

FACTORES DEL AMBIENTE ESCOLAR ASOCIADOS AL CONCEPTO DE  
ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO

Sandra Bermúdez Gamboa, Liliana Mora Farfán

Universidad de la Sabana

Contenido

Resumen, 3
Introducción, 4
Justificación, 5
Marco Conceptual, 5
Problema, 65
Objetivos, 65
Objetivo general, 65
Objetivos Específicos, 66
Método, 67
Diseño, 67
Participantes, 67
Instrumento, 68
Procedimiento, 68
Resultados, 70
Discusión, 86
Referencias, 98
Anexo, 101

### Resumen

El objetivo de la presente investigación es describir los factores del ambiente escolar asociados al concepto de estrés en preadolescentes. Para este fin se tomó una muestra de 240 estudiantes de octavo y noveno grado de dos colegios bilingües de Bogotá, pertenecientes a nivel socioeconómico alto. Para evaluar los factores actitudinales y comportamentales asociados al estrés se utilizó el instrumento diseñado y validado anteriormente por González, J, (2002). La investigación realizada es del tipo descriptivo y los resultados obtenidos permitieron identificar que dentro de los factores que se asocian al estrés de los preadolescentes en su ambiente escolar se encuentran la preocupación por mantener un buen rendimiento académico (71%), el hecho de hablar con sus padres sobre su rendimiento (55%), el miedo a referirse a sus profesores cuando se tiene alguna duda (54%), la frecuencia con la que se distraen en clase (69%), la ansiedad por no entender lo que se explica en clase (54%), la dificultad para concentrarse en la clase (59%), el malgenio que les produce el hecho de estar nerviosos (55%), la separación de los padres (32%), la muerte de alguno de los padres (30%), la sensación de miedo (32%) y temblor en el cuerpo (25%) cuando están nerviosos, y finalmente la presentación de exámenes preocupa al 47%, puesto que perciben estos factores como una situación peligros, experimentando de esta forma el estrés.

## Factores del Ambiente Escolar Asociados al Concepto de Estrés en Estudiantes de Bachillerato

Los preadolescentes, al igual que los adultos, pueden experimentar estrés todos los días y se pueden beneficiar de aprender las destrezas para manejar el estrés. La mayoría de los preadolescentes experimentan más estrés cuando perciben una situación como peligrosa, difícil o dolorosa y ellos no tienen los recursos para enfrentarla o abordarla. Algunas de las fuentes de estrés para los preadolescentes pueden incluir: las demandas y frustraciones del colegio debido a las exigencias de tener además del bachillerato tradicional un Bachillerato Internacional, los pensamientos y sentimientos negativos sobre sí mismos, los cambios en sus cuerpos, los problemas con sus amigos y/o pares en la escuela, el vivir en un ambiente poco seguro como el que se vive actualmente en Colombia, la separación o divorcio de sus padres; siendo éste una situación común en la población de la presente investigación, una enfermedad crónica o problemas severos en la familia, la muerte de un ser querido, el mudarse o cambiar de colegio, el llevar a cabo demasiadas actividades o el tener expectativas demasiado altas, los problemas financieros de la familia, y en países como Colombia el ambiente que se vive debido a la situación política y económica del país, puede generarles estrés, entre otros.

El mundo actual está sufriendo cambios sustanciales todos los días, tanto a nivel político, como económico, social, familiar, educativo, y en general, todos los aspectos relacionados con el ser humano, como un ser integral, se ven afectadas con estos cambios, haciendo que se observen algunas problemáticas, entre las cuales está el estrés; problemática que hoy en día va posicionándose cada vez más dentro de los factores que más afectan la calidad de vida de las personas. Sin embargo, este es un tema aún

desconocido en cierta medida; pero debido al crecimiento tan grande que ha tenido en las últimas décadas, se ha despertado un gran interés por conocer y descubrir cómo se presenta este fenómeno en nuestra sociedad, y qué repercusiones puede llegar a tener, con el fin de encontrar soluciones eficaces para prevenirlo, más que para atacar las consecuencias.

El estrés ha sido un tema que sólo hasta mediados del siglo pasado comenzó a estudiarse, debido a que anteriormente no se había identificado y se confundía con trastornos y problemas relacionados con el sistema nervioso central o el cerebro específicamente. Los primeros estudios relacionados con el estrés surgieron a partir de la primera y la segunda guerra mundial. Los soldados después de la guerra, mostraban muchos síntomas relacionados con el estrés, como ansiedad y tensión, que eran atribuidos a daños cerebrales, debido a los ruidos que los soldados soportaban por los estallidos de bombas y demás armas utilizadas durante los combates. Tiempo después finalizada la segunda guerra mundial, se habló de estos síntomas como neurosis de guerra y fatiga de batalla, lo cual implicaba una causa externa y no interna para estos síntomas, acercándose aún más a la descripción del estrés. Finalmente, fue hasta la guerra de Vietnam que se logró determinar que los soldados de la guerra sufrían de estrés post-traumático, y que no sólo los soldados presentaban estos síntomas, sino en general toda la población que formaba parte del conflicto, directa o indirectamente, como las personas que vivían en los países que se hallaban en guerra y que sufrieron las consecuencias de la misma. Según Lazarus (1999), los científicos descubrieron que no sólo en la guerra se vivía el estrés, sino en el trabajo, en la familia, en el colegio, y en los demás contextos en los que las personas viven diariamente, y que para que se presentara, debían existir dos factores principalmente, que actualmente se reconocen: unas

características de personalidad que hacen más vulnerable a una persona que a otras, y un ambiente que permite que se desarrolle el estrés. Esto sólo se reconoció hasta los años sesentas y setentas; y hasta hoy, se ha convertido en tema de investigación de gran importancia, no sólo para conocer sus causas y definirlo, sino para trabajar en programas de prevención primaria, secundaria y terciaria; en especial en estos días donde el ambiente presenta tantos estímulos amenazantes, que demandan cada vez más de las personas herramientas para afrontar las situaciones actuales en las que el mundo se encuentra.

Es por esta razón que se ha decidido estudiar algunos de los factores asociados con el concepto del estrés en una población tan importante, pero a la vez poco estudiada como son los preadolescentes de clase socioeconómica alta con un sistema de Bachillerato Internacional; que será explicado a continuación.

The English School y el colegio Andino son de las diez instituciones en Colombia que pertenecen a la organización del Bachillerato Internacional, con sede en Ginebra, Suiza. Estos colegios tienen el propósito de proveer un plan de estudios que permita a los estudiantes del todo el mundo desarrollar sus pensamientos intelectuales, sociales, artísticos, y analíticos, con los mas altos resultados académicos. Han desarrollado un currículo en el cual las habilidades y los conceptos son desarrollados gradual y coherentemente desde los grados de preescolar, a través de los grados décimo y once, en donde de acuerdo al programa del IB, una intensidad más grande es requerida. El programa de IB requiere que todos sus estudiantes desarrollen habilidades en las áreas de lenguajes, ciencias, matemáticas, sociales y las artes, también como "aprender a aprender" en la cual se analiza y entiende la realidad. El estudiante que desee obtener el

diploma del IB debe no sólo cumplir con los requisitos nombrados anteriormente, sino también formar parte en actividades artísticas y trabajo social (CAS), escribir una tesis original, creativa y con investigación monográfica y tomar un curso sobre la Teoría de Aprender, la cual explora las relaciones entre las diferentes disciplinas y asegure oportunidad a los estudiantes para hacer un análisis crítico del conocimiento y de experiencia adquirida (IB World School, 2003)

Adicionalmente es importante tener en cuenta que en diferentes momentos de la vida el ser humano se ve enfrentado a diferentes situaciones difíciles e inesperadas y propias de cada etapa, que producen o generan algún grado de estrés. Como una perspectiva psicológica, parte de considerar el transcurso de la vida en su totalidad. Se entiende la vida como una continuidad con cambios e innovaciones, al igual se considera que los seres humanos, durante toda la vida, somos individuos cambiantes, en contextos cada vez más cambiantes.

Ninguna época de la vida es más importante que otra. En todo el transcurso de la vida hay procesos que implican acumulación y continuidad y otros que implican novedad o discontinuidad. En cualquier momento del ciclo vital, incluida la vejez, pueden surgir procesos de cambio conductual. Hay mucha plasticidad o posibilidad de cambio en un individuo. Al mismo tiempo hay cada vez mayor heterogeneidad entre las personas. Es decir, cuanto más vivimos nos vamos pareciendo cada vez menos a otras personas, aún de la misma edad. La vida implica multidireccionalidad, así como dinámica de ganancias y pérdidas. Los cambios que constituyen el desarrollo durante toda la vida pueden ser de muy distintas categorías y darse en diferentes direcciones. En un mismo período puede mejorarse el funcionamiento de unos sistemas de comportamiento, al

tiempo que se evidencia decremento en otros. Así, el proceso de desarrollo no implica solamente ganancias, como tampoco el envejecimiento significa sólo disminuciones. Durante toda la vida se conjugan permanentemente ganancias y pérdidas. El contexto y la historia constituyen aspectos fundamentales en el desarrollo y el envejecimiento. Así, lo más importante es cuanto vivimos en el tiempo, no el tiempo que vivimos. Es decir, la edad cronológica no se considera un factor determinante primordial. La vida de una persona en particular puede entenderse como el resultado de las interacciones entre influencias socioculturales que se dan durante el período histórico durante el cual vive, así como de acontecimientos individuales únicos en cualquier momento de su vida. (Erikson, 1980).

Es sabido que el bebé humano depende completamente de sus cuidadores para sobrevivir.

Desde los primeros meses de vida, el bebé ira ampliando el repertorio de sus conductas a medida que interactúe con sus cuidadores, estableciendo una relación especial con ellos. El tipo de vínculo que se desarrolla con la madre en el primer año de vida se verá reflejado en las relaciones que mantendrá con los demás y el mundo, en un futuro. Uno de los primeros logros del bebé es la capacidad de diferenciarse de la madre y reconocer los límites de su cuerpo. Esto constituirá la columna vertebral de su esquema corporal y futura identidad. Al principio necesitará de su madre para que ella decodifique sus gestos y llantos, que son la única manera de comunicarse que posee. La madre suele ser la primera en comprender su lenguaje. Por eso es que se dice que en un primer momento el mundo del bebé es él y su mamá.. Poco a poco, el bebé necesitará menos de ella para sobrevivir. Es fundamental que el bebé se reconozca como una persona separada de su madre y que conforme un esquema corporal adecuado. La

conformación del mismo se logra gracias a la elaboración de las sensaciones relacionadas con los estados de necesidad y saciedad (hambre, dolor, sueño, entre otras), y las relaciones con el medio ambiente. La medida en que sus necesidades son satisfechas, y la cualidad (el grado en que son satisfechos) así como también la rapidez de las respuestas de sus cuidadores, son un aspecto esencial del sano desarrollo del bebé.

El contacto físico con su cuidador es de gran relevancia en esta etapa. Tiene que proveer un entorno de apoyo, para que el niño pueda sentirse contenido y pueda experimentar, y para ello los padres deben anticiparse y reconocer las necesidades del bebé. Si siente que sus cuidadores lo satisfacen, podrá ser capaz de relacionar sus impulsos con sus funciones corporales, ayudando a desarrollar su propio ser. El bebé interpreta todo lo que sucede a su alrededor a través de las distintas sensaciones que su cuerpo capta a través de los sentidos (diferencias térmicas, lumínicas, auditivas, separación del cuerpo materno, desplazamientos en el entorno). Alrededor de los 8 meses, cuando generalmente empiezan a gatear, los infantes suelen pasar por un período en el cuál le temen a los extraños, lo que demuestra que poseen la capacidad para reconocer a las personas de su entorno mediato. A este miedo se lo conoce como angustia de separación, denotando una transición importante en el desarrollo psicológico del bebé. (Kaplan, 1997).

Es cuando empiezan a caminar, al año aproximadamente, cuando se siente suficientemente seguro como para comenzar un conjunto de actividades exploratorias en el ambiente. Ya tiene las bases de su identidad formada y posee una base segura a quien remitirse (es decir, sabe que cuenta con un cuidador que está allí para protegerlo, alimentarlo y cuidarlo). El niño desea experimentar por su propia cuenta y para esto es

necesario que los padres le permitan ejercitar sus nuevas capacidades, teniendo siempre en cuenta que existen limitaciones. Es muy importante considerar los tiempos propios de los niños. Hasta el segundo año de vida, el desarrollo motor e intelectual se ve acelerado. Los niños adquieren un mayor control de sus actos, la marcha y el lenguaje. Todos estos factores los proveen de una mayor independencia.

Con la adquisición del lenguaje, que aparece al año y medio o dos años, llega la capacidad simbólica que les permite usar las palabras y el jugar. También comienzan a razonar y a escuchar las explicaciones de los adultos, y esto les ayuda a tolerar mejor las demoras de sus satisfacciones. Empiezan a descubrir lo excitante del explorar, el placer de descubrir y desarrollar nuevos comportamientos (nuevos juegos como el esconderse). Hacen demostraciones abiertas de afecto, como abrazar, sonreír y dar besos, pero también son capaces de demostrar protesta, sea llorando, golpeando contra el suelo o gritando. Es muy común que en esta época prefieran estar con la familia que con extraños, de los cuales suelen huir. La angustia de separación, que comenzó a los 8 meses, cesa recién a los dos años, momento en el que ya son capaces de entender que aunque la madre no está presente, ella regresará, y además pueden prever su regreso.

Adquieren la capacidad para ir incorporando las reglas y normas de la sociedad. Los niños comienzan a identificarse con el padre, el que impone ley. En un primer momento se aprenden las regulaciones de la familia y luego se extienden a otros grupos, y finalmente a la sociedad en su totalidad. De esta manera el niño aprende que existe cierta manera de comportarse con los demás, que hay cosas que están permitidas y cosas que están prohibidas. Poco a poco empieza a entender que las personas que se hacen cargo de él esperan que se comporte de cierta manera y no de otra. No sólo se aprende que los

demás esperan de él ciertas conductas y que hay ciertas normas que debe obedecer, sino que descubre que él mismo puede crear reglas y modos de comportarse. Así, es común que pruebe un gran repertorio de conductas como manera de evaluar a los demás. Por ejemplo, utiliza la fuerza física para probar la propia capacidad para realizar movimientos corporales, desplazamientos, pero también para comprobar su poder sobre los demás (padres, hermanos, amiguitos). Al mismo tiempo evalúa muchas otras cosas como por ejemplo, el nivel de permisividad o rigidez de sus padres, sus expectativas, la forma de complacerlos, los niveles de jerarquía y roles dentro de la familia. (Gross, 1994).

Los padres poseen la tarea de colmar las necesidades de sus hijos de manera sensible, pero también permitiendo que gradualmente se produzcan frustraciones óptimas. A su vez, la imposición firme de límites es fundamental para la crianza de los hijos, para que éstos aprendan las conductas aceptables y así estimular la independencia progresiva del niño. Es entre el equilibrio del castigo y la permisividad que los niños adquieren un sistema ético de principios morales. (Kaplan, 1997). Cuando este equilibrio no existe, surgen situaciones más adelante donde el miedo al castigo, por ejemplo, sea tan grande que el niño cuando crezca y sea un preadolescente, adicione una carga más a las demandas típicas de su edad.

Durante la niñez, período que abarca de los tres a los doce años se produce un importante desarrollo físico, emocional y de ingreso al grupo social más amplio. La edad preescolar se extiende de los tres a los seis años, etapa en la cuál los niños ya controlan esfínteres y no tienen estallidos de rabia tan frecuentemente como en años anteriores. Es

importante que el niño se adecue al sistema escolar, pero no se le debe exigir más allá de sus capacidades. Su lenguaje se fue ampliando y ya puede utilizar frases completas. Utilizan más los símbolos y el lenguaje. Su pensamiento suele ser egocéntrico. Se sienten el ombligo del mundo y no pueden ponerse en el lugar del otro, ni comprender el punto de vista de otra persona. El tipo de pensamiento es mágico (por ejemplo, "los malos pensamientos provocan accidentes", o "el sol sale porque Dios está contento") y animista, es decir, le dan a los objetos características humanas como la capacidad de sentir. No poseen sentido de causa-efecto (por ejemplo, si tiran un plato y se rompe, creen que el plato se ha roto pero no porque ellos lo hayan tirado). Clasifican las cosas por su función, por ejemplo, definen una bicicleta como "andar". (Erikson, 1980).

Son capaces de expresar sus sentimientos de amor, tristeza, celos, envidia, curiosidad y orgullo. Empiezan a preocuparse por los demás. El niño comienza la inserción social más allá de la familia, incorporándose al mundo exterior. Aprende nuevas maneras de interactuar con las personas. El nacimiento de un nuevo hermanito pone a prueba su capacidad de compartir y ayudar. Los celos en estas situaciones suelen ser frecuentes, mientras que la rivalidad con los hermanos va a depender de la crianza que se le haya dado. Sin embargo es importante que los padres puedan dividir sus funciones entre sus hijos, y no dedicarles todo su tiempo al nuevo hijo. Esta situación también puede intervenir en el estrés que los preadolescentes vivan durante su etapa escolar. El hecho de tener un cambio de este tipo en su vida, hace que el preadolescente pueda tener cambios en cuanto a su rendimiento escolar y en general, percibir su entorno de una manera más amenazante, en especial si empieza a sentir que ya no cuenta con la atención y el apoyo que tenía antes.

En esta etapa comienzan a distinguir entre lo real y lo fantaseado, principalmente a través de los juegos que realizan. Son frecuentes los juegos de personificación, en los que, por ejemplo, una niña "hace de cuenta que es una ama de casa" y "un varón personifica a un camionero. Esto les permite analizar situaciones reales de la vida cotidiana.

Los amigos imaginarios suelen ser frecuentes en el 50% de los niños entre 3 y 10 años, mayormente en niños con una inteligencia superior. Los amigos imaginarios pueden ser tanto objetos como personas. Una cuestión muy importante en esta etapa es la de la diferenciación sexual, que se produce aproximadamente a partir de los 3 años. Aparece un sentimiento de curiosidad sexual creciente. Los niños atraviesan por un período de discriminación de las diferencias entre los sexos (distinción de géneros). Cada uno reconoce en el otro una diferencia. Es normal notar que el niño demanda la atención del progenitor del sexo opuesto. Buscan afanosamente conseguir el cariño de sus padres, principalmente si tienen hermanos. No obstante, el niño necesita de los límites que imponen ambos padres. De igual manera la masturbación se debe al interés en el propio cuerpo y es normal en esta etapa. Es frecuente el juego de "médicos" y "enfermeras", por lo tanto los padres no deben darle tanto importancia a este hecho y dejarlos jugar. Al final de esta etapa distinguen entre lo que quieren y lo que deben hacer, logrando conseguir poco a poco un sentimiento moral de lo bueno y lo malo. Los niños entienden las normas como creadas sin ningún motivo ("porque sí). No entienden los dilemas morales. Aprenden que existen los límites, y que toda mala acción será castigada. Aún así, el castigo en exceso es contraproducente. Además, irán adquiriendo progresivamente el sentido de responsabilidad, seriedad y autodisciplina. Algunos niños

rechazan la escuela, ya sea debido a la ansiedad de separación o al miedo de separación que le trasmite su cuidador. De igual manera, tal problema suele ampliarse a otras situaciones sociales, por lo cuál es vital que, en vez de ceder al miedo, se lo ayude a superarlo. (Fernández, 1992).

Alrededor de los seis años, el niño comienza a participar de la comunidad escolar, un contexto organizado, con normas diferentes, en ocasiones, a las del propio hogar. En esta etapa cobra importancia la interacción y relación con sus compañeros, ya que comienza a buscar un sentimiento de pertenencia y de aceptación de los otros. Estas relaciones pueden llegar a ser consideradas incluso más importantes que las de su ámbito familiar. Suelen preferir rodearse de niños de su mismo sexo. Paulatinamente pasan de un juego solitario (en la mitad de la edad pre-escolar), en el que cada uno juega por separado sin interaccionar con sus compañeritos, a un juego reglado en el que se tiene en cuenta al otro y se respetan las reglas del juego, sin querer impartir las propias. No obstante es necesario que se lo deje realizar juegos solitarios o en compañía de libros, películas, la televisión en ciertas oportunidades. Al lenguaje lo comienzan a utilizar para transmitir ideas complejas. Adquieren la capacidad de concentración a los nueve o diez años y dejan la fantasía de lado por la exploración lógica. Al asumir los niños la imposibilidad de llevar a cabo la actividad sexual, caen en un período de latencia, en donde esa energía la utilizan en la realización de tareas escolares y para los deportes, aumentando su capacidad de responder a las demandas emocionales e intelectuales de su ambiente. El hecho de sentirse discriminado o desanimado en la escuela, ser sobreprotegido en su casa, decirles que son inferiores, puede influenciar la autoestima negativamente. Es muy positivo animar al niño a valorar el ser productivo y perseverante en una tarea. El niño

empieza a operar y a actuar sobre lo concreto y lo real de los acontecimientos y objetos. Son capaces de manejar y considerar gran cantidad de información ajena, lo que les permite percibir la realidad desde el punto de vista de los otros. Erikson, Erik (1980)

Pueden, también, entender la relación entre los hechos, que una cosa puede convertirse en otra (por ejemplo, que una bola de plastilina se puede convertir en un bastón y seguir teniendo la misma cantidad de plastilina), y volver a su estado original (como el agua y el hielo). Un logro primordial en esta etapa es el de organizar y ordenar las cosas del mundo circundante. La experiencia escolar representa un mundo muy importante para los niños, con metas propias, frustraciones y limitaciones. En la primaria se asientan las bases estructurales, herramientas que les permitirá a los niños a desenvolverse en el plano concreto, para luego, en la secundaria, aprender a manejarse mediante la abstracción. El niño, al atravesar esta etapa, va adquiriendo la capacidad de trabajar y de adquirir destrezas adultas. Aprende que es capaz de hacer cosas, de dominar y de concluir una tarea. Igualmente, es necesario no poner un énfasis excesivo en las normas y obligaciones, ya que esto puede causarle un desarrollo del sentido del deber en detrimento del deseo natural de trabajar. (Fernández, 1992).

La adolescencia es una etapa del desarrollo humano, la cual se caracteriza por profundos cambios del desarrollo biológico, psicológico y social.

La adolescencia se divide, arbitrariamente, en tres etapas:

- Preadolescencia: entre 12 y 14 años.
- Adolescencia media: entre 15 y 16 años

- Adolescencia tardía: entre 17 y 20 años

Las características de cada etapa pueden variar de un sujeto a otro. La adolescencia es un período primordialmente de duelos. Se produce la pérdida del cuerpo infantil, de los roles infantiles y de la identidad. Durante esta etapa el preadolescente lucha por la construcción de su realidad psíquica, por la reconstrucción de sus vínculos con el mundo exterior, y por su identidad. La actividad hormonal produce ciertas manifestaciones en la pubertad. Lo característico de éste período es el desarrollo de los órganos reproductores y los genitales externos. En las chicas se produce el crecimiento de los pechos y ensanchamiento de las caderas; y aparece el bello facial y el cambio de la voz en los chicos. Este cambio hormonal también afecta el funcionamiento del sistema nervioso central, afectando factores como el humor y el comportamiento. En la pubertad se produce la pérdida por el cuerpo infantil. El duelo por el mismo se da mediante un enfrentamiento entre el esquema corporal infantil y el cuerpo físico real de la persona. El púber empieza a sentir como su cuerpo adulto comienza a surgir. Es común que intente controlar su cuerpo mediante el deporte. Generalmente las chicas inician la pubertad dos años antes que los varones, pueden empezar a salir con chicos y mantener relaciones sexuales a una edad más temprana. Los chicos, por su parte, suelen sufrir erecciones frecuentemente debido a que responden con rapidez a varios estímulos. (Erikson, 1980).

La Juventud comienza hacia el final de la adolescencia (20 años) y llega hasta los 40 años. En este momento se alcanza el apogeo biológico, se asumen los roles sociales más importantes y se empiezan a establecer relaciones sociales más serias en el ámbito laboral y en el personal. Es la etapa en la que predomina el proceso de individuación. Es

decir, se logra la independencia y autonomía en varios planos. Un adulto es alguien capaz de verse a sí mismo como un individuo autosuficiente que forma parte de la sociedad. La primera etapa representa el puente de desarrollo entre el mundo preadolescente y el adulto. Un tema clave es la separación de la familia de origen, que conlleva la mudanza del hogar paterno, incrementar la independencia económica y emprender nuevos roles más responsables. Simultáneamente surge la necesidad de disminuir la dependencia emocional de los padres y aumenta progresivamente el compromiso con el sexo opuesto. Para poder formar una pareja es necesario que surja la necesidad de complemento, así como también debe existir cierta capacidad para proyectarse en el otro sin fusionarse y perder la individualidad. La primera década comprende un período de exploración y prueba de alternativas (de vocación, pareja, etc). Se empieza a trabajar o a estudiar en la universidad y se abandona el hogar paterno. Sin embargo, las elecciones que se realizan son tentativas y aún no implican un compromiso definitivo.

Para la mayoría de los jóvenes adultos, el hecho de elegir una pareja y crear una familia es otro de sus objetivos. Es frecuente que decidan casarse y tener hijos. La pareja debe establecer su territorio con independencia de la influencia de las familias de origen. La paternidad y maternidad es uno de los desafíos más importantes de esta etapa. El nacimiento de un niño representa la convergencia de dos familias y crea abuelos y tíos por ambos lados de las familias de origen. Al adquirir el nuevo rol de padres disminuye su rol de hijos y se consolidan como adultos. La etapa del cuidado de los hijos pequeños puede generar conflictos en las madres que deciden relegar su profesión para dedicarse a su crianza. El anhelo de una mayor participación en el mundo adulto puede hacerlas

sentir insatisfechas y frustradas. Por eso cuando comienzan la etapa escolar pueden reformar sus actividades que habían hecho a un lado. (Gross, 1994).

Después de varios años de adultez joven, medida y tardía, la irremediabilidad de la muerte se hace presente. Se descubre que la muerte es inevitable y no puede eludirse. Lo decisivo será la manera en que cada uno pueda enfrentarse a su destino. Mientras algunos son conscientes de su finitud, otros prefieren evadirla. Quienes sean capaces de elaborar la muerte aprovecharán esta etapa para construir estructuras perdurables en el tiempo. Existen varias formas de trascender la experiencia, a través de los logros de los hijos, los proyectos, la participación en actividades políticas o religiosas, la propia empresa, etc. Llegada la edad media con su consabida crisis de finitud, el pensamiento se hace más relativo. La conciencia de finitud lleva al balance de lo vivido. Las personas suelen plantearse acerca de la manera en que se ha empleado el tiempo vivido. Cuanto menos satisfactorio haya sido, más profundo será el repudio hacia sí mismos. La pérdida del cuerpo joven, la nueva responsabilidad de cuidar de los ancianos y de guiar la generación futura, induce a la gran mayoría a hacer una revisión del pasado. Se analiza cómo ha transcurrido la propia vida y cómo se quiere continuar. Esto sucede en varios aspectos, como en la vida matrimonial o en la actividad laboral. Es frecuente la sensación de que las expectativas que uno se había propuesto no han sido alcanzadas, lo que conduce muchas veces a un replanteo en el estilo de vida seguido hasta el momento. Pero así como se analizan los tiempos pasados también se construyen planes para el futuro. Se hace un balance de lo vivido hasta el momento y se cuestiona cómo continuará la propia existencia. Aparece, también, la necesidad de recuperar el tiempo perdido y vivir los años que quedan de una manera distinta. (Erikson, 1980).

Para muchas personas la vejez es un proceso continuo de crecimiento intelectual, emocional y psicológico. Se hace un resumen de lo que se ha vivido hasta el momento, y se logra felicitarse por la vida que ha conseguido, aun reconociendo ciertos fracasos y errores. Es un período en el que se goza de los logros personales, y se contemplan los frutos del trabajo personal útiles para las generaciones venideras. La vejez constituye la aceptación del ciclo vital único y exclusivo de uno mismo y de las personas que han llegado a ser importantes en este proceso. Supone una nueva aceptación del hecho que uno es responsable de la propia vida.

El duelo es uno de las tareas principales de esta etapa, ya que la mayoría debe enfrentarse con un sinnúmero de pérdidas (amigos, familiares, colegas). Además deben superar el cambio de status laboral y la merma de la salud física y de las habilidades. (Gross, 1994). Todos estos sucesos los vive el preadolescente junto con las personas que lo rodean, significando así nuevas vivencias que pueden ser asumidas de diferentes formas y trayendo consigo nuevas demandas.

Para algunas personas mayores la jubilación es el momento de disfrutar el tiempo libre y liberarse de los compromisos laborales. Para otros es un momento de estrés, especialmente de prestigio, el retiro supone una pérdida de poder adquisitivo o un descenso en la autoestima. Si ha sido incapaz de delegar poder y tareas, así como de cuidar y guiar a los más jóvenes; entonces no sería extraño que le resulte difícil transitar esta etapa y llegar a elaborar la proximidad de la muerte. Estas personas se muestran desesperadas y temerosas ante la muerte, y esto se manifiesta, sobretodo en la incapacidad por reconocer el paso del tiempo. No lograron renunciar a su posición de autoridad y a cerrar el ciclo de productividad haciendo un balance positivo de la vida

transcurrida. Es la etapa en la que se adquiere un nuevo rol: el de ser abuelo. El nieto compensa la exogamia del hijo. La partida del hijo y la llegada del nieto son dos caras de la misma moneda. El nuevo rol de abuelo conlleva la idea de perpetuidad. Los abuelos cumplen una función de continuidad y transmisión de tradiciones familiares. A través de los nietos se transmite el pasado, la historia familiar. Por esta razón, una vejez plena de sentido es aquella en la que predomina una actitud contemplativa y reflexiva, reconciliándose con sus logros y fracasos, y con sus defectos. Se debe lograr la aceptación de uno mismo y aprender a disfrutar de los placeres que esta etapa brinda y trabajar junto con los hijos y los nietos para que ellos asuman esta etapa de manera adecuada.

A continuación, se describirán la definición de estrés y otros conceptos relacionados con el mismo, así como la población objeto de nuestro estudio y el medio ambiente en el que están inmersos, con el fin de hacer un acercamiento más profundo a la situación que viven estos preadolescentes cuando se ven enfrentados a situaciones en su ambiente escolar que pueden llegar a generarles estrés.

El estrés psicosocial es la evaluación cognoscitiva de "una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar"; este es entendido en el contexto de un proceso, donde la relación entre el individuo y su entorno compromete a la evaluación cognoscitiva para determinar por qué y hasta qué punto una relación resulta ser amenazante del bienestar emocional. La atribución que el sujeto hace respecto a quién o qué factores controlan los sucesos de su vida; por ejemplo la suerte, o bien, el manejo afectivo de las relaciones interpersonales (caerle bien a las personas, etc.), está muy

relacionada con el locus de control de la persona; pues cuando el locus es externo, ésta siente que no tiene el control de su propia vida, sino que es el mundo y en general todo lo externo lo que controla la controla, haciendo que se sienta menos seguro para enfrentar las situaciones a las que se ve enfrentado, y de esta manera, las ve más amenazantes, generando así el estrés.

Algunos preadolescentes se sobrecargan con el estrés. Los preadolescentes experimentan más estrés cuando perciben una situación como peligrosa, difícil o dolorosa y ellos no tienen en cuenta los recursos para abordarlo. Cuando ello sucede, el estrés manejado de manera inadecuada puede llevar a la ansiedad, el retraimiento, la agresión, las enfermedades físicas como dolor de cabeza, de estómago, problemas gastrointestinales y dermatológicos, o destrezas inadecuadas para confrontarlo tales como el uso de las drogas y/o del alcohol. El estrés no tratado produce desgaste y colapso, se hacen los estudiante menos eficaces, se enferman y se agotan. Cuando esto sucede, inmediatamente se culpa al cuerpo por no responder frente a las demandas del medio.

Cuando se percibe una situación como difícil o penosa, ocurren cambios en nuestras mentes y los cuerpos se preparan para responder ante el peligro. El responder "peleando, huyendo o congelándose" incluye un aumento en los latidos del corazón y en el número de veces que se respira, aumenta la cantidad de sangre que fluye hacia los músculos de los brazos y de las piernas, se enfrían y sudan las manos y los pies, se revuelve el estómago y/o se siente miedo o terror.

Lo mismo sucede con respecto a las notas. Dentro del sistema actual de enseñanza se hace demasiado hincapié en el rendimiento del cerebro y en determinadas funciones como cognitiva, analítica, matemática, lógica y racional. Este enfoque presenta dos

grandes problemas, primero éstas son sólo unas pocas funciones del cerebro, y segundo se acentúa en rendimiento del cerebro a expensas del rendimiento del cuerpo y sus habilidades hasta el punto en que los estudiantes pierden contacto con lo que su cuerpo siente y necesita e ignoran las señales vitales que les envía cuando necesita descanso, sueño o sencillamente realizar una actividad divertida. La mente no puede funcionar sin el cuerpo, y se castiga poniéndolo al límite. Los exámenes son una amenaza y el cuerpo reacciona frente a esta situación, por lo tanto, el cuerpo está condicionado a responder, pero de la misma manera se puede entrenar al cuerpo para que no considere algunas cosas (examen) como amenazantes. (Flanagan, 1998).

El mismo mecanismo que crea la respuesta al estrés lo puede terminar si se sabe manejar. Tan pronto la persona decide o piensa que una situación ya no es peligrosa, pueden ocurrir cambios en la mente y en el cuerpo que ayudan a relajarse y a calmarse. Esta "respuesta relajante" incluye la disminución en los latidos del corazón y de la respiración y una sensación de bienestar. Los preadolescentes que desarrollan la "respuesta relajante" y otras destrezas para manejar el estrés se sienten menos indefensos y tienen más alternativas cuando responden al estrés.

Algunos jóvenes saben encajar bien la llegada del estrés y se sobreponen con facilidad; otros se sienten incapaces de superar estas situaciones, manifestando una serie de conductas desproporcionadas.

No se trata de conductas normales ante una situación determinada, como por ejemplo, la lógica reacción de dolor ante la pérdida de un ser querido. Se trata de reacciones, normalmente, con una mezcla de depresión y ansiedad. También pueden manifestarse por alteraciones severas de la conducta, como vandalismo, conducción irresponsable, peleas o incumplimiento de las normas sociales propias de su edad.

El estrés se define, según McKay (1990) como una combinación de tres elementos: el ambiente, el pensamiento negativo y las respuestas físicas. Estos interactúan entre sí, haciendo que la persona sienta ansiedad, depresión y otros síntomas típicos del estrés. Cuando se presenta un estímulo ambiental o una situación que la persona pueda interpretar como amenazante, llegan los pensamientos negativos acerca del suceso, haciendo que el cuerpo tenga unas reacciones fisiológicas que produzcan emociones dolorosas para la persona; por otro lado, también es posible que el estímulo o situación, se presenta produciendo una serie de reacciones fisiológicas que hagan que la persona tenga pensamientos negativos sobre esas reacciones y así mismo se presentan las emociones dolorosas; emociones que generan estrés.

La activación fisiológica sola no produce estrés, sino la combinación entre ésta y los pensamientos negativos de la persona frente a la situación y frente a la reacción física misma. Esto podría ser llamado como un círculo de retroalimentación negativo que hace que el estrés aumente cada vez más. Por ejemplo, si un estudiante está ansioso cuando presenta un examen, y se da cuenta de que su pulso ha aumentado, que sus manos están sudando y su ritmo cardiaco también ha subido, inmediatamente estas reacciones le generan más estrés, haciendo que su ritmo se eleve aún más y la sudoración aumente, en lugar de disminuir. Para evitar esto, la persona debe aprender a controlar estos pensamientos negativos y a la vez sus reacciones; pero esto no es nada fácil, en especial cuando el ambiente se llena de estímulos y situaciones que producen todas estas emociones. Un ejemplo de esto puede ser la época de exámenes en el colegio. La demanda para los estudiantes es alta, pues no sólo en el colegio les exigen, sino en su casa y a la vez pueden verse enfrentados a competencias entre sus compañeros de curso.

La forma más efectiva de enfrentar el estrés en estas situaciones es cambiar los pensamientos y volverlos más positivos o controlar las reacciones fisiológicas, pues en general, las situaciones que generan estrés, como las fechas de exámenes, no son situaciones que puedan ser modificadas con facilidad y si se añaden otros aspectos que van unidos al contexto de los preadolescentes, que también pueden generarles demandas, no sería sencillo cambiar o ignorar las situaciones, sino que lo más conveniente sería aprender a enfrentarlas.

Pero lo que hace que una persona pueda determinar una situación como amenazante o no, es su pensamiento, las ideas que tiene sobre la situación en sí. Según Mc Kay (1990), algunas ocasiones las personas sacan falsas conclusiones de acontecimientos cotidianos, produciendo así un sufrimiento innecesario, es decir, que son las interpretaciones que las personas hacen de sus propias experiencias, las que crean la ansiedad o la depresión generadas por el estrés. Esta clase de pensamientos son llamados los pensamientos deformados, estudiados por Ellis, y Beck., quienes han brindado bases importantes para el desarrollo de esta investigación.

Según Ellis (1961), citado por Mc Kay (1990), las emociones tienen poco que ver con los sucesos reales. Entre los sucesos y la emoción existe una especie de “autocharla” real o irreal. De hecho, la emoción procede de lo que la persona se dice a sí misma, es decir, de la interpretación del suceso y no del propio suceso. Cuando estos pensamientos deformados son corregidos, es posible hacer que la persona disminuya su nivel de estrés, así como los demás síntomas asociados como la depresión o la ansiedad.

Existen diferentes tipos de pensamientos deformados según Mc Kay, entre los cuales se encuentran el filtraje, el pensamiento polarizado, la sobregeneralización, la interpretación del pensamiento, la visión catastrófica, la personalización, las falacias de

control y de justicia, el razonamiento emocional, las etiquetas globales, la culpabilidad, el tener razón y la falacia de la recompensa divina. En el filtraje, se toman los detalles negativos y se magnifican, mientras que no se filtran todos los aspectos positivos de la situación; en el pensamiento polarizado, las cosas son blancas o negras, buenas o malas. La persona debe ser perfecta, o de lo contrario es una fracasada. No existe un término medio; la sobregeneralización es aquella donde se extrae una conclusión general de un simple incidente o parte de la evidencia. Si ocurre algo malo en una ocasión, la persona esperará que ocurra una y otra vez; durante la interpretación del pensamiento, la persona sabe qué sienten los demás y por qué se comportan de la manera como lo hacen y de esta forma puede saber lo que los demás piensan de ella; en la visión catastrófica, se espera continuamente el desastre, empezando a preguntarse a sí misma si a ella también le pasará lo que a los demás les pasa, o si podría llegar a pasar lo peor. La personalización por su parte, se presenta cuando la persona que sufre esta clase de pensamientos cree que todo lo que la gente hace o dice es de alguna forma una reacción hacia ella. También se compara con las demás, la mayoría del tiempo. En las falacias de control, se ve a sí mismo desamparado cuando se siente bastante controlado, o puede también sentirse el responsable del sufrimiento o la felicidad de las personas que se encuentran a su alrededor.

De esta forma vemos como los pensamientos llegan a cumplir un papel esencial en la generación de estrés de las personas, haciendo de éste un problema cercano a todo el mundo, pero que hasta hace muy poco se ha comenzado a evidenciar con más fuerza en nuestra población y más aún en los jóvenes, niños y preadolescentes, quienes se pensaba, estaban lejos de esta situación. Sin embargo el estrés es un fenómeno que cada vez más se presenta en jóvenes, preadolescentes y niños, y en un país como Colombia,

pueden ser diferentes los factores asociados a esta problemática y es fundamental que se realicen investigaciones en este campo, que no ha sido completamente explorado, pero que cada vez toma más fuerza, trayendo consigo múltiples consecuencias que desmejoran la calidad de vida de nuestra población.

A continuación se exponen algunos de los factores que se asocian al estrés en los diferentes contextos en los que pasan más tiempo los preadolescentes de nuestra población de estudio.

### *Contexto Sociocultural*

Los preadolescentes de los grados octavo y noveno ya no son niños. Hace cuatro décadas, el sociólogo Eisenstadt (1956) lanzó una tesis sobre la organización social de las sociedades con un alto nivel de desarrollo técnico. Observó que su estructura social llega a depender cada vez menos de la familia y cada vez más de las relaciones entre grupos de la misma edad. La tecnología actual ha llevado a que existan divisiones cada vez más finas entre grupos de edad. Antes se englobaba a todos los que no eran adultos bajo el término “niño”, pero hace un siglo aproximadamente se empezó a hablar de preadolescentes y de niños. Poco a poco se han añadido términos como la primera infancia, la edad escolar, la infancia adulta y la preadolescencia, los adultos jóvenes, etc.

Estos cambios de terminología ocurren muchas veces debido a los cambios en los sistemas de educación formal. En los inicios de las escuelas públicas, las divisiones por edades eran mínimas. Luego con la progresiva urbanización llegó la posibilidad de dividir en grupos homogéneos por edad. Un cambio importante en la reciente reforma escolar en España es la inclusión de los estudiantes de 12 años en la etapa de enseñanza media. Este cambio refleja lo que muchos otros indicadores sociales confirman. La

mayoría de los individuos que tienen entre 10 y 13 años son más preadolescentes que niños.

Uno de los cambios sorprendentes actualmente en los preadolescentes de esta edad tiene que ver con el desarrollo físico. Debido a factores difíciles de averiguar del todo, la edad promedio del comienzo de los desarrollos físicos relacionados con la pubertad han bajado en muchos países durante buena parte de este siglo. Esta precocidad de los preadolescentes también se fomenta en los medios masivos de comunicación. En su conocido libro, *la desaparición de la niñez*, Postman (1982) sostiene que la niñez como una etapa de vida en la cual los niños son protegidos de cierto tipo de información ha desaparecido con la omnipresencia de la televisión. El hecho de que todo aspecto de la vida de los adultos se plasma en la pantalla pequeña hace que los niños se hagan demasiado mayores demasiado pronto, viéndose de esta misma manera expuestos a factores a los que deben enfrentarse y donde el medio exige y demanda muchas más cosas, haciendo que en algunas ocasiones estos preadolescentes sientan que no poseen los recursos suficientes para afrontar todas las situaciones que llegan.

Los niños representados en la televisión y las películas, en muchas ocasiones, son iguales o más estables, inteligentes y capaces que sus padres.

Los resultados de esta adultificación de los niños no son positivos. Elkind (1984) coincide con muchos otros psicólogos del desarrollo en señalar algunos de los efectos nocivos. A nivel general cuando los niños tienen que hacer frente a las tensiones de la vida adulta sin la preparación y madurez necesaria crea una situación de estrés, es decir, una incapacidad de hacer frente a los retos que la vida les proporciona. Es típico citar estadísticas alarmistas de este tipo en relación con los preadolescentes y jóvenes, pero la

novedad desafortunada es que las edades en las que empiezan estos comportamientos van bajando como los siguientes datos indican.

Se nota la crisis vivencial de los preadolescentes en el estrés y el fracaso escolar, que según un estudio de Iriarte (1995), afecta a más del 45 % de los estudiantes de bachillerato. Se nota en las altas tasas de alcoholismo y de drogadicción. El 21% de los escolares de 11-15 años toman alcohol habitualmente, 21% fuma habitualmente y 12 % ha probado los “porros”. Se nota en las tasas de conductas autodestructivas. El 35 % de los escolares de 12-15 años ha relatado algún tipo de conducta suicida. El 14 % de los escolares de 16 años ha mantenido relaciones sexuales completas. (Rodríguez, 1993)

Crece también la predilección por actividades de alto riesgo que casi siempre combinan el alcohol con el peligro. La violencia y la delincuencia, aunque menos frecuentes, empiezan a involucrar a edades cada vez más tempranas. Es cierto que no todos los preadolescentes están involucrados en estos comportamientos negativos, pero el hecho de que un porcentaje considerable de sus compañeros lo son, constituye un riesgo latente para el conjunto de personas de esta edad. Esto tiene sentido si se tiene en cuenta que el inicio de la preadolescencia significa un periodo de grandes cambios en la vida del ser humano; cambios tanto físicos como emocionales que traen consigo algunas consecuencias pasajeras o más duraderas en el comportamiento de los preadolescentes.

Según una investigación realizada por Inostroza, C., Quijada, Y. y cols., estudiantes de Psicología de la Universidad de Concepción en Chile y publicada en <http://www.apsique.virtuabyte.cl/tiki-index.php?page=DesaAdolescencia>, (2003), la preadolescencia es una etapa relevante de la vida del hombre, es una etapa en que el joven, después de haber desarrollado su función reproductiva y determinarse como

individuo único, va definiendo su personalidad , identidad sexual y roles que desempeñará en la sociedad, como también, un plan de vida para decidir qué orientación va a tener, de esta forma, cuando ya haya logrado estas metas, constituirse en adulto. A lo largo de la investigación se ha visto una evolución en la teoría para ajustarse a los cambios ocurridos en este período de la vida, como son la realidad de la drogadicción, embarazo, delincuencia, etc., que antes no habían recibido la suficiente atención y que cada vez ocurre de forma más precoz con consecuencias para el desarrollo del preadolescente bastante importantes.

Esta investigación cumple con los objetivos de satisfacer la inquietud del grupo por conocer en profundidad la etapa de la preadolescencia, así como conocer la evolución del concepto de preadolescencia, los cambios en las áreas específicas del desarrollo y los conflictos que actualmente ocurren en esta etapa en la sociedad.

Para cumplir con dichos objetivos se realizó una investigación bibliográfica que recopiló a diversos autores que describen la preadolescencia -considerando que esta etapa sigue a la pubertad y no la incluye- en distintas épocas y culturas. También se revisaron publicaciones periódicas de Psicología del desarrollo del año 1995 en adelante. Para un mejor entendimiento la información recabada fue organizada en cinco áreas, las cuales son física, cognitiva, emocional, social y psicosexual, incorporando los conflictos actuales que se presentan en algunas de ellas. Finalmente se incluyeron las principales conclusiones obtenidas, así como una definición propuesta por el grupo como síntesis de lo integrado. A continuación se describe la investigación:

### *Conceptos*

De entre las múltiples definiciones de preadolescencia, en este seminario se consideraron las siguientes: 1) Edad de transición que sucede en la niñez y que transcurre desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo. (Diccionario de la Real Academia Española, 1992); 2) Es el periodo de crecimiento y desarrollo humano que transcurre entre la pubertad y la edad juvenil. Su aparición está señalada por la pubertad, pero la aparición de este fenómeno biológico es solamente el comienzo de un proceso continuo y más general, tanto en el plano somático como en el psíquico, y que prosigue por varios años hasta la formación completa del adulto. Aparte del aspecto biológico de este fenómeno, las transformaciones psíquicas están profundamente influenciadas por el ambiente social y cultural, inclusive faltar por completo en algunos pueblos llamados primitivos, Merani, (1982). 3) Es un periodo vital de transición entre la infancia y la edad adulta. La preadolescencia es tanto una construcción social como un atributo del individuo. Ciertas culturas y subculturas reconocen un periodo de transición de una década o más entre la infancia y la edad adulta, mientras que en otras consideran que esa transición ocurre en el curso de un breve rito de iniciación que puede durar unos pocos días u horas. (Harré y Lamb, 1990). 4) Deriva de "adolescere", que significa crecer y desarrollarse hacia la madurez. Según la OMS, es un lapso de edad que va desde los 10 a los 20 años, con variaciones culturales e individuales. Desde el punto de vista biológico, se inicia cuando aparecen los caracteres sexuales secundarios y la capacidad de reproducción, y termina con el cierre de los cartílagos epifisarios y del crecimiento. Socialmente es el periodo de transición, que media entre la niñez dependiente y la edad adulta y autónoma, económica y socialmente. Psicológicamente, según Bühler, es el periodo que empieza con la adquisición de la madurez fisiológica y termina con la

adquisición de la madurez social, cuando se asumen los derechos y deberes sexuales, económicos, legales y sociales del adulto, (Montenegro y Guajardo, 1994).

Además, se considera necesario definir los siguientes conceptos: 1) Extroversión: proceso psíquico que lleva al preadolescente a interesarse por la realidad externa, que se traduce en un juicio objetivo e interés por establecer relaciones desinteresadas con el resto. 2) Crisis juvenil: corta fase pospuberal de activación entre los 12 y 14 años. Esta crisis presenta rasgos parecidos a las de las fases emocionales anteriores (primera y segunda edad de la obstinación, primer y segundo cambio configuracional, edad de la locuacidad), como son la inquietud motora, mayor afectividad, labilidad, y tendencia a la disociación, (Remplein, 1971). 3) Identificación sexual: proceso de aceptación del sexo como parte de la identidad personal. Involucra asumir roles, actitudes, motivaciones y conductas propias del género. Para este proceso resulta muy importante que la identidad asumida sea confirmada por otras personas.

#### *Desarrollo Físico*

Se presenta una moderación del crecimiento en cuanto a altura. Se llega a plena constitución de las características físicas masculinas y femeninas. En la mujer, se presenta redondez de las caderas por aumento de tejido adiposo y ensanchamiento de éstas, acompañado de un total desarrollo de los senos; además, existe un aumento de la fertilidad. En el varón, se produce un ensanchamiento de los hombros, que hacen ver las caderas más estrechas y un aumento del desarrollo de la musculatura (Remplein, 1971), que permite el desarrollo de aptitudes motoras gruesas, por lo que resulta una etapa óptima para el aprendizaje de deportes, bailes, etc. (Montenegro y Guajardo, 1994).

### *Desarrollo Cognitivo*

El pensamiento hipotético deductivo se consolida plenamente según Remplein,(1971); Montenegro y Guajardo, (1994); Mussen, (1985), y puede aplicarlo a las áreas personales como estrategias para resolver sus problemas. Las capacidades cognitivas del preadolescente posibilitan que cobre una mayor conciencia de los valores morales y una mayor sutileza en la manera de tratarlos. La capacidad de abstracción permite al preadolescente abstraer e interiorizar los valores universales (Remplein, 1971; Mussen, 1985). En esta etapa el preadolescente puede alcanzar el nivel de moralidad Post-convencional de Kohlberg, en donde el sujeto presenta principios morales autónomos y universales que no están basados en las normas sociales, sino más bien en normas morales congruentes e interiorizadas. (Papalia, 1998).

Ya definida su identidad como ser único e independiente del resto, el preadolescente puede dirigir su interés hacia la realidad, haciéndose más objetivo y extrovertido (Remplein, 1971), esto unido al pensamiento lógico- formal hace que el preadolescente pueda comparar la realidad con "una posible y mejorada realidad", que lo puede llevar a un inconformismo, depresión o rebeldía (Montenegro y Guajardo, 1994). Esto también le permite buscar una imagen integrada del mundo, guiado por una tendencia filosófica (Remplein, 1971).

El desarrollo de la conciencia unido al dominio de la voluntad, junto a los valores e ideales definidos, concluye en la formación del carácter definitivo. Gracias a su posición más objetiva frente al mundo, le es posible realizar una planificación vocacional realista

de acuerdo a sus intereses y posibilidades concretas, dejando atrás el periodo de fantasía y ensayo (Papalia, 1998).

### *Desarrollo Emocional*

El sentimiento deja de ser preponderante sobre la razón, y la gran emotividad presente en la pubertad disminuiría, llegando incluso al letargo del sentimiento, exceptuando el periodo del primer amor. Esto también hace que los estados de ánimo sean más constantes, con un marcado optimismo; sin embargo en la crisis juvenil, existen altas probabilidades de presentar una depresión, lo cual puede adoptar una de dos formas. La primera se expresa como "un sentimiento vacío, una falta de autodefinición, que se asemeja según su descripción verbal, a un estado de despersonalización", lo que genera un alto grado de ansiedad. La segunda clase de depresión tiene su fundamento en repetidas experiencias de derrota a lo largo de un espacio de tiempo. Esto puede deberse a los numerosos cambios que presenta al mismo tiempo la vida de un preadolescente, según Papalia, 1998. La depresión tiene su índice más alto cuando los jóvenes llegan a la adolescencia alrededor de los 16 años. En general es dos veces más frecuente entre las muchachas que entre los muchachos preadolescentes, pues si tienen trastornos se inclinan más a dirigir sus síntomas al interior y se deprimen.

La extroversión propia del preadolescente lo induce a notar la diferencia que existe entre él y los ideales que impone la sociedad. En relación con la depresión, influyen los ideales de belleza, que traen un desprecio a su apariencia física y consecuente malestar (Craig, 1997).

El suicidio en esta etapa aumenta considerablemente, transformándose en la segunda causa de muerte entre los preadolescentes, según Papalia (1998). Los suicidios reales son más comunes entre los hombres, con una proporción de 3 a 1, en relación a las mujeres, y emplean métodos más activos, como armas de fuego; las mujeres utilizan métodos más pasivos, drogas e intoxicaciones con pastillas para dormir, por lo que muchos no llegan a concretarse, catalogándose de "intentos de suicidio", cuyo índice resulta ser significativamente mayor que el que se presenta en los varones, según Papalia, (1998). Entre los factores inmediatos que precipitan al suicidio, están el rompimiento amoroso, embarazo, conflicto con los padres, fracaso escolar, etc. pero por lo general, es la culminación de una serie de dificultades crecientes. Las drogas y el alcoholismo pueden aumentar las probabilidades de que estos factores lleven al preadolescente a suicidio.

### *Desarrollo Social*

Se espera que el individuo alcance el status primario, asumir una independencia que le expresa personalmente y dirigirse hacia roles y metas de acuerdo con sus habilidades y posibilidades ambientales. El preadolescente estructura las actitudes y pautas de comportamiento adecuadas para ocupar un lugar en el mundo de los adultos (Hurlock, 1980). Se produce la maduración social, puesto que el individuo logra incorporar las relaciones sociales y sus esquemas, comprendiendo de esta manera la importancia del orden, la autoridad y la ley (Remplein, 1971). La relación con los otros es más sincera, y no se busca como un medio de referencia para conocerse a sí mismo, sino con un verdadero interés por su valor personal, incluyendo la ayuda y sacrificio si lo necesita (Remplein, 1971).

El preadolescente se motiva a la acción solidaria, posibilitado por los nuevos sentimientos de altruísmo, empatía y comprensión, lo que le provoca una gran satisfacción, y logra el anhelo de ser importante; estos afanes solidarios comúnmente se desarrollan en conjunto con otros preadolescentes de ideas comunes, que son los movimientos juveniles (Remplein, 1971).

Las amistades cumplen en esta etapa variadas funciones, como el desarrollo de las habilidades sociales, como ayuda para enfrentar las crisis y los sentimientos comunes, ayuda a la definición de la autoestima y status, no por lo que dicen, sino por la posición del grupo al que pertenecen (Hurlock, 1980). En la preadolescencia disminuye el número de amigos, en comparación con la pubertad, buscando características afines; se hacen más estables en el tiempo e íntimas; también aparecen las amistades con el sexo opuesto (Montenegro y Guajardo, 1994; Hurlock, 1980; Craig, 1997). La capacidad racional desarrollada junto con la objetividad lograda, permite que las tensas relaciones con los padres y profesores se relajen, admitiendo sus influencias, dependiendo del valor objetivo de su opinión, dándose incluso la relación de amistad con uno de los padres (Remplein, 1971).

Una de las conductas riesgosas más difundidas desde la preadolescencia es el consumo de alcohol y drogas, porque creen que es una marca distintiva de la adultez, que con el tiempo, en la adolescencia se hace más fuerte (Craig, 1997). La preadolescencia se constituye actualmente en un factor de riesgo para el consumo de drogas, porque le permiten adquirir una identidad, establecer fuertes lazos de amistad, recursos para enfrentar situaciones estresantes. Otros factores descubiertos en Chile son la actitud favorable de la actitud de la familia hacia las drogas, un alto grado de conflicto

familiar, fracaso académico o bajo compromiso escolar, aprobación o uso de drogas entre amigos e insatisfacción personal. En Chile existía en 1991 una prevalencia de consumo experimental del 11.8% y consumo frecuente del 10.4% entre jóvenes de 18 a 25 años. La primera experiencia de consumo ha sido ubicada entre los 15 y los 19 años (Montenegro y Guajardo, 1994).

En algún punto de su vida la mayoría de los preadolescentes incurren en una conducta delictiva, aunque sólo la minoría participa en conductas de riesgo elevado con propósitos destructivos (Craig, 1997). No se puede atribuir sólo a la pertenencia de un estrato social, sino que más bien a que no están dispuestos a adaptarse a la sociedad y desarrollar un adecuado control de los impulsos o a encontrar salidas a la ira y a la frustración (Craig, 1997). También se postula que la delincuencia se produce por una baja autoestima, sentimiento de insuficiencia, rechazo emocional y frustración de las necesidades de autoexpresión; la indiferencia, el rechazo o apatía de los padres también puede ser considerado un indicador de delincuencia, (Mounts, 1995).

La delincuencia es una adaptación extrema a lo que la sociedad desapruueba, satisface necesidades de autoestima, brinda la aceptación del grupo de camaradas, y da una sensación de autonomía (Craig, 1997).

Las conductas de riesgo de los preadolescentes (alcoholismo, drogadicción y delincuencia, estarían relacionadas con un sentimiento de omnipotencia, necesidad de probar su capacidad asegurando su autoestima (Montenegro y Guajardo, 1994).

### *Desarrollo Psicosexual*

En esta etapa se logra el primer amor real, pues se busca, por las características internas y estéticas de la pareja, el bienestar del otro; en esta etapa es cuando se une el deseo sexual al amor, comprendiéndose el acto sexual como una expresión de éste (Remplein, 1971). En esta etapa es muy importante el logro de la identidad sexual como parte fundamental de la identidad del yo, asumiendo el preadolescente los roles, actitudes, conducta verbal y gestual y motivaciones propias de su género; es necesario que esta identidad sea confirmada por otros y por ellos mismos para asegurar su propia aceptación y adaptación sexual, (Mounts, 1995). En esta etapa, los preadolescentes reafirman sus tendencias y preferencias sexuales, definiendo aún más su identidad haciendo que sus actuaciones y comportamientos y demás factores de personalidad se centren en las características propias de su género.

Algunos sostienen que las diferencias de carácter entre hombres y mujeres son producto de factores biológicos innatos, pero no se debe olvidar que el proceso de socialización es responsable de la adquisición, formación y desarrollo de la mayoría de los roles sociales, incluyendo los sexuales. Los principales agentes de socialización que influyen en la identidad sexual alcanzada son la familia, los medios de comunicación, el grupo de pares y el sistema educacional. Estos entregan tradicionalmente al hombre un rol instrumental, con una orientación cognitiva, con un énfasis en la asertividad, competencia e inhibición emocional. Y a la mujer, un rol de tipo expresivo, que implica ser el apoyo emocional dentro del sistema familiar, establecer relaciones interpersonales armoniosas y protectoras, (Mounts, 1995).

La división estereotipada de roles por género acarrea costos psicológicos, ya que implica una limitación para el desarrollo de una parte significativa de las características de la personalidad, pues hombres y mujeres se desarrollan "incompletamente" en muchas de sus capacidades, deseos y posibilidades. Esta situación a llevado a diversos investigadores a replantear los roles sexuales de acuerdo a las necesidades actuales de la sociedad (Mounts, 1995).

Un concepto más integral de roles de género se plantea en la Teoría Androginia Psicológica de Sandra Bern (1974), que corresponde a la adquisición relativamente equilibrada de características instrumentales y expresivas, favoreciendo la formación de individuos más sanos psicológicamente (Mounts, 1995).

La masturbación es muy frecuente entre los preadolescentes y con mayor prevalencia en los hombres que en la mujeres (90% y 26%, respectivamente, en un estudio realizado en la III región de Chile), aunque las mujeres fantasean más. Se considera una conducta normal y esperable a esta edad que cumpliría funciones como alivio de la tensión sexual, mejora de la autoconfianza en el desempeño sexual, mayor dominio del impulso sexual, mitigar la soledad, etc. las fantasías sexuales sustituyen la experiencia sexual real e inaccesible, sirven de ensayo para futuras experiencias y realzan el placer de la actividad sexual. El nivel y profundidad de las caricias entre los preadolescentes ha aumentado en las últimas décadas, lo que podría explicar en parte las relaciones sexuales a edades muy tempranas, (Mounts, 1995)

El pololeo es una vivencia propia de la preadolescencia al igual que en la pubertad. Se considera como un aprendizaje erótico natural a esta edad, permite el desarrollo

personal así como el conocimiento del otro sexo, al compartir ideas, sentimientos, emociones, temores e ideales; es un proceso de crecimiento con el otro.

En un estudio realizado en el norte de Chile en una población de 1000 preadolescentes se vio que el 6% de los preadolescentes menores a 15 años habían tenido relaciones sexuales, y en los menores de 18 años fue de un 62 % . Los factores que interviene en la temprana iniciación sexual son de variada índole y entre ellos están la incapacidad para posponer satisfacciones inmediatas por metas trascendentales; baja autoestima , inseguridad y temor al rechazo; mala relación con los padres, carencia de afecto, mala comunicación y control de los padres sobre los hijos; carencia de creencia y compromiso religioso; pubertad cada vez más temprana; uso y abuso de drogas y alcohol; grupo de amistades sexualmente activos y por último, la influencia ambiental como, por ejemplo, los medios de comunicación. con mensajes erotizantes y carente de valores, (Craig, 1997)

En Chile en 1991 el 13,72 % de los niños nacidos corresponden a hijos de madre menores de 20 años . El embarazo preadolescente generalmente es indeseado y a destiempo y se produce con más frecuencia en estratos sociales bajos . El padre generalmente es un adulto joven, pero en los últimos años ha aumentado el número de padres preadolescentes, en 1987 15,5%, en 1988 sube a 16,4 % y en 1989 a un 16,93 % . Las madres preadolescentes son muchachas que pasan bruscamente de hijas dependientes a madres obligadas igualmente dependientes, sin tener espacio ni tiempo para crecer como persona y sin tener derecho a un período de moratoria característica de las preadolescentes de sectores económicos más aventajados. Durante el embarazo la preadolescente se ve enfrentada a una serie de ansiedades y angustias producto de su

ignorancia y desconocimiento del embarazo (crianza, cuidados especiales, etc) y también por la desilusión causada a la familia . Entre los síntomas psicológicos presentados por las jóvenes madres están irritabilidad (97,50 %), pesadillas (70 %), cefaleas de tensión (72,50%), angustia focalizada en el parto y bienestar del niño (67,50%), humor depresivo (68%). (Montenegro y Guajardo, 1994).

#### *Desarrollo intelectual y moral*

Los preadolescentes se encuentran en la etapa de las operaciones formales según Piaget: Se caracteriza por la habilidad para pensar en forma abstracta. 1) Las personas pueden aplicar el razonamiento hipotético - deductivo, es decir, puede pensar en términos de posibilidades, tratar problemas de manera flexible y probar hipótesis. 2) No todas las operaciones pueden llegar a las operaciones formales. 3) El preadolescente presenta tendencias egocéntricas como: hallar fallas en la figuras, contradecir y aparentar hipocresía.

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

#### *Investigaciones Recientes Sobre La Preadolescencia*

"Percepción Del Riesgo Y Conductas Preventivas En Relación Con El Embarazo Y El SIDA En Estudiantes De Secundaria"

Investigación realizada con 247 jóvenes entre 15 y 20 años alumnos de un liceo público de Buenos Aires, del cual un 44% son varones y un 56 % son mujeres.

El objetivo del estudio era analizar los aspectos con que se relacionan la percepción de riesgo de embarazo y de contraer SIDA y las variables involucradas con las conductas anticonceptivas y el uso de preservativo para combatir el SIDA .

Se descubrió que el 29% no había tenido relaciones sexuales, el 32% las había tenido con una sola persona. Y el 39% con más de una sola persona en su vida.

Las principales conclusiones de este estudio son las siguientes: 1) El haber recibido información acerca del SIDA no predice la utilización de preservativos para evitar el contagio, sino que predice la intención o realización de la conducta anticonceptiva, 2) La percepción de riesgo de embarazo está relacionada con la percepción de riesgo de SIDA, por lo que ambos se deberían prevenir en conjunto, 3) En relación a la conducta anticonceptiva, se relaciona la percepción de riesgo de embarazo, la norma subjetiva (común al grupo de pares), con respecto al uso de preservativos, y se relaciona inversamente con el contacto con embarazadas, probablemente por la idealización de la maternidad , mientras mayor sea el control percibido(conocimiento y seguridad en la relación) menor es la conducta anticonceptiva. 4) La prevención de SIDA se relaciona con la percepción de riesgo de SIDA, esta puede deberse a la percepción optimista del preadolescente al creer que a él no le va ocurrir y los estereotipos que existen sobre homosexuales y drogadictos.

*"Un Estudio Ecologico De La Influencia Del Grupo De Pares En El Promedio De Notas y Uso De Drogas En Preadolescentes"*

Se realizó en 1995 un estudio longitudinal de un año en 500 preadolescentes del equivalente chileno de primero a tercero medio en Estados Unidos. El objetivo del

estudio era determinar la influencia del grupo de pares en el inicio del consumo de drogas y en el rendimiento escolar en hijos de padres estrictos. La metodología empleada fue la encuesta por cuestionarios sobre su percepción de autoritarismo de los padres, desempeño escolar, uso de drogas y los cinco amigos más cercanos; al año siguiente se repitieron las mismas encuestas.

Los resultados obtenidos dieron lugar a las siguientes conclusiones: 1) Se confirmó que los preadolescentes se hicieron más parecidos a sus amigos más cercanos a través del tiempo; así aquellos con amigos con buen promedio subieron sus calificaciones, del mismo modo los que se relacionaban con consumidores de droga tendieron a iniciar o aumentar su consumo, aquellos estudiantes consumidores, pero con amigos cercanos no consumidores tendieron a bajar el consumo de drogas, 2) La influencia positiva en el rendimiento escolar de los amigos destacados se vio aumentada en los padres que eran percibidos como alta o medianamente autoritarios y disminuyó en los hijos que percibían a sus padres como menos autoritarios. 3) La influencia al consumo de drogas por los amigos cercanos se vio aumentada en los casos de hijos de padres percibidos como permisivos y disminuida en los preadolescentes que percibían a sus padres como autoritarios. 4) Se cree que padres autoritarios moderan la influencia del grupo de pares en sus hijos, aumentando su influencia en aspectos que consideran positivos y disminuyéndola en aspectos que consideran negativos, (Mounts, 1995).

En un estudio estadounidense, realizado en 1996 con 719 parejas de mellizos del mismo sexo de 10 a 18 años de edad, se buscaba la relación entre el ambiente familiar, el aspecto genético y la depresión y conducta antisocial. La metodología utilizada fueron cuestionarios para medir la negatividad de los padres, mellizos y la adaptación de los

preadolescentes (síntomas depresivos y conducta antisocial; además se gravó diez minutos de interacción familiar para medir la negatividad familiar (rabia, hostilidad, coerción, etc.) y la adaptación de los preadolescentes (disforia, ansiedad, depresión, falta de respeto, etc.).

Los resultados del estudio dieron lugar a las siguientes conclusiones: 1) La negatividad de la madre y el padre se correlaciona significativa y positivamente con la conducta antisocial de los hijos y en menor grado con los síntomas depresivos de éstos, 2) Existe una correlación positiva entre la influencia genética y el ambiente familiar en la aparición de los síntomas depresivos y conducta antisocial; puesto que la correlación éstos era mayor entre los gemelos monocigotos y dícigotos que entre hermanos adoptados juntos, 3) De las ideas antes expuestas se debe extrapolar que la influencia de los padres se correlaciona no sólo por su conducta, sino por que los genes de ambos hijos y padres son expresados fenotípicamente en las conductas negativas; esto explica que la correlación sea mayor entre los gemelos que en los adoptados; como también que sea mayor la correlación entre negatividad y conducta antisocial que entre negatividad y depresión, ya que las dos primeras son del mismo fenotipo. 4) La variable de los factores ambientales no fue considerado en el estudio, aunque los resultados muestran que tiene gran influencia en la aparición de estas conductas. (Pike, 1996).

### *Integración*

Del artículo "Percepción de riesgo y conductas preventivas en relación con el embarazo y el SIDA en estudiantes de secundaria" se puede observar el alto porcentaje de preadolescentes que inician su actividad sexual en este período por lo tanto resulta de

suma importancia una educación sexual más eficaz que la simple información de los riesgos y que en lo posible comience en etapas anteriores a la adolescencia.

También se puede extraer de las conclusiones que los preadolescentes reciben una importante influencia de su grupo de pares, ya que el usar anticonceptivos tiene una relación con la posición que tenga el grupo de pares sobre el tema; esto puede deberse a la presión de grupo o a la consecución de un status dentro de él o, en parte, a la importancia que tiene en esta época la opiniones de los amigos íntimos. Por otra parte, la creencia del preadolescente de que el resto puede quedar embarazada o contraer SIDA y él no, refleja el optimismo ingenuo propio de esta edad.

El preadolescente une amor y sexo en una sola persona, su pareja, esta situación unido al optimismo ingenuo, sirve para explicar el hecho de que, como señala una de las conclusiones del artículo, mientras más confianza y seguridad se tenga en la pareja, menos es la preocupación que sienten por el embarazo.

En los resultados obtenidos por el segundo artículo, se pueden apreciar algunos aspectos propios de la preadolescencia. En primer lugar, se observa que la autonomía del joven frente al grupo de pares es relativamente baja. Esto puede explicarse porque el joven aún no ha logrado formar una identidad completamente íntegra, por lo cual los agentes de socialización adquieren mucha importancia. La influencia del grupo puede ser tanto positiva como negativa.

Las drogas aparecen en este contexto como un medio de aceptación entre los pares y una forma de establecer lazos afectivos con otras personas. Por otro lado, en el artículo queda manifiesta la influencia que el estilo de paternidad tiene sobre la conducta del

preadolescente dentro del grupo; el mejor estilo resulta ser el de "permisividad guiadora", pues es el que entrega reglas y patrones en forma responsable, democrática y flexible. Sin embargo, es evidente que la permisividad total no es buena, pues deja al preadolescente a la deriva de las corrientes del grupo.

En el tercer artículo "ambiente familiar y síntomas depresivos y conducta antisocial preadolescente: un análisis genético multivariado", que contempla el análisis de dos variables específicas, como son la depresión enfatiza el hecho de la gran influencia que los padres tienen sobre las conductas de los hijos preadolescentes, incluso sin considerarlos como agentes de tipo ambiental.

### *Conclusión*

Después de integrar y reflexionar sobre la información recabada se obtienen las siguientes conclusiones: 1) La preadolescencia está determinada culturalmente ya que el inicio y término varía considerablemente de una cultura a otra , así como también varían las características y conflictos de ésta, 2) En el plano cognitivo la preadolescencia trae consigo la consolidación del pensamiento lógico formal lo que le permite aplicarlo ahora a su vida personal, comprender e interiorizar valores universales. Al igual que le permite planificar su futuro o hacer una elección vocacional de forma realista de acuerdo a sus posibilidades. Otra característica de este plano es la extroversión donde el preadolescente, que ya logrado su identidad como ser único, dirige su interés hacia la realidad lo que le permite desarrollar sentimientos altruistas, 2) El preadolescente que está pasado por la crisis juvenil está especialmente susceptible a desarrollar una depresión, ya sea por los cambios que está enfrentando o por una suma de conflictos que

ahora los tiene presente. En algunos casos puede llevarlo al suicidio o intento de éste explicando así el considerable aumento que se presenta en esta etapa. También puede caer en conductas delictivas y bajo la influencia de la droga. Estas conductas no son sólo el producto de un proceso interno, sino que está fuertemente influenciado por el tipo de relación con sus padres y las conductas de su grupo de pares, 3) El preadolescente debe lograr su identidad sexual, para que lo logre de forma íntegra será necesario que cuestione los patrones sexuales culturalmente asignados por género ya que esta condición implica un desarrollo sesgado de las potencialidades de cada sexo, dándose la posibilidad de formarse de la manera más completa posible. Las actividades sexuales del preadolescente están siendo cada vez más frecuentes e íntimas, con el consecuente riesgo de embarazo precoz que imposibilita al preadolescente a vivir plenamente esta etapa, dando un salto hacia la adultez, sin las características necesarias que esa etapa exige.

#### *Teoría de Erik Erikson*

La principal tarea de esta etapa de la vida es resolver el conflicto de la identidad versus la confusión de la identidad para poder convertirse en un adulto que pueda cumplir un rol en la vida, para construirla, el yo organiza las habilidades, las necesidades y los deseos de las persona para adaptarlos a las exigencias de la sociedad la virtud que debe presentarse es la fidelidad, es decir, lealtad a toda prueba, confianza o sentimientos de entrega al ser amado, a los amigo o a los compañeros, también implica identificarse con una serie de valores, ideología, una religión, un movimiento político o un grupo étnico. El amor forma parte importante en el camino hacia la identidad ya que permite

que el preadolescente exponga su propia tentativa de identidad que se ve reflejada en el ser amado y le ayuda a clarificar el yo.

*Teoría de Marcia y Gilligan*

Marcia, Gilligan y otros investigadores han encontrado diferencias en la manera como logran la identidad los varones y las mujeres. Las mujeres jóvenes y las adultos se juzgan a si mismos por sus responsabilidades y su capacidad para cuidar de los demás y de sí mismas mientras que los hombres se juzgan más importantes sus los logros. Muchos de estos cambios que la vida presenta en esta etapa producen ansiedad y miedo a la incertidumbre, inconformidad y otros aspectos que la misma persona no puede describir. La manera como los preadolescentes asumen estos cambios, depende del nivel socioeconómico y cultural en el que se encuentren sumergidos. La clase social o posición socioeconómica, está determinada por factores tales como los ingresos familiares, el nivel de formación y el nivel profesional, entre los cuales hay una relación. Prácticamente todas las sociedades están estratificadas de acuerdo a un sistema de clases sociales, distinguiéndose cada una por una serie de diferencias en numerosas facetas de la vida, es decir, interacciones sociales, actividades, condiciones del entorno, valores, actitudes, expectativas y oportunidades. En este caso, este estudio se centrará en la clase socioeconómica alta, estrato 6.

La vida ofrece abundantes factores de estrés o situaciones nuevas en la etapa de mayor fragilidad de la personalidad, dentro de los diferentes contextos en los que el preadolescente se encuentra involucrado la mayor parte de su vida. El tiempo del joven actual se distribuye mayormente en tres contextos diferentes, pero que a la vez se integran reflejándose en el actuar y pensar del preadolescente. Las relaciones sociales

que establece con sus pares o amigos, las relaciones familiares y las relaciones escolares. Cada una de estas será explicada a continuación.

### *Pares o amigos*

En esta etapa de la preadolescencia, además de los cambios físicos ocurre una maduración a nivel cognoscitivo, lo cual permite al joven pensar de manera lógica sobre lo que sucede actualmente y lo que sucederá en el futuro. Es por esta razón que el preadolescente se comprende mejor en relación a los demás. (Papalia, 1998).

Entre los trece y catorce años de edad, la búsqueda de amigos es mucho más selectiva y pasa de las actividades de grupo con el mismo sexo a actividades de pareja, buscando así más alternativas de interés y estableciendo relaciones más cercanas. De esta manera se dejan atrás las amistades que sólo eran utilizadas para el juego o actividades específicas y cambian radicalmente a ser amistades duraderas y con mayor importancia. La elección de estos amigos se basa en un yo idealizado, es decir en la proyección de lo que quiere mostrar a los demás. Es por esta razón, el grado de importancia que tiene la amistad y así mismo se ven rupturas, perdones, reconciliaciones, etc. “llegando a ser una relación apasionada en cuanto a que puede representar para el preadolescente una experiencia trastornadora que le alcanza en lo más profundo de sí mismo.” (Patiño, 2003). Por lo tanto, así como se puede llegar a amar con pasión se puede llegar a una ruptura brusca, lo que refleja la imagen de personalidad inestable que poseen los preadolescentes. En el momento en el que el joven tome conciencia de su verdadera personalidad y deje de crear ese yo idealizado en su amigo, sus relaciones de amistad llegarán a ser más estables. “Además, los sentimientos y emociones que empezó proyectando en su amigo se dirigirán pronto al compañero del otro sexo, despejando el

halo pasional que incidía en la amistad, la cual entonces se hará más serena y más duradera”. (Patiño, 2003)

Además de las amistades, se vislumbra la etapa del enamoramiento. Todo comienza por un amor ideal, en donde se involucra la ternura, el romanticismo, una carga de emociones y sentimientos, todo aquello ausente del deseo carnal real. Este deseo carnal se despertará más tempranamente en los preadolescentes que en las jóvenes, ya que éstas seguirán siendo más platónicas ignorando así la sexualidad. “En ella la toma de conciencia de su capacidad sexual se efectúa más tarde, ya que la excitabilidad sexual permanece más tiempo difusa, sin localización precisa en los órganos genitales y tiene una tendencia a idealizar más el amor con imaginaciones sentimentales mientras que el joven expresa su identidad sexual a través de las imágenes de las fantasías eróticas y los sueños que acompañan a sus poluciones nocturnas.” (Patiño, 2003) De esta manera los sueños se tornarán más realistas.

Es claro que estas descripciones sufrirán cambios debido a la cultura en la que cada preadolescente se encuentra, se puede ver a las jóvenes con una intensidad sexual mayor, así como jóvenes varones con tendencia hacia lo romántico.

Los preadolescentes que se encuentran conformando un grupo social, son personas con un ambiente más dinámico, ya que se comparten actividades, intimidades, problemas, situaciones que tienen en común y sienten la libertad de expresarse tranquilamente. Todo esto le permite al preadolescente sentirse más seguro de sí mismo y de lo que posee, ya que lo encuentra en su grupo de amigos (Feldman, 1998). El preadolescente que se encuentra sin amistades vivirá en un mundo más frío en el que no se ve igual a los demás y por lo tanto empieza a ser rechazado por otros jóvenes con los que convive, como por ejemplo en el colegio. (Wicks e Israel, 1999) Ante esta presión,

este joven se puede ver obligado a buscar algún grupo al cual unirse así tenga que opacar sus verdaderas características de personalidad. Siendo éste un generador de estrés en el preadolescente.

Dentro de esta microsociedad que los jóvenes conforman, encuentran un espacio de desarrollo en el que ven la oportunidad de ser libres y de comportarse como adultos, lo cual los lleva a una continua superación en apoyo con sus compañeros, de esta manera se sienten fuertes y seguros de cómo solucionan sus conflictos. Este desarrollo que llevan a cabo, les permite hacer un acercamiento de la realidad como futuros adultos (Wicks e Israel, 1999). Todo esto sucede si sus actividades no se desvían hacia comportamientos antisociales y en la medida en que el grupo permita este desarrollo como seres humanos responsables con su realidad y entorno. Este es otro aspecto a contemplar dentro de la conformación de grupos, que pueden obstaculizar la maduración del joven, llevándoles a caminos no benéficos para ellos mismos ni para la sociedad y utilizan el grupo para huir de sus responsabilidades.

Dado a que el grupo es de fuerte importancia para el preadolescente, para él es principal estar acorde con las exigencias del grupo en el que se encuentra, como por ejemplo las características físicas de su cuerpo. Este puede llegar a ser un estresor de alta magnitud para el joven y por lo tanto hará lo posible para ajustarse a sus demandas. Vivimos en una paradoja de control y consumo hacia el cuerpo. La regulación de los cuerpos en nuestra sociedad es la de una sociedad de consumo, se nos incita a consumir: alimentación, sexualidad, cuidado estético y ejercicio físico (son las cuatro áreas interrelacionadas donde se ve el control del consumo). Las personas que más realizan dietas son las que menos lo necesitan. Se comienzan a hacer dietas en la adolescencia o

incluso antes. Se aprende por índices externos como la publicidad, la talla de la ropa etc. influye en el interés por llevar a cabo una dieta. De aquí se desatan problemáticas como la anorexia y la bulimia, en donde el último estudio realizado en Colombia por la Universidad de Antioquia muestra que el 41 % de 972 alumnas de cinco colegios tienen atracones y un 33 % experimenta culpabilidad después de comer y un 8 % ha recurrido al vómito después de alimentarse. Estas conductas han sido dirigidas algunas veces por integrar grupos que las hacen sentir inseguras, con falta de aceptación, y por malas relaciones interpersonales, (Patiño, 2003). Todo por una presión social y una necesidad de sentirse aceptadas.

Intervienen muchos factores: 1) Se vive en una sociedad rica que ha cambiado su modelo ideal. La gordura ya no está relacionada con la clase social alta, ahora los ricos también hacen dieta. 2) Creciente conciencia de salud: obesidad = enfermedad, 3) Búsqueda de la juventud y miedo a la muerte: juventud = delgadez, 4) Nuevos roles sociales del hombre y la mujer.

Todos estas características se hacen evidentes en la población de los dos colegios estudiados, donde se observan gran cantidad de casos de anorexia y bulimia, causando gran preocupación por parte de los profesores y algunos estudiantes que se acercan al departamento de Psicología inquietos por sus compañeras. Además, se empiezan a formar grupos de amigos más fuertes y unidos, que generalmente conforman la mayor parte de su grupo social y la formación de relaciones de pareja.

En la preadolescencia se presentan algunos problemas, a continuación serán descritos los más frecuentes en la actualidad:

Los preadolescentes tienen bajas tasas de discapacidad y enfermedades crónicas. Su tendencia a tomar riesgos se refleja en sus altos índices de mortalidad por accidentes, homicidio y suicidio, problemas de salud como obesidad, anorexia nerviosa, bulimia, consumo de estupefacientes y enfermedades de transmisión sexual afectan a un número muy grande de preadolescentes, que se acrecienta cada vez más en la adolescencia como tal.

#### *Desórdenes alimenticios*

**Anorexia:** También conocida como auto-inanición, es un desorden en la alimentación que se ve especialmente en las mujeres jóvenes puede afectar a ambos sexos desde la preadolescencia hasta la edad madura, sin embargo es más probable que se presente en la adolescencia. Los signos iniciales incluyen continuar una dieta para bajar de peso con límites más bajos, luego de alcanzar el peso inicial deseado, decidirse a seguir una dieta por cuenta propia; practicar demasiado ejercicio; sentirse insatisfecho después de perder peso y la interrupción de la menstruación. Las causas de la anorexia se desconocen, pueden ser la presión social, depresión, ansiedad o de origen físico o una combinación de todos esos factores, según Pike (1996).

**Bulimia:** También afecta en primer lugar a las niñas preadolescentes, adolescentes y a las mujeres jóvenes consiste en ingerir grandes cantidades de alimentos (casi siempre en secreto) y luego provocarse vómito, sometiéndose a dietas estrictas, realizando ejercicios rápidos y vigorosos o consumiendo laxantes y diuréticos (Pike, 1996). Las personas que padecen de bulimia se obsesionan con su peso y la forma de su cuerpo, padecen de caries y algunas víctimas de anorexia sufren episodios bulímicos. Las causas pueden explicarse desde el punto de vista psicológico que indica que las personas utilizan los alimentos

para apaciguar su hambre de amor y afecto y el punto de vista biológico que parece estar relacionada con bajos niveles de serotonina, (Salud Hoy, 2000)

**Obesidad:** El sobrepeso implica una medida de los pliegues de la piel en el percentil 85 y por lo general preadolescentes obesos tienden a ser adultos obesos. Se produce cuando las personas consumen más calorías de las que gastan.

#### *Consumo de drogas*

**Tabaquismo:** Según la revista Salud Hoy (2002), los fumadores suelen iniciarse hacia los 10 ó 12 años y continúan haciéndolo, hasta convertirse en dependientes de la nicotina. Se relaciona el hábito de fumar con el cáncer pulmonar, dolencias cardiacas, enfisema, entre otras enfermedades. La presión de los compañeros y que sus familiares lo hagan, aumenta de manera significativa la probabilidad de que los jóvenes, en este caso los preadolescentes, lo hagan.

**Alcoholismo:** La mayoría de los preadolescentes comienza a beber porque hacerlo les parece una "cosa de grandes" y continúan haciéndolo para dar un tinte agradable a las situaciones sociales, reducir la ansiedad y escapar de los problemas. Los peligros de beber entre preadolescentes, se relacionan en gran medida con que la principal causa de mortalidad son los accidentes automovilísticos relacionados con el consumo de alcohol, cuando crecen y están en la etapa de la juventud.

**Marihuana:** A pesar del tiempo sigue siendo una de las drogas ilícitas más consumidas, las causas son las mismas que para consumir alcohol. El uso continuo de marihuana puede llevar a problemas cardiacos y pulmonares, accidentes de tránsito, obstruir las capacidades de memoria y aprendizaje, así como disminuir la motivación, interferir con el trabajo escolar y causar problemas familiares.

### *Educación sexual*

Embarazo precoz: No es un problema típico de la adolescencia, cuidar un bebé exige demasiado, pudiendo tener consecuencias graves para los preadolescentes, los bebés y la sociedad en conjunto. Las preadolescentes embarazadas son propensas a sufrir complicaciones como anemia, partos prolongados y toxemia así como el bebé presentar bajo peso, defectos neurológicos o morir en el primer año de la vida. Además de que tienen menos probabilidad de seguir estudiando y tener problemas económicos.

Los factores sociales afectan la actividad sexual premarital y el control natal así como la edad, el conocimiento del sexo y la experiencia.

Delincuencia juvenil: Este problema se presenta mayormente entre los varones más que en las mujeres, se consideran delincuentes juveniles a aquellos preadolescentes que tienen problemas con la ley. No existen características predominantes entre los preadolescentes que prediga las conductas ilegales de éstos, (como la clase social, problemas neurológicos, psiquiátricos o abusos físicos o psicológicos), se puede decir que el mejor predictor de delincuencia es la falta de supervisión y disciplina familiar.

### *Aspectos positivos en la adolescencia*

Es un periodo maravilloso en el que todas las cosas son posibles, comienzan a conocerse a sí mismos y la gran mayoría no presenta los problemas que se acaban de mencionar si no que se las arreglan muy bien en esa época. Los preadolescentes cuyo comportamiento muestran que tienen problemas deben recibir de ayuda de inmediato para que puedan reconocer y confiar en sí mismos para una adecuada transición a la edad adulta.

### *Colegio*

Todas las problemáticas expuestas anteriormente son circunstancias en las que el ambiente escolar y familiar debe intervenir a manera de prevención. El colegio no solamente suministra conocimientos, si no que también es un soporte de formación personal como integrador a la sociedad, en donde se empieza a conocer el valor de la amistad, aprende a relacionarse con los demás, y con las normas y exigencias de una institución. Se forman seres humanos con múltiples facultades que los ayudarán afrontar el mundo exterior (Fuentes, 2003). A nivel de contexto escolar se debe fomentar la autoestima al igual que en el hogar, con el propósito de prevenir enfermedades como la anorexia y la bulimia, u otras situaciones de manipulación por parte del grupo. “Proporcionar a los jóvenes un marco emocional estable que les de la autoestima suficiente para pasar la adolescencia con éxito” (Patiño, 2003). Se les debe transmitir disponibilidad para escucharlos, confianza para entenderlos y un espacio abierto para la expresión sin temor y para su propia reflexión.

Hoy en día existe un nuevo concepto, “conexión escolar, entendida como la adaptación e interés de los preadolescentes al ambiente y al personal que labora en los planteles educativos” (Salud Hoy, 2000). Varios estudios publicados por la revista *Pediatrics* en noviembre de 2002 han demostrado cómo los preadolescentes que presentan mayor grado de conexión escolar tienen menores tasas de estrés, ideas suicidas, actos violentos, abuso de sustancias psicoactivas y relaciones sexuales a temprana edad, comparados con quienes no se sienten parte del colegio. Estos estudios sucedieron en Estados Unidos, en donde se realizaron 1959 encuestas a estudiantes de séptimo a doceavo y con edad promedio de 15 años. Los resultados obtenidos mostraron que los estudiantes con puntajes altos en la encuesta de conexión escolar presentaban

mayor rendimiento y participación en actividades extracurriculares (deporte, música, pintura), además de mejor estado de salud, que los estudiantes con bajos puntajes. También se observó menor consumo de alcohol o tabaquismo en los preadolescentes que presentaban mayor grado de adaptabilidad al colegio y a su personal (Salud Hoy, 2000). Dentro del contexto escolar igualmente se conocen los propios límites que se tienen en esta etapa del desarrollo y los preadolescentes son conocedores del proceso que están llevando a cabo. Toman conciencia de la importancia del reconocimiento de sus propios límites de su identidad personal. Los jóvenes están adquiriendo dentro de este contexto no sólo conocimientos en determinadas materias (lo cual es un estresor en nuestro caso cuando sienten demasiada exigencia), sino además una guía de formación personal que los llevará a ser exitosos en las decisiones que tomen respecto a sus trabajos, familia y estudios avanzados. De esta manera se hará más fácil poder encaminar sus ilusiones y deseos hacia su futuro. Los conflictos de los preadolescentes se observan, cuando no saben como avanzar al siguiente paso porque ni siquiera lo conoce. Las relaciones alumno-profesor positivas, y profesores que sean un modelo de conductas positivas ayudan a manejar estas situaciones de incertidumbre que comúnmente manifiestan los jóvenes.

En cuanto al desarrollo escolar y vocacional, la atmósfera familiar, el interés de los padres y las relaciones familiares parece tener una influencia mayor en los resultados escolares de los preadolescentes que el estatus socioeconómico. Tanto las familias pobres como las ricas pueden crear un clima que fortalezca el aprendizaje.

Durante la práctica educativa en el English School, por ejemplo, se pudo observar una distancia considerable por parte de algunos profesores ingleses, acompañado de un

trato agresivo por parte de unos pocos profesores, lo cual no beneficia al desarrollo de los preadolescentes.

Según Magaña, Jefe del Servicio de Medicina del Adolescente del Hospital Infantil de México, la preadolescencia es un periodo de la vida que oscila entre la niñez y la adultez, y cuya duración e incluso existencia han sido discutidas y definidas como "Época de Crisis".

Las exigencias parentales irrazonables en cosas que no tienen, a veces importancia, pueden conducir a problemas más graves; tal es el caso en relación a la vestimenta, el largo del pelo y el peinado, el cuarto sucio y la casa en desorden, la música ensordecedora, el uso del teléfono, el levantarse por la mañana, las peleas entre hermanos, entre otras. Si bien algunas de estas situaciones suelen no ser graves, no se puede decir lo mismo cuando se tratan del rendimiento académico, ya que cuando un preadolescente manifiesta "mal" rendimiento o "bajo" rendimiento los padres se molestan o se asustan y los educadores se sienten amenazados. Es importante que los padres se lo tomen en serio, pero sin mostrar reacciones exageradas, ya que esto último puede hacer que el problema empeore.

La lista de posibles causas es larguísima; se pueden tener en cuenta desde las personales, a las no personales y que involucran tanto lo familiar como lo educativo y lo social, encontrando que en la mayoría de los casos las causas suelen ser mixtas, es decir tanto personales como no personales, lo que hace necesario que ante un preadolescente (o niño) que no rinde adecuadamente se tenga que hacer una valoración muy cuidadosa que lleve a identificar las mencionadas causas, y así tener la posibilidad de poder manejarlas más adecuadamente y resolverlas, para evitar la complicación más lamentable en estos casos: el fracaso escolar.

Lamentablemente es común que haya una "complicidad en el anonimato", pues generalmente, las personas tienden a culparse unos a otros, y el preadolescente podrá decir que no rinde porque "las clases son aburridas", "el maestro no enseña bien", etcétera; el maestro culparía a los padres porque no supervisan al hijo, el padre que trabaja todo el día dirá que eso le corresponde a la madre y ésta a su vez dirá que es el chico quien "no cumple con sus obligaciones", y así sucesivamente. Según la revista Salud Hoy (2002), es evidente que no se trata de buscar culpables, más bien se trata de asumir cada uno responsabilidades y de esa manera participar en la solución, ya que este problema requiere no sólo de un abordaje desde el punto de vista de psiquiatría infantil, sino también desde el punto de vista de lo familiar, lo educativo y lo social, pues no hay que olvidar que cuando el preadolescente está pasando por una situación emocional o de tensión le es difícil o imposible expresarlo y posiblemente no sirva de nada que los padres le pregunten cuál es el problema. Se debe tener una gran capacidad para comprender el mundo del preadolescente y buscar soluciones en conjunto con ellos mismos, sus padres, profesores y demás personas que intervienen en su desarrollo escolar.

“ Los métodos de disciplina, las normas, la estructura del salón de clases desempeña un papel importante en el moldeado de cada joven. Los colegios ejercen una importante influencia en el éxito académico y el comportamiento social de los jóvenes” (Wicks e Israel, 1999). Por estas razones, el ambiente escolar tiene tal importancia e impacto en los preadolescentes y por lo tanto en la sociedad.

La adaptación a una nueva situación escolar no tiene porqué ser especialmente complicada si las dificultades que presentan los alumnos son tenidas en cuenta por los educadores y se ponen medidas oportunas para afrontarlas.

Hay personas que son susceptibles a los riesgos del entorno y otros mantienen un funcionamiento saludable, es decir, son resistentes. Los investigadores han detectado un gran número de factores de riesgo en el desarrollo, algunas de ellas según Wicks e Israel (1999) son:

#### Familiares

Pobreza.

Malos tratos, indiferencia.

Conflicto, desorganización, psicopatología, estrés.

Familia numerosa.

#### Emocionales e Interpersonales

Patrones psicológicos tales como poca autoestima, inmadurez emocional, temperamento difícil.

Incompetencia social.

Rechazo por parte de los iguales.

#### Intelectuales y Académicos

Inteligencia por debajo del a media, trastornos del aprendizaje.

Fracaso escolar.

#### Ecológicas

Vecindario desorganizado y con delincuencia.

Injusticias raciales, étnicas y de género.

#### Acontecimientos de la vida no normativos que generan estrés

Muerte prematura de uno de los progenitores.

Estallido de una guerra en el entorno inmediato.

Ante los factores de riesgo se encuentran personas vulnerables a estos. Un estudio sobre resistencia se llevó a cabo en la isla hawaiana de Kauai. Los resultados mostraron preadolescentes que se enfrentaban a una serie de posibles riesgos, en donde la gran mayoría atribuyó problemas, un tercio de ellos los superaron con éxito. Los investigadores dividieron las razones de la resistencia en tres grandes grupos. La primera contemplaba los atributos personales (inteligentes, sociables y socialmente competentes). La segunda comprendía la familia, ésta proporcionaba afecto y apoyo en momentos de tensión. Y la tercera se refería al apoyo fuera de la familia (colegio, iglesia) (Wicks e Israel, 1999, p.36,37).

Con los resultados arrojados por esta investigación se puede corroborar la importancia del contexto familiar y social (amigos), además del colegio, para un óptimo desarrollo de los preadolescentes en nuestra sociedad.

### *Familia*

El primer grupo con el que el ser humano convive es la familia, en él debe sentir pertenencia, seguridad, identificación, aprecio, afecto, refugio y apoyo. En el ambiente familiar se experimenta amor, sentido de hermandad se pondrá a prueba el sentido de lealtad como en ningún otro grupo. Los padres siembran los valores que más tarde los hijos tendrán que aplicar en su hogar y en su sociedad. La familia puede ser también la relación más destructiva para el individuo, una familia enferma provoca neurosis, y toda clase de psicopatías. En el caso de una familia se puede gestar lo peor o lo mejor del ser humano, (Fuentes. 2003).

Los padres siempre estarán preocupados por las amistades que establecen sus hijos, para lo cual acostumbran a desagradar extraordinariamente. Cada vez más y con mayor razón se preocupan por las buenas o malas influencias que se ejerzan sobre las vidas de

sus hijos. Un hijo preadolescente que le agrada estar en la casa, llevará a sus amigos porque allí encuentran un espacio adecuado para que puedan hablar con suficiente privacidad, escuchar música y para sus reuniones de amigos. De esta manera se conoce a sus amigos y se le brinda al joven un espacio apropiado para su expresión y con la tranquilidad para buscar ayuda en el hogar (Patiño, 2003).

La mayoría de los padres y adultos tan pronto como escuchan la palabra adolescencia piensan en caos, problemas y estrés, por lo tanto se da por hecho que lo es. Lo que sucede es que cuesta entender que el hijo ya no es un pequeño y que está descubriendo su propia personalidad, se está desprendiendo de la imagen que tiene de sus padres y comienza a cuestionarse sobre todo lo que le mencionan y ordenan, ahora quiere manifestar sus puntos de vista y opiniones. Es en éste momento en el que el padre se da cuenta de que no está preparado para un cambio total del hijo que parecía conocer y ser igual a su padre o madre.

El rechazo a los padres, la violencia con la que busca, a menudo, la conquista de la autonomía, tiene un carácter defensivo del peligro de un padre y una madre que puedan atraparlo en una situación infantilizada, y lo que quiere es ser una persona independiente, sabiendo que a la vez éste depende de sus padres aún. Es evidente que las relaciones entre adultos y preadolescentes resultan un poco imposibles ya que no constan de los mismos intereses y no se alegran por lo mismo motivos. Existe una gran diferencia entre ser “amigos” con los hijos y que exista una relación fluida de comunicación. Este último implica confianza mutua, fiarse de los hijos es una condición necesaria para que a su vez ellos se fíen de los padres y les hablen de cuestiones de tipo personal. “El adulto necesita tener prestigio entre los preadolescentes porque la admiración es una vía necesaria para acercarse al joven, se necesita también saber adaptarse al mundo de los

preadolescentes y respetar su forma de sentir. Hay que dedicarles tiempo para hacer algo juntos y para conversar sobre lo que hacen, creando situaciones o aprovechando las que ya existen” (Patiño, 2003). Así como el preadolescente le puede comentar sus preocupaciones al padre, éste a su vez debe hacer lo mismo para que esta relación no sea unidireccional. Se deben respetar sus intimidades y su espacio, no estar presionando para que los jóvenes hablen.

Castillo, Pedagogo, dice en su libro, Tus hijos preadolescentes: ”Durante alrededor de los 12 años los padres hemos sido el modelo e incluso los ídolos de los hijos: nos preguntaban todo, nos pedían ayuda por todo, querían parecerse a nosotros, les gustaba estar con nosotros... Pero, con la llegada de la pubertad, dejan de pedirnos ayuda, pasan la mayor parte de su tiempo fuera de casa, rehuyen nuestra presencia...”

Algunos padres no quieren aceptar este alejamiento y recurren a la autoridad de forma arbitraria como padres, pero menos lo consiguen.

Pautas de crianza parentales y su relación con las características del niño, según Rita Wicks y Allen Israel:

#### Autoritaria

Los padres establecen las normas con muy poca participación del niño, prohibiéndoles que las cuestionen. La desviación de la norma tiene como consecuencia castigos bastantes severos, a menudo físicos.

El niño tiende a ser retraído, mostrando poca interacción social. Tiene poca autoestima, carece de espontaneidad y de un locus de control interno.

#### Indulgente/permisiva

Los padres toleran los impulsos del niño, son poco exigentes en lo relativo a una conducta madura, utilizan poco el castigo y permiten que el niño regule su propia vida.

El niño tiende a ser impulsivo, agresivo, carece de independencia y no es capaz de asumir responsabilidades.

#### Autoritativo

Los padres esperan que el niño tenga un comportamiento maduro, establecen una serie de normas y las aplican, animan a sus hijos para que expresen sus ideas, reconocen tanto los derechos parentales como los del niño y fomenta la independencia y la individualidad.

El niño tiende a ser independiente, responsable socialmente, capaz de controlar la agresividad, tiene confianza en sí mismo y un alto grado de autoestima.

El excesivo control o la alta permisividad tienen secuelas negativas sobre el desarrollo de los niños, que no les deja las suficientes herramientas para afrontar situaciones de riesgo o estresantes. Por otro lado, el estilo autoritativo suele repercutir positivamente en el niño. Así mismo, un ambiente familiar cálido y cariñoso suele tener resultados positivos en el desarrollo.

Además de los estilos de crianza, los jóvenes se ven involucrados en familias en la que la ausencia de alguno de sus padres o de los dos es marcada. Hoy en día las mujeres quieren llegar a tener un estatus laboral tan alto como puedan, lo cual repercute en el tiempo que le dedica a sus hijos. Aunque esto no indica que la ausencia del padre no sea importante, al contrario, la imagen del padre en el hogar es sumamente necesario, por lo tanto ellos deben ofrecer el tiempo que sus hijos necesitan y requieran para su óptimo desarrollo. Esta situación de ausencia por motivos laborales tendrá sus repercusiones en los jóvenes. Además existen ausencias de alguno de los padres por motivos de divorcio o separación que igualmente tiene consecuencias emocionales y cognitivas en los preadolescentes.

“Cada niño, dentro de su estructura familiar experimenta situaciones diversas haciéndolos únicos, ya sea un divorcio, un cambio de domicilio, que se producen a edades diferentes del niño y que van dejando una huella en sus vidas de diferente intensidad. No es tanto la estructura de la familia lo que importa, sino la forma en que la familia funciona” (Wicks e Israel, 1999).

Se puede decir entonces, que las consecuencias del estrés son variadas y a todo nivel. Como se ha mencionado anteriormente, ocurren causas fisiológicas; tensión muscular, dolor de cabeza, problemas digestivos y enfermedades psicosomáticas. Causas emocionales y comportamentales; irritabilidad, llanto y depresión. Causas familiares y sociales; problemas de comunicación, maltrato. Académicas; desmotivación bajo rendimiento académico. Las consecuencias, efectos o manifestaciones, pueden ser a la vez causa de más estrés, generándose así un círculo vicioso.

A partir de las observaciones realizadas durante la práctica educativa de noveno semestre en el segundo periodo de 2002 por una de las investigadoras, y teniendo en cuenta las teorías anteriormente expuestas, se han corroborado las características sociales, culturales, familiares y académicas que están relacionadas con el estrés que viven los preadolescentes, debido a las situaciones que se presentan en estos contextos. Por ejemplo, un alto índice de separación entre padres, desunión familiar, manipulación por parte de sus amigos cercanos llevándolos a comportarse de acuerdo con unos patrones impuestos por su grupo de amigos y por la sociedad en la que se encuentran inmersos (clase socioeconómica alta). Además, los estudiantes de la población correspondiente a la presente investigación se ven enfrentados a un ambiente exigente académicamente, ya que tienen diferentes demandas adicionales al programa de bachillerato tradicional, como realizar monografías de 4000 palabras sobre alguna

carrera profesional de su interés, ensayos constantemente de las materias vistas y exámenes avanzados en diferentes áreas de estudio; las cuales son enviadas a Londres para su calificación correspondiente.

Por otro lado, los jóvenes experimentan una constante tensión entre querer alejarse de los padres y darse cuenta de cuanto dependen de ellos; al igual que los padres quienes se encuentran indecisos entre el deseo de que sus hijos se independicen y el de que mantengan la dependencia es difícil que los dejen partir.

En términos generales, preadolescentes y padres no disputan por valores económicos, religiosos, sociales o políticos. La mayor parte se presenta en aspectos como el trabajo escolar, los quehaceres domésticos, los amigos, las citas y la apariencia personal, así como la hora de llegada y el consumo de alcohol. No obstante la mayoría de los preadolescentes se sienten muy ligados a sus padres y piensan de manera positiva con respecto a ellos, adoptan valores semejantes en los asuntos importantes y aprecian su aprobación. También gozan estando en su compañía.

### *Problema*

¿Cuáles son los factores a nivel escolar que están asociados al concepto de estrés en los estudiantes de octavo y noveno grado de ambos géneros, pertenecientes a un nivel socioeconómico alto de dos colegios privados y bilingües de Bogotá?

### *Objetivo General*

Identificar los factores del ambiente escolar que se encuentran asociados al concepto del estrés en los estudiantes de 8° (octavo) y 9° (noveno) grado de ambos géneros, pertenecientes a un nivel socioeconómico alto de 2 (dos) colegios privados y bilingües de Bogotá.

*Objetivos Específicos*

Describir los factores del ambiente escolar que los estudiantes de octavo y noveno grado de dos colegios bilingües de Bogotá asocian al concepto de estrés para identificar los principales factores que producen el estrés en estudiantes.

Aplicar el instrumento validado y diseñado por González, J., Lema, S. y Vargas, J., a estudiantes de 8 (octavo) y 9 (noveno) grado pertenecientes a un nivel socioeconómico alto de 2 (dos) colegios bilingües de Bogotá, con el fin de obtener datos significativos que permitan identificar los principales factores del ambiente escolar que generan estrés en estos preadolescentes.

Formular nuevos proyectos de grado, con el objetivo de ampliar el conocimiento actual del concepto de estrés en el ambiente escolar de colegios bilingües de Bogotá

Las variables más relevantes del estudio son el estrés entendido como la evaluación cognoscitiva de "una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar"; este es entendido en el contexto de un proceso, donde la relación entre el individuo y su entorno compromete a la evaluación cognoscitiva para determinar por qué y hasta qué punto una relación resulta ser amenazante del bienestar emocional; los grados 8 y 9, entendidos como los niveles académicos correspondientes a jóvenes entre los 13 y 16 años, que cursan el tercer y cuarto año de bachillerato; y bilingüe, entendiendo que estos colegios ofrecen la posibilidad de estudiar en un idioma diferente a su lengua materna, no sólo como educación complementaria al currículo tradicional, sino que las clases que la institución brinda, son dictadas en este segundo idioma.

## Método

### *Tipo de Diseño*

El presente trabajo tiene como objetivo fundamental describir los factores del ambiente escolar que se encuentran asociados al concepto del estrés en los estudiantes de 8° (octavo) y 9° (noveno) grado de ambos géneros, pertenecientes a un nivel socioeconómico alto de 2 (dos) colegios privados y bilingües de Bogotá. Estos dos colegios son The English School y el Colegio Andino.

Con el fin de lograr este objetivo, se investigó mediante una metodología cuantitativa del tipo descriptivo ya que “los estudios descriptivos buscan describir situaciones y eventos, es decir, cómo es y cómo se manifiesta determinado fenómeno especificando sus propiedades. Además, miden de manera más independiente y con la mayor precisión posible los conceptos, variables, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar. (Dante 1986 citado por Sampieri, Fernández y Baptista 1997).

Para lograr lo anterior, se aplicó el instrumento validado y diseñado por González, J.; Lema, S. y Vargas, J., que permite identificar los principales factores asociados al concepto de estrés que inciden en el rendimiento de los estudiantes y posteriormente se realizó un análisis de resultados a partir de los datos obtenidos.

### *Participantes*

The English School y El Colegio Andino son colegios bilingües, el English de cultura inglesa y por lo tanto se rige por el sistema educativo inglés y el Colegio Andino de

cultura alemana. Los dos colegios se rigen por el Bachillerato Internacional (IB), el cual implica que además de completar el bachillerato tradicional deben llevar a cabo el IB, siendo éste un programa constituido de alto renombre a nivel internacional, riguroso y exigente. Dando validez al bachiller para entrar en cualquier universidad del exterior. Esto implica una serie de demandas adicionales que los preadolescentes deben asumir eficazmente para lograr los objetivos propuestos por su entorno escolar.

Para la aplicación de la prueba se trabajó con 240 estudiantes de octavo y noveno grado de los dos colegios, hombres y mujeres de edades entre los 13 y 16 años, pertenecientes a un nivel socioeconómico alto.

#### *Instrumento*

Teniendo en cuenta el problema planteado, el marco teórico, los objetivos y la población, se aplicó el instrumento anteriormente validado por cuatro jueces, el cual fue aplicado a 1091 estudiantes de primaria y bachillerato de los colegios oficiales de Chía (anexo 1).

En esta investigación se pretendió identificar los factores asociados al concepto de estrés a nivel escolar en los estudiantes.

Este instrumento consta de 11 ítems (6 de tipo actitudinal y 5 de tipo comportamental) los cuales permiten evaluar el estrés a nivel escolar en los estudiantes.

#### *Procedimiento*

Para la realización de esta investigación se realizaron las siguientes etapas:

Se efectuó el contacto con las dos instituciones, con el fin de conseguir su aprobación para la aplicación del instrumento, mediante la autorización de los investigadores para realizar esta labor. Posteriormente se aplicó el instrumento con el objetivo de identificar los factores asociados al estrés en los estudiantes a nivel escolar.

Por último se realizó la etapa de análisis de resultados en la cual se efectuó una sistematización de los datos obtenidos, los cuales permitieron generar un análisis de la problemática investigada dando paso a la construcción del informe final, el cual determina en detalle todo el desarrollo de la investigación incluyendo las conclusiones de los investigadores.

## Resultados

Esta investigación tuvo por objetivo describir los factores del ambiente escolar asociados al concepto de estrés en preadolescentes.

Con el fin de lograr lo anterior se aplicó un instrumento que evaluará la actitud de los estudiantes en el Colegio Andino y el Colegio Tes (The English School), en los grados octavo y noveno respectivamente.

El instrumento que ya ha sido utilizado para el mismo fin en investigaciones de esta misma línea dio como resultado una consistencia interna de 0.814 la cual es muy semejante a la hallada en las investigaciones anteriores y que indica una confiabilidad alta y que hoy permite afirmar que los Items evalúan consistentemente los constructos postulados.

Este instrumento esta dividido en dos partes, la primera (Items 1 a 6) evalúan mediante la técnica Likert el constructo formulado y la segunda son items de múltiple respuesta (Pregunta 7 a 11).

Con esta investigación se calcularán las medidas de tendencia central y de variabilidad, lo mismo que el índice de Asimetría de cada uno de los factores evaluados.

Los resultados se presentarán a continuación con sus respectivas tablas y figuras.

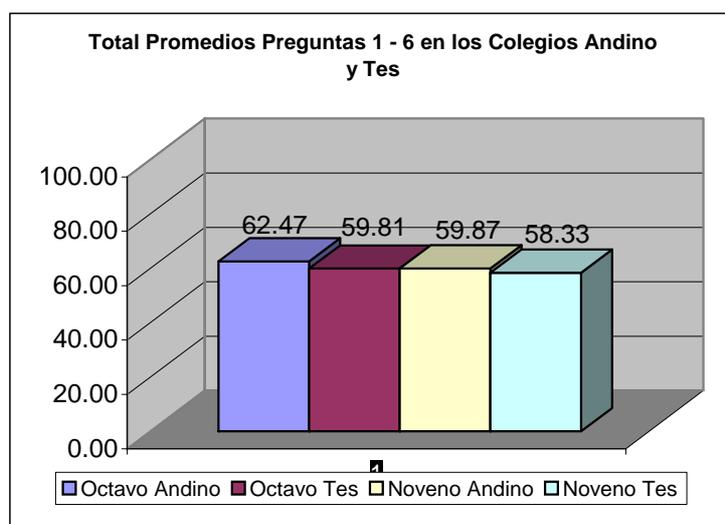
Tabla 1. *Total de los promedios de los grados octavo y novenos de los Colegios Andino y Tes . en las preguntas de 1 a 6.*

	PREGUNTAS					
	1	2	3	4	5	6
Prom. Grado Octavo andino	75.58	57.14	58.18	74.29	54.81	54.81
I. de Asimetria Octavo Andino.	0.90					
Des. Est. Octavo Andino	9.76					
Mediana	57.66					
Prom. Grado Octavo Tes	67.83	55.36	52.75	69.57	51.30	62.03
I. de Asimetria Octavo Tes	0.25					

Des. Est. Octavo Andino	7.83					
Mediana	58.70					
Prom. Grado Noveno Andino	71.20	54.67	53.87	65.07	54.93	59.47
I. de Asimetría Noveno Andino.	0.99					
Des. Est. Octavo Andino	6.97					
Mediana	57.20					
Prom. Grado Noveno Tes	70.00	52.17	50.87	66.09	49.57	61.30
I. de Asimetría Noveno Tes	0.35					
Des. Est. Octavo Andino	8.67					
Mediana	56.74					

---

Se observa que el mayor número de respuestas se obtuvo en la pregunta 1 y el menor en la pregunta 5.



*Figura 1.* Gráfica que presenta los resultados de los Grados Octavo y noveno de los Colegios Andino y Tes en las preguntas 1 a 6.

El menor número de respuestas esta en los colegios Andino y Tes en los grados noveno con un porcentaje de 59.07 y 58.33 respectivamente y el mayor en octavo Andino con el 62.47%.

Tabla. 2. Promedio en porcentajes de los totales de la pregunta No. 1 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.

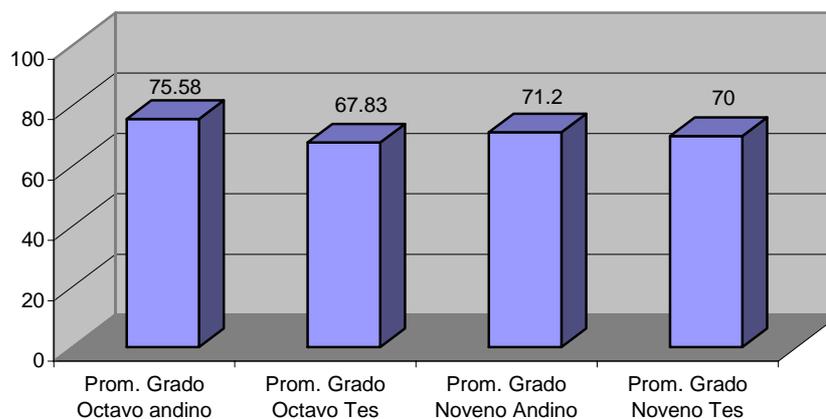
PREGUNTA	
No. 1	
Prom. Grado Octavo Andino	75.58
Prom. Grado Octavo Tes	67.83
Prom. Grado Noveno Andino	71.20
Prom. Grado Noveno Tes	70.00

El mayor promedio se obtuvo en el grado octavo en el Colegio Andino y el menor en el grado Octavo en el Colegio Tes.

1. Permaneces preocupado la mayor parte del tiempo por tu rendimiento académico:

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé

Promedios Pregunta Número 1.



*Figura 2.* Gráfica que presenta los promedios de la pregunta No. 1 en los grados octavo y noveno de los Colegios Andino y Tes.

De acuerdo con los puntajes obtenidos en los cuatro grados, se puede afirmar que la respuesta a la pregunta No. 1 es positiva, teniendo en cuenta que en el grado octavo del Colegio Andino, se encuentra un 25% de actitud positiva, y en el grado octavo del Colegio Tes, que fue el que menor puntaje obtuvo también hay una actitud positiva, en este caso del 17%. Esto quiere decir que una gran cantidad de los preadolescentes encuestados permanece un buen tiempo preocupados por su rendimiento académico.

En esta figura se observa los resultados en la tabla No. 2.

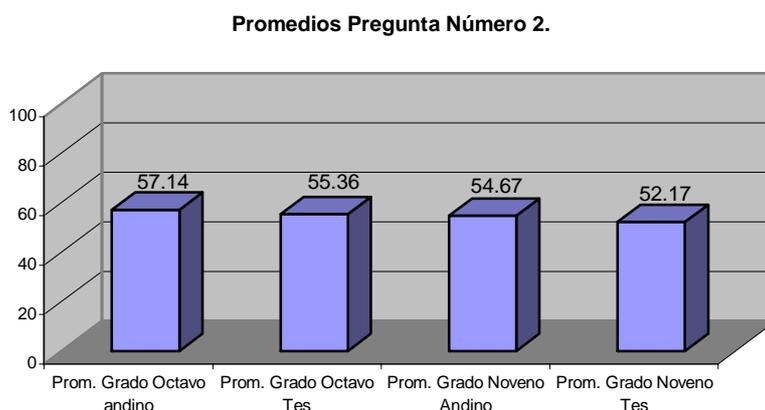
*Tabla 3. Promedio total en porcentajes de la respuesta a la pregunta No. 2 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.*

PREGUNTA No. 2	
Prom. Grado Octavo Andino	57.14
Prom. Grado Octavo Tes	55.36
Prom. Grado Noveno Andino	54.67
Prom. Grado Noveno Tes	52.17

En esta tabla se observa que todos los promedios de respuesta son muy semejantes, pero el Colegio Andino en el colegio octavo obtuvo el mayor promedio de respuesta con 57.14.

2. Te sientes nervioso cuando hablas con tus padres de tu rendimiento académico

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé



*Figura 3.* Gráfica que presenta los promedios de la pregunta No. 2 en los grados octavo y noveno de los Colegios Andino y Tes.

De acuerdo con los resultados obtenidos en la pregunta No. 2, no se puede afirmar que estos preadolescentes se sienten nerviosos cuando hablan con sus padres de su rendimiento académico, sin embargo tampoco se puede afirmar lo contrario, puesto que las respuestas son muy cercanas a la media y no hay una tendencia muy marcada, aunque hay que decir que existe la tendencia hacia una actitud positiva frente a la pregunta.

La figura 3 nos muestra los resultados obtenidos en la tabla No. 3.

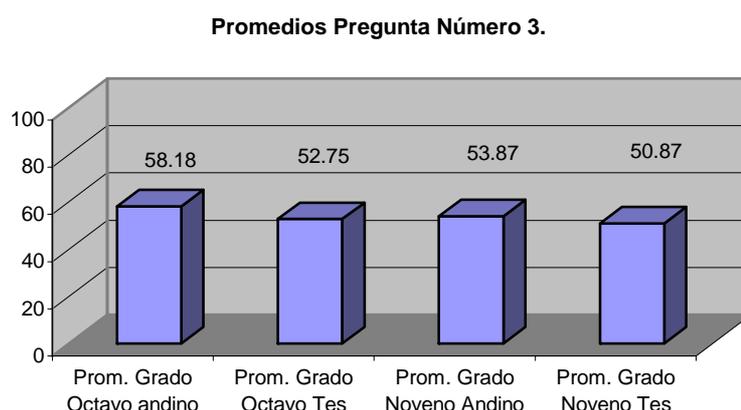
*Tabla 4. Promedio total en porcentajes de la respuesta a la pregunta No. 3 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.*

PREGUNTA No. 3	
Prom. Grado Octavo Andino	58.18
Prom. Grado Octavo Tes	52.75
Prom. Grado Noveno Andino	53.87
Prom. Grado Noveno Tes	50.87

Nuevamente el grado octavo del Colegio Andino obtuvo el mayor promedio de respuestas (58.18) y el menor fue en el grado Noveno Tes (50.87).

3. Cuando tienes alguna duda, te da miedo referirte a tus profesores

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé



*Figura 4.* Gráfica que presenta los promedios de la pregunta No. 3 en los grados octavo y noveno de los Colegios Andino y Tes.

La figura 4 nos muestra los resultados obtenidos en la tabla No. 4

De acuerdo a estos resultados, se puede decir que existe una tendencia hacia una actitud positiva a esta pregunta, sin embargo, no se puede afirmar que los preadolescentes de los cuatro grupos tengan miedo de referirse a sus profesores cuando tienen alguna duda, puesto que las respuestas en los cuatro grupos son muy similares y están muy cerca de la mediana. Por ejemplo, en el grado noveno del Colegio Tes no hay una actitud positiva ni negativa frente a la pregunta, pues el resultado obtenido se encuentra en la media.

*Tabla 5. Promedio total en porcentajes de la respuesta a la pregunta No. 4 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.*

PREGUNTA No. 4	
Prom. Grado Octavo Andino	74.29

Prom. Grado Octavo Tes	69.57
Prom. Grado Noveno Andino	65.07
Prom. Grado Noveno Tes	66.09

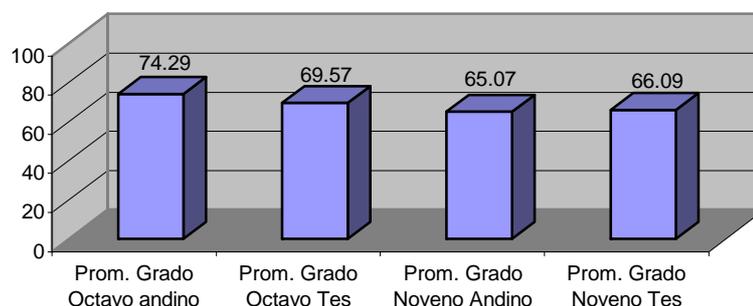
---

El colegio Andino obtuvo en el grado octavo el mayor número de respuestas los otros grados obtuvieron menos respuestas semejantes.

4. Permaneces distraído en clase (hablando con tus compañeros, dibujando, moviéndote en el puesto o caminando por el salón).

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé

**Promedios Pregunta Número 4.**



*Figura 5.* Gráfica que presenta los promedios de la pregunta No. 4 en los grados octavo y noveno de los Colegios Andino y Tes.

La figura 5 nos muestra los resultados obtenidos en la tabla No. 5.

Según estos resultados, los cuatro grados, octavo y noveno de los dos colegios tuvieron una actitud positiva frente a esta pregunta; el grado octavo del Colegio Andino obtuvo un promedio que muestra una actitud positiva del 24%, mientras que el Grado Noveno del Colegio Andino, que obtuvo el menor puntaje en esta pregunta, obtuvo también una puntuación que muestra una actitud positiva del 15%.

Tabla 6. Promedio total en porcentajes de la respuesta a la pregunta No. 5 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.

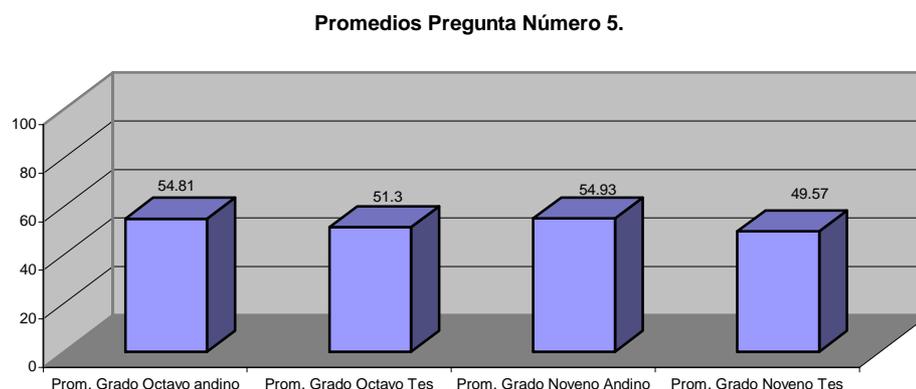
PREGUNTA No. 5	
Prom. Grado Octavo Andino	54.81
Prom. Grado Octavo Tes	51.30
Prom. Grado Noveno Andino	54.93
Prom. Grado Noveno Tes	49.57

Todos los grados y Colegios obtuvieron un número semejante de respuestas.

Esto muestra que los estudiantes encuestados se sienten algo nerviosos porque no entienden lo que se explica, pero en realidad no es algo significativo, puesto que en los cuatro grados las respuestas están bastante cerca de la mediana. Sin embargo, aunque la actitud positiva es pequeña, en el Colegio andino en ambos grados hay una respuesta positiva del 4% y en el grado octavo del Tes hay una actitud positiva a la pregunta del 1%, mientras que en el grado Noveno del Tes, hay una actitud negativa de menos del 1%, por lo cual no se puede ni afirmar ni aceptar que estos preadolescentes se sienten o no nerviosos porque no entienden lo que se les explica en la clase. Hay que tener en cuenta que esta es la única respuesta en toda la aplicación de la prueba que da como resultado una actitud negativa, aunque es bastante pequeña.

5. En la mayoría de las clases me siento nervioso porque no entiendo lo que se explica

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé



*Figura 6.* Gráfica que presenta los promedios de la pregunta No. 5 en los grados octavo y noveno de los Colegios Andino y Tes.

La figura 6 nos muestra los resultados obtenidos en la tabla No. 6.

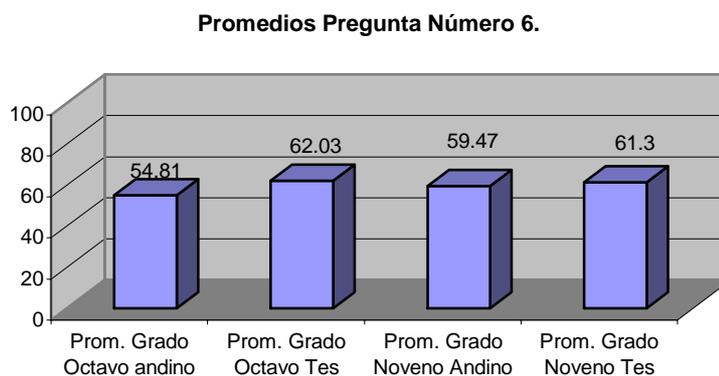
*Tabla 7.* Promedio total en porcentajes de la respuesta a la pregunta No. 6 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.

PREGUNTA No. 6	
Prom. Grado Octavo Andino	54.81
Prom. Grado Octavo Tes	62.03
Prom. Grado Noveno Andino	59.47
Prom. Grado Noveno Tes	61.30

En este caso el mayor número de respuestas lo obtuvo el grado octavo del Tes con una repuesta positiva del 12% y el menor el grado octavo del Colegio Andino con una respuesta positiva del 4%. Esto indica una actitud positiva de los estudiantes a la pregunta, es decir que tienen algunas dificultades para concentrarse en clase.

6. Por lo general tienes dificultad para concentrarte en clase

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé



*Figura 7.* Gráfica que presenta los promedios de la pregunta No. 6 en los grados octavo y noveno de los Colegios Andino y Tes.

La figura 7 nos muestra los resultados obtenidos en la tabla No. 7.

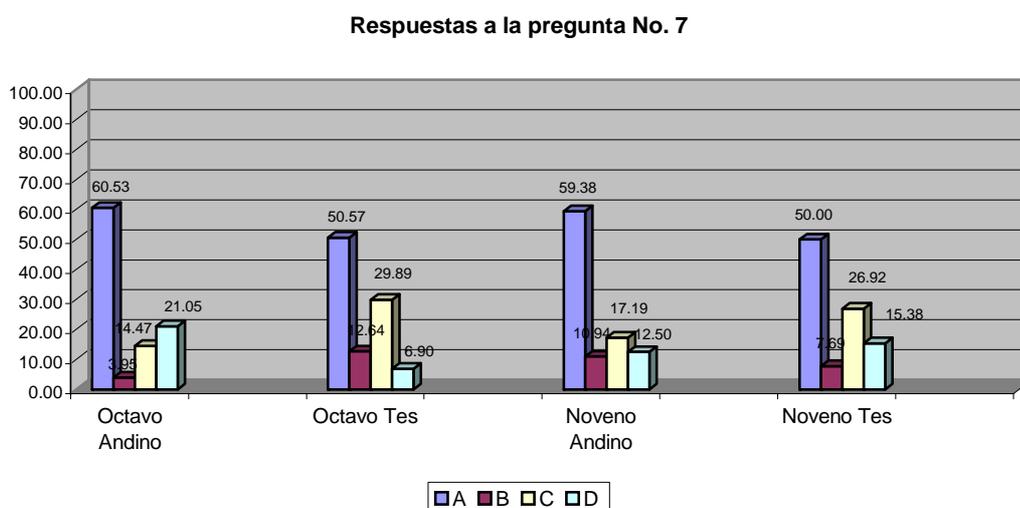
*Tabla 8. Promedio total en porcentajes de la respuesta a la pregunta No. 7 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.*

Pregunta	Item	Colegio Andino		Colegio Tes	
		Andino	Colegio Tes	Andino	Colegio Tes
Pregunta 7	A	60.53	50.57	59.38	50.00
	B	3.95	12.64	10.94	7.69
	C	14.47	29.89	17.19	26.92
	D	21.05	6.90	12.50	15.38

Las respuestas a la opción A (te da mal genio) obtuvo el mayor porcentaje de respuestas y el menor lo obtuvo la opción D (te haces daño a ti mismo)

7. Cuando estas nervioso, qué haces?

- A) Te da mal genio
- B) Peleas con tus compañeros
- C) Te separas de tus compañeros de clase
- D) Te haces daño a ti mismo



*Figura 8.* Resultados de la pregunta 7 tanto en el Colegio Andino como en el Tes con todas las opciones de respuesta.

En esta figura se obtuvo la proporción de respuestas a la pregunta 7 en los colegios Andino y Tes.

*Tabla 9.* Promedio total en porcentajes de la respuesta a la pregunta No. 8 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.

Pregunta	Item	Colegio Andino		Colegio Tes	
		Colegio Andino	Colegio Tes	Colegio Andino	Colegio Tes
Pregunta 8	A	1.46	1.52	2.07	4.23
	B	14.60	14.65	14.51	14.08
	C	32.12	19.19	20.73	16.90
	D	10.95	13.13	10.36	7.75
	E	29.93	17.68	19.69	20.42
	F	2.92	26.77	27.98	28.87
	G	8.03	7.07	4.66	7.75

La opción C (la separación de tus padres) fue la que obtuvo mayor porcentaje de respuestas y la opción A (Nacimiento de un hermano o hermana) obtuvo menor promedio).

8. ¿Crees que algunos de los siguientes acontecimientos podrán interferir en tu rendimiento académico? Si tu respuesta es SI, señala cuáles serían:

- A) El nacimiento de un hermano ó hermana
- B) Cambiarte de ciudad o casa
- C) La separación de tus padres
- D) Dificultades económicas en tu familia
- E) Que uno de tus padres esté muy enfermo
- F) La muerte de alguno de tus padres, hermano o familiares
- G) La muerte de tu mascota

**Porcentaje total pregunta 8**

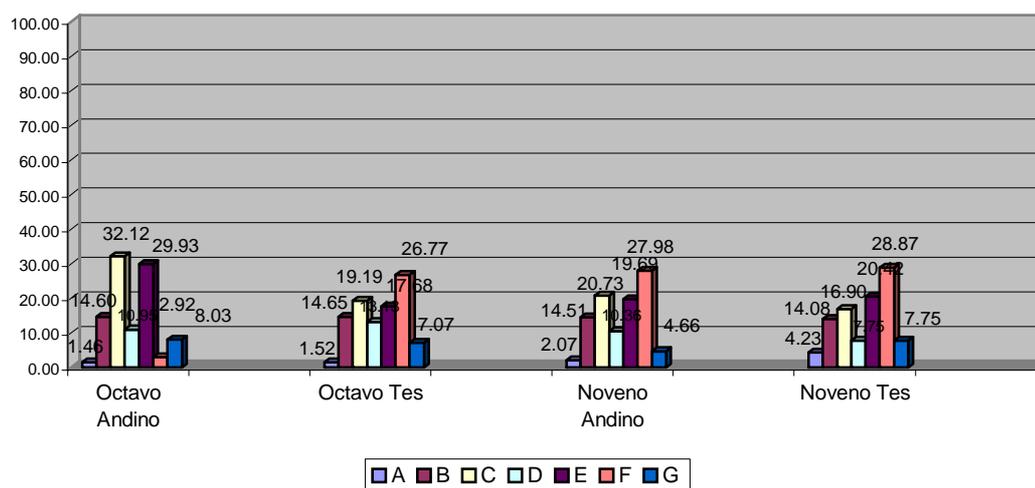


Figura 9. Resultados de la pregunta 8 tanto en el Colegio Andino como en el Tes con todas las opciones de respuesta.

La figura 9 nos muestra los resultados obtenidos en la tabla No. 9.

Tabla 10. Promedio total en porcentajes de la respuesta a la pregunta No. 9 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.

Pregunta	Item	Pregunta 9	
		Colegio Andino	Colegio Tes
Pregunta 9	A	3.92	5.88

B	22.55	22.41	24.73	27.94
C	21.57	17.24	19.35	16.18
D	13.73	15.52	11.83	14.71
E	29.41	25.00	23.66	19.12

En este caso el mayor promedio fue de la opción B (Te portas mal) y el menor de la Opción A (Sacas malas notas).

9. Tus padres te castigan cuando:

A) Sacas malas notas

B) Te portas mal

C) Peleas con tus hermanos o hermanas

D) No cumples con tus deberes en la casa ó en el colegio

E) Eres desobediente

#### Respuestas pregunta No. 9

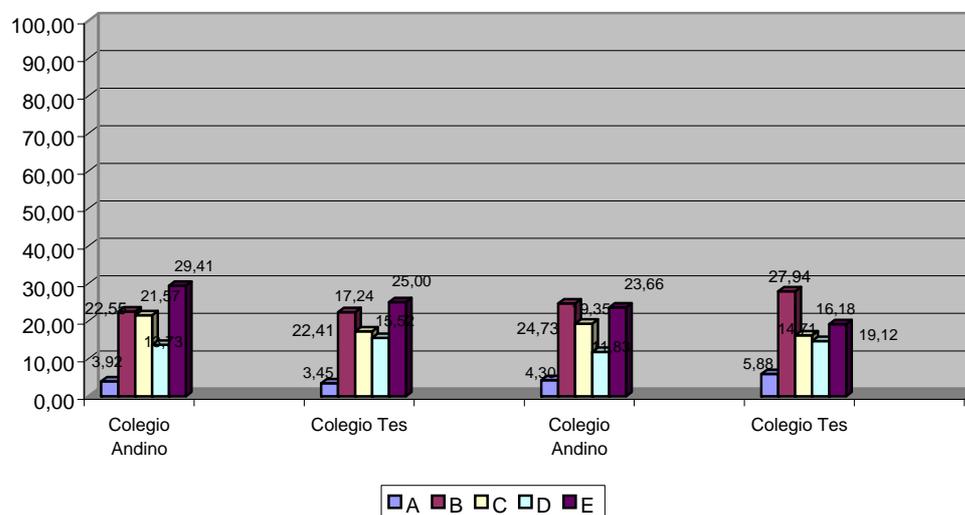


Figura 10. Resultados de la pregunta 9 tanto en el Colegio Andino como en el Tes con todas las opciones de respuesta.

Tabla 11. Promedio total en porcentajes de la respuesta a la pregunta No. 10 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.

Pregunta	Item	Colegio Andino		Colegio Tes	
		Colegio Andino	Colegio Tes	Colegio Andino	Colegio Tes
Pregunta 10	A	17.46	19.64	23.15	14.49
	B	16.67	14.29	18.52	11.59
	C	29.37	24.11	18.52	27.54
	D	29.37	32.14	29.63	37.68
	E	7.14	9.82	10.19	8.70

La opción B (Dolor de estómago) obtuvo el mayor promedio y la opción E (sueño) el menor promedio).

10. ¿Qué sientes cuando estas preocupado o nervioso?

A- Dolor de cabeza

B- Dolor de estómago

C- Temblor en el cuerpo

D- Miedo

E- Sueño

Respuestas Pregunta No. 10

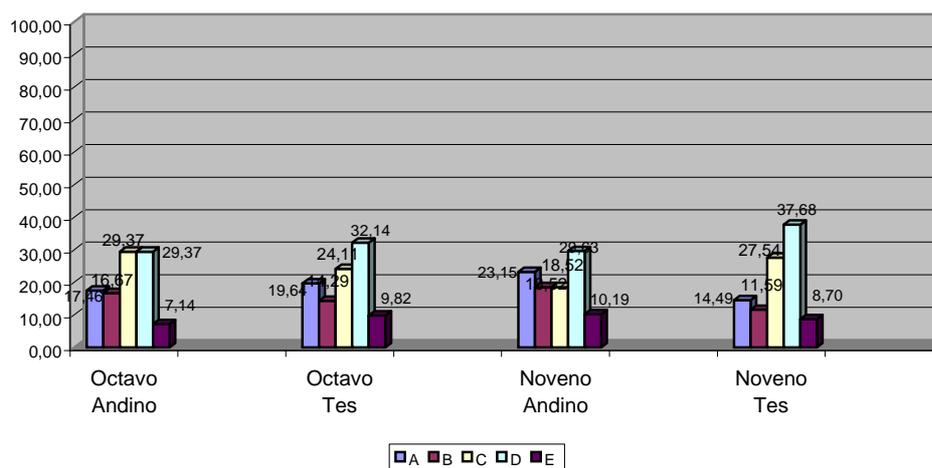


Figura 11. Resultados de la pregunta 10 tanto en el Colegio Andino como en el Tes con todas las opciones de respuesta.

Tabla 12. Promedio total en porcentajes de la respuesta a la pregunta No. 11 en los Grados octavo y noveno de los colegios Andino y Tes.

Pregunta	Item	Colegio Andino		Colegio Tes	
		Andino	Colegio Tes	Andino	Colegio Tes
Pregunta 11	A	11.38	17.39	15.09	20.00
	B	54.47	42.03	50.00	43.08
	C	13.01	13.77	9.43	9.23
	D	15.45	18.84	20.75	20.00
	E	5.69	7.97	4.72	7.69
	F	0.00	0.00	0.00	0.00

Es este caso el mayor promedio se obtuvo en la opción B (tienes que presentar un examen) y el menor promedio en la opción E (tienes que ir al colegio)

11. Te sientes preocupado o nervioso cuando:

A- Tienes que hacer muchas tareas

B- Tienes que presentar un examen

C- Tienes que realizar un trabajo

D- Peleas con algún compañero

E- Tienes que ir al colegio

Respuestas Pregunta No. 11

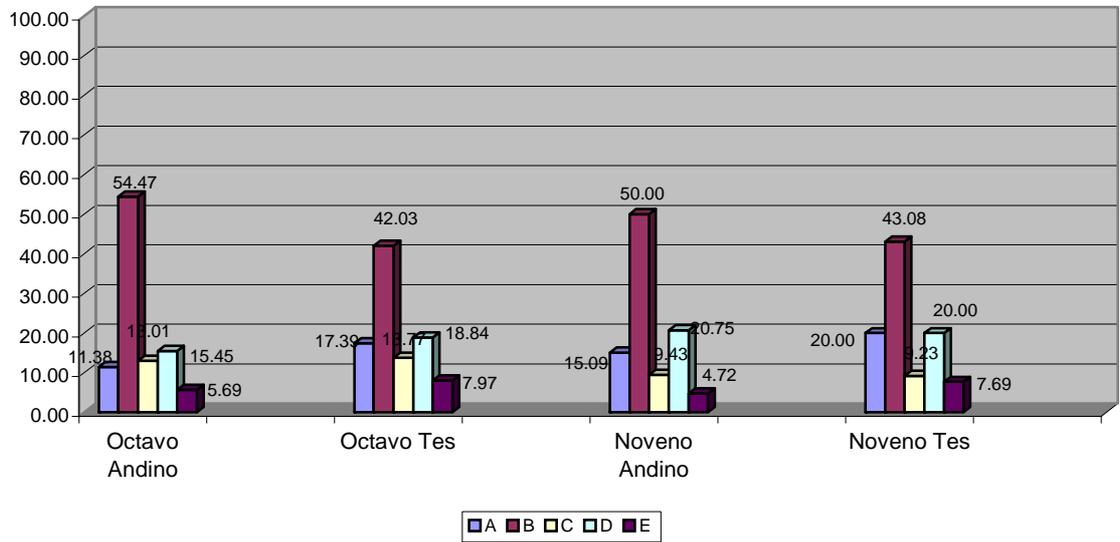


Figura 12. Resultados de la pregunta 11 tanto en el Colegio Andino como en el Tes con todas las opciones de respuesta.

## Discusión y Conclusiones

El estrés psicosocial es la evaluación cognoscitiva de "una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar"; este es entendido en el contexto de un proceso, donde la relación entre el individuo y su entorno compromete a la evaluación cognoscitiva para determinar por qué y hasta qué punto una relación resulta ser amenazante del bienestar emocional. El objetivo general de esta investigación era identificar los factores del ambiente escolar que se encuentran asociados al concepto del estrés en los estudiantes de 8° (octavo) y 9° (novenos) grado de ambos géneros, pertenecientes a un nivel socioeconómico alto de 2 (dos) colegios privados y bilingües de Bogotá, con el fin de encontrar cuáles de ellos son los más influyentes en el estrés de los preadolescentes y continuar con los estudios realizados hasta el momento sobre este tema específico.

Después de hacer un análisis de los resultados obtenidos a partir de la aplicación de la prueba a la población descrita anteriormente, se encontraron varios factores asociados al estrés en los preadolescentes en el ambiente escolar.

Los preadolescentes experimentan más estrés cuando perciben una situación como peligrosa, difícil o dolorosa y ellos no tienen en cuenta los recursos para abordarlo. Cuando ello sucede, el estrés manejado de manera inadecuada puede llevar a la ansiedad, el retraimiento, la agresión, las enfermedades físicas como dolor de cabeza, de estómago, problemas gastrointestinales y dermatológicos, o destrezas inadecuadas para

confrontarlo tales como el uso de las drogas y/o del alcohol. El estrés no tratado produce desgaste y colapso, se hacen los estudiante menos eficaces, se enferman y se agotan.

Según Flanagan, (1998), dentro del sistema actual de enseñanza se hace demasiado hincapié en el rendimiento del cerebro y en determinadas funciones como cognitiva, analítica, matemática, lógica y racional. Este enfoque presenta dos grandes problemas, primero éstas son sólo unas pocas funciones del cerebro, y segundo se acentúa en rendimiento del cerebro a expensas del rendimiento del cuerpo y sus habilidades hasta el punto en que los estudiantes pierden contacto con lo que su cuerpo siente y necesita e ignoran las señales vitales que les envía cuando necesita descanso, sueño o sencillamente realizar una actividad divertida. La mente no puede funcionar sin el cuerpo, y se castiga poniéndolo al límite. Los exámenes son una amenaza y el cuerpo reacciona frente a esta situación, por lo tanto, el cuerpo está condicionado a responder, pero de la misma manera se puede entrenar al cuerpo para que no considere algunas cosas (examen) como amenazantes. Esta teoría se ajusta a los resultados obtenidos a través de la investigación realizada, donde se obtuvo una respuesta muy positiva frente a la preocupación de los estudiantes frente a su rendimiento académico, donde se observa que un factor asociado al estrés que sufren en su ambiente escolar es el rendimiento académico, donde se incluyen las diferentes actividades propias del colegio como tareas, exámenes, entre otras. Adicionalmente se encontró que el hecho de hablar con sus padres sobre el rendimiento también es un factor asociado al estrés de los preadolescentes, en esa etapa de su vida.

El estrés se define, según McKay (1990) como una combinación de tres elementos: el ambiente, el pensamiento negativo y las respuestas físicas. Estos interactúan entre sí,

haciendo que la persona sienta ansiedad, depresión y otros síntomas típicos del estrés. Cuando se presenta un estímulo ambiental o una situación que la persona pueda interpretar como amenazante, llegan los pensamientos negativos acerca del suceso, haciendo que el cuerpo tenga unas reacciones fisiológicas que produzcan emociones dolorosas para la persona; por otro lado, también es posible que el estímulo o situación, se presenta produciendo una serie de reacciones fisiológicas que hagan que la persona tenga pensamientos negativos sobre esas reacciones y así mismo se presentan las emociones dolorosas; emociones que generan estrés.

Un ejemplo de esto puede ser la época de exámenes en el colegio. La demanda para los estudiantes es alta, pues no sólo en el colegio les exigen, sino en su casa y a la vez pueden verse enfrentados a competencias entre sus compañeros de curso.

La forma más efectiva de enfrentar el estrés en estas situaciones es cambiar los pensamientos y volverlos más positivos o controlar las reacciones fisiológicas, pues en general, las situaciones que generan estrés, como las fechas de exámenes, no son situaciones que puedan ser modificadas con facilidad y si se añaden otros aspectos que van unidos al contexto de los preadolescentes, que también pueden generarles demandas, no sería sencillo cambiar o ignorar las situaciones, sino que lo más conveniente sería aprender a enfrentarlas. Pero lo que hace que una persona pueda determinar una situación como amenazante o no, es su pensamiento, las ideas que tiene sobre la situación en sí. Según Mc Kay (1990). Esto es un tema importante a tener en cuenta, puesto que durante la vida, las personas están expuestas a diferentes tipo de acontecimientos, que pueden llegar a asociarse con situaciones estresantes si no se manejan bien. Para los preadolescentes por ejemplo se logró evidenciar que la muerte de

algún familiar o amigo, es una situación que se asocia al estrés e influye en el rendimiento escolar, es decir que es otro de los factores que se pueden asociar al estrés en el ambiente escolar, junto con otras situaciones como el cambio de ciudad o de casa, en especial si se tiene en cuenta que en esta época, el preadolescente está viviendo una secuencia de cambios de todo tipo y a la vez necesita una estabilidad que le ayude a estabilizar y definir aspectos como personalidad, identidad, entre otras. La separación o enfermedad de los padres, también están asociados a las situaciones estresantes que interfieren en el rendimiento escolar de los preadolescentes.

Según (Pike, 1996). El preadolescente que está pasando por la crisis juvenil está especialmente susceptible a desarrollar una depresión, ya sea por los cambios que está enfrentando o por una suma de conflictos que ahora los tiene presente. En algunos casos puede llevarlo al suicidio o intento de éste explicando así el considerable aumento que se presenta en esta etapa. También puede caer en conductas delictivas y bajo la influencia de la droga. Estas conductas no son sólo el producto de un proceso interno, sino que está fuertemente influenciado por el tipo de relación con sus padres y las conductas de su grupo de pares.

La vida ofrece abundantes factores de estrés o situaciones nuevas en la etapa de mayor fragilidad de la personalidad, dentro de los diferentes contextos en los que el preadolescente se encuentra involucrado la mayor parte de su vida. El tiempo del joven actual se distribuye mayormente en tres contextos diferentes, pero que a la vez se integran reflejándose en el actuar y pensar del preadolescente. Las relaciones sociales que establece con sus pares o amigos, las relaciones familiares y las relaciones escolares. Las situaciones a las que los preadolescentes se enfrentan en estos contextos, se asocian al concepto de estrés que ellos manejan, sobretodo en su contexto escolar, teniendo en

cuenta que en esta etapa de su vida, el mayor tiempo están inmersos en este medio y la mayor parte del día están viviendo situaciones en su ambiente escolar, junto con sus compañeros.

Según Magaña, Jefe del Servicio de Medicina del Adolescente del Hospital Infantil de México, la preadolescencia es un periodo de la vida que oscila entre la niñez y la adultez, y cuya duración e incluso existencia han sido discutidas y definidas como "Época de Crisis".

Las exigencias parentales irrazonables en cosas que no tienen, a veces importancia, pueden conducir a problemas más graves; tal es el caso en relación a la vestimenta, el largo del pelo y el peinado, el cuarto sucio y la casa en desorden, la música ensordecedora, el uso del teléfono, el levantarse por la mañana, las peleas entre hermanos, entre otras. Si bien algunas de estas situaciones suelen no ser graves, no se puede decir lo mismo cuando se tratan del rendimiento académico, ya que cuando un preadolescente manifiesta "mal" rendimiento o "bajo" rendimiento los padres se molestan o se asustan y los educadores se sienten amenazados. Es importante que los padres se lo tomen en serio, pero sin mostrar reacciones exageradas, ya que esto último puede hacer que el problema empeore.

La lista de posibles causas es larguísima; se pueden tener en cuenta desde las personales, a las no personales y que involucran tanto lo familiar como lo educativo y lo social, encontrando que en la mayoría de los casos las causas suelen ser mixtas, es decir tanto personales como no personales, lo que hace necesario que ante un preadolescente (o niño) que no rinde adecuadamente se tenga que hacer una valoración muy cuidadosa que lleve a identificar las mencionadas causas, y así tener la posibilidad de poder

manejarlas más adecuadamente y resolverlas, para evitar la complicación más lamentable en estos casos: el fracaso escolar.

“ Los métodos de disciplina, las normas, la estructura del salón de clases desempeña un papel importante en el moldeado de cada joven. Los colegios ejercen una importante influencia en el éxito académico y el comportamiento social de los jóvenes” (Wicks e Israel, 1999). Por estas razones, el ambiente escolar tiene tal importancia e impacto en los preadolescentes y por lo tanto en la sociedad. Pero en estas situaciones, se encuentra que los preadolescentes se preocupan porque sus padres los castiguen por situaciones externas a su rendimiento académico, en este caso se presenta más la posibilidad de ser castigados por su comportamiento en general, peleas, desobediencia, entre otras, más que por las demandas que reciben de su ambiente escolar.

La adaptación a una nueva situación escolar no tiene porqué ser especialmente complicada si las dificultades que presentan los alumnos son tenidas en cuenta por los educadores y se ponen medidas oportunas para afrontarlas.

Hay personas que son susceptibles a los riesgos del entorno y otros mantienen un funcionamiento saludable, es decir, son resistentes. Los investigadores han detectado un gran número de factores de riesgo en el desarrollo, algunas de ellas según Wicks e Israel (1999) son:

#### Familiares

Pobreza.

Malos tratos, indiferencia.

Conflicto, desorganización, psicopatología, estrés.

Familia numerosa.

#### Emocionales e Interpersonales

Patrones psicológicos tales como poca autoestima, inmadurez emocional, temperamento difícil.

Incompetencia social.

Rechazo por parte de los iguales.

#### Intelectuales y Académicos

Inteligencia por debajo del a media, trastornos del aprendizaje.

Fracaso escolar.

#### Ecológicas

Vecindario desorganizado y con delincuencia.

Injusticias raciales, étnicas y de género.

#### Acontecimientos de la vida no normativos que generan estrés

Muerte prematura de uno de los progenitores.

Estallido de una guerra en el entorno inmediato.

A partir de las observaciones realizadas durante la práctica educativa de noveno semestre en el segundo periodo de 2002 por una de las investigadoras, y teniendo en cuenta las teorías anteriormente expuestas, se han corroborado las características sociales, culturales, familiares y académicas que están relacionadas con el estrés que viven los preadolescentes, debido a las situaciones que se presentan en estos contextos. Por ejemplo, un alto índice de separación entre padres, desunión familiar, manipulación por parte de sus amigos cercanos llevándolos a comportarse de acuerdo con unos patrones impuestos por su grupo de amigos y por la sociedad en la que se encuentran inmersos (clase socioeconómica alta). Además, los estudiantes de la población correspondiente a la presente investigación se ven enfrentados a un ambiente exigente

académicamente, ya que tienen diferentes demandas adicionales al programa de bachillerato tradicional, como realizar monografías de 4000 palabras sobre alguna carrera profesional de su interés, ensayos constantemente de las materias vistas y exámenes avanzados en diferentes áreas de estudio; las cuales son enviadas a Londres para su calificación correspondiente.

Por otro lado, los jóvenes experimentan una constante tensión entre querer alejarse de los padres y darse cuenta de cuanto dependen de ellos; al igual que los padres quienes se encuentran indecisos entre el deseo de que sus hijos se independicen y el de que mantengan la dependencia es difícil que los dejen partir.

En términos generales, preadolescentes y padres no disputan por valores económicos, religiosos, sociales o políticos. La mayor parte se presenta en aspectos como el trabajo escolar, los quehaceres domésticos, los amigos, las citas y la apariencia personal, así como la hora de llegada y el consumo de alcohol. No obstante la mayoría de los preadolescentes se sienten muy ligados a sus padres y piensan de manera positiva con respecto a ellos, adoptan valores semejantes en los asuntos importantes y aprecian su aprobación. También gozan estando en su compañía.

Con la aplicación de estas pruebas se pretendió identificar los factores asociados al estrés en los preadolescentes en su ambiente escolar y así mismo abrir nuevos espacios de investigación para profundizar más en el tema, que en la actualidad es de gran importancia para el estudio de la Psicología y aún no ha sido muy explorado. Adicionalmente, estos resultados obtenidos corroboran estudios anteriores, permitiendo que se logren identificar estos factores expuestos inicialmente, y de esta forma trabajar en el futuro en programas que puedan trabajar en la problemática, en prevención y promoción del estrés, en el contexto escolar, en esta población que se encuentra en

constante cambio y expuesto a situaciones que se asocian al estrés y generalmente no son trabajadas o reconocidas como tal.

Si bien este estudio ha concluido con el alcance de objetivos principal inicial de identificar los factores del ambiente escolar que se encuentran asociados al concepto del estrés en los preadolescentes, la idea es continuar con otro de los objetivos de proponer nuevos proyectos de grado, con el objetivo de ampliar el conocimiento actual del concepto de estrés en el ambiente escolar, dando la oportunidad de participación a otros investigadores que se interesen por profundizar en el tema.

Para futuras investigaciones en este campo, considerando que este es un trabajo que no está terminado ya que es un proceso de construcción permanente y que es hasta ahora una descripción del fenómeno, quedan inquietudes abiertas respecto a la creación de programas de promoción y prevención del estrés en esta población, y no sólo en el ambiente escolar, sino en los demás contextos en los que los preadolescentes se desenvuelven, como su familia, amigos, y demás.

Este estudio descriptivo permitió identificar los factores asociados al estrés en los preadolescentes, haciendo que este tema poco estudiado haya sido profundizado en una población sometida a un ambiente escolar muy exigente, como es el caso de los colegio bilingües de la ciudad, y que además ofrecen la posibilidad de hacer su bachillerato internacional, lo cual significa una demanda adicional. El psicólogo educativo por su parte, tiene un papel importante en el manejo del estrés presente en estos preadolescentes en su ambiente escolar. En muchas ocasiones el psicólogo educativo se dedica principalmente a las labores que en el colegio se le asignan, como dictar clases de comportamiento y salud y educación sexual, evaluar y hacer perfiles que orienten a los estudiantes para la elección de su futuro profesional, hacer terapias o asesorías

psicológicas a los estudiantes, pero este tema del estrés no es aún trabajado de manera conciente y continua, puesto que hasta el momento había sido un temas poco estudiado en el contexto escolar. Es por eso que estudios como este permiten identificar los principales factores asociados a esta problemática que se presenta cada vez más en esta cultura que requiere de atención y acciones concretar para ser trabajado y no se convierta en un problema grande que afecte a los preadolescentes en la actualidad. El psicólogo educativo tiene la labor de identificar estos factores en el ambiente en que trabaja y proponer acciones encaminas a su manejo, de manera que se creen programas de prevención y promoción en el manejo del estrés y las preocupaciones en esta población tan vulnerable, como es la de los preadolescentes, quienes además de verse enfrentados a situaciones en su colegio que les exigen cada vez más, todos los cambios a nivel físico, emocional y social se juntan en torno a su desarrollo y deben tener las herramientas necesarias para sumir estas nuevas situaciones que cada día representan más demandas para ellos.

El psicólogo educativo debe trabajar identificando aquellas situaciones presentes en su medio escolar como las épocas de exámenes, trabajos, entregas de notas que en general se asocian a momento estresantes en los estudiantes, así como situaciones específicas como los cambios a nivel de conformación del núcleo familiar, por ejemplo la separación o enfermedad de los padres o de algún familiar de un alumno, el nacimiento de un hermano, la muerte de un ser querido, o cambios que también pueden significar nuevas demandas como cambios en el lugar de vivienda, situaciones económicas desfavorables, entre otras, con el fin de trabajar en torno a soluciones que le permitan a los preadolescentes enfrentar estas situaciones de la manera más asertiva posible.

Con este estudio se puede concluir que los factores asociados al estrés en los adolescentes en el ambiente escolar se relacionan con las demandas de tipo académico como exámenes, la realización de las clases y la atención que deben prestar a las mismas y su rendimiento académico en general. Todos estos factores están presentes en las situaciones que los preadolescentes asocian con el estrés. Sin embargo existen otros contextos en los cuales los preadolescentes perciben y vivencias el estrés.

Es importante que este tema sea explorado en futuras investigaciones, que permitan identificar no sólo los factores asociados al estrés en preadolescentes en el ambiente escolar, sino en otros contextos también importantes en esta etapa de la vida, como la familia, los amigos, el estrés asociado a factores sociales como la aceptación de sus pares o grupos donde los preadolescentes tengan sentido de pertenencia; situaciones culturales como costumbres familiares y del medio que los rodea, teniendo en cuenta los niveles socioculturales, en los cuales las demandas y las oportunidades según el nivel varían de una clase a otra; situaciones que representan amenazas reales como la violencia que vive el país, secuestros, masacres, el miedo de la gente y de las familias de estos preadolescentes, el vandalismo y la rebeldía, y factores que son cada día más comunes en esta sociedad como el abuso de drogas y alcohol desde edades muy tempranas, la rumba que presenta en muchas ocasiones excesos y un tema importante en la actualidad como es el desarrollo sexual de los preadolescentes, que ya se ven enfrentados a situaciones como la presión del grupo de amigos por tener relaciones sexuales a edades cada vez más tempranas, abortos, enfermedades de transmisión sexual y demás problemáticas asociadas al desarrollo precoz de la sexualidad, que se vuelve cada vez más común en esta sociedad colombiana.

Los psicólogos en Colombia tienen la responsabilidad de enfrentar estas problemáticas que se presentan a diario, por esta razón, se sugiere que se realicen futuras investigaciones que permitan identificar los factores asociados al estrés en los preadolescentes y adolescentes, en los demás contextos nombrados anteriormente, y a partir de estas descripciones se pueden realizar estudios que permitan la formación de programas de prevención del estrés en esta población, estudios que permitan describir otros factores asociados al estrés en otros conceptos; por ejemplo ¿Qué factores se encuentran asociados al concepto de estrés en adolescentes y jóvenes en su ambiente familiar?, ¿Qué situaciones les genera ansiedad o preocupación a los preadolescentes y adolescentes cuando quieren ser aceptados por su grupo de amigos?, ¿La situación sociocultural y de violencia del país tiene alguna repercusión en la presencia del estrés en la población joven de Colombia?, ¿Qué métodos son más eficaces para trabajar en campañas que promuevan la salud y permitan prevenir el estrés en los preadolescentes y adolescentes de manera efectiva?, ¿Qué papel cumple la familia en la prevención del estrés en los jóvenes?, son entre otros temas los que quedan propuestos a partir de esta investigación y se espera sean explorados por más investigadores en el campo de la psicología.

Referencias

- Castillo, G. (1995). *Tus hijos preadolescentes*. Barcelona. Edit. Trillas
- Eisenstadt, S. (1956). *From generation to generation*. Londres. Edit. The Free Press of Glencoe.
- Lazarus, R. (1999). *Stress and Emotion*. United States of America. Edit. Springer Publishing Company.
- Feldman, R. (1998). *Psicología con aplicaciones a los países de habla hispana*. México. Edit. McGraw-Hill.
- Fuentes, R. (2003). *Relaciones sociales*. El Tiempo, p. 3-1
- Iriarte, M. (1995). *El estrés, un problema de hoy en el mundo infantil*. País. Edit.
- Mc Kay, M; Davis M. (1990) *Técnicas cognitivas para el tratamiento del estrés*. España. Edit. Martínez Roca
- Papalia, D. Wendkos, S. (1998). *Psicología del desarrollo*. Mexico. Edit. McGraw-Hill.
- Patiño, E. (2003, 16 de Marzo). *La delgada línea humana*. España. Médica de Tarragona.
- Postman, N. (1982). *La desaparición de la niñez*. New York. Edit. Delacorte.
- Wicks, R. Israel, A. (1999). *Psicopatología del niño y del preadolescente*. España. Edit. Prentice Hall.
- Flanagan, K. (1998). *Lograr buenas notas con apenas ansiedad*. España. Edit. Desclèe de Brouwer, S.A.
- Mounts, N; Steinberg, L. (1995). *An ecological analysis of peer influence on adolescent grade point average and drug use*. Edit. Developmental Psychology

- Harré y Lamb (1990). *Diccionario de Psicología evolutiva y de la educación*. España. Edit Paidós.
- Hurlock, E.(1980). *Psicología de la adolescencia*. España. Edit. Paidós
- Merani, A.(1982). *Diccionario de psicología*. Barcelona. Edit. Grijalbo
- Real Academia de la lengua Española(1992). *Diccionario de la lengua española*. Madrid. Edit. Real Academia de la lengua Española.
- Pike, A; McGuire, S; Hetherington, E; Reiss, D. (1996). *Family environment and adolescent depressive symptoms and antisocial behavior. A multivariate genetic analysis*. Edit. Developmental Psychology,
- Remplein,H.(1971). *Tratado de psicología evolutiva*. Barcelona. Edit. Labor
- Salud Hoy (2002). *Importancia de la adaptación del preadolescente al ambiente escolar*, recuperado en mayo 20 de 2003 de <http://www.saludhoy.com/htm/adoles/articulo/adaptesc.html>
- American Academy of Child and adolescent psychiatry (2002), *Cómo se puede ayudar a los adolescents con estrés*, recuperado el 20 de mayo de 2003 de <http://www.aacap.org/publications/apntsfam/benny66.htm>
- Fuentes, R. (2002), *Relaciones escolares*, recuperado el 20 de Julio de 2003 de <http://www.saludjuven.org/adapatac/escuel.html>
- Joaquina De Vedruna, J.(2002), *Las relaciones sociales*, recuperado el 12 de abril de 2003 [http://www.medicadetarragona.es/padres/adolescencia/las\\_relaciones\\_sociales.htm](http://www.medicadetarragona.es/padres/adolescencia/las_relaciones_sociales.htm)
- Ciudad Internet (2002), *El estrés en los preadolescentes: Tus hijos están en problemas*, recuperado el 12 de abril de 2003 de <http://www.ciudad.com.ar/ar/portales/cotidiano/nota/0,3104,43635,00.asp>

American Journal of Psychiatry 155, (1999), *reacciones de niños y preadolescentes al estrés*, recuperado el 22 de junio de 2003 de <http://www.saludpublica.com/ampl/ampl04/99212010.htm>

IBO (2003), *Education for life*, <http://www.ibo.org>

Inostroza, C. (2003), *La adolescencia*, recuperado el 12 de diciembre de 2003 de <http://www.apsique.virtuabyte.cl/tiki-index.php?page=DesaAdolescencia>  
<http://mx.geocities.com/aduran78/adolescencia2.html#marca4>

Anexo 1

**Curso:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**A. Contesta con sinceridad las siguientes preguntas y marca con una X la respuesta que más te caracterice (Marca sólo una):**

1. Permaneces preocupado la mayor parte del tiempo por tu rendimiento académico.

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé

2. Te sientes nervioso cuando hablas con tus padres de tu rendimiento académico.

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé

3. Cuando tienes alguna duda, te da miedo referirte a tus profesores.

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé

4. Permaneces distraído en clase (hablando con tus compañeros, dibujando, moviéndote en el puesto o caminando por el salón).

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé

5. En la mayoría de las clases me siento nervioso porque no entiendo lo que se explica.

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé

6. Por lo regular tienes dificultad para concentrarte en clase.

- Siempre
- Casi siempre
- Algunas veces
- Nunca
- No lo sé

**B. Contesta con sinceridad las siguientes preguntas y marca con una X las respuestas que más te caractericen (puedes marcar más de una respuesta):**

7. Cuando estás nervioso, qué haces?

- Te de mal genio
- Peleas con tus compañeros
- Te separas de tus compañeros de clase
- Te haces daño a ti mismo

8. ¿Crees que algunos de los siguientes acontecimientos podría interferir en tu rendimiento académico? Si tu respuesta es SI, señala cuáles serían:

- El nacimiento de un hermano o hermana
- Cambiarte de ciudad o casa
- La separación de tus padres
- Dificultades económicas en tu familia
- Que una de tus padres esté muy enfermo
- La muerte de alguno de tus padres, hermano o familiares
- La muerte de tu mascota

9. Tus padres te castigan cuando:

- Sacas malas notas
- Te portas mal
- Peleas con tus hermanos o hermanas
- No cumples con tus deberes en la casa o en el colegio
- Eres desobediente

10. Qué sientes cuando estás preocupado o nervioso?

- Dolor de cabeza
- Dolor de estómago
- Temblor en el cuerpo
- Miedo
- Sueño

11. Te sientes preocupado o nervioso cuando:

- Tienes que hacer muchas tareas
- Tienes que presentar un examen
- Tienes que realizar un trabajo
- Peleas con algún compañero
- Tienes que ir al colegio