriendo a lo largo de su desarrollo a través de la interacción, condiciones y circunstancias externas, además difiere en cada individuo según sea su forma o punto de vista para interpretar la realidad. Por ejemplo, los sentimientos son innatos, se nace con ellos, pero la manera en que se expresan forma parte del carácter.

Características de la personalidad

Hasta el momento hemos revisado los distintos componentes de la personalidad e identificado que es el conjunto de cualidades que nos hacen únicos, es tiempo de preguntarnos ¿cuáles son sus características?

Menciona ¿cuáles son los rasgos que te definen como persona?



Actividad 3

Una vez que has analizado tu personalidad, es necesario que pienses cuáles podrían ser las características de la personalidad en general: enlista al menos tres de ellas.

1.

2.

3.

Al finalizar compara tus respuestas con un compañero que elijas.

La personalidad es el sello distintivo de cada individuo y se forma por la combinación de rasgos, cualidades y características que describen el comportamiento de un individuo.

Entre más consistentes y frecuentes sean éstos, más fácil será describir al individuo.

Independientemente de las definiciones que han formulado diversos autores a lo largo del tiempo, podemos destacar una serie de características:

- No tiene una existencia real, sino que se infiere a partir de la conducta de los individuos.
- Es un constructo psicológico que nos permite ordenar la experiencia y predecir el comportamiento en situaciones específicas.
- Es la forma habitual de comportamiento de una persona; comprende tanto la conducta manifiesta como su experiencia privada. No es la suma de conductas aisladas, sino que implica la globalidad del comportamiento.
- Se produce por la interacción de la herencia genética y el ambiente del individuo, por el aprendizaje social y las experiencias personales; es decir, se forma a partir de lo que heredamos, lo que aprendemos y de la interacción con el medio que nos rodea.
- La personalidad se desarrolla y cambia a lo largo de la vida; se va configurando desde que nacemos y modifica en cada una de las etapas por las que vamos atravesando (niñez, adolescencia, juventud, adultez, vejez).

- Es individual y social; somos iguales, pero también distintos y debemos alcanzar el equilibrio entre lo que nos une como sociedad y lo que nos individualiza. Cada persona es única e irrepetible y posee sus propios rasgos, características y cualidades.
- La autonomía personal es la capacidad del ser humano de afrontar su propia existencia, a pesar de las dificultades que encontrará en el camino. Cada ser humano debe cuidar sus ideas, conocer sus sentimientos y emociones y establecer su propia escala de valores.

Fuente: Alonso (2012).

Teorías de la personalidad

Ahora que conoces el concepto, las características y los componentes de la personalidad, te presentamos un panorama de las teorías que intentan describir y explicar la forma de ser, sentir, pensar y actuar de cada persona.

Teoría conductista

El conductismo ha sido una de las grandes teorías del siglo XX en el campo de la psicología moderna; ha analizado y observado la conducta no sólo humana, sino también animal con la finalidad de predecir y controlar conductas futuras. En el ámbito personal, tanto John B. Watson como B. F. Skinner, coinciden en que la personalidad está determinada por el conjunto de conductas habituales que son influenciadas por el ambiente. Dichas conductas pueden ser modificadas y expandidas a lo largo de la vida, pues la transformación de rasgos de personalidad depende del aprendizaje.



B. F. Skinner

Además, se tienen que observar los factores que pueden estar influenciando la personalidad, como pueden ser la educación, los logros, las actividades psicológicas, emociones, religión y/o actividades culturales.

La teoría conductista expone que, si se quiere modificar un rasgo de la personalidad, es necesario hacer un cambio en las condiciones ambientales (cambios sociales) para lograr un buen efecto; entre más temprana sea la edad para hacer cambios, es mucho mejor porque apenas se están formando hábitos.

Los conductistas no analizan la personalidad como un proceso interno del ser humano (pensamientos, rasgos, necesidades), más bien se centran en predecir y controlar la conducta manifiesta y observable que es parte fundamental de la personalidad. Finalmente, dicha teoría menciona que el ser humano tiene la capacidad para adaptarse al ambiente y que dependiendo de éste será la conducta; en este proceso de interacción persona-ambiente existen elementos para reforzar la conducta deseada, disminuirla o extinguirla.



Actividad 4

Realiza un mapa mental sobre la teoría conductista, posteriormente escribe tus conclusiones y compártelas con el grupo.

Conclusiones:

Teoría psicoanalítica



Sigmund Freud

A finales del siglo XX, Sigmund Freud (1856-1939), médico, psiquiatra, psicólogo y pensador austriaco, desarrolló la teoría psicoanalítica; se basó inicialmente en investigaciones fisiológicas y de anatomía cerebral, y posteriormente en el análisis de pacientes con problemas emocionales; desarrolló a su vez, métodos introspectivos y de asociación libre para intentar comprender las enfermedades emocionales. Cabe mencionar que Freud buscaba el origen psicológico de los trastornos mentales, en especial de la histeria, y pensaba que las personas estaban inducidas por necesidades, motivaciones, deseos y traumas del pasado (Marcuschamer, 2008).

Para Freud, la personalidad es como un iceberg: la punta que sobresale del agua representa lo consciente (de lo que nos damos cuenta); el siguiente fragmento es el preconsciente, que consiste en filtrar la información inconsciente a la parte consciente del individuo; el modo de manifestar el preconsciente es a través de los sueños, fantasías y recuerdos. Y la gran masa sumergida es el inconsciente (de lo que no nos damos cuenta) y es la parte más primitiva del ser humano (García, 2005).

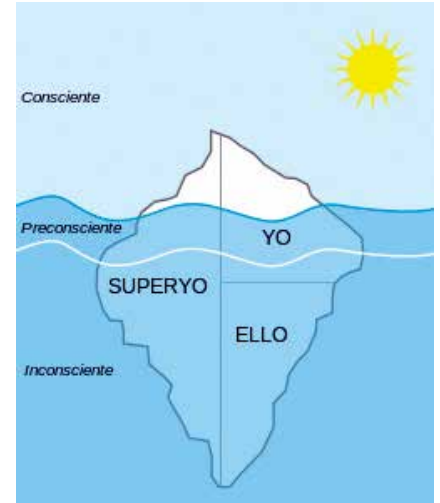
Sigmund Freud constituyó la personalidad en tres estructuras psíquicas:

- **Ello:** constituido por los instintos y deseos básicos. Parte primitiva de la mente humana y consiste en la energía psíquica, trata de satisfacer los impulsos inconscientes de supervivencia.
- **Superyó:** se forma a través del tiempo y de los contextos socioculturales del individuo; representan las normas sociales, las reglas de comportamiento y los deberes y las obligaciones. Necesidad de afecto y reconocimiento, miedo al castigo aceptando las normas que no se quieren.

- **Yo:** tiene la tarea de filtrar la información procedente del ambiente (normas y reglas) y las necesidades del Ello (deseos e instintos) para ser funcional en el ambiente social. Instancia racional y realista de la personalidad que surge a partir del ello, está formado por elementos conscientes e inconscientes.

Para Freud, la forma como el individuo equilibra deseos e imposiciones sociales constituye la personalidad (Marcuschamer, 2008); además creía que nuestra personalidad se forma a partir del desarrollo de etapas que surgen desde la infancia hasta la adultez; dichas etapas, llamadas psicosexuales, permiten la organización de la vida sexual adulta (Balcázar et al., 2007).

Es importante aclarar que lo que sucede en cada etapa del desarrollo será crucial para la conformación de la personalidad; por ejemplo, el excesivo castigo o recompensa por parte de los padres o los sucesos traumáticos pueden definir la personalidad en una de las etapas del desarrollo.



<https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/0/03/Structural-Iceberg-es.svg/250px-Structural-Iceberg-es.svg.png>

Fases del desarrollo psicosexual

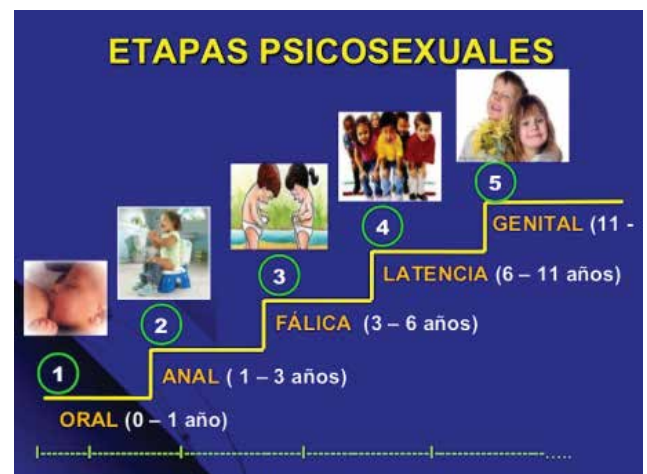
Fase pregenital: existe en esta etapa una incapacidad para diferenciar lo que es el individuo de lo que es su entorno; la madre es sólo una extensión del mismo. Se concentra un narcisismo; el bebé pasa a ser el centro de atención de la familia y se da la omnipotencia; el bebé se siente único, solo tiene que gritar o llorar cuando percibe una incomodidad y alguien o algo le resuelve el problema.

Fase oral (0 a 2 años): La madre es reconocida como la fuente de alimento y placer erótico, ya que el placer sexual, en esta etapa, se deriva de la succión que acompaña la alimentación; por tal motivo, la madre se convierte en el primer objeto de amor. El hambre es lo que impulsa al niño a reconocer el mundo externo.

Fase anal (2 a 3 años): el placer se centra en la expulsión o retención de heces y orina. Los niños aprenden cuánto control pueden ejercer sobre otros con sus músculos esfínteres del ano. De acuerdo con Freud, el castigo excesivo durante el entrenamiento del control de esfínteres puede crear una personalidad tacaña, obstinada, testaruda y compulsiva (anal retentiva) o cruel, prepotente, sucia o desordenada (anal expulsiva) (Lahey, 2007).

Fase fálica (3 a 6 años): las zonas erógenas están principalmente en los genitales. En esta etapa inicia la curiosidad por las diferencias que existen entre niñas y niños. Surge el complejo de Edipo, que es un proceso inconsciente en el que el niño siente atracción hacia la figura materna y celos y miedo hacia la paterna; en la niña sucede lo mismo, pero con el padre.

<https://sexualidadhumanasalud.files.wordpress.com/2016/07/pisocsexuales.jpg?w=456&h=343>





Fase de latencia (7 años hasta la pubertad): se caracteriza por no tener una zona erógena específica; en esta etapa, la sexualidad está en un estado de contención. Este periodo se asocia con la aparición del pudor y la vergüenza relacionada con la sexualidad.

Fase genital (etapa de la adolescencia): la zona erógena nuevamente son los genitales como en la etapa fálica, la única diferencia es que en esta etapa la sexualidad se expresa a través de vínculos afectivos y simbólicos con otras personas; durante este periodo la sexualidad está en toda su intensidad, no hay un mecanismo de represión, por lo que se reconoce como el nacimiento de la sexualidad adulta.

Mecanismos de defensa

La teoría psicoanalista menciona que, si existe un conflicto en el aparato psíquico, de manera espontánea el Yo genera diferentes estrategias de solución, que son los mecanismos de defensa; éstos protegen de todo aquello que genera factores de riesgo, por lo que permiten la supervivencia ante la neurosis del ser humano. A continuación, se explican cada uno de ellos y se da un ejemplo de la vida diaria.

Mecanismo de defensa	Definición	Ejemplo
Represión	Consiste en el rechazo o bloqueo inconsciente de pensamientos, imágenes, deseos o recuerdos que no se toleran en la vida consciente (Cloninger, 2003).	Una persona que estuvo en un accidente automovilístico en el que casi pierde la vida olvida por completo los detalles de éste para que ya no le generen dolor o sufrimiento.
Negación	Es la anulación de la propia experiencia o del recuerdo de ésta (Balcázar et al., 2007).	Un fumador niega que su adicción le va a provocar problemas de la salud, a pesar de que el médico le informe las consecuencias que tiene esta adicción.
Formación reactiva	Consiste en comportarse de manera completamente contraria a los sentimientos auténticos (Marcuschamer, 2008).	Una mujer que sobreprotege a su hijo, expresando que lo hace por amor, de manera inconsciente tal vez hubo un deseo de no tenerlo.
Desplazamiento	Consiste en trasladar un sentimiento a un objetivo distinto y de menor importancia (Cloninger, 2003).	Un adulto que le tiene miedo irracional a un animal inofensivo puede estar desplazando un miedo infantil, el cual tiene que ser descubierto.
Proyección	La persona atribuye sus sentimientos y deseos a otros porque es incapaz de asumir la responsabilidad de dichos sentimientos o de tolerar el dolor le provoca asumirlos (Balcázar et al., 2007).	Un chico no tolera algunos rasgos de la personalidad de un compañero de clases puesto que ve en él lo que no puede ver en sí mismo.

Regresión	La persona regresa a una etapa más temprana del desarrollo en la que existe mayor seguridad y evita la tensión y el conflicto provocados en su etapa actual (Balcázar <i>et al.</i> , 2007).	Un adolescente hace un berrinche ante el docente cuando conoce sus bajas calificaciones, como si fuera un niño frente a una situación desconocida.
Racionalización	Se refiere a crear una excusa lógica y creíble para justificar un comportamiento inaceptable (Marcuschamer, 2008).	Un joven termina su noviazgo y sustenta que fue porque ya no existía amor, sin embargo, la verdadera razón es que ya sentía atracción por otra chica.
Aislamiento	Los pensamientos relacionados con alguna situación dolorosa son disociados de otro pensamiento y por tanto no son recordados, y las emociones son desconectadas de dicha situación (Cloninger, 2003).	Una persona que ha experimentado la muerte de un ser querido puede aislar esta experiencia y no pensar en el ser amado por la pena que podría ocasionarle.
Identificación	Es un proceso fundir la identidad de uno con la identidad de alguien más (Cloninger, 2003). Puede servir como defensa contra la ansiedad o dolor que acompaña la separación o pérdida del objeto ya sea real o amenazante (Balcázar <i>et al.</i> , 2007).	Los niños se identifican con sus padres. Los adolescentes se identifican con cantantes famosos.
Introyección	Las cualidades del objeto amado son internalizadas y las hace conscientes en su vida personal (Balcázar <i>et al.</i> , 2007).	Un adolescente asume un rasgo de personalidad de su pareja porque le es muy significativo en su vida personal.
Sublimación	Ocurre cuando la persona encuentra una finalidad y un objeto socialmente aceptables para expresar un impulso inaceptable (Cloninger, 2003).	Cada vez que una persona tiene ira, lo que hace es ir a jugar básquetbol para evitar lastimar a alguien o a sí misma.

Actividad 5

Elabora un mapa mental con los conceptos, características y etapas psicosexuales de la teoría psicoanalítica.

Teoría psicodinámica de Carl Gustav Jung



Carl Gustav Jung

el inconsciente personal.

Carl Jung fue el colaborador más fiel de Freud, pero a diferencia de éste, Jung tenía una perspectiva más positiva sobre la naturaleza humana, pues creía que el hombre trata de desarrollar su potencial y controlar sus impulsos; distinguió una estructura psíquica compuesta por el inconsciente personal, que contiene los pensamientos reprimidos, las experiencias olvidadas y las ideas no desarrolladas, y el inconsciente colectivo, que consiste en recuerdos y patrones de conducta que fluyen hacia nosotros desde las generaciones pasadas y guarda ciertas formas del pensamiento que dan origen a las imágenes mentales o a las representaciones mitológicas y a la estructura psíquica del Yo. El mundo social, además surge la necesidad de adaptarse a estas formas, Jung, las llamó arquetipos, y se encuentra en los límites entre la conciencia y

Para su clasificación, Jung se basó en el estudio de sueños, visiones, pinturas, poemas, leyendas, mitos y religiones (Garrison y Loredó, 2002). Algunos arquetipos significativos son el ánima, que consiste en la expresión de los rasgos femeninos en el varón, el animus, que representa la expresión de los rasgos masculinos en la mujer (Navarro, 2010), y el de persona, que se considera la parte de nuestra personalidad por la cual nos conoce la gente, es una especie de máscara que nos ponemos en público.

Jung (1994 citado por Balcázar *et al.*, 2007) clasifica la actitud que tienen las personas como introvertida, cuando éstas se enfocan en su mundo interior, y extrovertida, cuando se tiene interés por el mundo externo. Según la actitud que toman los seres humanos ante el mundo, se generan cuatro funciones básicas: sentimientos, pensamientos, intuición y sensación, las cuales se desarrollan con mayor o menor intensidad dependiendo de las personas y sus circunstancias.

Jung creía que nos desarrollamos y crecemos independientemente de la edad y que siempre estamos avanzando hacia un nivel más pleno de autorrealización; por ello, al igual que Freud, realizó una teoría de las etapas del desarrollo y no solamente cree que la experiencia moldea la personalidad, sino también el futuro.

Según Jung, las etapas son las siguientes:

De la niñez a la adultez temprana: en la niñez no existe una identidad individual, pues el Yo apenas empieza a desarrollarse; la personalidad es forjada por la influencia y el actuar que tienen los padres hacia los hijos. Este teórico considera que es en la pubertad cuando se da el nacimiento psíquico, pues hasta esta edad se tiene conciencia de las diferencias entre el Yo, los otros y el mundo; se caracteriza porque inician los cambios en su cuerpo, psique y el mundo social, además surge la necesidad de adaptarse.

Adolescencia: es concebida como un periodo en el que el individuo deja de fantasear e inicia la confrontación de las exigencias de la realidad. Jung considera que es una etapa de emociones, de desafíos y con muchas aspiraciones y éxitos. En esta etapa la productividad se ve reflejada por la asistencia a la escuela preparatoria, por terminarla e iniciar una carrera profesional y formar una familia.

Edad madura (35 a 40 años): se manifiestan crisis personales, y se experimentan sentimientos de desesperación y minusvalía, sin sentido por la vida. Los individuos dejan de enfocarse en lo físico y lo material, y le dan prioridad a lo espiritual, filosófico y lo intuitivo. Comienza el proceso de realización o actualización del sí mismo. Se toma una actitud introvertida y más consciente de la realidad.

Fuente: Alonso (2012).

Actividad 6

Realiza una infografía sobre la teoría psicodinámica de Carl Jung; desarrolla tus conclusiones y compártelas con el grupo.

Conclusiones:



Actividades
Módulo tres

Teoría psicodinámica de Alfred Adler



Alfred Adler

De acuerdo con Adler, la personalidad está constituida por un carácter; cada individuo tiene un estilo propio de vivir, por lo tanto, posee un carácter único e irrepetible. En esta teoría se enmarcan diferentes principios que determinan el carácter, el cual se va creando durante el proceso de desarrollo humano y de las circunstancias y experiencias que va teniendo la persona, es decir, por la forma en que cada individuo ha aprendido a resolver los problemas. Además, considera al carácter como el estilo de vida peculiar de cada individuo, que hace de él un ser único, reconocible, inconfundible e indivisible (Balcázar et al., 2007).



A continuación, se describirán los principios que configuran el carácter según Adler.

Principios	Características
Precocidad	La formación del carácter y del estilo de vida inicia a partir de los cuatro o cinco primeros años de vida. El carácter que el niño muestra en su hogar, escuela y con los adultos es previo al que desarrollará en sus siguientes etapas.
Teleológico	El carácter se organiza a partir de objetivos para el futuro. El niño busca un punto de referencia, que primero halla en sí mismo y después en el mundo externo con los padres, a los que ve como algo completo; por lo tanto, percibe su situación como inferior y la adulta como superior.
Unidad	Se percibe un carácter único; el individuo busca siempre lo mismo en todas sus manifestaciones.
Identidad	Los rasgos esenciales del carácter se conservan; se mantiene estable desde los primeros años hasta el fin de la vida, sólo se alteran algunas expresiones psicológicas según el grado de maduración y del contexto social.
Social	El carácter se acopla a las necesidades, compromisos, obligaciones, normatividades y a la propia adaptación social.
Peculiaridad	El objetivo individual busca la superioridad puesto que el contexto sociocultural en que se encuentra demanda cubrir necesidades y aspiraciones.
Creador	El carácter no es innato, producto de reflejos ni de hábitos; al contrario, es dinámico y flexible, y busca de manera constante formas de resolver problemas de la vida.

Fuente: Balcázar et al. (2007).

De acuerdo con Adler (citado por Lahey, 2007), existen dos tipos de sentimientos que nos permite alcanzar los objetivos en la vida:

- Sentimiento de inferioridad:** surge en la infancia, ya que se nace inmaduro, incompleto e incompetente. Este sentimiento proporciona la motivación para madurar, cumplir metas y mejorar en la vida. Por ejemplo, los niños se sienten inferiores ante los adultos porque dependen de ellos; sin embargo, poco a poco aprenden a hacer las mismas cosas que los adultos, lo cual los motiva a seguir aprendiendo, y les permitirá sentirse satisfechos. A estas formas de aprender, Adler les llama estilos de vida, los cuales enmarcan los rasgos de carácter que van desarrollándose a lo largo de la vida.
- Sentimiento de superioridad:** es el deseo de ser competente y efectivo en cualquier actividad; esto hace que haya lucha por los logros y se busque la perfección; asimismo, permite la supervivencia, la adaptación social y la motivación en la vida.

Actividad 7

Realiza un mapa conceptual de la teoría psicodinámica de Adler y redacta tus conclusiones.



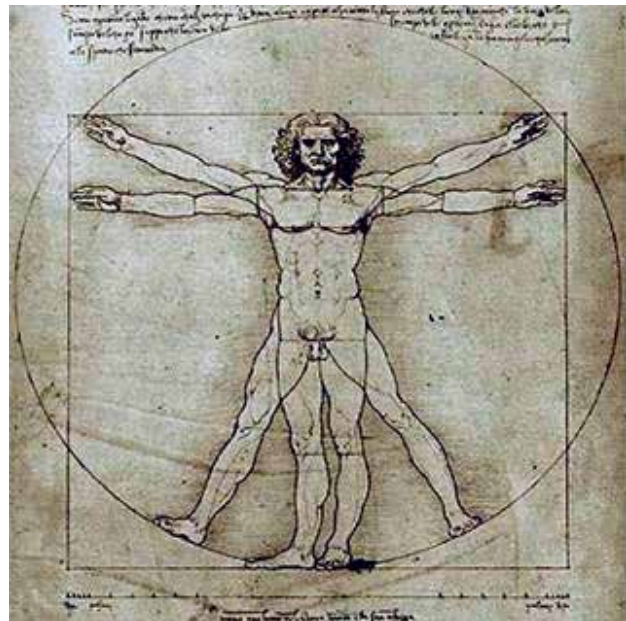
Actividades
Módulo tres

Teoría humanista o la Tercera Fuerza

El humanismo es también considerado la Tercera Fuerza y surge como una reacción a los modelos psicoanalítico y conductual. Esta corriente menciona que el ser humano es bueno por naturaleza y que en él existe una tendencia innata a sacar el mayor partido de sus talentos y potencialidades; a esta condición, Maslow la denominó autorrealización.

El humanismo subraya los procesos conscientes del aquí y ahora y pone énfasis en la capacidad innata de los individuos para autodirigirse responsablemente; muestra interés en los valores que cada persona desarrolla de acuerdo con su experiencia y evaluación propia, los cuales son empleados para guiar nuestra conducta (Balcázar et. al., 2007).

Diversos autores abordan el humanismo, sin embargo, algunos de sus mayores exponentes y precursores son Abraham Maslow, quien se interesa por la autorrealización del individuo, Carl Rogers, quien hace alusión a que las personas son actores de su destino, y Frederick Perls, quien introduce el término Gestalt y la teoría de la percepción.



<https://blogs.ua.es/educasigloxvi/files/2012/09/bfbf823917df7f1305be943f44418cd2f16d62f2.jpg>



Psicología humanista de Maslow

La psicología humanista de Abraham Maslow, mejor conocida como psicología de la autorrealización, se centra en el desarrollo, el amor, el altruismo, la creatividad y otras conquistas de la humanidad.



<https://i10.wp.com/cursos.com/wp-content/uploads/2017/07/piramide-maslow-e150824059jpg?resize=750%2C394&ssl=1>
[ads/2maslow-e1508240598142.jpg?resize=750%2C394&ssl=1](https://i10.wp.com/cursos.com/wp-content/uploads/2017/07/piramide-maslow-e150824059jpg?resize=750%2C394&ssl=1)

Una de las mayores aportaciones de Maslow a la psicología humanista fue la Pirámide de las necesidades. La tesis central de esta teoría es que las necesidades de los seres humanos están jerarquizadas y escalonadas.

Para Maslow, la pirámide funciona de la siguiente manera: cuando se satisface una necesidad de orden inferior, en este caso las básicas o fisiológicas (alimento, respiración, descanso, salud, sexo), surge una necesidad de orden superior (seguridad, pertenencia, reconocimiento) y así sucesivamente, hasta llegar a la autorrealización.

Cuadro de las necesidades

Tipo de necesidad	Definición	Necesidades que incluye
1. Necesidades fisiológicas	Son las primeras que experimenta el ser humano y están relacionadas con la supervivencia; por ejemplo, cuando una persona tiene hambre siente la necesidad de comer, y una vez que ésta se satisface desaparece y surge una nueva.	Necesidad de movimiento, aire puro, alimentación, evacuación, temperatura adecuada, descanso, sexo.
2. Necesidades de seguridad	Suelen ser un impulso importante sobre todo en los niños. Un adulto cubrió su necesidad de seguridad cuando es estable, seguro y tiene ausencia de miedo y ansiedad.	Necesidad de seguridad física, empleo, salud y de familia.
3. Necesidades de pertenencia y amor	El individuo busca relacionarse con los miembros de la sociedad, afiliarse y asociarse. Este tipo de lazos pueden ser de amistad, de pareja o también las relaciones sociales que se establecen dentro de un grupo.	Necesidad de afecto, estima, afiliación.
4. Necesidades de estima	Se refiere al reconocimiento externo y autorreconocimiento, así como a la valoración y respeto que los demás sienten por una persona. La satisfacción de esta necesidad conduce a sentimientos de utilidad, así como de autoconfianza; si éstas no se satisfacen, pueden producir sentimientos de inferioridad, debilidad o impotencia.	Necesidad de respeto, confianza, éxito.

5. Necesidades de autorrealización	Se refiere a la plenitud en el cumplimiento de metas y proyectos de vida. La autorrealización tiene que ver con hacer lo que te gusta y lograr la realización integral del potencial propio y se manifiesta en las esferas física, psicológica y social.	Moralidad, creatividad, espontaneidad, resolución de problemas (Schultz, 2010).
------------------------------------	--	---

Psicología humanista de Rogers

Rogers realizó diversas contribuciones a la perspectiva humanista, propuso que las personas se definen a través de la observación y la evaluación de sus propias experiencias; creía que a todos los seres humanos los motiva fundamentalmente un proceso dirigido al crecimiento y que son arquitectos de su destino (Balcázar *et al.*, 2007).

La teoría desarrollada por Rogers se denomina también enfoque centrado en la persona, debido a que la atención se orienta en el ser humano, quien es el actor principal de su desarrollo. Esta teoría no pretende modificar conductas o explorar hechos pasados como los otros enfoques; su propósito se dirige a que la persona reconozca sus posibilidades de crecimiento, sus limitaciones y sus incapacidades.

Este autor menciona también que la capacidad de adaptación es parte del ser humano, quien, de manera innata, tienen una motivación de crecimiento y de supervivencia y debe adaptarse a las circunstancias de un mundo en constante transformación. Para lograr esta adaptación el individuo debe tener la habilidad de aprender de las situaciones que ha experimentado; a esta condición la denominó tendencia actualizante; en el ser humano esta tendencia va más allá de la supervivencia; consiste en llegar a un grado de autorrealización, similar a la pirámide de Maslow en su último nivel.

La concepción teórica de Rogers es que el ser humano se construye, se moldea y se realiza todo el tiempo; este proceso es constante y siempre en beneficio de sí mismo. En este sentido, se puede concluir que se desarrolla según las experiencias cotidianas y la tendencia actualizante de cada individuo (González, 2013).

Finalmente, es de relevancia mencionar que Rogers concibe la personalidad madura y equilibrada como el resultado del proceso de autorrealización; es decir, del proceso de convertirse en persona, el cual supone cultivarse, crecer y madurar en armonía. Puede parecer un proyecto con metas a largo plazo, pero en realidad se trata de vivir el presente.



Psicología humanista de Frederick Perls

También denominada psicología de la Gestalt, se centra en la parte saludable del ser humano y en la búsqueda de un equilibrio (homeostasis), que denominará la salud del hombre.

Perls mencionaba que, si una persona se mantiene en desequilibrio durante un tiempo largo o durante toda su vida, se agota o enferma; asimismo, creía que todos los individuos buscaban el equilibrio entre ellos y su ambiente, anhelando siempre el funcionamiento óptimo, o como él lo llamó un balance orgánico.

Frederick Perls en su teoría humanista denomina a la persona como un todo, constituido por diferentes estratos del ego, debajo de los cuales se encuentra el verdadero *self* interior; es decir, la suma de estos estratos más el *self* interior constituyen la personalidad.

El ejemplo más claro a través del cual se apoya este autor para explicar su teoría es el de una cebolla; por medio de ésta describe los estratos del *self*. La capa externa debe ser extraída para llegar a la segunda capa, la cual debe ser pelada para llegar hasta el estrato más interno, y así sucesivamente.

Para Perls una personalidad o *self* sano tiene las siguientes características:

1. La persona se preocupa más por el presente que por el pasado o el futuro: vive en el ahora.
2. La persona maneja lo que está presente y no lo que está ausente: viven en el aquí.
3. La persona no piensa innecesariamente por qué hace las cosas; por el contrario, ve, prueba, toca, etcétera.
4. La persona no imagina, sino que experimenta lo real.

Como podrás observar, uno de los aportes más importantes que hace Frederick Perls a la teoría humanista es que el ser humano viva en el aquí y ahora, bajo la capacidad de darse cuenta, de tomar conciencia, alcanzando un estado saludable (Balcázar et al., 2007).

Actividad 8. Aquí y ahora



Actividades
Módulo tres

Este es un ejercicio de apreciación, el cual te ayudará a valorar las cosas que vives cada día y a disfrutar lo que tienes en este momento de tu vida.

Instrucciones

Observa lo que te rodea y fórmulate preguntas sobre el lugar donde estás, no importa cuál sea: ¿me gusta esta cama?, ¿disfruto este silencio?, ¿me gusta como ladra aquel perro?, ¿la temperatura es perfecta?, ¿la ropa que traigo es mi preferida?, ¿me gusta mi salón de clases?, ¿me agradan mis compañeros?, ¿disfruto este ejercicio? Posteriormente contesta las siguientes preguntas.

1. ¿Qué tienes en este momento para ser feliz, sentirte bien física y emocionalmente y concebirte como un ser pleno?

Ahora, piensa en una persona con la que compartes momentos de cualquier tipo y cuestionate lo siguiente: ¿puedo apreciar más a esa persona en su presencia o su ausencia?, ¿me gusta su sonrisa?, ¿aprecio cómo viste?, ¿valoro lo que me dice?, ¿es honesta, simpática y linda conmigo?, ¿siento su energía?

2. ¿Qué haces para valorar la presencia de las personas?

Tómate un momento y analiza cómo eres; pregúntate ¿soy responsable, amigable, solidario, empático?, ¿me gusta mi cabello, mis ojos, mis labios?, ¿soy bueno en psicología?, ¿sé cuáles son mis fortalezas y debilidades?, ¿disfruto de la compañía de mis amigos?

3. Escribe una lista de las cosas que aprecias de ti.



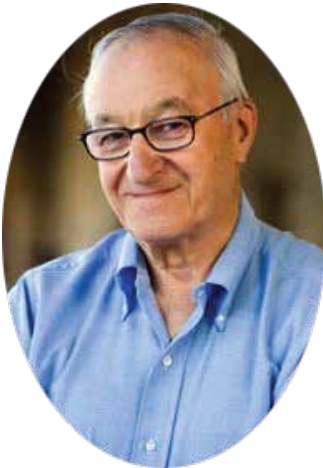
4. Finalmente, describe ¿qué haces o qué puedes hacer para vivir en el aquí y el ahora y apreciar lo que tienes?

Teoría cognitiva

Las teorías cognitivas postulan que las emociones y conductas de las personas están influidas por su percepción de los eventos (Cloninger, 2003) y se caracterizan por su enfoque multifactorial, pues las emociones, las cogniciones y el ambiente en interacción juegan un papel muy importante en el actuar de los seres humanos. Las creencias, los pensamientos y la forma de procesar la información son elementos determinantes para el aprendizaje.

A continuación, se analizarán algunas teorías cognitivas con la finalidad de comprender el estudio de la personalidad.

a. Teoría del aprendizaje social de Albert Bandura



Albert Bandura

En palabras de Bandura, la personalidad es la interacción entre cognición, aprendizaje y ambiente; las expectativas internas juegan un papel importante, ya que el ambiente o contexto influye en la forma en la que los individuos se comportan y cambian su conducta para mejorar su desempeño personal y social (citado por Montaña *et al.*, 2009)

Los procesos cognitivos (pensamiento, memoria, aprendizaje) son fundamentales para definir la personalidad y éstos se dan a partir de la observación de modelos, que son las personas a las que se imita para posteriormente transformarlos en imágenes, pensamientos o ideas que podrán integrarse a las experiencias de vida y lograrán modificar conductas.

Un ejemplo del aprendizaje basado en modelos o por imitación se da cuando alguna de las conductas de tus amigos te ha impactado tanto que más adelante tú replicas esas conductas. Los modelos más eficaces son aquellos que más se parecen al observador y que más admira.

Bandura postula cuatro estructuras de la personalidad o tipos de pensamiento, cada uno como un subsistema cognitivo.

1. **Capacidades y habilidades:** las personas no se diferencian por sus emociones o impulsos sino por sus habilidades; tiene que ver con la capacidad de resolver los problemas en la vida.

2. **Creencias:** consiste en la capacidad y eficacia para realizar una tarea. De acuerdo con la percepción cognitiva que la persona tenga sobre su eficacia para realizar determinadas actividades será la clave de éxito para llevar a cabo una conducta.
3. **Metas:** son representaciones mentales de los objetivos de una acción. La capacidad cognitiva de la persona de visualizar el futuro le permite trazar metas y motivarse para alcanzarlas. Gracias a las metas podemos establecer prioridades y organizar el tiempo para alcanzarlas.
4. **Estándares de evaluación:** son criterios para juzgar la bondad o el valor de una persona, cosa o evento. El que evaluemos nuestras conductas es trascendental para la motivación y el desempeño individual.

Fuente: Marcuschamer (2008).

Finalmente, esta teoría del aprendizaje social analiza un conjunto de procesos y estructuras cognitivas mediante las cuales el individuo se relaciona con su ambiente y que ayudan a moldear su conducta (Balcázar et al., 2007).

Actividad 9

Desarrolla un esquema conceptual de la teoría cognitiva del aprendizaje social de Bandura y al final anota tus conclusiones.

Conclusiones

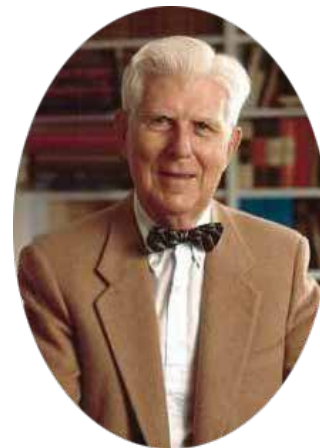


Actividades
Módulo tres

b. Teoría cognitiva de Aarón T. Beck

Para Beck (citado en Balcázar et al., 2007), la personalidad es un reflejo de la organización y estructura cognoscitiva del individuo, la cual está determinada tanto biológica como socialmente. Las experiencias personales de aprendizaje son las que determinan cómo se desarrolla la persona y cómo eso se refleja en sus conductas.

Por lo tanto, la personalidad está conformada por cogniciones, emociones y conductas y está moldeada por valores. En síntesis, la personalidad es un conjunto de cogniciones y de patrones conductuales que el individuo ha desarrollado y que son efectivos. Cabe mencionar que las cogniciones para Beck significan la conciencia de una persona, pues éstas son cambiantes y provocadas por estímulos, siendo el eje central en el que se desencadenan las emociones y las conductas que determinan la forma de expresar su sentir o de actuar de una persona.



Aarón T. Beck

La teoría cognitiva de Beck enfatiza en responsabilizar a las cogniciones por cómo la persona piensa, reacciona y se comporta ante las situaciones en las que se desenvuelve,



por lo que, si existen pensamientos negativos, disfunción en los esquemas o cogniciones distorsionadas, entonces la persona tendrá algún tipo de trastorno de personalidad, de ánimo o alteración emocional, porque además estarán acompañadas de conductas de desesperanza, dolor, soledad, lo que provoca que empeoren los problemas.

Existen dos tipos de cogniciones: positivas, que generan actitudes o conductas de la misma índole ("soy un chico inteligente", la conducta es "apruebo todas las materias que curso") y cogniciones negativas, que estimulan conductas negativas ("mis papás no me quieren", "no me hacen caso" y la conducta es "repruebo materias").

Los pensamientos automáticos o palabras e imágenes que se encuentran en nuestra mente son relativos a las situaciones y representan el nivel más superficial de las cogniciones. Las creencias intermedias están constituidas por las reglas, actitudes y supuestos; todos estos procesos cognitivos son los que determinan las conductas del ser humano y su interacción con el medio ambiente.

Además las creencias son de suma importancia, porque son las ideas tomadas por la persona como verdades absolutas y tendrán un gran efecto al momento de emitir una conducta (citado en Balcázar *et al.*, 2007).

Teoría cognitiva de Albert Ellis



Albert Ellis

Para Ellis (1980), la personalidad se va formando de las creencias que se tengan de lo que dicen los demás y de sí mismo, ya sean positivas o negativas. Dicha teoría enfatiza que el comportamiento humano y sus consecuencias dependen de cómo integran cognoscitivamente las experiencias que se dan en el ambiente, además el aprendizaje se da primeramente en el ámbito social, lo cual será mediatizado por las cogniciones, y después en el ámbito personal, en donde los factores cognoscitivos juegan un papel importante en el desarrollo de la personalidad.

Por tanto, la personalidad se encuentra integrada por cogniciones, emociones y conductas; de tal forma que, si una persona integra una experiencia como buena (o mala) en su repertorio cognitivo, cuando se enfrente a una situación similar, la vivificará de acuerdo con su experiencia pasada y generalizará las consecuencias de sus conductas, interpretación que por lo regular es equivocada.

En 1958, Ellis consideraba que a través de la vida y de la culturalización social, el pensamiento y la emoción llegan a entrelazarse, por lo que la forma de pensar se transforma en emoción y la emoción se convierte en un modo de pensar. Cabe resaltar que tanto las emociones como los pensamientos son indispensables e interactúan en la modificación de las conductas.

Ellis concibe al individuo como único responsable de sus conductas, pues el ser humano de manera innata busca ser feliz y evitar el dolor o sufrimiento, y depende de él evitar tener pensamientos irracionales, sentimientos y conductas inadecuadas y que limiten sus potencialidades.

Ellis (1980 citado en Seelbach, 2013) postula también el concepto de autoaceptación, que se refiere al amor incondicional a nosotros mismos, el querernos y valorarnos por el hecho de existir, sin colocarnos en ninguna escala de valores; por ello, en terapia psicológica nadie es rechazado, sin importar las acciones o conductas que tenga el paciente.

Para esta teoría cognitiva existen algunas ideas irracionales que se manifiestan de manera constante en la persona y pueden alterar sus emociones o su conducta; entre ellas, la idea de que existe una gran necesidad en los adultos de ser amados; que ciertos actos sean desagradables o perversos; pensar que es horrible cuando las cosas no son como nos gustaría que fueran; si algo es peligroso, deberíamos estar obsesionados con ello; creer que más fácil evadir que enfrentar las dificultades de la vida o que necesitamos de alguien más fuerte que nosotros para que nos proteja; así como la idea de que si algo nos afectó siempre nos estará afectando. Por lo tanto, el objetivo de este enfoque es ayudar a la persona a educar sus pensamientos, creencias y cogniciones.

Actividad 10

Finalmente escribe una carta en la que expreses tus sentimientos, creencias, ideas, pensamientos y las emociones que tienes y cómo tú ambiente y los demás repercuten en tu vida. Finaliza la carta agradeciendo tu existencia, tu forma de ser, lo que has construido y seguirás forjando en tu vida.



Actividades
Módulo tres

Trastornos de la personalidad

En los últimos años, el aumento de personas con trastornos de personalidad ha sido muy significativo, y aunque éstos pueden surgir por factores diversos, incluyendo los hereditarios, pueden ser resultado de la vida tan apresurada y superficial que llevamos; hoy en día vivimos en una sociedad inmersa en el estrés, la ansiedad, la vulnerabilidad, entre otros, lo cual trae consigo afectaciones a nuestra salud mental.

El DSM-IV (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales) menciona que un trastorno de la personalidad “es un patrón permanente e inflexible de experiencia interna y de comportamiento que se aparta acusadamente de las expectativas de la cultura del sujeto, tiene su inicio en la adolescencia o al principio de la edad adulta, es estable a lo largo del tiempo y comporta malestar o perjuicios





para el sujeto”; esto se refiere a que un trastorno de la personalidad se va a hacer evidente, mediante patrones de conducta “diferentes” o “anormales”, tomando como referente las reglas y expectativa establecidas por la sociedad, considerando que son comportamientos repetitivos y pronunciados: se considerará trastorno de personalidad cuando la persona cumpla con ciertos criterios establecidos para su diagnóstico (Frances *et al.*, 2016).

Existen un sinnúmero de trastornos psicológicos que se manifiestan de manera distinta según su tipo; en general, se caracterizan por una combinación de alteraciones del pensamiento; la percepción, las emociones, la conducta y las relaciones que se desarrollan o establecen con las demás personas. Los más comunes en la sociedad actual son los trastornos de la personalidad, del sueño, del estado de ánimo, de la conducta alimentaria, entre otros. En el siguiente apartado se describirán sólo los trastornos propios de la personalidad para dar continuidad a las temáticas previas (OMS, 2016).



Actividad 11

En la siguiente liga encontrarás información sobre los trastornos de personalidad. Posteriormente, realiza un mapa conceptual sobre el tema y al finalizar escribe tus conclusiones.

https://youtu.be/G_o6Waenle4

Higiene y salud mental

Según la OMS (2016): “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social del individuo y no sólo la ausencia de enfermedad”. Por lo tanto, gozar de salud significa estar bien en los tres niveles: físico (no tener ninguna enfermedad que limite el normal funcionamiento biológico de nuestro organismo), mental (ser capaces de enfrentarnos a los retos de la vida) y social (gozar de una plena integración como persona en los colectivos que forman nuestra sociedad).

No podemos hablar de salud física, mental y social por separado; están íntimamente relacionadas, pues la plena salud es la búsqueda del equilibrio ideal de estos tres componentes (físico, mental y social). Por lo que la calidad de vida consiste en la búsqueda de esta armonía y en la satisfacción personal que produce el luchar por mejorar nuestras condiciones habituales.

Ahora bien, es necesario definir la salud mental como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

La salud es nuestro deber y es derecho; ser personas libres nos convierte en los principales responsables de las acciones que afectan nuestra salud o que perjudican la de los demás.

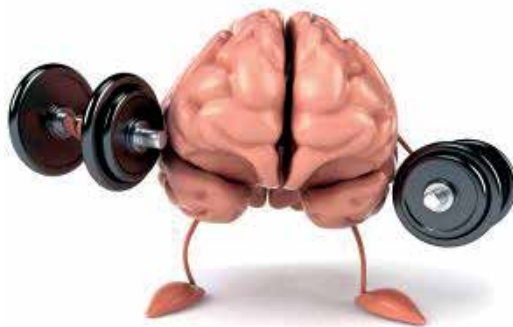
Como puede notarse, el concepto de salud mental incluye un bienestar subjetivo, autonomía, competencia, dependencia intergeneracional y reconocimiento de la habilidad de realizarse intelectual y emocionalmente.

Los problemas de salud mental afectan a la sociedad en su totalidad y no sólo a un sector en especial, sin embargo, en ciertas circunstancias sociales, como escasez económica, desempleo, violencia familiar, analfabetismo, así como en personas que no tienen un hogar, las víctimas de la violencia, los migrantes y refugiados, las poblaciones indígenas, las mujeres maltratadas y el anciano abandonado existe un mayor riesgo de desarrollar trastornos mentales.

Desafortunadamente, en la mayor parte del mundo no se concede a la salud mental y a los trastornos mentales la misma importancia que a la salud física; en rigor, han sido más bien ignorados o desatendidos.

Es importante explicar que la salud mental se estudia desde diferentes ámbitos de la vida humana, que va en función de lo clínico, social y hasta lo cultural. Por ejemplo, en el ámbito psicológico la salud mental se entiende como un "estado relativamente perdurable en el cual la persona se encuentra bien adaptada, siente gusto por la vida y está logrando su autorrealización", mientras que en el ámbito social implica el desarrollo general de los aspectos psicosociales y conductuales, la percepción de la salud y la calidad de vida por parte de la población, la forma como se cubren las necesidades básicas y se aseguran los derechos humanos y la atención de trastornos mentales.

En este sentido, la salud mental permite el desarrollo óptimo de cada individuo en el orden físico, intelectual y afectivo, en la medida en que es compatible con el desarrollo de otros individuos (Davini *et al.* citado por Carranza 2003).





Manifestaciones y elementos de la salud mental

El hombre mentalmente sano es productivo y sostiene con el mundo una relación amorosa y usa su razón para aprehender objetivamente la realidad; se asume como individuo sin dejar de sentir solidaridad con el prójimo, se renueva a cada instante y considera la vida como el más precioso de los dones que ha recibido.

A continuación, se presentan algunos atributos que identifican a las personas mentalmente sanas:

1. Consciencia del propio cuerpo y habilidades para la relajación física
2. Consciencia del estado emocional propio y habilidades para vigilarlo
3. Consciencia y aceptación del propio Yo y sentido de identidad personal
4. Autonomía, aptitud para tomar decisiones por sí mismo
5. Percepción recta de la realidad
6. Comunicación interpersonal
7. Dominio del medio, incluso en lo que respecta a la aptitud para los sentimientos amorosos, para la solución de problemas y para la acción eficaz.

Se considera que para lograr la salud mental, el individuo debe ser capaz de adaptarse al ambiente en que vive, así como de participar y contribuir en forma constructiva a modificar su ambiente físico y social y de conseguir una expresión armoniosa en la realización de sus potencialidades susceptibles de encontrarse en conflicto (Abuzzese *et al.*, 1989).

Rasgos de la salud mental

De forma particular, las personas mentalmente sanas se caracterizan por:

1. Estar satisfechas consigo mismas
2. Se sienten a gusto con otras personas
3. Enfrentan los problemas a medida que se van presentando

Higiene mental

Se considera la higiene mental como el conjunto de actividades y técnicas que promueven y mantienen la salud mental. La oms la define como: "La ciencia y el arte de elevar al máximo, las capacidades del individuo para que rinda al mundo su mejor tributo y sepa de una vida plena y ricamente vivida".

La higiene mental no solamente se encarga del tratamiento precoz y oportuno de las alteraciones mentales, sino que además trata de preservar el equilibrio mental de los sujetos que constituyen la sociedad, con la finalidad de mejorar diferentes aspectos de su vida.

En resumen, es el conjunto de actividades que permiten que una persona esté en equilibrio con su entorno; estas acciones intentan prevenir el surgimiento de

comportamientos que no se adapten al funcionamiento social y garantizar el ajuste psicológico para que el sujeto goce de buena salud mental.

Los objetivos que persigue la higiene mental son desarrollar la capacidad de autodescubrimiento; la lucha por la autoafirmación; otorgar a otras personas el mismo valor que uno reclama para sí; el desarrollo de la capacidad de amar; la ejecución de las funciones normales; la capacidad de emitir juicios apropiados.

Toda la sociedad debe involucrarse en la creación de un ambiente propicio para que todas las personas se encuentren en equilibrio con el entorno. La familia, el sistema educativo, el Estado y la religión, por ejemplo, aportan a la higiene mental.

Cuando hablamos de higiene mental se hace necesario que establezcamos que existen multitud de hábitos que podemos realizar de manera periódica y frecuente para conseguir que aquella sea lo más óptima. En concreto, algunos de los más significativos son los siguientes:

- a. **Valoración positiva de uno mismo:** consiste en reforzar tanto nuestra autoestima como nuestra propia imagen. No sólo debemos valorar lo bueno que tienen otras personas, sino también nosotros mismos.
- b. **Gestión de nuestras emociones:** todas las emociones que nos asaltan, tanto positivas como negativas, es necesario encauzarlas e interpretarlas hacia nuestro bienestar.
- c. **Recuerdos positivos:** consiste en remontarnos al pasado para recordar momentos positivos y no aquellos que nos hicieron daño o que nos causaron frustración.
- d. **Satisfacción de las necesidades básicas:** tener una buena higiene mental, que nos proporcione una salud mental estable y equilibrada, es algo que pasa, entre otras cosas, porque hemos satisfecho nuestras necesidades básicas. Si no satisfacemos las mismas, lo que haremos será causarnos frustración y, por tanto, daño.
- e. **Ver lo positivo:** muchas serán las situaciones y las personas que estarán presentes en nuestro alrededor y de todas ellas sólo hay que quedarse con lo que es positivo y bueno para nosotros.

La higiene mental debe ser cuidada por cada individuo a través de hábitos positivos que le permitan mantener el equilibrio interno. La valoración positiva de los rasgos propios y ajenos, la catarsis emocional y el fortalecimiento de la autoestima son algunas de las cuestiones que cualquier persona debe trabajar para mantener su higiene mental y para evitar desequilibrios psicológicos que le impidan desenvolverse con normalidad.

La salud mental de un individuo se refleja en su comportamiento cotidiano y está vinculada a la capacidad para manejar sus temores y angustias, controlar la ansiedad, enfrentar las dificultades y aliviar las tensiones. Todas las personas deberían poder llevar adelante una vida independiente sin que las relaciones interpersonales afecten su poder de decisión y de resolución.



Actividad 12

Lee el siguiente artículo periodístico y redacta una reflexión. En la siguiente sesión discútela con tus compañeros.

Salud mental: una agenda invisible

Mario Luis Fuentes

Aún cuando el 25% de la población nacional enfrentará en algún momento de su vida alguna enfermedad mental o episodio depresivo, la salud mental sigue siendo la “gran ausente” en el Sistema de Salud. Cada año mueren en promedio 4 370 personas por trastornos mentales y del comportamiento, 90% de los cuales tiene vínculos con el consumo de sustancias psicoactivas; al respecto debe señalarse que el número de pacientes atendidos por adicciones en centros no gubernamentales creció en 400% entre los años 2001 y 2010.

La atención de la salud mental es una de las agendas con mayor rezago en el Sector Salud de nuestro país. A pesar de que los datos muestran una creciente morbilidad y mortalidad por trastornos mentales y de la personalidad, carecemos aún de un amplio y comprensivo programa que permita dar atención y rehabilitación integral a las personas.

Tanto a nivel mundial como nacional, existe una muy alta prevalencia de padecimientos mentales; uno de los más relevantes es la depresión; en efecto, de acuerdo con el texto “Depresión: estado actual y la necesidad de políticas públicas en México”, editado por el Instituto Nacional de Salud Pública, hay alrededor de 350 millones de personas en todo el mundo que viven deprimidas.

La situación en México

Desde hace 10 años, los datos para el país son alarmantes; según los datos de la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica, coordinada por la Dra. María Elena Medina Mora en México, y levantada en 2003, los trastornos más frecuentes identificados en nuestro país fueron los de ansiedad (con una prevalencia de 14.3%, alguna vez en la vida de las personas), seguidos por los trastornos de uso de sustancias (9.2%) y los trastornos afectivos (9.1%).

Los hombres presentan prevalencias más altas de cualquier trastorno en comparación con las mujeres (30.4% y 27.1%, alguna vez en la vida, respectivamente). Sin embargo, en el corto plazo, las mujeres presentan prevalencias globales más elevadas para cualquier trastorno, pues se registraron porcentajes de 14.8% de mujeres que han tenido algún trastorno en los 12 meses previos a la encuesta; mientras que para los hombres el porcentaje fue de 12.9%.

Por tipo de trastorno, en México los más comunes son: las fobias específicas pues el 7.1% de la población manifiesta haber presentado alguna a lo largo de su vida; le siguen los trastornos de la conducta con una prevalencia del 6.1%; la dependencia al alcohol con 5.9%; la fobia social con un 4.7%; así como el episodio depresivo mayor con una presencia de 3.3% entre la población nacional.

Según estudios del Instituto Nacional de Psiquiatría, Juan Ramón de la Fuente, en México las personas que padecen enfermedades físicas crónicas están más expuestas a padecer trastornos mentales. Por ejemplo, aquellas personas que viven con diabetes, hoy la principal causa de muerte en el país, tienen hasta dos veces más probabilidades de vivir eventos depresivos que aquellas personas sanas.

Este tema es de la mayor relevancia para nuestro país, pues según las estadísticas de mortalidad del INEGI, en el 2010 fallecieron en el territorio nacional 82 694 personas por diabetes *mellitus*; mientras que en el 2011 la cifra fue de 80 788 defunciones por la enfermedad mencionada.

La insuficiencia de servicios, aunada a una falta de cultura de cuidado de la salud mental por parte de la población, nos ha llevado a ser uno de los países que presentan los niveles más bajos de “búsqueda de ayuda” por parte de quienes padecen algún trastorno mental o de la personalidad.

De acuerdo con María Elena Medina Mora, en México menos del 20% de quienes presentan algún trastorno afectivo acude a un médico para buscar tratamiento. Y quienes sí lo hacen, pueden tardar hasta 14 años antes de acudir en búsqueda de algún tratamiento.

Lo anterior se suma a la ausencia de una política efectiva de atención en todo el sector salud, pues de aquellas personas que sí acuden a un médico para ser atendidos por trastornos mentales o afectivos, únicamente el 50% recibe un tratamiento médico mínimo adecuado, lo cual, de acuerdo con la experta, consiste en un mínimo de cuatro sesiones de psicoterapia, o al menos dos visitas con un psiquiatra, recibiendo tratamiento con fármacos durante algún periodo.

Una alta mortalidad

De acuerdo con las estadísticas de mortalidad de INEGI, entre los años 2002 y 2011, se han registrado en México 43 700 defunciones por trastornos mentales y del comportamiento; y a pesar de que hay una tendencia a la baja en la mortalidad por este tipo de padecimientos, entre los años 2007 y 2010 hubo repuntes importantes que muestran cómo aún hace falta mucho por construir en materia de políticas adecuadas de atención a la salud mental.

Por ejemplo, mientras que en el año 2007 el número de fallecimientos anuales fue de 4 056 y en 2008 de 4 034, para los años 2009 y 2010 hubo un repunte, situándose en 4 194 y 4 401 casos, respectivamente; mientras que en el año 2011 el dato se ubicó en 4 179 casos.

Según los datos del INEGI, las entidades con mayor número absoluto de defunciones por enfermedades mentales son, en primer lugar, Veracruz, con 4 450 casos en el periodo de 2002 al 2011; el Estado de México, con 4 192, Puebla con 3 939, Oaxaca con 3 007 casos; Jalisco con 3 007; el Distrito Federal con 2 882 defunciones, Michoacán con 2 320 casos y Guanajuato con 2 220.

El mapa de la mortalidad por trastornos mentales cambia si se considera la proporción de defunciones por la causa señalada, respecto del total de fallecimientos registrados en la entidad. Así, los estados con mayor porcentaje de muertes por trastornos mentales son: Oaxaca con 1.8% respecto del total de fallecimientos contabilizados en el periodo que va del 2002 al 2011; Puebla, con un 1.4%; Querétaro con 1.3%; Chiapas con 1.2%; y Veracruz, Michoacán, San Luis Potosí y Aguascalientes con 1.1% en cada uno de ellos.



Debe destacarse que, dentro de los decesos por trastornos mentales, prácticamente el 70% de ellos se ubican en la categoría de decesos por consumo de sustancias psicoactivas, lo cual establece una muy alta asociación entre el consumo de drogas y la mortalidad asociada de manera directa a las alteraciones de la salud mental.

Las adicciones

Uno de los temas asociados a las enfermedades mentales y los trastornos de la personalidad es el consumo de sustancias adictivas; en México, de acuerdo con el *Informe Mundial de Adicciones, 2009*, hay una prevalencia de entre el 4 y el 9% de jóvenes que han consumido Cannabis en algún momento de sus vidas.

Esto se refleja en las crecientes estadísticas relativas a las solicitudes de atención por adicciones a distintos tipos de drogas entre las y los jóvenes mexicanos. En efecto, según el documento *Panorama epidemiológico de las adicciones en México, 2010*, el número de casos atendidos en centros de rehabilitación no gubernamentales creció de 3 224 en el año de 1993 a 17 094 en el año 2000; y a la cifra de 70 465 en el año 2010.

Fuente: Excélsior (16 de julio de 2013: 21).



Módulo 4

**Bases sociales del
comportamiento humano**

Propósito

Distingue las bases sociales del comportamiento y cómo influyen en su comportamiento como un ser biopsicosocial.

Competencia disciplinar Ciencias Sociales Básicas

1. Identifica el conocimiento social y humanista como una construcción en constante transformación.

Competencias genéricas

1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.
 - 1.1 Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.
 - 1.5 Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones.
10. Mantiene una actitud respetuosa hacia la interculturalidad y la diversidad de creencias, valores, ideas y prácticas sociales.
 - 10.1 Reconoce que la diversidad tiene lugar en un espacio democrático de igualdad, de dignidad y de derechos de todas las personas, y rechaza toda forma de discriminación.



Fuente: pxhere.com

Introducción

En este módulo conoceremos los principales procesos de socialización, analizaremos cómo influyen los factores sociales en la conducta individual y de grupo, cuáles son los principales roles que se ejercen en la sociedad y cómo la propaganda y la persuasión influyen en tu vida cotidiana; también se abordarán temas de la cultura, las normas y los estratos sociales y la forma en cómo éstos influyen en el desarrollo de tu personalidad.

Seguramente en la etapa que te encuentras te han surgido dudas acerca del ejercicio de tu sexualidad y quizás nunca te hayas atrevido a consultar o preguntar, o tal vez alguien te proporcionó información que no es correcta, ya que este tema siempre está acompañado de mitos y tabús, por tal razón en este curso también abordaremos conceptos sobre el desarrollo psicosocial de la sexualidad en la adolescencia, hablaremos sobre los roles de género y las diversas orientaciones sexuales que existen, generando siempre un ambiente de respeto y tolerancia para todas las formas de pensamiento.

Finalmente, otros temas que podrás encontrar en este módulo son la vinculación afectiva en la adolescencia y el ejercicio de una sexualidad responsable, los cuales te proporcionarán datos importantes para reflexionar y te brindarán estrategias para expresar lo que sientes y quieres de una forma asertiva y encontrando un equilibrio personal.

Psicología social: roles, posición y estructura de grupo, normas y anomia

La psicología social es la rama de la psicología que se encarga de analizar los procesos que influyen en el modo en que funciona una sociedad, también investiga la influencia de las relaciones sociales en el desarrollo humano; ésta nos dice que son los procesos sociales los que moldean la personalidad de cada individuo.

Alonso (2012) menciona que la psicología social investiga cómo las personas conocen y procesan la información de su medio social. El estudio de la percepción social, la atribución de la causalidad y la cognición social demuestran la flexibilidad de la conducta humana y la importancia del aprendizaje cultural.

Percepción social

Cada individuo trata a los demás según como los percibe y no como en realidad son, ya que con frecuencia sólo conocemos la imagen que nos formamos de ellos.

Actividad 1

A continuación, se encuentran dos listas en las que se presentan algunas cualidades de Mariana y Andrea; describe en el recuadro la impresión que te causa cada una con base en los atributos de la lista.



Actividades
Módulo cuatro

Cualidades de Mariana

¿Cuál es tu opinión sobre Mariana?

- Inteligente
- Trabajadora
- Impulsiva
- Crítica
- Obstinada
- Envidiosa



Cualidades de Andrea

¿Cuál es tu opinión sobre Andrea?

- Envidiosa
- Obstinada
- Crítica
- Impulsiva
- Trabajadora
- Inteligente



Contesta la siguiente pregunta y coméntala con tus compañeros.

Imágenes: pixabay.com



¿Quién crees que es mejor persona Andrea o Mariana?

Probablemente tuviste una opinión positiva de Mariana y una negativa de Andrea, sin embargo, ambas tienen las mismas cualidades sólo que se mencionan en orden contrario. Éste fue uno de los experimentos que en 1946 el psicólogo estadounidense Salomón Asch (1907-1996) realizó; además investigó la formación de las primeras impresiones. Durante el experimento, él leía una lista de atributos personales a dos grupos de sujetos A y B; las palabras eran idénticas, pero el sentido contrario. Las diferencias entre las opiniones de cada grupo fueron notables; los sujetos que oyeron la lista A (que empezaba con adjetivos favorables) realizaron una evaluación más positiva que los que escucharon la lista B (que empezaba con términos despectivos).

De acuerdo con este experimento, Salomón Asch propone diversas distorsiones de la percepción social. A continuación, abordaremos las más representativas:

- **Error de primacía:** el experimento demuestra que la valoración del primer contacto condiciona los acontecimientos posteriores. Por ejemplo, si conocemos a alguien cuando está enfadado, es probable que nos pongamos en su contra, aunque luego se comporte de una forma más agradable.
- **Efecto de halo:** si conocemos una característica de una persona, presuponemos que también posee otras cualidades. Por ejemplo, si juzgamos que una persona es guapa, es probable que también la consideremos inteligente, agradable, etc.
- **Personalidad implícita:** consiste en realizar juicios con informaciones limitadas. Por ejemplo, cuando afirmamos que todos “los vendedores son extrovertidos” o que “los artistas son egocéntricos”.
- **Correlación ilusoria:** consiste en percibir una relación donde no existe ninguna o una relación más fuerte de la que existe en realidad. Un ejemplo típico es creer que el estado de ánimo de las mujeres se correlaciona con el ciclo menstrual.

Fuente: Alonso (2012).

Grupo

Los grupos tienen una gran influencia en nuestra identidad social y personal; toda interacción implica nuestra pertenencia a algún grupo, como familia, compañeros de clases, amigos, agrupaciones deportivas o culturales.

La definición etimológica de *grupo* proviene del italiano *gruppo* o *gruppo*, cuyo significado inicial era “nudo” o “circulo”, y que posteriormente se transformó en “reunión” o “conjunto”; actualmente hace referencia a la pluralidad de seres o cosas que forman un conjunto, material o mental (Anzieu y Martin, 1971).

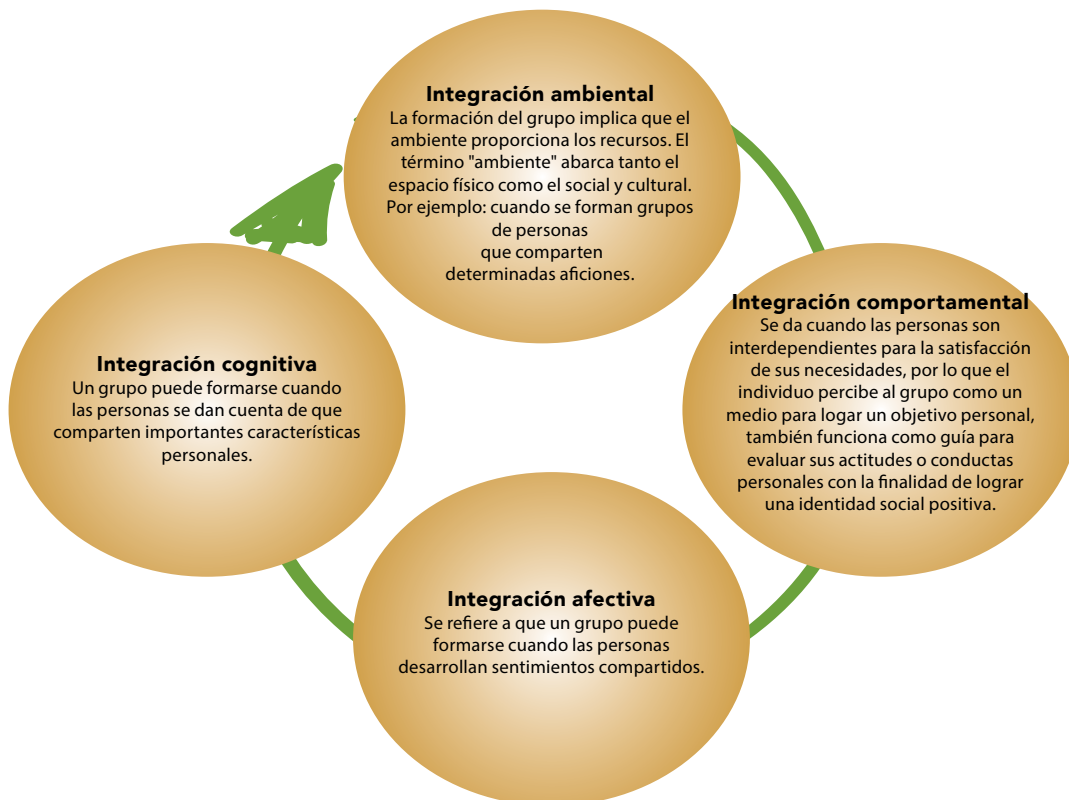
Cada persona adquiere sus aprendizajes básicos y sociales en un grupo, los cuales pueden ser flexibles, como un grupo de amigos, o rígidos, como un grupo de trabajo. En conclusión, un grupo es el conjunto de por lo menos dos individuos que interactúan entre sí y comparten objetivos en común.

Formación del grupo

Cuando hablamos de grupos nos preguntamos frecuentemente por qué los individuos se reúnen entre sí, podemos considerar que las razones por las que un grupo se forma están estrechamente ligadas al propio desarrollo de la humanidad, ya que, al reunirse con otros, el individuo aumentaba sus posibilidades de supervivencia; ése es el origen de la cohesión grupal.

Al estar conformado por entes vivos, el grupo adquiere sus propiedades y por tanto se puede estudiar como un organismo que “nace, se desarrolla y muere”; es decir, los grupos se cohesionan, desarrollan y en muchas ocasiones se disuelven. La mayoría de las personas pertenece a diversos grupos, por lo que resulta obvio que cada uno le proporciona distintos beneficios a sus miembros.

Moreland (1987) destaca cuatro tipos de mecanismos de integración social, los cuales explican las razones por las que se conforman los grupos; estos mecanismos son los siguientes:





Tipos de grupos

Los grupos se pueden clasificar:



Grupos primarios

Son aquellos que influyen en la conducta del ser humano durante los primeros años de vida: niñez y adolescencia. Estos grupos moldean los valores básicos y permiten forjar la identidad del ser humano; se caracterizan por tener una elevada cooperación y relaciones personales muy estrechas, y son fundamentales porque moldean los ideales sociales de los individuos. Algunos ejemplos de grupos primarios son la familia y los amigos.

Grupos secundarios

Se conforman con el objetivo de solucionar problemas, alcanzar metas comunes y compartir intereses personales. Los grupos secundarios son más grandes y más impersonales que los primarios, además son menos estables y duraderos. Un ejemplo es el comité que se conforma para organizar la fiesta de generación, el cual se mantendrá unido mientras organiza el evento, pero una vez que éste haya concluido se disolverá; otros ejemplos son los partidos políticos, los clubes deportivos, los grupos religiosos, grupos de estudio o de trabajo, entre otros.



Actividad 2

Escanea el siguiente código QR o entra a la siguiente liga para obtener más información sobre los tipos de grupos.



Tipos de grupos

https://www.youtube.com/watch?v=omjDRw_2yo4&t=47s lleva al mismo video sin problema.

Roles grupales

Se denomina rol al conjunto de conductas esperadas que se vinculan con la posición en un grupo; es un modelo de conducta social que se basa en las demandas y expectativas de quienes lo conforman; es decir, se componen de las ideas que tiene el grupo o la sociedad sobre lo que debe hacer cada miembro. De igual modo, los roles se presentan en contextos específicos y no representan la totalidad de las conductas que puede exhibir una persona, sino parte de ellas.

Los roles están ligados al concepto de norma social y cumplen una serie de funciones dentro del grupo (Brown, 1988).

- Constituyen una base para la comunicación entre los miembros.
- Funcionan y actúan como agencia medidora entre el individuo y el grupo.
- Cuando el rol se adecua a las expectativas, se asegura el buen funcionamiento del grupo.
- Implica una división de tareas entre los diversos miembros, lo que facilita el alcance de las metas grupales.
- Los roles forman parte de nuestra autodefinición en el grupo.

Brown identifica varios tipos de roles, cuya función es que el individuo se ajuste a las normas y expectativas generadas por el grupo social; éstos son:

- **Rol prescrito o impuesto:** el modelo de conducta viene señalado por una serie de prescripciones concretas.
- **Rol realizado:** corresponde a la conducta desempeñada en un momento determinado por el miembro del grupo.
- **Rol ideal:** coincide con el modelo de conducta que cada miembro se propone realizar como meta.
- **Roles institucionalizados:** vienen determinados por las posiciones ocupadas en grupos formales o secundarios.
- **Roles informales:** tiene lugar en grupos informales. Por ejemplo, el líder de un grupo de amigos.

Existe gran diversidad de roles, por lo que el papel que juegue el individuo dependerá de la conexión que tenga con los objetivos del grupo, con base en esto su clasificación es la siguiente:

- Roles relacionados con la formación y mantenimiento de la dinámica grupal.
- Roles relacionados con las tareas para conseguir las metas colectivas.
- Roles individuales dirigidos a la satisfacción de necesidades personales.

Ingresa a la siguiente liga para conocer otros tipos de roles.

<https://prezi.com/yz54u9zomyvl/distintos-roles-grupales/>

O escanea el siguiente código QR.





Actividad 3

Elabora un mapa mental en el que menciones los tipos de grupos a los que has pertenecido y ejemplifica cada uno de ellos.

Normas sociales

Las normas sociales son patrones o expectativas de conducta compartidas por los miembros de un grupo; éstas regulan el comportamiento adecuado y correcto en ocasiones concretas y permiten predecir la conducta de los demás, ya que dan certeza de cómo se comportará un individuo en una situación o lugar específico, por ejemplo, en una biblioteca o durante un acto religioso.

Las normas sociales pueden ser explícitas o formales, aunque en muchas ocasiones no son explícitas, ya que el grupo sólo las elabora para situaciones relevantes, y no siempre aplican para todos los miembros. Las reglas cumplen con una serie de funciones individuales y sociales, proporcionan orden y predictibilidad al ambiente social, y cuando el individuo acepta las normas del grupo expresa su deseo de pertenencia y experimenta sentimientos de conexión.

Cartwright y Zander (1971) mencionan que las normas grupales contribuyen a la supervivencia del grupo y sus principales funciones son:

- **Locomoción de grupo:** ayudan a que los grupos consigan sus objetivos.
- **Mantenimiento del grupo:** ayudan al mantenimiento del grupo como tal.
- **Realidad social:** ayudan al grupo a crear y a mantener un marco de referencia compartido para establecer la realidad social.
- **Definición de las relaciones:** que el grupo ha de mantener con el entorno social (otros grupos, organizaciones, instituciones u otros componentes de la sociedad).

Anomia

El concepto nace desde la perspectiva sociológica de Emilio Durkheim (1858-1917), filósofo y sociólogo francés, quien la abordó en su tesis doctoral *La división del trabajo en la sociedad* y la desarrolló en su libro *El suicidio* (1897). La anomia es un concepto que se refiere de manera general a la ausencia de ley, normas o convenciones de la vida económica. Es relevante para nuestra época porque la tendencia de las sociedades a desarrollarse con una visión industrial hace que los seres humanos adquieran modos de pensar alejados de las normas y regulaciones sociales (Benbenaste, Etchezahar y Del Río, 2008).

Otro sociólogo, el estadounidense Robert Merton (1910-2003), en 1965 relaciona la aparición de la anomía social con el cambio de valores que definen las metas culturales y las reglas sociales. Las metas de la cultura son aquellas por las que vale la pena esforzarse, por ejemplo, ser culto, ser delgado, ser rico, ser poderoso, u otras, y las personas que las alcanzan reciben reconocimiento y prestigio. El segundo elemento, las reglas sociales, se habrán de emplear para alcanzar las metas culturales; estas reglas toman formas concretas en las instituciones que regulan la conducta en sociedad, por ejemplo, para alcanzar la meta de ser rico, no deben cometerse fraudes, estafas, extorsiones, o mentir o matar, por mencionar algunas (citado por Benbenaste, Etchezahar y Del Río, 2008).

Cuando los grupos sociales aceptan que deben lograr las metas a pesar de las normas sociales, se produce el estado de anomia social; entonces se “normaliza” la corrupción, el delito y la impunidad, por ejemplo.

En el artículo *Percepción de anomia, confianza y bienestar: la mirada desde la psicología social* (2013), Marcela Muratori, Gisela Delfino y Elena Zubieta establecen que las interpretaciones psicológicas asocian la anomia con sentimientos de impotencia, desamparo y desesperanza; es decir que, para la psicología social, la percepción de anomia deviene del desequilibrio entre las metas que una sociedad propone a sus miembros y los logros reales de éstos, y de su efecto en sus expectativas y propósitos.

Mclver (citado por López 2009), define la anomia como un estado de ánimo en el que el sentido de cohesión social del sujeto está fragmentado o debilitado. El sujeto deja de preocuparse por el entorno y actúa a partir de sus impulsos; se centra en su persona ya que las reglas y fines sociales, sin continuidad ni sentido de obligación, no tienen valor en su vida diaria.

Factores sociales que influyen en la conducta individual y de grupo

El hombre es un ser social, lo cual implica que para desarrollarse debe interactuar con otros seres humanos, creándose de esta relación una dependencia recíproca y una influencia social, debido a que incluso las conductas más elementales, como caminar erguido o hablar, son producto de esta interacción. Cabe entonces preguntarnos ¿qué induce la conducta?; la respuesta podemos encontrarla en nuestro entorno, sólo hay que preguntarse ¿por qué preferimos determinada marca de refresco?, ¿por qué



vestimos a la moda, aunque a veces no nos acomoda?, ¿por qué los adultos votan por cierto partido político?, ¿cómo los padres consiguen que sus hijos obedezcan?, ¿por qué hay manifestaciones?, ¿por qué hay guerras? u otras.



Fuente: pxhere.com

Como podrás notar, nos encontramos frente a procesos de influencia social, los cuales son esenciales para el desarrollo humano y de la sociedad, ya que de ellos depende que las estructuras y los valores se mantengan o sufran cambios. Los factores que influyen en la conducta son estudiados por la psicología social, al respecto te invitamos a que visites la siguiente liga y conozcan algunas de las investigaciones más emblemáticas del tema.

<https://www.redalyc.org/journal/537/53765110025/>

En los procesos de influencia, algunas veces actuamos como agente influyente y otras como blanco de influencia. La intención de influir va dirigida a modificar al menos una de nuestras actitudes (creencias, sentimientos o conductas), es decir, la influencia pretende conseguir un cambio en el comportamiento. En algunas ocasiones, se tratará de lograr un comportamiento concreto, como la compra de un producto o votar por un candidato; en otras, se pretende cambiar actitudes generales, por ejemplo hacia el estudio o el cuidado de la naturaleza, con el objetivo de que ese cambio modifique varios comportamientos, como comprometerse con el estudio de una asignatura, reciclar o utilizar transporte público en vez del coche.

Tipologías para clasificar los procesos de influencia

- **Comunicación cara a cara:** en estas interacciones el agente y el blanco de influencia intervienen simultáneamente, por lo que la comunicación es bidireccional y dialéctica; por una parte, el agente de influencia trata de imaginar qué pasa por la cabeza del otro para adaptar su conducta, pero a su vez el blanco de influencia impone su postura.
- **Comunicación directa dirigida a una audiencia:** el ejemplo más claro lo constituye un mitin, ya que este tipo de interacción es poco recíproca, pues, aunque el público (blanco de influencia) pueda expresar aprobación o rechazo mediante aplausos o abucheos, no conseguirá influir en la conducta del exponente (agente de influencia).
- **Comunicación de masas:** es característica de la propaganda y la publicidad y, en general, de lo que transmiten los medios de comunicación. La influencia del blanco es nula porque sólo se limita a aceptar o rechazar ese medio de comunicación.

Las bases de la conducta social humana son:

- **Influencias culturales**, originadas por la existencia de sociedades organizadas.
- **Influencias sociales**, debidas a grupos primarios dentro de la sociedad.
- **Influencias ambientales**, mediadas por las propiedades físicas del ambiente social.

Para dimensionar la importancia de la sociedad como agente de influencia en cuanto a la conducta, hay que hacer referencia a la cultura; según la define Linton (1936) "La cultura es la suma total de los patrones de conducta, actitudes y valores compartidos y transmitidos por los miembros de una sociedad dada".

Estrato social

¿Qué es la estructura social?

Un agrupamiento parcial de la sociedad; si partimos de que la sociedad es un todo, podemos agrupar a los seres humanos dentro de ella por medio de una combinación de variables, como indicadores socioeconómicos, ingresos, educación, origen familiar, tipo de vivienda, situación geográfica (si vive en una urbe o no), entre otros; esos indicadores hacen posible la división en clase alta, clase media y clase baja.

Persuasión

Los fenómenos de influencia social son mecanismos poderosos para el cambio de actitudes. Se entiende por influencia social aquella acción realizada que tiene como fin modificar las cogniciones, afectos o conductas de una persona o grupo con respecto a un objeto actitudinal determinado.

Según Perloff (1993), la persuasión sería aquella actividad por la que el emisor intenta suscitar un cambio en las actitudes, creencias o acciones del receptor (o receptores) a través de la transmisión de un determinado mensaje, que es susceptible de ser aceptado o rechazado por este último.

Las teorías explicativas de la persuasión y el cambio de actitudes pueden encuadrarse en dos perspectivas diferenciadas:

- **Las teorías del procesamiento sistemático**: según éstas, el cambio de actitud vendrá determinado por el grado de elaboración consciente que se realice de la información y la evaluación que se haga de ella.
- **Los modelos del procesamiento dual**: éstos plantean que el cambio de actitud puede darse también a través de otro tipo de procesos alternativos a la evaluación sistemática de la información.

Fuente: Páez (2006)



Propaganda

Puede entenderse como el conjunto de técnicas destinadas a propagar ideas, doctrinas y opiniones para lograr la aceptación de las personas. La propaganda es también la difusión de ideas de diferente índole: políticas, filosóficas, morales sociales, religiosas. Su propósito es informar a la población para generar conciencia y modificar conductas; por ejemplo, las campañas de educación vial, aquellas que hablan sobre las consecuencias de fumar o las que invitan a hacer un uso racional del agua, entre otras. A diferencia de la publicidad no tiene un fin comercial.

Factores culturales, tradiciones, costumbres e identidad

Partimos de la premisa fundamental de que no hay sociedad sin cultura, ya que la formación de una sociedad lleva implícita la formación de su cultura; ésta surge en el proceso mismo de constitución del grupo, pues las experiencias grupales conforman la cultura.

Pero ¿qué es la cultura? Esta interrogante ha tenido infinidad de respuestas. En el terreno de la antropología, las posturas varían, desde Edward Tylor (1976), quien concibe la cultura como el “conjunto de conocimientos, normas, hábitos, costumbres, valores y aptitudes que el hombre adquiere en la sociedad”, hasta Schiffman (2005), quien la define como “el conjunto total de creencias, valores y costumbres aprendidos, que sirve para dirigir el comportamiento como consumidores de los miembros de una sociedad específica”. La cultura existe para satisfacer necesidades de los miembros de una sociedad y ofrece guías concretas de comportamiento a sus integrantes, lo que garantiza que los mercadólogos puedan establecer estrategias de *marketing* dirigidas a una cultura en particular.

Para una mejor comprensión del concepto de cultura, los científicos sociales la han dividido en:



- 1) **Hábitos, costumbres y maneras de conducirse:** se empiezan a aprender desde el nacimiento; el hábito más importante es el de comunicarse.
- 2) **Sistemas de creencias:** religión, magia, patriotismo, así como los símbolos y credos aceptados por su sociedad.
- 3) **Artefactos, herramientas, utensilios, construcciones y máquinas** adoptados de otras sociedades.

Identidad

El concepto de identidad tiene una larga tradición en las ciencias sociales (sociología, antropología o psicología social), incluso existe una línea de

Fuente: pxhere.com

investigación que se enfoca en la relación entre identidad personal e identidad nacional. El autoconcepto o identidad se desarrolla a través de las interacciones con otros, y es un reflejo de la forma cómo nos ven los demás; surge del conocimiento que el individuo tiene de pertenecer a un grupo o categoría social, que va aunando con el significado evaluativo y afectivo asociado a esa pertenencia.

La identidad es el resultado de un proceso de categorización, que implica primero segmentar el entorno social y luego autoubicarse, es decir, asumir su pertenencia a uno de los segmentos resultantes, que suele llamarse grupo de pertenencia o endogrupo. Por consiguiente, el sentimiento de pertenencia a un colectivo del tipo que sea (por ejemplo, territorial o profesional) constituye uno de los fundamentos de la identidad social. Las imágenes, los estereotipos y las actitudes intergrupales que surgen de las relaciones entre pueblos y naciones son altamente funcionales y sustentan la propia identidad étnica (local, regional, nacional, continental), por lo que necesitamos tener una imagen positiva de nuestra identidad personal.

La identidad social de los individuos está relacionada con sus intereses, aspiraciones, expectativas o comportamientos; de forma que si un miembro de un grupo discriminado asume como verdadera la óptica negativa que se tiene de su grupo, desarrolla una visión negativa de sí mismo, y es probable que sus aspiraciones profesionales y educativas se acomoden a esa visión.

Existe entonces un sentido comunitario formado por valores compartidos y normas que permiten a los individuos sentirse parte de una comunidad; esto significa que se está dispuesto a cooperar para mantener la coexistencia social y que puede acatar las normas y las exigencias al interior de la vida comunitaria.

La vida comunitaria se puede desarrollar en ámbitos como:





En ocasiones, la pertenencia de un individuo a varios grupos puede suscitar dificultades entre dos o más de esos ámbitos; por ejemplo, a veces amigos y hogar no resultan muy compatibles, y las diferencias entre ambos generan dificultades para mantener la coexistencia simultánea. Entre los valores colectivos que influyen en la integración y mejoran las condiciones de un grupo sobresalen:

- Respeto
- Libertad
- Igualdad
- Justicia
- Solidaridad



Fuente: pxhere.com

Tradiciones, costumbres e identidad

Las costumbres, hábitos y tradiciones también pueden favorecer la existencia comunitaria, ya que condicionan la vida social e influyen en la forma de pensar de un individuo; constituyen parte de su forma de ser y de pensar.

El Diccionario la Lengua Española (2017) define el término tradición como la “transmisión de noticias, composiciones literarias, doctrinas, ritos, costumbres, hecha de generación en generación”, así como “noticia de un hecho antiguo transmitida de este modo” y “doctrina o costumbre conservada en un pueblo por transmisión de padres a hijos”. Por otra parte, a la palabra **costumbre** la define como “un hábito, un modo habitual de obrar o proceder establecido por

tradiciones la repetición de los mismos actos y que puede llegar a adquirir fuerza de precepto”; también como el “conjunto de cualidades o inclinaciones y usos que forman el carácter distintivo de una persona o nación”.

En un sentido más amplio, la identidad social está conformada por las tradiciones y costumbres colectivas en torno a un ideal de sociedad compartida, y por la manera en que las instituciones sociales y políticas fomentan la integración de todos los miembros a dicho ideal, asociando preceptos como el bien común y la convivencia democrática, entre otros. Es por eso que los valores, los hábitos, las costumbres y tradiciones con los que crecemos, y que se aprenden y practican en ámbitos como el hogar o la congregación religiosa, nos parecen naturales y universales. Es decir, es común pensar que todos los espacios sociales, así como las personas en todas las épocas y civilizaciones se rigen por las mismas normas, los mismos roles, los mismos valores y costumbres, pero la realidad es muy diferente. Por ello, es necesario comprender que incluso entre individuos de la misma comunidad existen diferencias en la forma de ser y de pensar y que esas diferencias manifiestan la libertad que cada uno posee por el sólo hecho de ser humano.



Si observas a tu alrededor, te darás cuenta de que existen diferencias culturales entre los individuos que te rodean, es por ello que te invitamos a ver el siguiente video, que habla sobre la diversidad de los mexicanos:

<https://www.youtube.com/watch?v=eNDFd5CYyCY>

Desarrollo psicosocial de la sexualidad

Hablar de sexualidad no siempre resulta una labor fácil, sobre todo porque los jóvenes se encuentran llenos de dudas, creencias falsas y vergüenza para expresar sus interrogantes sobre el tema y los adultos que los rodean, tampoco tienen mucha información y si tienen su dosis de vergüenza e ignorancia. Como se vio en el segundo módulo de este libro, la adolescencia es el periodo en el que el niño se transforma en adulto y durante esta etapa suceden cambios en todos los aspectos de nuestra vida. Hablaremos sobre el desarrollo psicosocial que ocurre en la etapa adolescente, ya que esta etapa se caracteriza principalmente por la búsqueda de la identidad personal.

Ya se ha mencionado que el ser humano se desarrolla asociándose y formando distintos grupos, según las necesidades que quiera satisfacer: físicas, afectivas o sociales. La cultura (valores, normas, creencias...) moldea el comportamiento de los miembros con el fin de lograr la convivencia social, por ello la sexualidad recibe influencias sociales, económicas, religiosas y culturales; esto nos hace reflexionar en la importancia de los factores externos en la formación de la sexualidad. Algunos elementos que influyen en el desarrollo de la sexualidad son:

- **Estereotipos culturales:** se refiere a acuerdos implícitos que permiten a un grupo de personas cooperar y funcionar correctamente; éstos no son estáticos, la sociedad los va modificando, según las condiciones políticas, económicas, culturales, entre otras, de cada época.
- **Estereotipos de género:** son los acuerdos sociales sobre los roles que se asignan tanto a hombres como a mujeres.
- **Esquemas de género:** es la percepción que adquiere el individuo de lo que la sociedad espera de él, como hombre o mujer, y que trasmite a través de la familia, que le da al individuo un sentido de identidad.

La palabra sexualidad tiene un significado más amplio que el vocablo sexo, ya que pretende abarcar distintos planos; al hablar de sexualidad nos referimos a una dimensión de la personalidad y no exclusivamente a la aptitud del individuo para generar una respuesta erótica (Masters, Johnson y Kolodny, 1987).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la sexualidad humana como: Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. La sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no obstante, no todas ellas se vivencian o se expresan siempre. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales (OMS, 2016).



A

Actividades
Módulo cuatro

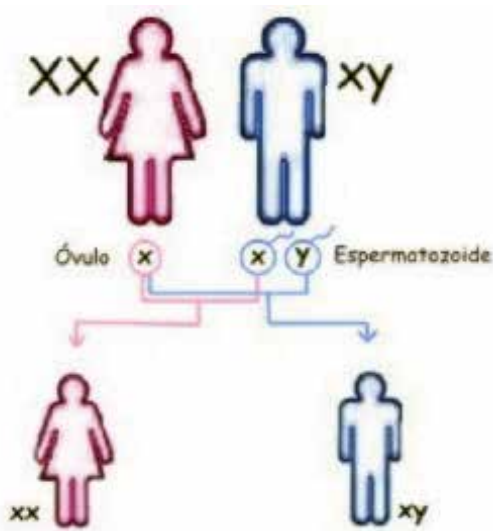
Es muy importante que los adolescentes tengan una actitud abierta hacia su sexualidad, aceptándola y asumiéndola; esto es algo positivo para todo ser humano, pues implica aceptarse a sí mismo, vivir con naturalidad y, de ese modo, sentirse cómodo con su género, su identidad de género y su orientación sexual.

Actividad 4

Responde la siguiente interrogante.

¿Qué es para ti la sexualidad?

Para poder formular un concepto adecuado de sexualidad, se tienen que tomar en cuenta las características biológicas, psicológicas y socioculturales que permite comprender el mundo y vivirlo como hombre o mujer. Para ello, es necesario tener claros conceptos como sexo biológico, sexo de asignación y sexo de identidad, los cuales no deben confundirse, ya que tienen connotaciones muy distintas.



Sexo biológico

La palabra sexo, que viene del latín *sexus*, ha acumulado infinidad de connotaciones; el sexo biológico se refiere al conjunto de características y funciones fisiológicas, orgánicas y anatómicas que diferencian a un hombre de una mujer (Katchadourian, 1983).

Sexo de asignación

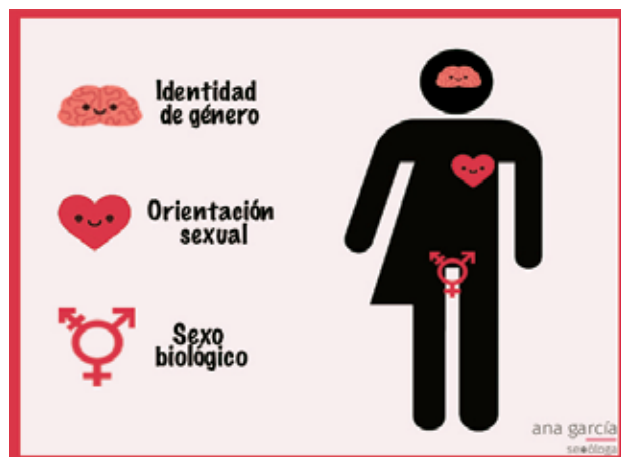
Es el que se le asigna al individuo al nacer, por lo general, en función del aspecto de sus genitales externos (Álvarez-Gayou *et al.*, 1986). El simple hecho de que el médico indique a los padres que su hijo será hombre o mujer establecerá las expectativas de la familia y especialmente de la sociedad en cuanto al futuro del rol sexual del recién nacido.



https://images.clarin.com/2015/03/20/BkGh5M02Xe_930x525.jpg

Sexo de identidad

Es el conjunto de características sexuales que nos hacen genuinamente diferentes a los demás: nuestras preferencias sexuales, nuestros sentimientos o nuestras actitudes ante el sexo. Es el sentimiento de masculinidad, feminidad, o ambos, que acompaña al individuo a lo largo de su vida, y que no siempre está de acuerdo con el sexo biológico o de asignación.



Actividad 5



Actividades
Módulo cuatro

Elabora un carnet de identidad con los datos que se te piden.

Nombre:

Sexo biológico:

Sexo de asignación:

Sexo de identidad:

Edad:

Ocupación:

Dirección:

Pasatiempos favoritos:

Firma:

Roles de género

Existen características tanto biológicas como actitudinales que diferencian a hombres y mujeres; estas diferencias de comportamientos, pensamientos y sentimientos se atribuyen a la influencia de la cultura en la que se desarrolla cada persona, así como al condicionamiento parental, educacional y sociocultural (Lamas, 2002).



Actividad 6

Realiza en el siguiente cuadro una lista de las cualidades que en tu opinión debe tener un hombre y una mujer. Al concluir en equipos de cinco personas y comenten lo que cada integrante escribió.

Cualidades que deben tener las mujeres	Cualidades que deben tener los hombres

Seguramente tu lista coincide con la de algunos compañeros; en el supuesto de que así sea, es posible que la mayoría haya asociado a los hombres con cualidades como fuerza, valor, confianza, caballerosidad, entre otras, mientras que a las mujeres con cualidades como sensibilidad, afectividad, simpatía u otras.

Masculinidad y feminidad

La mayoría de la gente alberga las mismas ideas sobre la forma en que se manifiestan las diferencias entre hombres y mujeres; estas convicciones de género, usualmente sustentadas en simplificaciones excesivas y escaso juicio crítico, se llaman estereotipos (tópicos, prejuicios, clichés, ideas preconcebidas, lugares comunes). Los estereotipos pueden resultar nocivos, ya que inducen razonamientos equivocados y, por consiguiente, repercuten en el trato entre los miembros de una colectividad (Masters *et al.*, 1987).

Hablar de masculino y femenino desde una perspectiva de género resulta controvertido, ya que las características de “ser mujer” o de “ser hombre” se definen de acuerdo con la cultura y el contexto sociocultural. Los términos masculinidad y feminidad aluden al grado en que una persona se ajusta a las expectativas culturales sobre la conducta y la apariencia que deben mostrar hombres y mujeres. Los hombres masculinos y las mujeres femeninas son relativamente previsibles y se comportan de manera uniforme y complementaria.

Por suerte, parece que actualmente se admite que la masculinidad y la feminidad no nos dicen gran cosa sobre la personalidad, las preferencias sexuales y la forma de vida del individuo, y los viejos estereotipos ceden paso a teorías científicas válidas y dinámicas (Masters *et al.*, 1987).

Identidad de género

La palabra género se deriva del latín *genus*, que significa 'nacimiento u origen', por lo que la identidad de género se entiende como el conjunto de pautas culturales que se asocian con el comportamiento que deben tener tanto hombres como mujeres. Se relaciona con las creencias y valores de lo masculino y lo femenino en cada cultura, con las características individuales de cada ser humano y con la forma de asumirse ante ello; es decir que a lo biológico se le agregan pautas psicosociales de comportamiento que marcan la identidad de género. Otro autor dice que es la identificación psicológica que va desarrollando el niño o la niña con uno u otro sexo; es decir, es el sentir psicológico íntimo de ser hombre o ser mujer (Álvarez-Gayou et al., 1986).



https://lh3.googleusercontent.com/0hp_uDm2We0F1WytUbt0QBptnLI3jZnh-INNA2-YPwluQ1AvEsWxX-40rf-GZ1aUX6ath_JkLOSttY2NAh6m1j3p1YxAF8Lp=s750

Orientación sexual

La identidad de género, es decir, sentirse hombre o mujer, no es lo mismo que la orientación sexual, ya que esta última se refiere a sentirse amorosa o eróticamente atraído por personas del sexo complementario (heterosexualidad), por personas del mismo sexo (homosexualidad) o o gustar de ambos sexos (bisexualidad) (Hiriart, 2011). Actualmente (2023) se reconocen otras orientaciones sexuales: demisexualidad, autosexualidad, asexualidad y pansexualidad entre otros que se van conociendo conforme se van manifestando personas que no se reconocen en ninguna de las anteriores categorías. Es importante destacar que la orientación sexual no es una decisión consciente ni una elección voluntaria (Riesenfeld, 2006).



En sí, la homosexualidad está tan limitada como la heterosexualidad: lo ideal sería ser capaz de amar a una mujer o a un hombre, a cualquier ser humano, sin sentir miedo, inhibición u obligación.

Simone de Beauvoir

Heterosexualidad

La heterosexualidad es la relación erótico-afectiva entre personas de diferente sexo; es el comportamiento predominante en la sociedad, por lo que se considera un ejemplo a seguir, pues se establece como principio biológico que la reproducción sexual sólo ocurre cuando un espermatozoide fecunda un óvulo, mediante un acto de interacción, tanto física como sentimental.

Sin embargo, la construcción de patrones sociales rígidos puede dar lugar a fenómenos como discriminación y desigualdad, que no sólo generan juicios despectivos sobre las personas, sino que se les excluye de ciertos ambientes y se les niega el acceso a ciertas oportunidades y recursos.





En la actualidad, gracias a las nuevas reformas y a la declaración de tratados de paz, se ha llegado a comprender que existen otro tipo de orientaciones sexuales además de la heterosexual, por lo que podemos decir que vivimos en un mundo plural, que permite la libertad de expresión a opiniones y estilos de vida distintos a los establecidos.

Homosexualidad



Fuente: pxhere.com

La homosexualidad es la relación erótico-afectiva entre personas del mismo sexo; este término engloba tanto a hombres como a mujeres, aunque comúnmente a los primeros se les conoce como gays y a las segundas como lesbianas. Algunos hombres homosexuales tienden a comportarse de manera afeminada y algunas lesbianas pueden tener un aspecto masculino, pero no es ni su conducta ni su apariencia lo que hace que una persona sea homosexual. Hay homosexuales muy varoniles o lesbianas muy femeninas, así como heterosexuales afeminados u hombrunos.

Es importante resaltar que el hecho de haber tenido una experiencia sexual con una persona del mismo sexo no convierte al individuo automáticamente en homosexual; por supuesto, expresar afecto a personas del mismo sexo tampoco es por sí solo un rasgo homosexual (Hiriart, 2011).

Existen diferentes teorías sobre los orígenes de la homosexualidad, sin embargo, ninguna se aplica a todos los casos ni tampoco hay una que esté totalmente comprobada. Lo que sí se sabe es que la homosexualidad no es ni un trastorno mental ni una enfermedad; de hecho, es una inclinación que siempre ha existido en la historia de la humanidad, por lo que cabe recordar que una orientación homosexual no influye en las capacidades, el desempeño ni en el valor del individuo (Hiriart, 2011).



¿Sabías que?

El término homosexual se deriva de la raíz griega *homo*, que significa igual y el término lesbianismo surge de las relaciones homosexuales femeninas inmortalizadas en la poesía de Safo de Lesbos, escritas en Grecia durante el siglo VII antes de Cristo.

Bisexualidad

Se considera bisexual a la persona que siente atracción erótica o afectiva hacia personas de ambos sexos (Riesenfeld, 2006); es decir, que es posible que haya personas bisexuales que mantienen simultáneamente relaciones con mujeres y hombres, o bien que durante cierto tiempo sostengan una relación estable y monógama con un hombre y posteriormente con una mujer. Las personas bisexuales afirman que lo que les atrae de su pareja son sus características y atributos personales, más que los aspectos propios del sexo al que pertenecen.

Este tipo de orientación sexual es la menos estudiada, por lo que está cargada de más estereotipos, prejuicios y desaprobación que la homosexualidad, pues se cree que sentir atracción hacia ambos sexos podría implicar cierta confusión psicológica, aunque esto no necesariamente ocurre (Hiriart, 2011).

La sociedad espera que las personas sean heterosexuales u homosexuales, pero que se definan por una u otra orientación; esta creencia hace pensar que los bisexuales son personas sin una identidad definida, por lo que el rechazo hacia ellos proviene no sólo de heterosexuales, sino también de homosexuales.



Fuente: <https://historiaslgbt.com/>

Transexualismo

El transexualismo es la convicción psicológica de identificación con el sexo opuesto al biológico; esto actualmente se denomina “discordancia de la identidad sexo-genética”, y no se relaciona con la homosexualidad. Se dan casos en los que la persona desde pequeña sintió que pertenecía al sexo contrario al que su biología le marcaba: se siente mujer con cuerpo de hombre, u hombre con cuerpo de mujer. En ocasiones, al llegar a la edad adulta, los transexuales optan por operarse para cambiar de sexo; esto es más frecuente en mujeres que en hombres (Gindin, 1991).

Se han informado casos de transexuales que, luego de realizar un proceso de reasignación de sexo, de hombre a mujer o viceversa (con tratamiento hormonal y quirúrgico), tienen una orientación homosexual (Álvarez-Gayou et al., 1986). Sin embargo, ser transexual no es lo mismo que ser homosexual, pues la idea sería la siguiente: “Tengo cuerpo de hombre, pero soy mujer y, como mujer, me gustan los hombres”; de modo que el individuo podría vivir su orientación sexual como heterosexual. Esto significa que la transexualidad se basa en la identidad de género y no en la orientación sexual (Hiriart, 2011).

Transgénero

Las personas transgénero presentan las mismas características que definen a un transexual: se identifican y desean pertenecer al sexo opuesto; la única diferencia es que todavía no se han sometido a un procedimiento de reasignación de sexo. No obstante, no todas las personas transgénero se someterán a dicho cambio, del mismo modo que su orientación sexual es indiferente del sexo del que se sienten parte.



Fuente: pixabay.com



Travestismo

El travesti es aquel que obtiene placer –no sólo de tipo sexual– usando ropa, accesorios, lenguaje y manierismos del sexo opuesto. Esta situación a veces está relacionada con la homosexualidad, pero en muchos casos se presenta en individuos que son fundamentalmente heterosexuales (Álvarez-Gayou et al., 1986).



<https://pbs.twimg.com/media/B4heuQQCIAAJVur.jpg>



<http://assets.vancouverisawesome.com/wp-content/uploads/2015/01/jpeg-590x590.jpg>

Informe Kinsey Una investigación relevante en el estudio de la diversidad sexual

Desde hace siglos, la diversidad sexual era considerada como algo normal, ya que, como se ha mencionado anteriormente, en obras escritas en Grecia durante el siglo VII antes de Cristo se abordaban temas sobre la homosexualidad, pues se menciona que los personajes principales de estas obras tenían amantes del mismo sexo.

Morales (2016), en su artículo “La escala de Kinsey y qué tan bisexual eres en 13 preguntas”, habla de cómo históricamente la diversidad sexual se fue enclaustrando; para su argumento, retoma a Michel Foucault, quien en su libro *Historia de la sexualidad*, menciona cómo a partir de la sociedad victoriana de los siglos XVII y XVIII, la sexualidad se enclaustró en la habitación y, aunado al cristianismo desmedido, se persiguió cualquier tipo de gusto sexual que no fuera el heterosexual. Para el siglo XX, antes de la revolución sexual, la homosexualidad era considerada una enfermedad e incluso un crimen. Grandes mentes fueron perseguidas y acusadas, un ejemplo fue Alan Turing, matemático inglés, padre de la computación moderna y creador de la máquina que descifró los mensajes nazis, herramienta clave para vencer a los alemanes en la Segunda Guerra Mundial (Morales, 2016).

Sin embargo, fue hasta 1948 cuando el biólogo Alfred Kinsey planteó la idea de que, tal como en la antigüedad, la sexualidad no se dividía en heterosexual y homosexual, sino que la bisexualidad tenía una amplia visión en la diversidad sexual de cada persona.

Kinsey realizó un estudio muy novedoso para su época, el cual tuvo gran reconocimiento, ya que fue el primero en plasmar la diversidad sexual de manera muy amplia. Su primera publicación se hizo en el libro *Conducta sexual en el varón* (1948) y tuvo su réplica con *Conducta sexual en la mujer* (1953).

A partir de este estudio, cuyo desarrollo duró más de una década, Kinsey exploró la sexualidad humana, sobre todo la femenina, y, con base en estudios y cuestionarios, definió la llamada escala de Kinsey, que establece el comportamiento sexual basándose en la vida de la persona, sus gustos, preferencias y actitudes ante el sexo.

El método consiste en una escala de graduación, cuyos valores van del 0 (exclusivamente heterosexual) al 6 (exclusivamente homosexual), que asigna un puntaje a cada persona tomando en cuenta la experiencia sexual con personas del mismo sexo o del sexo opuesto y los sentimientos sexuales relacionados.

De acuerdo con la escala de Kinsey, la gente puede encontrarse en los siguientes grados de comportamiento sexual.

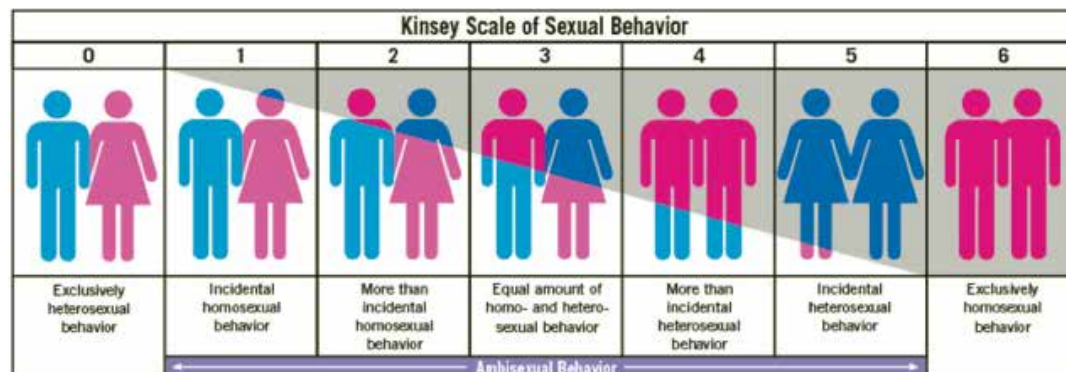
Rango	Descripción
0	Exclusivamente heterosexual
1	Principalmente heterosexual con contactos homosexuales esporádicos (Ej. encuentras a alguien del mismo sexo atractivo o si encuentras porno homosexual en la tele la curiosidad te impide cambiar de canal)
2	Predominantemente homosexual aunque con contactos homosexuales más esporádicos (si no has tenido relaciones o experiencias con alguien del mismo sexo, probablemente no te importaría experimentarlo)
3	Bisexual (la atracción hacia hombres y mujeres es igual o casi igual)
4	Predominantemente homosexual, aunque con contactos heterosexuales más que esporádicos
5	Principalmente homosexual, con contactos heterosexuales esporádicos (Puedes tener curiosidad o intentar tener algún tipo de relación con alguien de sexo opuesto)
6	Exclusivamente homosexual
x	Asexual sin interés por contacto sexual de ningún tipo

No se puede afirmar que este estudio mida el grado que va desde la heterosexualidad a la homosexualidad, y no tiene nada que ver con valoraciones o juicios sobre la masculinidad o feminidad de cada individuo, que son temas totalmente diferentes.

Otros datos curiosos que aportó el Informe Kinsey son que 11.6% de los varones y mujeres blancos de entre 20 y 35 años manifiestan una clasificación 3 (bisexualidad) y que 60% de los hombres y 33% de las mujeres participaron al menos una vez en una práctica homosexual antes de los 16 años.

Kinsey escribió: "El varón no es quien representa estas dos poblaciones distintas, heterosexual u homosexual. El mundo no puede ser dividido entre cabras y ovejas. Es un fundamento de la taxonomía en que la naturaleza raramente se enfrenta con categorías separadas. El mundo vivo es continuo en cada uno de sus aspectos".

Cabe destacar que actualmente, la escala sirve como un indicador bastante tradicional, ya que la psicología y sexología han avanzado a pasos gigantescos y las respuestas de la escala pueden parecer demasiado tajantes.



DATO CURIOSO

Si quieres saber en qué consiste el test sobre la escala Kinsey ingresa al siguiente link para consultarlo

<https://psymed.info/kinsey-scale-test>





Actividad 7

Analiza el siguiente caso y contesta las preguntas que se te presentan al final del texto.

Frida Caicedo

20 años



Fuente: pxhere.com

A los 17 años, Frida fue sorprendida por su madre mientras estaba con su novia. Desde que sus padres supieron su inclinación sexual, la asumieron como un problema; ella siempre se ha sentido juzgada y su vida en casa se ha vuelto incómoda, lo cual ha propiciado que deje de sentirse parte de la familia y prefiera tener un espacio lejos de su casa.

Frida afirma que el género no es lo importante en las personas, sino su calidad humana; esto le ha permitido sentir atracción hacia ambos géneros por igual y actualmente tiene una relación con un muchacho. Ella cree que, independientemente de sus preferencias, el problema con sus padres radica en los prejuicios que ellos tienen hacia las personas y en su afán de alcanzar un estatus social ideal; sin embargo, ella tiene una mentalidad clara y se resiste a dejarse llevar por la corriente.

1. ¿Qué opinas sobre la situación que enfrenta Frida?

2. ¿De qué manera puedes apoyar a las personas que son discriminadas por su orientación sexual o identidad de género?

3. ¿Qué diferencia a homosexuales, transexuales y bisexuales de los heterosexuales?

4. ¿Cómo actuarías si un compañero te confiesa que es homosexual o transexual?



¿Sabías que?

En Juchitán, Oaxaca, cuya población total es de 75 mil habitantes y donde 5 mil de ellos son orgullosamente muxes. El término proviene de mujer en zapoteco; los muxes no se consideran ni mujeres, ni hombres, ni transgénero; ellos son el tercer género de Oaxaca y cumplen ciertos roles en Juchitán, ya que la población acepta y celebra la existencia de este género.

Para conocer más sobre la cultura muxe, te invitamos a ver el siguiente documental.

Ingresa al siguiente link:
<https://vimeo.com/196684590>



Actividad 8

Después de consultar el documental, escribe tu opinión y coméntala con tus compañeros.



Actividades
Módulo cuatro

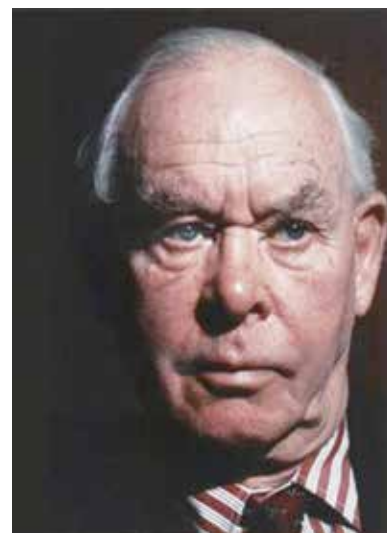
Vinculación afectiva

Te has preguntado alguna vez ¿cómo elegimos a nuestra pareja? o te has puesto a pensar ¿por qué todos tus exnovios tienen ciertas similitudes? o ¿por qué tú y tus amigos tienen tantas cosas en común? La vinculación afectiva que cada ser humano construye a lo largo de su vida ha sido un tema que se ha analizado en diversas teorías, una de las más relevantes es "la teoría del apego de John Bowlby". Te invitamos a consultar el siguiente video para que conozcas más sobre este tema y descubras cómo desde la infancia se van desarrollando las conductas que establecerán nuestros vínculos afectivos en las diferentes etapas de nuestra vida.



Link:
<https://www.youtube.com/watch?v=NSvkLV64wdI>

También puedes consultar el artículo "La teoría del apego en las diversas etapas de la vida" que se encuentra en el siguiente enlace:



https://en.wikipedia.org/wiki/John_Bowlby



<https://repositorio.unican.es/xmlui/handle/10902/865handle/10902/865/BecerrilRodriguezE.pdf>



Actividad 9

Después de consultar los materiales sobre la teoría del apego de John Bowlby, elabora en una hoja blanca un mapa mental en el que desarrolles los conceptos de apego, tipos de apego y vinculación afectiva.

Los vínculos amorosos y sexuales son un fenómeno universal presente en todas las épocas; sin embargo, no por ello están libres de dudas, conflictos y dificultades, que se matizan según las características individuales y sociales del momento en el que vivimos. Al acercarnos a otras personas en busca de compañía, seguridad o afecto, nos involucramos en relaciones más o menos duraderas basadas en lazos afectivos, necesidades personales, ilusiones o en meros vínculos sexuales intrascendentes (Hiriart, 2011).

El despertar sexual y el amor

Hola, soy Ana y tengo 17 años, yo pienso que lo más común entre amigos son las confidencias; en mi caso, las confidencias se las hago a Itzel, Nina, Max, Lalo y Tony, ya que ellos son mis mejores amigos, aunque hay cosas que no les cuento a los muchachos; primero porque son hombres y segundo porque muchos de mis secretos se refieren a Max. Y es que, desde hace algunos meses, él me atrae muchísimo. Cuando no se da cuenta, lo miro largamente, y si voltea, rápidamente me hago la despistada. Cuando les conté a Itzel y a Nina casi se les “cae el pelo” de la impresión, y es que hemos sido buenos amigos por tanto tiempo que ni siquiera lo sospecharon. Pero no estoy segura de que sea amor lo que siento; tal vez simplemente me sienta atraída por él. No estoy segura siquiera de si me gustaría que algún día Max se fijara en mí y pudiéramos ser novios (Suárez Pérez *et al.*, 1998).



Actividad 10

Después de leer el relato anterior, contesta las siguientes preguntas y comenta tus respuestas con tus compañeros de clase.

1. ¿En qué te identificas con Ana?

2. ¿Alguna vez has sentido lo mismo que Ana por alguno de tus amig@s?

3. Si te ha pasado, ¿cómo has manejado la situación?

4. En caso de que nunca hayas experimentado algo así, ¿qué consejo le darías a Ana?

Amistad

Para los adolescentes, la amistad está basada en la construcción de grupos de pares o amigos, quienes se convierten en un elemento fundamental para el desarrollo de las competencias sociales, fundamentales para el crecimiento personal y el desarrollo de la autoestima (Giró, 2011). A través de los grupos de amigos, los adolescentes buscan construir y reconstruir su identidad, encontrar un sentido de pertenencia, compartir estilos de vida y generar empatía emocional (Azpiazu, 2010).

La amistad se considera una relación que se construye a lo largo del tiempo y que puede llegar a ser perdurable; se basa en aspectos como la confianza, la comunicación, la intimidad, el afecto y el conocimiento mutuo; se comparten constantemente sueños y esperanzas, y se planifican y realizan distintas actividades afines (Giró, 2011).



Noviazgo

Para poder hablar de noviazgo, primero tenemos que hablar de amor. Kornblit (2007), al estudiar el amor entre adolescentes encontró que es un tema de conversación más frecuente entre mujeres que entre hombres. La mayoría de ellas tienen una concepción del amor romántico, mientras que para ellos, el amor se conceptualiza como cariño. Este mismo autor describe que el respeto es el principal atributo que define al amor, además de aspectos como la confianza, la comunicación, la comprensión, la fidelidad y el cariño. Por otra parte, el trabajo de Guevara (2001) demuestra que los hombres dan mayor importancia al aspecto sexual, mientras que las mujeres al emocional o a la amistad.



¿Qué es el noviazgo?

Es una vinculación que se establece entre dos personas que se sienten atraídas mutuamente; representa una oportunidad para conocerse, una etapa de



experimentación y de búsqueda, con actividades, gustos y pensamientos en común, y es un preámbulo para una relación duradera.

En este sentido, se entiende que el noviazgo debe ser una relación que ayude a ambas partes a conocer aspectos de sí, como el carácter, sentimientos, gustos, aficiones e ideales de vida; asimismo, debe fomentar la confianza, la generosidad, respeto y sentido de responsabilidad.

Sin embargo, no siempre es así y cada vez son más los reportes de noviazgos destructivos y violentos, en los cuales la violencia está matizada de “amor”, por lo que no es fácilmente detectada por los involucrados en la relación sentimental. Los jóvenes con frecuencia desconocen los síntomas de la violencia y sus consecuencias, y los confunden con muestras de afecto.

El nuevo noviazgo de hoy: los amigovios o ‘free’s’

Según el sociólogo Roberto Castro, los vínculos de amigovios, amigos con derechos o el ‘free’ son formas alternativas de noviazgo que muestran que entre quienes las entablan se está dando una modernización.

“Se alejan de los esquemas tradicionales de la sexualidad. Es un espacio de exploración erótica”, indica el especialista del Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias (CRIM) de la UNAM.

Este fenómeno se observa entre preparatorianos y universitarios de las clases medias urbanas, ya que, en zonas rurales y entre las clases bajas, la sexualidad sigue siendo tradicional.

Los amigovios, explica Castro: “Se comportan como novios sin serlo. Se exploran, se disfrutan, pero entre ellos está sobreentendido que no existe ningún vínculo afectivo y no hay exclusividad”. El ‘free’ es mucho más casual, episódico y fugaz; según el investigador, “son chicos que se conocen en la discoteca o en una fiesta y deciden jugar o tener relaciones sexuales y difícilmente se vuelven a ver”.

La diferencia de estas formas de relación con el noviazgo es que en éste sí existe compromiso y exclusividad, y hay una manifestación clara de afecto, enamoramiento y amor. “En el caso de los amigovios, esto se disimula, pues es muy difícil pretender que no se siente nada por el amigo con derechos”, afirma Castro.

Para el sociólogo, uno de los principales riesgos que se corren en este tipo de vínculos es que sus miembros resulten emocionalmente afectados, pues “es muy difícil ejercer la sexualidad sin que de por medio haya emociones y sentimientos involucrados. El peligro es salir lastimado, lo cual es mucho más factible en jóvenes con poca experiencia, con poco conocimiento sobre sus emociones y sentimientos y su manera de reaccionar frente a éstos”.

Otro riesgo eminente es que practiquen sexo desprotegido, lo cual es mucho más peligroso cuando se cambia constantemente de amigovio o se tienen múltiples ‘free’s’.

El problema real no está en la falta de compromiso y responsabilidad que demuestran los jóvenes y la sociedad en general; el problema general radica en la falta de valorización que tienen las personas, la negación a permitirse experimentar una relación de compromiso, en el sentido de compartir, querer, amar, sentir. En la medida en que los seres humanos inicien ese descubrimiento y aprendan a valorarse individualmente es como podrán valorar lo que es compartir con otra medida y será así como dejarán de inventar términos y comportamientos para huir de lo que temen.

Fuente: Universia (2011).

La sociedad va cambiando cada día, por lo que te invitamos a que consultes la siguiente liga en donde encontrarás más información sobre las relaciones amorosas de las nuevas generaciones.

Link:

<https://www.psicologia-online.com/tipos-de-relaciones-de-pareja-en-psicologia-6629.html>



Violencia en el noviazgo

Susan Pick (2001) menciona que: “Es cualquier acto mediante el cual una persona trata de doblegar o paralizar a su pareja. Su intención, más que dañar, es dominar y someter ejerciendo el poder”.

En nuestra cultura, es difícil detectar las conductas violentas durante el noviazgo, en virtud de que con frecuencia se consideran muestras de afecto frases como: “te celo porque te quiero”, “sólo estoy jugando”, “te vigilo todo el tiempo porque no quiero que te pase nada malo”, “ya sé que te grité, pero es porque no entiendes”, “será muy tu amigo, pero acuérdate de que soy tu dueño”, “¿por qué cuando te marco no contestas?”, entre otras, cuando en realidad sólo están reflejando conductas controladoras.



Fuente: Secretaría de Seguridad Pública, Secretaría de Educación Pública, Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación (s/f).

¿Cómo identificar la violencia en el noviazgo?

La Secretaría de Educación Pública, en colaboración con la Secretaría de Seguridad Pública, elaboró la *Guía básica de prevención de la violencia en el ámbito escolar*, en la cual se menciona que hay violencia en el noviazgo si cualquiera de las partes percibe las siguientes conductas en su pareja:

- Intenta controlar o cambiar tus amistades, tu forma de vestir, hablar, pensar o comportarte.
- Te critica constantemente, encontrándote defectos.



- Todo el tiempo quiere estar contigo o saber lo que estás haciendo y con quién.
- Te culpa de todo lo que sucede, hasta convencerte de que es así.
- Hace chistes con otras personas para descalificarte.
- Desaparece por algún tiempo sin explicar el motivo de su ausencia.
- Amenaza con terminar la relación.
- Te niega la posibilidad de iniciar o continuar tu participación en grupos deportivos, culturales, artísticos o políticos.
- Te da empujones, te acaricia agresivamente (bofetadas, jalones de cabello y pellizcos).
- Te sacude por los hombros o brazos, te jalonea o te golpea.
- En las discusiones, manipula la situación para imponer su voluntad.
- Niega a otras personas la relación que tiene contigo.
- Se burla de tu aspecto físico.
- Te compara con otras mujeres, haciéndote creer que ellas son mejores que tú, ya sea física o intelectualmente.
- Minimiza los logros que has alcanzado.
- Te controla con la mirada.
- Te culpa por los fracasos que tiene en el área escolar, laboral o por sus adicciones.
- Te presiona para tener relaciones sexuales: te pide “la prueba de amor”.
- Sientes miedo de esa persona.

Datos estadísticos

Según datos de la OMS, sólo 3 de cada 10 adolescentes denuncian que sufren violencia en el noviazgo, y muchas mujeres que son maltratadas durante el matrimonio vivieron violencia en el noviazgo y no la identificaron.

En la *Encuesta Nacional de Violencia en las Relaciones de Noviazgo 2007* (Envinov), aplicada por el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ), se hace referencia a la existencia de violencia física, psicológica y sexual en el noviazgo en el año previo a la realización de la encuesta. Los resultados de la Envinov reportan que 15% de jóvenes de 15 a 24 años han sufrido violencia física, 76% violencia psicológica, y 16.5% de las jóvenes entrevistadas señaló haber sufrido algún evento de violencia sexual por parte de su pareja.

Ciclo de la violencia

Según Pick (2006), el ciclo de la violencia es un círculo en el que la persona se siente atrapada, el cual presenta tres fases:

1. **Fase de acumulación de tensión:** en esta fase se dan peleas, discusiones y gritos. Una de las personas puede tratar de evitarla no hablando con la otra, rogándole o explicándole, pero con resultados infructuosos, el malestar es constante y va en aumento.

2. **Fase de estallido o explosión:** la violencia emocional puede ir acompañada de violencia física, sexual o económica; hay una explosión de violencia.

3. **Fase de arrepentimiento o "luna de miel":** después de un tiempo en el que se vive con violencia, alguno de los dos cede y se entra en una etapa de "luna de miel", en la cual el agresor puede asumir una actitud de arrepentimiento, volverse tierno, pedir perdón y prometer que no volverá a suceder, y realmente lo cree. No obstante, esta etapa es tan peligrosa como las otras, pues da pie a que la víctima se quede en la relación, en lugar de salir de ella.

Esta secuencia se repite una y otra vez: tensión, violencia, luna de miel, y se convierte en una espiral en la que el ciclo violento va aumentando de intensidad.

Actividad 11

Contesta el siguiente test para detectar si sufres o has sufrido violencia en el noviazgo, suma los puntos que acumules con tus respuestas y posteriormente consulta los resultados.



Actividades
Módulo cuatro

Test para detectar violencia en el noviazgo

Preguntas	Frecuentemente 2 pts.	A veces 1 pto.	Nunca 0 pts.
1. Cuando se dirige a ti, ¿te llama por un apodo que te desagrada y/o con groserías?			
2. ¿Te ha dicho que andas con alguien más o que alguno de tus amigos quiere andar contigo?			
3. ¿Te dice que tiene otras chavas, te compara con sus exnovias?			
4. ¿Todo el tiempo quiere saber qué haces y con quién estás?			
5. ¿Te critica, se burla de tu cuerpo y exagera tus defectos en público o en privado?			
6. Cuando estás con él, ¿te sientes tensa y piensas que hagas lo que hagas él se molestará?			
7. Para decidir lo que harán cuando salen, ¿ignora tu opinión?			
8. Cuando platican, ¿te sientes mal porque sólo te habla de sexo y te pregunta si tuviste relaciones sexuales con tu(s) ex novio(s)?			
9. ¿Te ha dado algún regalo como recompensa por algo que te ofendió o te hizo sentir mal?			
10. Si has cedido a sus deseos sexuales, ¿sientes que ha sido por temor o presión?			



11. Si tienen relaciones sexuales, ¿te impide o condiciona el uso de métodos anticonceptivos?			
12. ¿Te ha obligado a ver pornografía y/o a tener prácticas sexuales que te degraden?			
13. ¿Te ha presionado u obligado a consumir drogas?			
14. Si toma alcohol o se droga, ¿se comporta violento contigo o con otras personas?			
15. A causa de los problemas con tu novio, ¿has tenido una o más de las siguientes alteraciones: pérdida de apetito y/o sueño, malas calificaciones, abandono de la escuela, alejamiento de tus amigos o amigas?			
16. Cuando se enojan o discuten, ¿has sentido que tu vida está en peligro?			
17. ¿Te ha golpeado con alguna parte de su cuerpo o con un objeto?			
18. ¿Alguna vez te ha causado lesiones que ameriten recibir atención médica, psicológica, jurídica o auxilio policial?			
19. ¿Te ha amenazado con matarse o matarte cuando se enojan o cuando le has dicho que quieres terminar?			
20. ¿Después de una discusión fuerte, él se muestra cariñoso y atento, te regala cosas y te promete que nunca volverá a suceder y que “todo cambiará”?			
Total:			

Índice de violencia en el noviazgo

Hasta 5 puntos: **relación que no presenta violencia**

El noviazgo es una etapa en la que aprendemos a relacionarnos en pareja con la persona que queremos. Toda pareja tiene problemas, pero no todas saben resolverlos de manera sensata, por lo que siempre se tiene que tener presente el respeto por las diferencias y los derechos de cada uno.

6 a 15 puntos: **relación con primeras señales de violencia**

Existen problemas, pero se resuelven sin violencia física. Los actos violentos son minimizados y justificados por problemas ajenos a la pareja. Es importante que desarrolles habilidades para resolverlos.

16 a 25 puntos: relación de abuso

Tu pareja está usando cada vez más la violencia para resolver los conflictos; la tensión se empieza a acumular. Es posible que creas que puedes controlar la situación y que él cambiará; sin embargo, estás ante una situación de **PELIGRO** y una señal de que la violencia puede aumentar en el futuro.

26 a 40 puntos: relación de abuso severo

Definitivamente tu relación de noviazgo es violenta; los actos violentos se dan bajo cualquier pretexto y cada vez son más frecuentes e intensos. Después de la agresión, intenta remediar el daño, te pide perdón y te promete que no volverá a ocurrir, pero seguirá ocurriendo a menos que termines con esa relación destructiva.

¿Tu pareja te espía o acosa en redes sociales? Para saber más sobre este tema ingresa a la siguiente liga:

<https://www.uacj.mx/EquidadGenero/documentos/Violencia%20cero%20CUESTIONARIO%20INMUJERES%201.pdf>
hostigamiento%20y%20violencia/Violencia%20cero%20CUESTIONARIO%20INMUJERES%201.pdf



Actividad 12

Escribe una conclusión de los resultados que obtuviste.



Actividades
Módulo cuatro

Actividad 13

Responde las siguientes preguntas.

1. ¿Qué te hizo pensar?

2. ¿Hay alguna cosa que debas cambiar en tu relación actual?



Actividades
Módulo cuatro



Actividad 14

Investiga en dos fuentes bibliográficas y en dos mesográficas factores de riesgo y estrategias de prevención de la violencia en el noviazgo.

Factores de riesgo	Estrategias de prevención

Sexualidad responsable

Durante la adolescencia, se adquieren comportamientos que se consideran socialmente acordes con la etapa de desarrollo en la que se encuentran. Preguntas como ¿quién soy?, ¿cómo luzco?, ¿a quién le gusto?, ¿cómo me gustaría que sea mi pareja?, ¿cuándo es correcto que inicie mi vida sexual?, ¿qué cuidados debo tomar?, resultan frecuentes entre los adolescentes, quienes no necesariamente las formulan en voz alta, pero expresan necesidades, motivaciones y expectativas. De las respuestas que encuentren, dependen decisiones que influirán en el desarrollo de una vida afectiva más o menos sana.

Es importante que tú decidas cuándo, cómo y con quién iniciar tu vida sexual de manera libre, responsable y, en consecuencia, saludable; para ello, es necesario que tengas información suficiente y correcta, para que tu actitud hacia la sexualidad no se base en estereotipos, tabúes y mitos, ya que las actitudes que se generan en la adolescencia (positivas o negativas) pueden permanecer durante toda la vida y afectar la manera de vivir tu sexualidad (Hurlock, 1994).



Autoerotismo

La masturbación, el autoerotismo, también llamado «sexo en solitario» u onanismo, es una práctica saludable que, realizándola en condiciones de absoluta privacidad o de intimidad, permite que las personas disfruten de otros aspectos de su vida erótica, sin correr riesgos de adquirir alguna ITS o de provocar un embarazo no planeado o no intencional (Psychology, Today, 2023). Aunque usualmente no se habla de este tipo de prácticas erótico-sexuales, se estima que entre 92 y 94 % de los hombres la realiza. En el caso de las mujeres, dicho porcentaje varía entre el 40 y 80

% (Moral, 2011). El sexo en solitario ocurre con cierta regularidad, básicamente a partir de la etapa de la adolescencia en adelante. Un estudio reciente concluyó que durante la pandemia por Covid-19, la población juvenil de varias regiones del país, quienes tenían entre 18 y 28 años de edad, recurrió a la masturbación en el 49.9% de los casos (Amaro-Hinojosa, et al, 2020).

Como cualquier otro aspecto de la sexualidad, se sabe que cuando la práctica de la masturbación conduce al constante abandono de determinadas responsabilidades o de otras actividades, la persona debe buscar ayuda profesional para controlar dicha tendencia.

<http://omicrono.elespanol.com/wp-content/uploads/2015/08/tacto.jpg>

Caricias eróticas

Las caricias eróticas son un tema común entre los adolescentes, quienes suelen contarse si las han experimentado o no, e incluso hablan de los temores y ansiedades que esto les provoca o también del deseo de practicarlas. Éstas abarcan el contacto físico que va más allá de un beso, en el que intervienen diferentes partes del cuerpo, como el pecho, la espalda u otras partes que no involucran los genitales, o también el contacto con los órganos sexuales y otras zonas erógenas sin desnudarse, o incluso puede implicar una serie de caricias y el contacto cuerpo a cuerpo sin llegar a la penetración (Hiriart, 2011).



Relaciones sexuales

Generalmente la expresión: «relaciones sexuales» adquiere el sentido de que en determinadas circunstancias dos personas deciden tener un intercambio íntimo, haciendo uso de la capacidad erótica y expresiva que transmiten sus respectivos cuerpos, regularmente precedida de besos apasionados y de caricias. Las relaciones sexuales pueden incluir la práctica del sexo oral, penetración vaginal, penetración anal o el uso de objetos (juguetes sexuales) para contribuir con su mutuo placer (Guadarrama, 2022).

Este tipo de encuentros deben ser mutuamente consentidos, es decir, ninguna persona debe presionar u obligar a otra a sostener relaciones sexuales, ya que actualmente constituye una posible causa de delito sexual.

Sexo anal

Consistente en la introducir en el ano, el pene, uno o dos dedos o usando determinado objeto (juguete sexual), buscando experimentar placer. Es una práctica sexual que suelen tener algunas parejas heterosexuales y, con más frecuencia, parejas del mismo sexo. En ambos casos, se trata de una práctica riesgosa debido a que el ano, aunque es una zona erógena que puede aportar placer, su función natural es ser expulsora de heces fecales. Esta parte del cuerpo no ha sido diseñada para ser penetrada con



finés sexuales y tiene un alto nivel de contaminación, no solamente por la cantidad de macroorganismos, bacterias, virus y hongos que ahí habitan, sino también por la mucosidad que usualmente produce.

Las personas que practican el sexo anal, sea recibiendo la penetración o introduciendo su pene, dedos o algún objeto en el ano de su pareja, deben usar condón masculino en todas y cada una de sus prácticas, así como lubricante a base de agua para evitar que el condón se rompa con la fricción (Guadarrama, 2022). También es indispensable que, si se usan las manos, la persona activa debe colocarse condones para dedos o, también conocidos como «dedales» eróticos.

Es indispensable saber que el sexo anal sin protección (sin colocarse condón o dedal, según el caso) es una práctica de alto riesgo que puede llevar a adquirir alguna Infección de Transmisión Sexual (ITS) como: sífilis, gonorrea, clamidia o herpes (Guadarrama-Rico y Guadarrama-Varón, 2017). Debe tenerse presente que, sin los medios de protección apropiados, es una vía de transmisión para el VIH/sida.



Sexo oral

El sexo oral consiste en el contacto de los labios y la lengua con los genitales; es común que los adolescentes perciban el sexo oral como parte de las caricias eróticas, pero son cosas distintas. Para el sexo oral, se utilizan condones sin lubricante y cuadros de látex, en el caso de las mujeres, como medio de prevención. A la estimulación del pene con la boca, se le llama *felatio* y puede ser heterosexual u homosexual o entre personas del mismo sexo.

Es recomendable, para quienes practican sexo oral, que además de tener una buena salud bucal, verifiquen que su respectiva área genital se mantiene saludable; condición que solamente puede ser verificada acudiendo a revisiones médicas periódicas, sea con el ginecólogo o con el urólogo, para realizar los exámenes correspondientes (Guadarrama, 2022). El uso de medios de protección como el condón y las «barreras bucales» son altamente eficaces para proteger de algunas ITS.

Cambios fisiológicos de la mujer

Cambios en la mujer

- Se produce un aumento de la tensión sexual y se mantienen e intensifican los niveles de excitación, que en principio preparan el terreno para el orgasmo.
- El útero se eleva, la vagina se expande y los labios vaginales cambian de color.
- Las mujeres necesitan al menos 20 minutos de estimulación sexual para entrar a excitarse y llegar al máximo placer.

Respuesta sexual humana

Es la respuesta integral del organismo a un estímulo sexual efectivo y engloba cambios físicos genitales y extragenitales; es una reacción en la que se involucra todo el organismo y en la que intervienen no sólo los genitales, sino también los sentimientos,

los pensamientos y las experiencias previas de la persona (Monroy, 1990). Las fases de la respuesta sexual humana son las siguientes:

a. Fase de deseo

Los cambios más importantes de esta etapa se ubican en el cerebro, ya que ello da lugar a modificaciones en el estado de ánimo de la persona, la cual empieza a interesarse por la actividad sexual.

b. Fase de excitación

Se produce cuando los genitales experimentan vasoconstricción, es decir, se inflaman debido al flujo sanguíneo que corre por los tejidos. Durante la excitación, a los hombres se les erecta el pene; a las mujeres se les hinchan los labios vaginales y el clítoris, aumenta la lubricación vaginal, el tamaño de los senos y se endurecen los pezones. Otros rasgos físicos de esta fase son el aumento de la frecuencia respiratoria, del ritmo cardíaco y de la presión arterial, se tensan las extremidades, algunas personas presentan rubor sexual en la parte superior de su abdomen, el cual se puede correr hasta el área del pecho.

Estos cambios se producen a través de la combinación de uno o varios estímulos físicos, visuales o psicológicos, realizados por uno mismo o por la pareja sexual; generalmente, esta fase empieza durante la estimulación previa a las relaciones sexuales.

c. Fase de meseta

Los aspectos de la excitación alcanzan en esta fase, ligeramente, mayor intensidad y se presenta un aumento de la tensión. Los signos físicos en los varones son:

1. El pene expulsa unas gotas de lubricante líquido; estas gotas, segregadas por la glándula de Cowper, pueden contener espermatozoides que quedaron en la uretra en una eyaculación anterior, por eso, es necesario tener en cuenta que el coito interrumpido, como método anticonceptivo, es poco fiable para evitar un embarazo.
2. Los testículos crecen y se acercan al cuerpo.

Todas estas reacciones de la fase de meseta son una prolongación de la excitación y los individuos no perciben, en realidad, ninguna diferencia.

d. Fase de orgasmo

Durante el orgasmo, mujeres y hombres experimentan una serie de contracciones y espasmos musculares que incluyen contracciones del rostro y los genitales, así como aumento de la frecuencia respiratoria, del ritmo cardíaco y de la presión arterial. Los hombres experimentan nuevas contracciones al eyacular y éstas se producen en dos etapas:

- El momento de la inevitabilidad, que se caracteriza por las sensaciones del llamado punto de no retorno.
- La eyaculación en sí, que sigue al momento anterior.

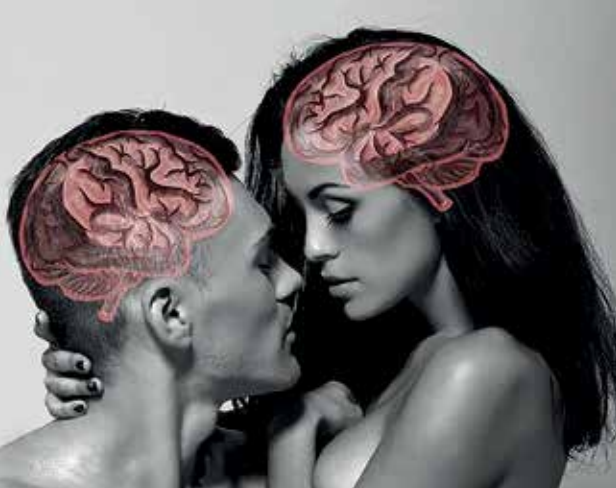


e. Fase de resolución

Ésta es la última fase; en ella, el cuerpo vuelve paulatinamente a la normalidad, es decir, a las condiciones previas al proceso. En las mujeres esta fase dura más que en los hombres, y los sexólogos recomiendan que sea un momento utilizado para la ternura y las caricias. El hombre, por su parte, pasa por un periodo refractario, que es el tiempo que necesita su organismo para responder de nuevo al estímulo sexual, es decir, para volver a tener una erección y llegar al orgasmo; en el caso de los hombres jóvenes, el tiempo puede ser de unos cuantos minutos, sin embargo, el tiempo de espera aumenta de acuerdo con la edad.

El hombre llega a la fase de excitación mucho más rápido que la mujer, y ésta se demora más en la fase de resolución; para compensarlo, es conveniente prolongar los juegos eróticos preliminares el mayor tiempo posible.

Fuente: Martínez (2012).



<https://www.emaze.com/>

Datos estadísticos sobre salud sexual y reproductiva en adolescentes

El Consejo Nacional de Población (CONAPO) estima que actualmente existen en el país 22.4 millones de mujeres y hombres adolescentes entre los 10 y 19 años. Diversos estudios han demostrado que los adolescentes cada vez están iniciando su vida sexual a más temprana edad y esto constituye un problema de salud, ya que la desinformación y la práctica de relaciones sexuales riesgosas trae múltiples consecuencias negativas para los jóvenes, para su familia y para la sociedad.

El Programa Nacional de Juventud (Projuventud) 2014-2018 sobre la salud sexual y reproductiva menciona que los principales riesgos de esta población son el inicio no elegido y/o desprotegido de su vida sexual, la exposición a embarazos no planeados, no deseados, o en condiciones de riesgo, y enfrentarse a edad temprana a una infección de transmisión sexual (ITS), cuya expresión más dramática es el vih/sida.

Las estadísticas más relevantes de dicho programa son las siguientes:

- Durante su primera relación sexual, la mayoría de las y los jóvenes mencionó que no esperaba tener relaciones sexuales (46.3%).
- Siete de cada diez jóvenes señalaron que su primera relación sexual fue entre los 15 y los 19 años. De este universo, más de la mitad (55.6%) reportó haber utilizado algún método anticonceptivo en esa ocasión, siendo el condón el principal método empleado.
- En cuanto a la información relacionada con las ITS, nueve de cada diez jóvenes mexicanos mencionan conocer alguno de los métodos de prevención. Un análisis más detallado revela que, quienes habitan en zonas urbanas, tienen un conocimiento para prevenir ITS superior en 10 puntos porcentuales al de jóvenes que habitan en localidades rurales.
- Al analizar el embarazo en mujeres jóvenes, se encuentra que 12.7% de adolescentes de entre 15 y 19 años ha estado embarazadas.

Fuente: <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/salud-sexual-y-reproductiva-96056?idiom=es>

Actividad 15



Actividades
Módulo cuatro

Elabora una infografía electrónica sobre cómo llevar una vida sexual responsable, imprímela y compártela con tus compañeros de clase.

¿Embarazo Adolescente?

Como se sabe, el embarazo es un proceso gestacional que inicia desde el momento en que el óvulo ha sido fecundado por uno de los espermatozoides, aportados por el varón. En condiciones normales, concluye con el parto y sobreviene la crianza del nuevo ser que ha nacido.

El embarazo puede ocurrir mediante la cópula o el encuentro heterosexual, pero también a través de técnicas asistidas como la gestación artificial o la subrogación de vientres, como sucede en otros países. Estas nuevas técnicas de inseminación también han permitido, por ejemplo, que parejas del mismo sexo puedan tener descendencia.

Es difícil conocer qué dimensiones cuantitativas tiene el embarazo en México y en otras partes del mundo. En primer término, porque dicho proceso puede formar parte del legítimo secreto de un sinnúmero de mujeres. ¿Cuántas mujeres habrá que han estado embarazadas, pero que, por distintas razones, situaciones sentimentales o emociones, deciden no continuar con dicho proceso? Seguramente muchas o pocas, pero el hecho es que no sabemos cuántos casos de embarazo han existido o existirán.



Fuente: https://www.unotv.com/noticias/portal/nacional/detalle/mexico-priemer-lugar-emabarazo-adolescente-656706/?utm_source=shared&utm_medium=boton-facebook&utm_campaign=social-clicks

Factores del embarazo a temprana edad

Primordialmente son dos factores los que disparan este fenómeno:

- Inicio de la vida sexual a corta edad
- Creciente violencia contra las mujeres (abuso sexual y prostitución infantil)

Sin embargo, el Instituto Nacional de las Mujeres señaló que una encuesta nacional identificó más de 35 factores que inciden en la elevada tasa de fecundidad en adolescentes, la cual aumentó casi 10% de 2014 a 2016. Además 23% la población adolescente de 12 a 19 años reconoció haber iniciado su vida sexual (contra 15% hace una década); asimismo, expuso que los jóvenes no utilizan métodos anticonceptivos en su primera relación, debido al mito de que no es posible quedar embarazada en dicha ocasión.



¿Te has puesto a pensar sobre la responsabilidad que implica ser padre o madre? ¿Está dentro de tu plan de vida?

Observa en la siguiente liga el video titulado

Recuerda “Todo a su tiempo”

<https://www.youtube.com/watch?v=W9TTit0LOMO>

Código QR



Natalidad Adolescente en México

Más que hablar de «embarazo adolescente» debemos hablar de «Natalidad adolescente». Como desconocemos cuántos embarazos existen cada año en el país –porque una parte suelen quedar atrapados en el secreto personal o familiar–, entonces podemos tener una idea aproximada del número de gestaciones, en este caso, procedentes de mujeres adolescentes, que se logran conocer año tras año, tanto en México, como en el resto de la entidad mexiquense.

Según cifras aportadas por el Proyecto Libélula (Guadarrama-Rico, et al., 2023), como se puede ver en el siguiente mapa, en el Estado de México en 2002, un total de 29,959 chicas que tenían entre 10 y 19 años de edad, se convirtieron madres a tempranas edades. Entre todas ellas, como se puede apreciar en el mapa, Ecatepec, Chimalhuacán, Toluca y Nezahualcóyotl, ocuparon los primeros sitios.

Diversas investigaciones muestran que los embarazos imprevistos o no planeados, así como la natalidad a temprana edad, sobrevienen cuando se reúnen uno o más de los siguientes factores:

- La chica tiene estudios de secundaria o menos, pero ha cumplido entre 17 y 19 años de edad y, al haber quedado fuera de la escuela desde que tenía 14 o 15 años, busca cómo salir de sus condiciones de pobreza y de marginación, mediante la maternidad. Piensa que, al convertirse en progenitora, pasará a formar parte de un mundo adulto, al que realmente no pertenece, pero que no le ha reconocido.
- La pareja cree que, al tener relaciones sexuales sin protección no sobrevivirá un embarazo, a pesar de haber omitido usar condón masculino o algún método contraceptivo.
- La pareja o ambos «aseguran» o creen que nada pasará, en tanto anteriormente no les ha sucedido.
- Es una manera que eligen para «demostrar» cuánto amor que se le tiene a la pareja, sin medir las consecuencias futuras.

- La mujer piensa que así demostrará cuánto ama a su pareja, pues no teme a quedar embarazada (Vera y Romero, 2018).
- En algunos casos, el embarazo ha sido el resultado de abusos y de violaciones sexuales constantes, hasta que finalmente la chica o la niña queda embarazada. Esta circunstancia explica por qué existen madres menores de 15 años, tanto en la entidad mexiquense como en el resto del país (Guadarrama, 2023a).
- También es cierto que la natalidad adolescente ocurre por la negligencia de las autoridades federales, estatales, municipales y por la «complicidad» que mismas familias acreditan, al contemplar una cultura mal denominada «usos y costumbres», mismas que conducen al matrimonio infantil o forzado (Guadarrama, 2023b). Nuestras leyes lo impiden desde hace varios años, pero lo siguen tolerando.
- El plan de vida de algunas adolescentes tiene incluido convertirse en madre lo más pronto posible, a fin de ingresar simbólicamente al mundo adulto y ser reconocidas o revaloradas por el hecho de haber procreado.

Agenda 2030

En el año 2015, a escala internacional se acordó que la mayor parte de los países pertenecientes a la ONU, firmaran un acuerdo para cumplir con un conjunto de objetivos, metas e indicadores que deberían cumplirse cuando el año 2030 fuese alcanzado. Dos fueron los indicadores estipulados:

- 1) Erradicar todos los casos de niñas-madres que tenían entre 10 y 14 años de edad.
- 2) Reducir a la mitad la tasa específica de madres adolescentes que tenían entre 15 y 19 años de edad (Gobierno de México/INEGI, 2023).

¿Cómo vamos con nuestros compromisos?

Es cierto, hasta ahora no vamos bien. Pero si tú ayudas a que ninguna persona adolescente se embarace a temprana edad, ya sea porque adquiera conciencia o porque decida postergar su primer embarazo, eso ayudará a que la población adolescente viva mejor y a que dicho grupo se convierta en el verdadero «bono demográfico» que se espera den el mundo occidental.



Actividad 16

Reflexiona sobre el video y contesta las preguntas que se presentan a continuación; posteriormente coméntalas con tus compañeros de clase.

1. ¿Qué características consideras que debe tener un padre y una madre para la crianza y el cuidado de las hijas e hijos?

2. ¿Consideras que un joven de tu edad está preparado para enfrentar la responsabilidad de la paternidad o maternidad? Argumenta tu respuesta.

3. Menciona brevemente cuál es tu plan de vida.

4. ¿Qué acciones propondrías para reducir el porcentaje de embarazos adolescente en México? Menciona al menos tres.

Las ITS más frecuentes

Actualmente, se conocen más de 25 microorganismos que provocan infecciones de transición sexual (ITS); aunque la mayoría son curables, otras como el herpes genital, el virus del papiloma humano (VPH) y el VIH/SIDA sólo pueden tratarse y controlarse. Las infecciones más conocidas y frecuentes son:

Infección	Provocada por	Curable	Observaciones
Sífilis	Bacteria: <i>Treponema pallidum</i>	Sí	Su frecuencia ha disminuido, sin embargo, la falta de prácticas preventivas ha ocasionado repuntes, como en el caso de Reino Unido y China.

Gonorrea	Bacteria: <i>Neisseria gonorrhoea</i>	Sí	En las mujeres no suele presentar síntomas. Puede presentarse asociada con clamidia. Es posible que algunos hombres con gonorrea no presenten ningún síntoma. Sin embargo, los hombres que presentan síntomas pueden tener: sensación de ardor al orinar, secreción de color blanco, amarillo o verde del pene; dolor o inflamación en los testículos (aunque esto es menos común).
Clamidia	Bacteria: <i>chlamydia trachomatis</i>	Sí	Muy frecuente en adolescentes.
Condilomas	Ciertos tipos de virus del papiloma humano, como el VPH6 y el VPH11	Tratamiento para eliminarlas	Pueden aparecer al poco tiempo del contacto sexual o meses después.
Infecciones por virus de papiloma humano	VPH	La vacuna contra el VPH ofrece protección contra los virus responsables de 80% de los casos del cáncer cervicouterino y algunos de los virus responsables de los condilomas.	Puede permanecer silencioso durante muchos años, hasta que se manifiesta en lesiones del cuello uterino. No todas las mujeres con VPH desarrollan lesiones y algunas lo eliminan de manera natural.
Herpes genital	Herpes simplex	Se controla	Sus manifestaciones pueden ser frecuentes o muy esporádicas.
Hepatitis B	Virus de la hepatitis B	La persona se recupera, pero el virus no se elimina	Puede transmitirse por la relación sexual o por otras vías Existe vacuna para prevenirla.
Candidiasis	Hongo: <i>cándida albicans</i>	Sí	Se presenta por cambios en la flora vaginal. Es muy común.
Tricomoniasis y vaginosis bacteriana	Protozooario: <i>trichomonas vaginalis</i> Bacterias	Sí	Se puede presentar por cambios en el pH vaginal. Los hombres también pueden padecer tricomoniasis, pero suele ser asintomática y autolimitarse.



VIH/SIDA	Virus de inmunodeficiencia humana	Se controla	Las personas que contraen la infección lucen y se sienten sanas durante mucho tiempo. Pueden transcurrir 10 años o más hasta que la infección por VIH manifieste síntomas, e incluso más tiempo en el caso de quienes toman medicamentos antivirales. El VIH destruye las células del sistema inmunitario llamadas células CD4 o células T. Sin células CD4, al organismo se le hace muy difícil combatir las enfermedades. Esto hace más propensas a las personas infectadas a enfermarse gravemente por infecciones que generalmente no harían daño. Con el paso del tiempo, el daño que el VIH causa en el sistema inmunitario provoca el SIDA. El SIDA se presenta cuando la persona infectada sufre infecciones raras (denominadas oportunistas) y debido a la baja cantidad de CD4 el sistema inmunitario no puede combatirlas
----------	-----------------------------------	-------------	--

Fuente: elaboración con base en información de Censida (2004), OPS (2010) y Hiriart (2011).



Síntomas comunes

Aprender los síntomas específicos de cada infección puede ser útil; sin embargo, el objetivo de conocer las manifestaciones que pueden ser signo de alarma, es que acudas al médico cuando presentes alguno de ellos. Para poder identificarlos, es necesario primero conocer el cuerpo sano, saber qué secreciones son comunes y cuál es la forma, tamaño, color y textura natural de los genitales para que puedas detectar cualquier anomalía.

Entre los síntomas más frecuentes se encuentran:

- Cambios en el olor, color y cantidad de flujo vaginal
- Secreciones por la uretra (en los hombres)
- Comezón
- Dolor o ardor al orinar
- Úlceras, llagas, ampollas, verrugas o granos
- Dolor en los testículos
- Dolor en el bajo vientre

Varias ITS no ocasionan síntomas visibles; no obstante, aun cuando no se manifiestan, sí pueden transmitirse, por lo que siempre debes usar condón para prevenir alguna enfermedad. Infecciones como la sífilis, el herpes genital y el VIH/SIDA pueden ser transmitidas de la madre al hijo durante la gestación o el parto (Hiriart, 2011).

Actividad 17

Lee el siguiente relato y posteriormente contesta las preguntas.

A sus 17 años, Fernanda sabe, por sus amigas, que, para no tener compromiso, pero sí para recibir besos y caricias, lo mejor es tener un 'free' (sexo libre). Se dice experimentada en eso, pero lo que no hace es informarse sobre el uso de métodos anticonceptivos, pues piensa que no le pasará nada.

Fernanda acaba de pasar a sexto semestre y está lista para ingresar a la universidad; piensa que seguir estudiando le dará un trabajo seguro más adelante. Mientras tanto, mantiene una "no-relación" con jóvenes de su edad; no tiene 'exclusividad' con ninguno. Dice sentirse libre porque así evita el control o celos de un novio. Quiere disfrutar del erotismo y de su sexualidad, sin embargo, desconoce sus derechos sexuales y reproductivos, pero eso sí, no quiere tener hijos a temprana edad.



Fuente: pxhere.com

1. ¿En qué te identificas con Fernanda?

2. ¿Qué opinas con respecto a los 'frees' o la 'no-relación'?

3. ¿Qué consejo le darías a Fernanda si fuera tu amiga?

4. ¿Conoces tus derechos sexuales y reproductivos?



Actividades
Módulo cuatro



Derechos sexuales y reproductivos

Como se mencionó anteriormente, 7 de cada 10 jóvenes señalaron que su primera relación sexual fue entre los 15 y 19 años. Por tal motivo, es muy importante que todos los adolescentes conozcan sus derechos sexuales y reproductivos para que puedan gozar de una sexualidad más plena y segura, así como garantizar su protección, sin distinciones por origen, género, edad, discapacidades, condición social, condiciones de salud, religión, opiniones, preferencia, orientación sexual, identidad de género, estado civil o cualquier otra circunstancia que atente contra la dignidad humana.

Después de realizar el Foro Nacional de Jóvenes por los Derechos Sexuales, en 2001, el Instituto Mexicano de la Juventud (Imjuve), creó la Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes, que en su actual edición (2016) consta de un total de catorce derechos, cada uno explicado y sustentado en el marco jurídico vigente; estos derechos son:

1. Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y mi sexualidad.
2. Derecho a ejercer y disfrutar plenamente mi vida sexual.
3. Derecho a manifestar públicamente mis afectos.
4. Derecho a decidir con quién o quiénes relacionarme afectiva, erótica y sexualmente.
5. Derecho a que se respete mi privacidad y a que se resguarde mi información personal.
6. Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual.
7. Derecho a decidir de manera libre e informada sobre mi vida reproductiva.
8. Derecho a la igualdad.
9. Derecho a vivir libre de discriminación.
10. Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.
11. Derecho a la educación integral en sexualidad.
12. Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva.
13. Derecho a la identidad sexual.
14. Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción.



Referencias

- Aguirre Bastán, Á. (1994). *Psicología de la adolescencia*. Colombia: Marcombo.
- Alonso García, J. I. (2012). *Psicología*. España: McGraw-Hill.
- Álvarez-Gayou Jurgenson, J. L., G. Sánchez, D. y Delfín Lara, F. (1986). *Sexoterapia integral*. México: Manual Moderno.
- Amaro-Hinojosa, M. (2020). «Conductas sexuales en jóvenes mexicanos durante el confinamiento por COVID-19». Revista SANUS. México: Universidad de Sonora (16):1-14. <https://sanus.unison.mx/index.php/Sanus/article/view/231/204>
- Anzieu, D. y Martin, J. (1971). *La dinámica de los grupos pequeños*. Buenos Aires: Kapehisz.
- APA (2016). *American Psychological Association*. Recuperado el 10 de octubre de 2016 de: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/adolescencia.aspx>
- Artola, A. y Piezzi, R. (2000). *La familia en la sociedad pluralista*. Buenos Aires: Ediciones Espacio.
- Azpiazu, B. (2010). "El mayor apoyo en la adolescencia: la amistad" [sitio web] en Revista de Enseñanza y Educación. Recuperado el 02 de octubre de 2017 de <http://www.encuentroeducativo.com/numero-5/experiencias-educativas-num-5/el-mayor-apoyo-en-la-adolescencia-la-amistad/>.
- Balcázar, N. P., Delgadillo, G. L., Gurrola, P. M. A., Moysén, C. A. (2007). *Teorías de la personalidad*. Toluca, Estado de México: UAEM.
- Benbenaste, N., Etchezahar, E. y Del Río, M. (2008). "Psicología de la anomia" en Anuario de Investigaciones, 187-193.
- Brown, R. (1988). *Group Processes. Dynamics within and between groups*. Oxford: Basil Blackwell.
- Burt, J. J. y Meeks, L. B. (1994). *Educación sexual*. México: Interamericana.
- Carrazana, V. (2003). "El concepto de salud mental en psicología humanista-existencial" en Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS, 1-19. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612003000100001&lng=es&tlng=es.
- Cartwright, D. y Zander, A. (1971). *Dinámica de Grupos*. México: Trillas.
- Clelland, M. (1989). *La motivación de logro, estudio de la motivación humana*. España: Nancea.
- Cloninger, S. G. (2003). *Teorías de la personalidad*. México: Pearson Educación.
- Cordero Ayala, S. y Ochoa Guerrero, M. (2015). *Psicología II*. Zapopan Jalisco: Umbral.
- Davidoff, L. L. (2000). *Introducción a la psicología*. México: McGraw-Hill.
- Depsicologia.com (10 de noviembre de 2016). <http://depsicologia.com/la-teoria-del-desarrollo-psicosocial-de-erikson/>. Obtenido de <http://depsicologia.com/>.
- E. Caballo, V. (s.f.). *Manual de trastornos de la personalidad: Descripción, evaluación y tratamiento*. Madrid, España: Síntesis.
- Etimologias.dechile.net. (2016). Recuperado el 10 de octubre de 2016 de <http://etimologias.dechile.net/?adolescente>: www.deChile.net

- Feldman, R. (2006). *Psicología con aplicaciones en países de habla hispana*. México: McGraw-Hill.
- Frances, A., Pincus, H. A. y B. First, M. (19/10/2016). Instituto Municipal de Investigación Médica. Obtenido de Instituto Municipal de Investigación Médica: <https://psicovalero.files.wordpress.com/2014/06/manual-diagn3b3stico-y-estad3adstico-de-los-trastornos-mentales-dsm-iv.pdf>
- Fritzen, S. J. (1987). *La ventana de Johari: ejercicios de dinámica de grupo, de relaciones humanas y de sensibilización*. Sal Terrae. Recuperado el 25 de 10 de 2016 de https://es.wikipedia.org/wiki/Ventana_de_Johari
- _____ (1988). *70 ejercicios prácticos de dinámica de grupo*. Bilbao: Sal Terrae.
- Fuentes, M. L. (05/12/2017). "*Salud mental: una agenda invisible*" en Excélsior. Obtenido de <http://www.excelsior.com.mx/nacional/2013/07/16/909049>
- García, E. L. (2005). *Psicología general*. México: Publicaciones Cultural.
- Garrison, M. (2000). *Psicología*. México: McGraw-Hill.
- Garrison, M. y Loredó, O. (2002). *Psicología*. México: McGraw-Hill.
- Gindin, L. R. (1991). *La nueva sexualidad del varón*. México: Páidos.
- Giró, J. (2011). *Las amistades y el ocio de los adolescentes, hijos de la inmigración*. Recuperado el 02 de octubre de 2017, de Universidad de la Rioja ://C:/Users/Usuario/Downloads/Giro_Papers96_Ocio-adolescentes-migracion.pdf.
- Gobierno de México e INEGI (2023). Informe de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2023. México: Gobierno de México. <https://agenda2030.mx/ODSopc.html?cveCob=15&lang=es#/geocov>
- González, G. A. (2013). *Teorías de la personalidad*. México: Tercer Milenio.
- González Serratos, S. (1994). "*La expresión autoerótica*" en Conapo, Antología de la sexualidad humana. México: Conapo-Porrúa.
- Gotwald, W. y Golden, G. (1983). *Sexualidad: La experiencia humana*. México: Manual Moderno.
- Gross, R. D. (2001). *Psicología. La ciencia de la mente y la conducta* (3 ed.). (G. Padilla Sierra, M. E. Padilla Benítez, S. M. Olivares Bari y M. M. Ramos Tejeda, Trads.) México: El Manual Moderno.
- Grupo Académico (2015). *Psicología*. México D.F.: Editorial Grandes Ideas Siglo XXI.
- Guadarrama-Rico, L. y Guadarrama-Varón [Coords.] (2017). «¿Qué sigue a la Declaración Política sobre VIH/sida en México? Propuesta desde los Derechos Humanos y la Diversidad Sexual». Documento de trabajo preparado para el Censida y distribuido entre las Organizaciones de la Sociedad Civil, encargadas de la Prevención y atención del VIH/sida. México.
- Guadarrama, L. (2022). «Hacia una sexualidad saludable en el marco de la diversidad de prácticas e identidades». Conferencia impartida a personal docente de la Preparatoria Oficial No. 44, del Municipio de Temoaya, Estado de México. [Mecanograma inédito].
- Guadarrama-Rico, L., Padilla-García, S., Quintero-Zamora, A., Rojo-Nápoles, A., Guadarrama-Cantú, C. (2023). Proyecto Libélula. Hacia la atención de la natalidad adolescente en el Estado de México. Adaptado de Dirección General de Información en Salud. Nacimientos (2023). http://www.dgis.salud.gob.mx/contenidos/basesdedatos/da_nacimientos_gobmx.html
- Guadarrama, L. (2023a). «Otras maternidades». Revista Universitaria, Mayo-Junio, pp. 15-18. <https://revistauniversitaria.uaemex.mx/article/view/21255/15740>
- Guadarrama, L. (2023b). «Vulnerabilidades en cascada en Niñas-madres de 10 a 14 años en México de edad. Un análisis desde la estructura de oportunidades. Ponencia presentada en el VII Congreso Internacional de Ética de la Comunicación, en la Universidad de Sevilla, España. 14 al 17 de marzo.

- Guadarrama Rico, L. A. (2007). *Familias: viejos y nuevos desafíos para mejorar la calidad de vida*. México: UAEM.
- _____ (2010). *Adolescencia, sexualidad y comunicación*. México: Bonobos Editores S. de R.L. de C.V.
- Guevara, E. (2001). "Relaciones amorosas y vida sexual en universitarios" en Revista de estudios de la juventud.
- Halgin, R. y Whitbourne, S. (2009). *Psicología de la anormalidad: Perspectivas clínicas en los trastornos psicológicos*. México: McGraw-Hill.
- Heredia Ancona, B. (2002). *Temas básicos de psicología*. México: Trillas.
- Hiriart, V. (2011). *Yo sexo, tú sexo, nosotros... una guía para vivir plenamente tu sexualidad*. México: Grijalbo.
- _____ (2011). *Educación sexual en la escuela*. México: Paidós.
- Hurlock, E. (1994). *Psicología de la adolescencia*. México: Paidós.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (08/12/2015). Encuesta Intercensal 2015. Obtenido de <http://www3.inegi.org.mx/sistemas/tabuladosbasicos/default.aspx?c=33725&s=est>
- Katchadourian, H. A. (1983). *La sexualidad humana: un estudio comparativo de su evolución*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Kimmel Douglas, C. (1998). *La adolescencia: una transición del desarrollo*. Barcelona: Ariel Psicología.
- Kinsey, A. C., Pomeroy, W. B. y Martin, C. E. (1949). *Conducta sexual del varón*. México: Editorial Interamericana.
- Kinsey, A. C. et al. (1967). *Conducta sexual de la mujer*. Buenos Aires: Ediciones Siglo Veinte
- Kornblit, A. (2007). *Juventud y vida cotidiana*. Buenos Aires: Biblos.
- Lahey, B. (2007). *Introducción a la psicología*. México: McGraw-Hill.
- Lamas, M. (2002). *Cuerpo: Diferencia sexual y género*. México: Taurus.
- Linton, R. (1936). *The study of man: an introduction*. New York: Appleton-Century.
- López Fernández, M. (2009). "El concepto de anomia de Durkheim y las aportaciones teóricas posteriores". Iberoforum. Revista de Ciencias Sociales de la Universidad Iberoamericana, IV (8), 130-147. Obtenido de <http://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=211014822005>
- Marcuschamer, E. (2008). *Psicología I*. México: McGraw-Hill.
- Martínez Gómez, L. F. (junio de 2012). *Gestalt sin fronteras*. Obtenido de <http://gestalsinfronteras.com/2012/06/12/fases-de-la-respuesta-sexual-humana-del-deseo-a-la-exitacion-y-la-resolucion/>
- Masters, W. H., Johnson, V. E. y Kolodny, R. C. (1987). *La sexualidad humana*. Barcelona: Grijalbo.
- MedlinePlus. (09/10/2016). *Pubertad*. Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/puberty.html>
- Melgoza Magaña, M. et al. (2002). "Adolescencia: espejo de la sociedad actual" en María Eugenia Melgoza Magaña, coordinadora; Ma. Guadalupe Aguilar Medina. *Adolescencia: espejo de la sociedad actual*. Buenos Aires: Lumen, 2002.
- Mercado Maldonado, A., y Hernández Oliva, A. (2010). "El proceso de construcción de la identidad colectiva" en Convergencia 17(53), 229-251. Recuperado el 05 de octubre de 2017, de Mercado Maldonado, Asael y Hernández Oliva, Alejandrina V. (2010). http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S14: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S14
- Monroy de Velasco, A. (1990). *Salud, sexualidad y adolescencia*. México: Paz México.

- Montañó Sinisterra, M., Palacios Cruz, J. y Gantiva, C. (2009). "Teorías de la personalidad. Un análisis histórico del concepto y su medición" en *Psychologia*. Avances de la disciplina, pp. 81-107. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297225531007>
- Morales, Daniel (2016). *La escala de Kinsey y qué tan bisexual eres en 13 preguntas* [pág. web]. México. Recuperado el 26 de septiembre de 2017, de <https://culturacolectiva.com/adulto/la-escala-de-kinsey-y-que-tan-bisexual-eres-en-13-preguntas/>
- Moral, J. (2011). Predicción de la frecuencia de masturbación en estudiantes universitarios. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*. Vol. 45, Núm 1, pp. 77-86. <https://www.redalyc.org/pdf/284/28421134009.pdf>
- Moreland, R. L. (1987). *The formation of small groups*. Londres: Group processes.
- Morris, C. (2005). *Introducción a la psicología*. México: Pearson.
- Muratori, M. (2013). "Percepción de anomia, confianza y bienestar: la mirada desde la psicología social". *Revista de Psicología*, 31 (1), 129-150. Obtenido de <http://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=337829524005>
- Murrieta, H. C. (2013). *Psicología*. Zapopan Jalisco: Umbral.
- Navarro, C. R. (2010). *Psicología I*. México: Nueva Imagen.
- OMS (23/03/2016). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de www.who.int/features/factfiles/es/
- _____ (10/10/2016). *OMS*. Obtenido de <http://www.who.int/es/>.
- Ovejero, A. (2007). *Las relaciones humanas: Psicología social teórica y aplicada*. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva, S. L.
- Palacios, J., Marchesi, Á. y Coll, C. (1999). *Desarrollo psicológico y educación*. Madrid: Alianza.
- Papalia, D. E. (2007). *Psicología*. En D. E. Papalia, *Psicología* (pág. 507). México: McGraw-Hill.
- Pérez, J. (25/06/2011). *Revista Digital*. Recuperado el 5 de 10 de 2016 de: <http://revdigjor.blogspot.mx/2011/06/el-proceso-de-lateralizacion.html>
- Phillip, K. C. (2006). *Antropología cultural*. España: McGraw-Hill.
- Pick de Weiss, S. y Givaudan, M. (2001). *Yo adolescente*. México: Ariel.
- _____ (2006). *Violencia: cómo identificar y evitar la violencia en cualquiera de sus formas*. México: Idéame.
- Pichot, P. (2016). *DSM-IV Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Barcelona: MASSON, S.A. Obtenido de <https://psicovalero.files.wordpress.com/2014/06/manual-diagnc3b3stico-y-estadc3adstico-de-los-trastornos-mentales-dsm-iv.pdf>
- Psychology Today (2023). «Masturbación». <https://www.psychologytoday.com/mx/fundamentos/masturbacion#frecuencia-de-la-masturbacin>
- Real Academia Española (2017). *Diccionario de la lengua española*. Madrid.
- Riesenfeld, R. (2006). *Bisexualidades. Entre la homosexualidad y la heterosexualidad*. México: Paidós.
- Schiffman, León G. y Lazar Kanuk, Leslie. (2005). *Comportamiento del consumidor*. 8º Edición. México: Ed. Pearson Educación.
- Schultz P., D. y Schultz, S. E. (2010). *Teorías de la personalidad*. México: Cengage Learning.
- Secretaría de Seguridad Pública, Secretaría de Educación Pública, Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación. (s/f). *Guía básica de prevención de la violencia en el ámbito escolar*. Obtenido de <https://serviciosaesev.files.wordpress.com/2016/01/violenciaescolar.pdf>
- Seelbach, G. G. (2013). *Teorías de la personalidad*. Estado de México: Red Tercer Milenio.
- Shaffer, D. R. y Kipp, K. (2005). *Psicología del desarrollo. Infancia y adolescencia* (7 ed.).

(J. C. Pecina Hernández, & J. Bonilla Talavera, Trads.) México: Cengage Learning.

- Smith, R. E., Sarason, I. G., y Sarason, B. R. (1984). *Psicología. Fronteras de la conducta* (2 ed.). (J. C. Pecina, Trad.) México: Harla.
- Suárez Pérez, C. A. et al. (1998). *Desarrollo humano II. Adolescencia*. México: Trillas.
- Tellería, A. y Vía, F. (2006). "*Prejuicios sobre la demanda de servicios de salud mental en estudiantes de un instituto rural de formación superior*" en Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo", 41-58. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461545473003>
- Torres, M. C. (2006). *Conócete. Guía de Orientación Educativa 1*. México: Edére.
- Tylor, Edward Burnett (1976). *Cultura primitiva: Los orígenes de la cultura*. Ayuso, pp. 387.
- UNICEF (s.f.). "*Adolescencia y juventud*" en Panorama General UNICEF. Obtenido de: http://www.unicef.org/spanish/adolescence/index_bigpicture.html
- UNICEF MÉXICO (s.f.). *La adolescencia*. Recuperado el 9 de noviembre de 2016, de http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos_6879.htm
- Universia (2011). *El nuevo noviazgo de hoy: los amigovios o frees* [doc. web]. México. Recuperado 01 de octubre del 2017 de <http://noticias.universia.net.mx/en-portada/noticia/2011/04/05/808450/nuevo-noviazgo-hoy-amigovios-frees.pdf>
- UAEM (2017). *Psicología. Programa de estudio de la asignatura*. Toluca: UAEMéx.
- UAEM (octubre de 2015). "*Curriculum del Bachillerato Universitario 2015*" en Gaceta Universitaria. Órgano Oficial de Publicación y Difusión (núm. extraordinario).
- Vero (5 de octubre de 2016). *El portal del educador*. Obtenido de: <http://www.teocio.es/portal/ed-no-formal/para-salud/caracteristicas-psicologicas-en-la-infancia-y-ninez#>
- Vera, P. y Romero, R. (2019). Entre el sentir y el pensar: embarazo adolescente en el Estado de México. México: Gobierno del Estado de México/Fondo Editorial del Estado de México.
- Wikiquote (10/1=2016). Obtenido de <https://es.wikiquote.org/wiki/Portada>.
- Zepeda, F. (2003). *Introducción a la psicología: Una visión científico humanista*. México: Pearson Prentice Hall.

Directorio

Doctor en Ciencias e Ingeniería Ambientales
Carlos Eduardo Barrera Díaz
Rector

Doctor en Ciencias Computacionales
José Raymundo Marcial Romero
Secretario de Docencia

Doctora en Ciencias Sociales
Patricia Zarza Delgado
Secretaria de Investigación y Estudios Avanzados

Doctor en Ciencias de la Educación
Marco Aurelio Cienfuegos Terrón
Secretario de Rectoría

Doctora en Humanidades
María de las Mercedes Portilla Luja
Secretaria de Difusión Cultural

Doctor en Ciencias del Agua
Francisco Zepeda Mondragón
Secretario de Extensión y Vinculación

Doctor en Educación
Octavio Crisóforo Bernal Ramos
Secretario de Finanzas

Doctora en Ciencias Económico Administrativas
Eréndira Fierro Moreno
Secretaria de Administración

Doctora en Ciencias Administrativas
María Esther Aurora Contreras Lara Vega
Secretaria de Planeación y Desarrollo Institucional

Doctora en Derecho
Luz María Consuelo Jaimes Legorreta
Abogada General

Doctor en Ciencias Sociales
Luis Raúl Ortiz Ramírez
Secretario Técnico de la Rectoría

Licenciada en Comunicación
Ginarely Valencia Alcántara
Directora General de Comunicación Universitaria

Doctor en Ciencias Sociales
Luis Raúl Ortiz Ramírez
**Director de Centros Universitarios y Unidades Académicas Profesionales
Región A y Encargado del Despacho Región B**

Doctora en Investigación Educativa
Eva Lilia García Escobar
Directora de Estudios de Nivel Medio Superior

Planteles dependientes de la Escuela Preparatoria

Doctor en Tecnología e Innovación de la Educación
Arturo Mejía Zamora

Plantel "Lic. Adolfo López Mateos"

Maestro en Ciencias de la Educación
Erick Vieyra Méndez

Plantel "Nezahualcóyotl"

Maestro en Administración Pública y Gobierno
Raúl Juárez Toledo

Plantel "Cuauhtémoc"

Doctora en Ciencias de la Educación
María del Rocío García de León Pastrana

Plantel "Ignacio Ramírez Calzada"

Doctor en Ciencias de la Educación
Alejandro Morales Velázquez

Plantel "Dr. Ángel Ma. Garibay Kintana"

Maestro en Educación con Orientación en Innovación y
Tecnología Educativa
Sergio Luis Roldán Vásquez

Plantel "Texcoco"

Maestro en Docencia
Erick Rodolfo Sánchez Cortés

Plantel "Sor Juana Inés de la Cruz"

Química Farmacéutica Bióloga
Janette Jaimes García

**Encargada del Despacho de la Dirección del Plantel
"Dr. Pablo González Casanova"**

Doctora en Educación
María del Rosario Sotelo Hurtado

**Encargada del Despacho de la Dirección del Plantel
"Isidro Fabela Alfaro"**

Licenciada en Comunicación
Ana Vianey Suárez Castro

**Encargada del Despacho de la Dirección del Plantel
"Mtro. José Ignacio Pichardo Pagaza"**