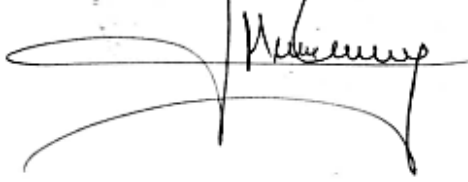


0130

Dr. Marco Antonio Olacía E



Dr. Patricia de León

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA –CIEPs-
“MAYRA GUTIÉRREZ”**

**“INCIDENCIA DE LOS CAMBIOS FÍSICOS Y FISIOLÓGICOS DURANTE EL
DESARROLLO EN LA PERSONALIDAD DE LA NIÑA DE 10 A 13 AÑOS”**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE
CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**POR
LILIAN VERÓNICA RAMÍREZ REYES**

**PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE
PSICÓLOGA**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIADA**

GUATEMALA, AGOSTO 2,020

**CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

**M. A. MYNOR ESTUARDO LEMUS URBINA
DIRECTOR**

**LICENCIADA JULIA ALICIA RAMÍREZ ORIZÁBAL
SECRETARIA**

**M.A. KARLA AMPARO CARRERA VELA
LICENCIADA CLAUDIA JUDITT FLORES QUINTANA
REPRESENTARES DE LOS PROFESORES**

**ASTRID THEILHEIMER MADARIAGA
LESLY DANINETH GARCÍA MORALES
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

**LICENCIADA LIDEY MAGALY PORTILLO PORTILLO
REPRESENTANTE DE EGRESADOS**



c.c. Control Académico

CIEPs.

Reg.021-2015

CODIPs.1043-2020

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

01 de Julio de 2020

Estudiante
Lilian Verónica Ramírez Reyes
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO SEGUNDO (12°.) del Acta TREINTA Y DOS GUION DOS MIL VEINTE (32-2020), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 18 de Junio de 2020, que copiado literalmente dice:

DÉCIMO SEGUNDO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: "INCIDENCIA DE LOS CAMBIOS FÍSICOS Y FISIOLÓGICOS DURANTE EL DESARROLLO EN LA PERSONALIDAD DE LA NIÑA DE 10 A 13 AÑOS", de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

Lilian Verónica Ramírez Reyes


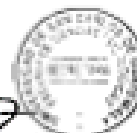
:CUI: 2456 96067 0101

CARNÉ: 2007-14140

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Mariela Lissette Carrera Soto de Paredes y revisado por el Licenciado Pedro José de León Escobar. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los Trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

"DID Y ENSEÑAR A TODOS"


Licenciada Julia Alicia Ramírez Ortizábal
SECRETARIA

/Gabry

DEDICATORIAS A:

Dios	Por manifestarme su misericordia en todo momento y darme sabiduría e inteligencia para finalizar mi tesis. Y a la Virgen María por su intercesión.
Papá Tomás Ramírez Q.E.P.D	Por inculcarme el valor de la responsabilidad y por haberme dado mis estudios.
Mamá Elvira Reyes	Por sus oraciones diarias y ejemplo de lucha, perseverancia y confianza en Dios, en todas las circunstancias de la vida.
Hermanos Byron y Claudia Ramírez	Por su apoyo incondicional, por sus consejos y muestras de cariño, que me incentivaron a perseverar hasta el final de mi trabajo.
Esposo Wilmar López	Por su paciencia, ayuda, comprensión, amor y confianza que me ha demostrado durante todo este tiempo.
Hija Emma Natalia López Ramírez	Por ser mi motivación, mi alegría, mi mayor tesoro y por demostrarme su amor incomparable.
Familia López Toc	Por sus muestras de interés en mi proceso de alcanzar mi meta de graduación.
Amigos y amigas	Por sus muestras de cariño con los que he compartido a lo largo de mi vida, de iglesia, universidad, trabajo y de camino.

AGRADECIMIENTOS A:

Dios, por el don de la vida, por darme una hermosa familia, la salud y la oportunidad de superarme en mis estudios.

Universidad De San Carlos De Guatemala, por ser la casa de estudios que me permitió alcanzar una meta más en el área profesional y académica.

Escuela De Ciencias Psicológicas, por haberme abierto las puertas de sus instalaciones para poder realizar mis estudios.

Licenciados y licenciadas, por transmitirme los conocimientos y experiencias necesarios para que pudiera llevarlos a la práctica.

Escuela Tipo Federación José De San Martín por permitirme llevar a cabo el proyecto de tesis con las alumnas.

Licenciada Mariela Carrera por asesorarme y guiarme durante todo el proceso de realización de tesis.

Licenciado Pedro De León por su paciencia y disponibilidad para realizar las correcciones necesarias en la revisión del Proyecto de Investigación e informe final.

ÍNDICE

RESUMEN

PRÓLOGO

CAPÍTULO I	12
1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y MARCO TEÓRICO.....	12
1.1 Planteamiento del problema.....	12
1.2 Objetivos.....	15
1.3 Marco teórico.....	16
1.3.1. Antecedentes.....	16
1.3.2. Niñez.....	18
1.3.3. Desarrollo físico.....	19
1.3.8.1 Cambios físicos y fisiológicos.....	20
1.3.8.2 Fuentes de información sobre el desarrollo.....	28
1.3.4. Teoría psicosexual.....	29
1.3.5. Personalidad.....	30
1.3.6. Autoestima.....	36
1.3.7. Identidad.....	38
1.3.8. Pubertad.....	41
1.3.8.1 Cambios durante la pubertad.....	43
CAPÍTULO II	46
2 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	46
2.1 Enfoque y modelo de investigación.....	46
2.2 Técnicas.....	46
2.2.1. Técnicas de Muestreo.....	46
2.2.2. Técnicas de recolección de datos.....	46
2.2.8.1 Entrevista a niñas.....	46
2.2.8.2 Encuesta a maestras.....	47
2.2.8.3 Encuesta a madres.....	48
2.2.8.4 Talleres informativos.....	48

2.2.3. Técnicas de análisis de datos.....	49
2.3 Instrumentos.....	49
2.3.1. Guía de entrevista para niñas.....	49
2.3.2. Guía de encuesta para maestras.....	50
2.3.3. Guía de encuesta para madres de familia.....	50
2.3.4. Planificación de taller para niñas.....	50
2.4 Operacionalización de objetivos.....	51
CAPÍTULO III.....	53
3 PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	53
.	53
3.1 Características del lugar y de la población.....	53
3.1.1. Características del lugar.....	53
3.1.2. Características de la muestra.....	54
3.2 Presentación y análisis de resultados.....	54
3.2.1. Presentación y análisis de resultados de la entrevista a niñas	
3.2.2. Presentación y análisis de resultados de la encuesta a	58
madres de familia.....	
3.2.3. Presentación y análisis de resultados de la encuesta a	62
maestras.....	
3.2.4. Presentación y análisis de resultados del taller para	64
niñas.....	66
3.3 Análisis general.....	68
CAPÍTULO IV.....	68
4 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	68
4.1 Conclusiones.....	69
4.2 Recomendaciones.....	70
BIBLIOGRAFÍA.....	72
E-GRAFIA.....	

ANEXOS

RESUMEN

Título: Incidencia de los cambios físicos y fisiológicos durante el desarrollo en la personalidad de la niña de 10 a 13 años.

Autora: Lilian Verónica Ramírez Reyes

La presente investigación tuvo como propósito principal describir y determinar los efectos en la personalidad, durante el desarrollo físico y fisiológico de las niñas para afrontar los cambios en la adolescencia, asimismo brindarles a las niñas la información adecuada para que puedan superar esta etapa de su vida ya que se da una redefinición de la imagen corporal, relacionada a la pérdida del cuerpo infantil y la adquisición del cuerpo adulto, las niñas sienten desequilibrio emocional porque ya no se es niña, pero tampoco se es adulta.

La investigación se llevó a cabo en la Escuela Tipo Federación José de San Martín, ubicada en el municipio de Mixco, departamento de Guatemala. Se trabajó con 51 niñas que cursan los grados de cuarto, quinto y sexto primaria, comprendidas entre las edades de diez a trece (10 a 13) años durante los meses de mayo y junio del año 2015. La información se recolectó mediante entrevistas estructuradas a niñas y para fortalecer la información se realizaron encuestas a maestras y madres de familia, también se brindaron conocimientos y técnicas apropiadas, mediante talleres para que los cambios del desarrollo incidan en una forma leve en su adaptación. El enfoque utilizado en la investigación es mixto.

Como conclusión se determinó que las niñas durante la etapa de desarrollo reaccionan con aislamiento, vergüenza, timidez, incomodidad por los cambios que observan en su cuerpo esto afectan en el proceso de la personalidad y por consiguiente su autoestima.

PRÓLOGO

Durante la etapa de la pubertad las niñas se enfrentan a muchos cambios, tanto físicos y fisiológicos como de conducta, en poco tiempo, por lo que a muchas niñas les afecta en su autoestima, reducen su actividad física, actúan con pesimismo, surgen dudas, angustias e inquietudes, mantienen constante preocupación por los cambios corporales y atraviesan por etapas de incomodidad ya que puede estar conforme o no con los cambios físicos que va observando en su propio cuerpo; esta evolución que las niñas viven en esa etapa, podría hacerlas entrar en crisis, pues se encuentran en la búsqueda de su propia identidad, en el proceso de configurar su personalidad.

Los cambios biológicos pueden influir en el desarrollo psicológico de la niña por lo que es necesario identificar las necesidades y características de esta etapa, una de ellas es la toma de conciencia de la imagen corporal y aceptación del cuerpo ya que es una de las preocupaciones más sobresalientes en este período, esto es evidenciado e incrementado en niñas de la población que viven en el municipio de Mixco, departamento de Guatemala, esto genera el estudio de la incidencia de los cambios físicos y fisiológicos en la personalidad de la niña. La investigación se realizó en la Escuela Tipo Federación José de San Martín, Jornada Matutina, ubicada en la Avenida Federal final zona 1 Mixco, departamento de Guatemala, es parte del área urbana y es de fácil acceso para la población mixqueña.

Dicha investigación se ejecutó con la intención de preparar a las niñas ante los cambios a los que se enfrentará o está enfrentando, uno de los propósitos de los talleres fue fortalecer la autoestima de la niña, a descubrir sus aptitudes, cualidades, características y capacidades para que las pueda aprovechar de mejor manera en las diferentes situaciones de su vida.

Los beneficios que se obtuvieron de esta investigación, a nivel social es que las niñas mejoraron las relaciones personales mostrando su verdadera personalidad, sintiéndose seguras de sí mismas; a nivel de la Escuela Tipo Federación José de San Martín Jornada Matutina, se dieron a conocer las características de la personalidad que influyen en su desarrollo personal, psicosocial, familiar y escolar. A nivel académico el rendimiento escolar logró un avance ya que las niñas mejoraron su confianza en su capacidad intelectual. Esta investigación puede servir como base para futuras investigaciones en la Universidad de San Carlos de Guatemala, en la Escuela de Ciencia Psicológicas y en la Institución ya que los talleres y actividades realizadas durante el programa pueden ser de gran utilidad, y los resultados pueden usarse para la aplicación oportuna de las herramientas que se proporcionan a la escuela.

Se agradece a la directora de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, Jornada Matutina, por haber permitido realizar la investigación, a las maestras de 4to. 5to. y 6to. Primaria por su opinión en las encuestas realizadas y por brindar espacios de tiempo para trabajar con las niñas; a las madres de familia por su colaboración en responder a las preguntas de la encuesta y especialmente se le agradece a las niñas quienes fueron las principales personas objeto de estudio, por su confianza y atención durante la investigación.

CAPÍTULO I

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y MARCO TEÓRICO

1.1. Planteamiento del problema

La importancia de este tema ha generado las siguientes interrogantes: ¿cuáles son los cambios físicos y fisiológicos que la niña manifiesta durante el desarrollo? ¿afectan los cambios físicos y fisiológicos la autoestima? ¿cuáles son los principales cambios en la personalidad de la niña? ¿afecta la pubertad en las relaciones sociales de las niñas? ¿cuáles son las fuentes de información que tienen las niñas sobre sus cambios físicos y fisiológicos del desarrollo?

En el inicio de la pre-adolescencia se reúnen una serie de factores novedosos, que convergen con gran fuerza sobre una personalidad que está autoafirmándose por los cambios físicos y fisiológicos que se marca en la etapa de desarrollo; aparición de la primera menstruación o menarquía, crecimiento de los pezones y coloración de las aréolas, cambios en la piel, ensanchamiento de la pelvis, crecimiento del vello axilar y púbico, crecimiento de los genitales internos y externos.

La mejor fuente de información durante esta etapa es la propia madre de la niña ya que la conoce y convive con ella; esta población por ser altamente vulnerable a la poca información y la falta de orientación sobre el desarrollo por parte de la madre provoca en la niñas una serie de cambios en su personalidad obteniendo rasgos positivos como: independencia, seguridad, liderazgo, entusiasmo, extroversión, responsabilidad, confianza en sí misma; y rasgos negativos como: inseguridad de sí misma, baja autoestima y autoconcepto, rebeldía, dependencia, cambios de humor repentinos, sumisión, agresividad,

desafiante a la autoridad y trastornos en la pubertad ya que no están preparadas para enfrentarse a los cambios físicos y fisiológicos, esto hace que las niñas de diez a trece (10 a 13), años todavía se sorprendan por los cambios que empieza a sufrir su cuerpo.

El presente informe describe los cambios físicos y fisiológicos que sufre la niña en su organismo: cambios en la piel, cambios en la forma del cuerpo, incremento del peso y estatura, estos cambios ocurren antes en el sexo femenino que en el masculino y le afectan en su personalidad ya que en este periodo están en búsqueda de la identidad, independencia, originalidad e inicia el sentimiento de intimidad.

Para comprender sobre el desarrollo de la personalidad en la adolescente una de las teorías que sustenta esta problemática es la Psicosexual en la “etapa genital, esta etapa comienza con la pubertad y constituye el último periodo significativo del desarrollo de la personalidad, Freud trata de explicarla a partir de los cambios físicos de la adolescencia.”¹

Debido a los cambios físicos y fisiológicos que se marcan en la etapa de desarrollo de la niña de diez a trece (10 a 13) años, aparte de la incidencia de la personalidad hay otros problemas como consecuencia negativa de dichos cambios que tienen relación con esta problemática los cuales se pueden mencionar baja autoestima: la niña no se acepta a sí misma, se humilla ante los demás, no reconoce sus puntos fuertes solamente los débiles y pone las necesidades de los demás antes de las suyas; trastornos alimenticios o desórdenes alimenticios como la bulimia y anorexia; confusión de identidad, con bastante frecuencia las adolescentes seleccionan a otras adolescentes como

¹ DICAPRIO, Nicholas S. *Teorías de la personalidad*. México: McGRAW-HILL interamericana de México, S. A, 1989. Pág. 56. ISBN 968451736X.

modelos las cuales pueden estar poco informadas por lo que la aceptación a los cambios físicos está relacionada a las presiones del grupo de compañeras y amigas.

Por medio de este estudio se analizó si los cambios físicos y fisiológicos afectan la personalidad y la autoestima de las niñas, asimismo se describe cómo afectan estos cambios en las relaciones sociales de las niñas y se verificaron las fuentes de información que tienen las niñas para juzgar si la información es confiable. La población objeto de estudio asiste en la Escuela Tipo Federación José de San Martín, Jornada Matutina, ubicada en el municipio de Mixco, departamento de Guatemala, brinda educación primaria a niños y niñas de 6 a 13 años. Se trabajó con niñas que cursan los grados de cuarto, quinto y sexto primaria, comprendidas entre las edades de diez a trece (10 a 13) años, ya que es en esas edades en que se inician las primeras transformaciones hormonales.

El estudio ayudó a que las niñas asimilen dichos cambios porque es una etapa conflictiva y altamente vulnerable ya que, en la comunidad, en la familia, en el grupo de coetáneos, con las amigas se enfrentan a la presión social preocupándose por su imagen corporal desarrollando problemas de alimentación, cambios corporales y de autoestima.

Para la presente investigación se utilizaron instrumentos y técnicas como: entrevistas a niñas, encuestas a maestras y madres de familia, talleres en los que se informó a la niña de forma precisa, auténtica y sencilla sobre los cambios físicos y fisiológicos que afronta y que los asimilen con naturalidad y puedan superar las dificultades que no les permite adaptarse a dichos cambios, asimismo describir cómo los cambios que sufre la niña le afectan en su personalidad y desenvolvimiento en sus relaciones interpersonales en la escuela, en su hogar y en otros lugares a donde vaya.

1.2. Marco teórico

1.2.1. Antecedentes

En relación a los cambios físicos y fisiológicos durante el desarrollo de la personalidad de las niñas, existen las siguientes investigaciones:

Las autoras Sandra Marleny De León de Orozco y Albertina Ayala Robles realizaron la tesis “La autoestima del escolar de cuarto, quinto y sexto grado de primaria de la educación pública” en el año 1996. El objetivo fue investigar la importancia que tiene el sentimiento de autoestima en el desarrollo de la personalidad del niño. El instrumento que se utilizó para realizar la investigación fue el cuestionario. Se concluyó que en la familia debe existir comunicación y afecto, para estimular la autovaloración lo que le va a permitir poseer una alta autoestima; la familia y la escuela son las encargadas de formar y propiciar la autoestima en el niño asimismo la comunicación familiar, es imprescindible para que el niño desarrolle una autoestima aceptable. Se recomienda que la familia y la escuela, deben crear las condiciones necesarias de confianza estimulando y propiciando un nivel aceptable de autoestima de igual forma es imprescindible una buena comunicación familiar para que el niño se desenvuelva en un ambiente agradable y que se promueva y divulguen programas a escuelas primarias acerca de la importancia de la autoestima en el niño.

Asimismo, la autora Diana Carolina Taracena Luis, en el año 2005, realizó la tesis “La importancia de la educación sexual en niñas de 9 a 12 años de una escuela de educación primaria urbana”. Los objetivos que formuló para la investigación fueron determinar la importancia y necesidad de ejecutar un programa integral de educación sexual; proporcionar un modelo integral de educación sexual para el enriquecimiento cognitivo y emocional de las alumnas.

El Cuestionario y un programa de educación sexual fueron los instrumentos a los que recurrió para realizar su proyecto. Se concluyó que la aplicación del programa piloto de educación sexual cumplió satisfactoriamente con sus objetivos de determinar la importancia y necesidad de ejecutar un programa integral de educación sexual, así como de proporcionar un modelo integral de educación sexual para el enriquecimiento cognitivo y emocional de las alumnas, esto permitió comprobar la hipótesis de la investigación; el grado de sexto primaria incrementó sus actitudes y creencias sanas que ya poseían con respecto a la sexualidad, el nivel de conocimiento fue aceptable. Se recomienda abordar a la niñez en escuelas públicas primarias con programas de educación sexual que contribuyan a tener ideas más clara de lo que se conoce y se cree con respecto a la sexualidad, así como enriquecer los conocimientos que de una u otra forma se han adquirido anteriormente, y por ende tener un mejor desenvolvimiento en el medio y con lo que se enfrenta diariamente nuestra niñez. Sería conveniente utilizar este tipo de trabajos para comenzar a trabajar desde ya el abordamiento de niñas especialmente, ya que son las futuras formadoras de hombres y mujeres el día de mañana.

La tesis “Incidencia en la autoestima en la consolidación de la imagen corporal en mujeres adolescentes” fue realizada por Manuel Alejandro Aguilar Figueroa y Romeo Mauricio Enrique Villagran Paiz en el año 2010. Para esta investigación los objetivos trazados son los siguientes identificar el impacto que tiene la autoestima en la consolidación de la imagen corporal de las mujeres adolescentes para determinar si el nivel de autoestima contribuye de algún modo a la satisfacción o insatisfacción de las mujeres adolescentes con su imagen corporal; identificar cuáles son las variables que inciden en la construcción de la imagen corporal. Los instrumentos que se utilizaron son Test VA (Test de valoración de autoestima) y el cuestionario sobre la autopercepción de la imagen corporal. Se concluyó que la consolidación de la imagen corporal como constructo mental no

solo es cognitiva, sino además está impregnada de valoraciones subjetivas y determinadas socialmente; se produce en forma paralela al desarrollo evolutivo y cultural de la persona y se trata de factores multicausales de índoles social y subjetiva; las adolescentes buscan un lugar social de arraigo y una comunidad de pertenencia que le confiera sentidos a sus vidas, con el fin de lograr su objetivo busca parecerse a los estereotipos más aceptados socialmente. Se recomienda reforzar la autoestima de las mujeres adolescentes, discutiendo los autoconceptos, autopercepciones y valoraciones subjetivas y permitiendo la expresión de sentimientos a nivel grupal, creando así una red social que motive y apunte los sentimientos de autosatisfacción y autovalía.

1.2.2 Niñez

“La niñez resulta ser el momento de la vida de las personas en la cual se crece más, a pasos agigantados, ya que son prácticamente constantes los cambios físicos que se van desarrollando durante la misma, la niñez se encuentra conformada por tres etapas: lactancia, niñez temprana y niñez intermedia”².

La preocupación de la imagen corporal, la forma en que cree que se luce, empieza a cobrar importancia hacia el final de la niñez intermedia, sobre todo entre las niñas. Para mejorar la imagen corporal el “realizar deportes o algún otro ejercicio, además de estar emocionalmente satisfechas con ellas mismas, también les ayuda a adelgazar la figura, reduce el estrés, les da una sensación de dominio y competencia, y hace que se sientan mejor con su apariencia.”³

² PAPALIA, Diane E. *Psicología del Desarrollo* México: McGraw-Hill Interamericana S. A., 2005. 380 p. ISBN 9789701049211

³ Idem pág. 440

“La ausencia de ejercicio físico afecta el desarrollo físico y emocional; la práctica del ejercicio físico mejora la fuerza y la resistencia, permite construir huesos y músculos saludables, ayuda a controlar el peso, reducir la ansiedad y el estrés, y aumenta la confianza en la persona.”⁴ La actividad física moderada tiene beneficios para la salud cuando se realiza regularmente durante treinta (30) minutos toda la semana, la mayoría de las preadolescentes son menos activas y esto crea un estilo de vida sedentario. Las niñas que realizan ejercicio se sienten mejor que los que no lo hacen, tienen mayor confianza y pasan más tiempo con las y los amigos, lo cual sugiere la posibilidad de que se valgan de los deportes como medio de socialización.

Las habilidades motoras siguen mejorando en la niñez intermedia, sin embargo, para esta edad los niños de la mayoría de las sociedades no alfabetizadas y en transición trabajan y esto, además de las tareas domésticas, en especial para las niñas, les deja poco tiempo y libertad para el juego físico.

1.2.3 Desarrollo físico

El desarrollo del niño como individuo es un proceso continuo que se inicia con su nacimiento, caracterizado por un crecimiento a nivel físico, emocional, motivacional e intelectual. En este proceso pueden distinguirse ciertas etapas que Freud denominó "*psicosexuales* debido que les asigna un papel preponderante a los instintos sexuales en la formación y desarrollo de la personalidad"⁵ y atribuyó al sexo un rol central en el desarrollo y crecimiento del niño. En los diversos periodos o etapas por las que atraviesa el niño en su desarrollo se hacen dominantes determinadas necesidades físicas, intelectuales, emocionales, etc.

⁴ Idem.

⁵ DICAPRIO, Nicholas S. Op.Cit. Pág. 50

que se relacionan con diversas zonas específicas del cuerpo: ano, órganos genitales, zonas en que los adultos representan los lugares de placer y tensión sexual y que en los niños se manifiesta de modo normal, percibido sólo como sensaciones agradables o placenteras. Los niños no saben que esas sensaciones tienen un origen sexual, sólo las sienten. Sobre la base de estas zonas particulares que se convierten en centros de placer sexual, “Freud delineó cuatro etapas de desarrollo psicosexual: *oral, anal, fálica, genital.*”⁶

Las fases presentan necesidades y crisis para el individuo que debe enfrentarlas, pero cuya satisfacción y resolución no son posibles sin la ayuda de personas significativas como lo es la madre.

Es un proceso continuo que empieza con la vida, seguido de una secuencia de cambios tanto del pensamiento como sentimientos y sobre todo el más notorio es el físico, dándose estos cambios se llega a una madurez tanto intelectual, social y muscular, de esta manera el individuo se va desarrollando en todas sus dimensiones.

1.2.8.1 Cambios físicos y fisiológicos

La pubertad es una época de crecimiento y de cambio físico. La aparición de muchos de los cambios físicos es comparativamente repentina.

Muchas personas poseen una imagen de sí mismos bastante formulada, y el cuerpo actúa a menudo como un símbolo del yo. En consecuencia, los cambios físicos significan que ni el concepto de sí mismo debe cambiar ni la nueva forma corporal debe reconciliarse con el concepto de sí mismo ya existente; ninguna de

⁶ Idem.

estas alternativas es fácil, y a muchos individuos les resulta sumamente difícil ajustarse a la realidad de su yo físico.

“El cambio físico se experimenta cuando el niño(a) va perdiendo su cuerpo infantil y aparece la necesidad psicológica de reestructurar la imagen corporal. Los niños empiezan a tener autoconciencia de los cambios, una preocupación por el cuerpo, la necesidad de integrar una imagen individual del aspecto físico y el prejuicio por el grado de aceptación que su figura despierta en el grupo de pares. La preocupación se agudiza especialmente durante la pubertad, cuando los y las niñas están descontentas con su cuerpo.”⁷ Cualquier anomalía notoria del crecimiento suele ser una mortificación para la adolescente, en particular si la coloca en una desventaja física, o en una posición de contraste desfavorable con sus coetáneos, pero deben comprender que las diferentes partes del cuerpo crecen y se desarrollan a velocidades distintas, y las curvas para diversas partes del cuerpo pueden adoptar diferentes formas.

Una de las primeras tareas del infante es identificar su cuerpo como su yo propio. La niñez y la adolescencia tienden a convertirse en una larga serie de exploraciones en esa dirección. La acentuación del interés por el cuerpo y a su adorno, así como el despertar o el desarrollo dentro del individuo de los deseos sexuales. Esa acentuación del interés puede adoptar diversas formas, entre las cuales se cuentan el interés en el sexo opuesto, en la apariencia personal, en la fortaleza y resistencia, y en la salud física.

Según la Teoría Psicoanalítica de Freud, “la genitalidad es más que la potencia sexual. Para el hombre, esto significa competencia y dominio en una amplia gama de actividades: profesionales, recreativas y sociales. La genitalidad en la mujer

⁷ SANTROCK, Jonh. *Psicología del desarrollo*. España: McGraw Hill, 2004. Pág, 448. ISBN: 9788448137960

también incluye más que la potencia orgásmica; debe ser capaz de apoyarse en sus dos pies de interés en los hombres y de capacidad en ciertos atributos femeninos como emotividad, interés maternal y creatividad. Para Freud la genitalidad era la masculinidad y feminidad completamente desarrolladas, un equivalente a lo que otros han llamado madurez personal.”⁸

El interés por el sexo opuesto es una de las características notables del adolescente de desarrollo normal, y conduce a una mayor atención no sólo a los propios atributos físicos sino también a los atributos de otras personas; esos intereses hacen que el adolescente muestre motivos entremezclados. Por un lado, desea exhibir su yo físico para que lo admiren otras personas, y, por el otro, desea ocultar los atributos físicos que la avergüenzan, como resultado de sus nuevas preocupaciones e interpretación. En cualquier caso, el cambio es hacia el exterior desde la preocupación egocéntrica por el propio cuerpo, hasta la preocupación por ella en cuanto a su relación con otras personas. Los adultos podían ayudar al adolescente que pase por un período difícil de ajuste, esforzándose por prepararlo para los cambios que experimentará muy pronto.

Los cambios a los que se enfrentan las niñas son:

Cambios en la piel

“En general la piel se hace más grasa y es posible que la persona sude más que antes, esto se debe a que están creciendo las glándulas sebáceas, la higiene personal es muy importante para controlar malos olores corporales. Es muy probable que salgan granos en el rostro y en la parte superior de la espalda”⁹ la presencia de este tipo de acné juvenil se debe a desequilibrios hormonales, y

⁸ DICAPRIO, Nicholas S. Op. Cit. Pág. 56

⁹ *Cambios del cuerpo en la adolescencia* [en línea]. [Consultado 20 septiembre 2015]. Disponible en: <http://www.tnrelaciones.com/cuerpo/>

forma parte de la pubertad. La aparición de acné es un elemento perturbador debido a la gran preocupación por la belleza y la aceptación física.

Vello corporal

Durante la pubertad saldrá vello en el pubis, en las piernas y en las axilas. “La androstenediona, un andrógeno liberado principalmente por la corteza suprarrenal, es normalmente responsable del crecimiento del vello púbico y del vello axilar en la mujeres.”¹⁰ El vello púbico y de las axilas suele comenzar a notarse a los nueve o diez (9 o 10) años de edad.

Cambios en la forma del cuerpo

Durante la pubertad las caderas se anchan y la cintura se marca; la grasa empieza a acumularse en el estómago, las piernas y los glúteos, esto es completamente normal y hace que se tengan las curvas de una mujer.

Crecimiento del busto

Para la mayoría de niñas, la pubertad empieza cuando los pechos empiezan a crecer. El desarrollo mamario además de ser cuantitativo es cualitativo, los pezones se agrandan y sobresalen, la areola (región pigmentada que rodea los pezones) se hace más oscura y grande y sobresale del tejido circundante, aumenta el tejido glandular y los senos adquieren una forma cónica y luego redondeada. “Primero se notará un bulto a veces algo doloroso por debajo del pezón que poco a poco empieza a crecer. Puede haber crecimiento asimétrico de las mamas. Algunas niñas se preocupan cuando sus pechos crecen más lento que los de sus amigas.”¹¹

¹⁰ PINEL, John P.J. *Biopsicología*. 6ª Ed. Madrid: Pearson Educación, S. A., 2007. Pág. 365. ISBN 9788478290819

¹¹ *Cambios del cuerpo en la adolescencia* [en línea]. [Consultado 20 septiembre 2015]. Disponible en: <http://www.tnrelaciones.com/cuerpo/>

Cambios de tamaño en distintas partes del cuerpo

El crecimiento repentino es el aumento evidente en la estatura y peso que por lo general comienza en las niñas entre los 9 y 14 años. En general dura cerca de 2 años y poco después que el crecimiento repentino termina, la joven alcanza su madurez sexual. Durante la fase de la pubertad, todas partes del cuerpo crecen, pero es posible que algunas más rápidas que otras.

La menstruación

El comienzo de la menstruación es menarquía, es el signo más evidente de la madurez sexual de una niña, se presenta casi al final de la secuencia del desarrollo femenino. “La menarquía es la clave para indicar la femineidad; la reacción de las niñas es diferente, puede ser neutral, negativa o positiva.”¹²

Los primeros ciclos menstruales son irregulares, la ovulación es inestable y las niñas no son fértiles sino hasta el año siguiente. Aunque en muchas culturas la menarquía se toma como una señal del paso de niña a mujer, los primeros períodos menstruales no incluyen la ovulación; sin embargo como en ocasiones la ovulación y la concepción se puede presentar en los primeros meses, las niñas que han comenzado a menstruar y mantiene relaciones sexuales pueden quedar embarazadas. La edad promedio en la que una niña comienza a menstruar son los 12 años, sin embargo, esto no significa que todas las niñas comiencen a menstruar a la misma edad, pueden comenzar a menstruar en cualquier momento entre los 8 y los 16 años de edad. La menstruación no sucede hasta que todas las partes del sistema reproductivo de la niña han madurado y están funcionando en conjunto.

¹² SARAFINO, Eduard P. ARMSTRONG, James W. *Desarrollo del niño y del adolescente*. España: Trillas, 1988. Pág. 396 ISBN 9789682421921

La menstruación es el sangrado mensual de la mujer. También se le llama regla, período menstrual, o período. Cuando una mujer tiene su período, está menstruando. La sangre menstrual es en parte sangre y en parte tejido del interior del útero (matriz). Fluye desde el útero, a través de la pequeña abertura del cuello uterino, y sale del cuerpo a través de la vagina. La mayor parte de los períodos menstruales dura de tres a cinco días.

La menstruación es parte del ciclo menstrual, que ayuda al cuerpo de la mujer a prepararse todos los meses para un eventual embarazo. El ciclo comienza el primer día del período. El ciclo menstrual promedio dura 28 días, sin embargo, un ciclo puede durar de 23 a 35 días.

Algunas de las partes del cuerpo que intervienen en el ciclo menstrual son el cerebro, la glándula pituitaria, el útero y cuello uterino, los ovarios, las trompas de Falopio, y la vagina. Unos químicos del cuerpo llamados hormonas suben y bajan de nivel durante el mes, y causan el ciclo menstrual. “Los ovarios generan dos hormonas femeninas importantes: el estrógeno y la progesterona. Otras hormonas que intervienen en el ciclo menstrual son la *hormona foliculoestimulante* (FSH) y la *hormona luteinizante* (LH), generadas por la glándula pituitaria.”¹³ Naturalmente estas hormonas afectan la conducta al interactuar de manera directa con el sistema nervioso.

“La menstruación es un signo de femineidad y de madurez sexual. Es importante que ésta experiencia inicial sea lo más favorable posible. La reacción negativa a la menstruación es fomentada por molestias físicas: jaquecas, dolores de espalda, calambres y dolor abdominal, conforme avanza la pubertad estos síntomas desaparecen o disminuyen. Un efecto secundario que va asociado con

¹³ Menstruación y ciclo menstrual [en línea]. [Consultado 20 enero 2014]. Disponible en: <http://www.geosalud.com/ginecologia/menstruacion.htm>

el dolor menstrual es cierto aumento en sentimientos negativos: ansiedad y depresión y mayor irritabilidad.”¹⁴ El síndrome premenstrual (SPM) abarca síntomas tanto físicos como psicológicos que experimentan muchas mujeres justo antes de tener el período menstrual, entre ellos están el acné, cansancio, dolor de espalda, senos sensibles y/o doloridos, dolor de cabeza, estreñimiento, diarrea, depresión o decaimiento, irritabilidad, problemas de concentración, dificultad para afrontar el estrés, sentirse tensa o ansiosa. Los síntomas del SPM suelen ser más intensos durante los siete días inmediatamente previos al período menstrual y desaparecen tras la llegada de la menstruación.

“Muchas niñas experimentan dolores menstruales durante los primeros días del período menstrual. Están provocados por la prostaglandina, una sustancia química fabricada por el organismo que hace que el músculo liso del útero se contraiga. Estas contracciones involuntarias pueden provocar un dolor sordo o bien uno más agudo e intenso;”¹⁵ los dolores menstruales suelen durar pocos días.

“Los problemas que pueden haber con los periodos menstruales son la amenorrea: la falta del periodo menstrual; dismenorrea: períodos dolorosos, incluyendo las molestias menstruales graves; y sangrado uterino anormal: sangrado vaginal diferente a los períodos menstruales normales, incluye ocasiones de sangrado muy abundante o períodos inusualmente largos también llamados menorragia, períodos demasiado frecuentes, y sangrado entre períodos.”¹⁶ Las actitudes negativas de otras personas sobre la menstruación afecta a las niñas ya que hacen creer que es una época desagradable y

¹⁴ MUSSEN, Paul Henry, CONGER, John Janeway, KAGAN, Jerome. *Aspectos esenciales del desarrollo de la personalidad en el niño*. México: Trillas, S.A., 1984. Pág.292. ISBN 9789682437366

¹⁵ *Problemas menstruales* [en línea]. [Consultado 20 enero 2014]. Disponible en: http://kidshealth.org/PageManager.jsp?dn=KidsHealth&lic=1&ps=107&cat_id=20258&article_set=55309

¹⁶ Idem

perturbadora, también estas personas tienden a quejarse por su periodo menstrual.

En la edad prepuberal, el trauma más grave para la niña estaba representado por la traición de una amiga, en el período de la pubertad ese trauma lo constituye la menstruación. Hacia el final del período prepuberal muchas chicas esperan con el acontecimiento con ansia o con impaciencia. Para ellas significa dejar de ser niñas, el que ya sean púberes exalta su sentimiento de autoestima y las alaga. Otras niñas experimentan un cierto temor y por lo general se mezclan y dejan sentir a la vez en los diversos estratos del mundo anímico los sentimientos de angustia y el deseo. En todo caso, el signo biológico de la madurez sexual desencadena una serie de múltiples reacciones psíquicas en cada niña.

“Las diferencias entre el desarrollo psicológico de las niñas de madurez temprana y tardía no son tan significativas como las de los varones y varía con el tiempo; las niñas que llegan a la pubertad se identifican por otros como las que poseen muchos rasgos positivos de personalidad: amigable, líder, entusiasta y con más sentido del humor que las que aún no han madurado, no hay mucha evidencia que demuestre que las niñas de madurez temprana estén significativamente mejor ajustadas que las muchachas de madurez tardía. Las niñas de madurez temprana le puede ser difícil ajustarse a los sentimientos complejos provocados por la menstruación cuando la mayoría de sus compañeras todavía son niñas pequeñas.”¹⁷

En general, a las niñas no les gusta madurar pronto; por lo general son más felices cuando su ritmo de maduración es aproximadamente el mismo que el de sus compañeras. En general los efectos de la maduración temprana o tardía tienen más probabilidad de ser negativos cuando los adolescentes son muy diferentes

¹⁷ MUSSEN, Paul Henry. CONGER, John Janeway. KAGAN, Jerome. Ibid. Pág.295

de sus compañeros bien sea porque están más o menos desarrollados que las otras. Estas niñas pueden reaccionar ante el interés de las demás personas acerca de su sexualidad, por consiguiente los adultos pueden tratar a una niña que madura pronto con más rigidez y desaprobación.

Los eventuales trastornos de la menstruación que ésta ha experimentado, las manchas de sangre en la ropa, las observaciones al respecto, hace que la atención de la niña esté aún más vigilante.

“El yo narcisista de la muchacha puede acoger la menstruación como un paso feliz en el camino de la madurez. Pero profundas fuerzas regresivas influyen, perturban y a menudo paralizan esa actitud progresiva. En el momento de las primeras menstruaciones, adquieren más o menos posesión de la escena psíquica y encuentra una ayuda poderosa en los elementos inconscientes que se liberan del rechazamiento. En este conflicto el sentido biológico de la menstruación está en el lado progresivo, y las reacciones emotivas en el regresivo.”¹⁸ Esto muestra cómo la adolescente que disfruta durante un periodo del tributo de admiración que le conceden quienes la rodean, se aparta enseguida, con frecuencia, de este género de satisfacciones y se consagra a cosas más serias.

1.2.8.2 Fuentes de información sobre el desarrollo

“Los pedagogos aseguran que la mejor fuente de información es la propia madre.”¹⁹ Esto sería lo ideal pero en nuestra cultura muchas madres ocultan pudorosamente precisamente el tema de la menstruación, sin percatarse que este

¹⁸ ROUART, Julien. *Psicopatología de la pubertad y de la adolescencia*. Barcelona: Planeta, 1975. Pág. 67. ISBN 9788432003356.

¹⁹ ZULLIGER, Hans. *La pubertad de las muchachas*. Barcelona: Herder, 1987. Pág 76. ISBN: 9788425406263

secreto se revelará algún día. Son numerosas madres a las que les resulta mucho más fácil hablar con sus hijas de la concepción, el embarazo y el alumbramiento que de la menstruación y de los cambios físicos que las niñas presentarán. El motivo de que las madres les resulte tan penoso explicar a sus hijas de la menstruación es porque temen inconscientemente las reacciones de la hija.

Las maestras también son las indicadas a quienes pueden acudir las alumnas y deben estar preparadas para resolver las dudas que surjan de este tipo para no juzgar y/o sancionar. Las maestras que no brindan confianza, son autoritarias y correctivas las niñas no les pueden expresar sus dudas y es por eso que prefieren solventarlas entre ellas, con explicaciones equivocadas, con mitos o por medios poco confiables como el internet, programas de radio y televisión, las revistas juveniles, películas, periódicos, etc.

Si la niña de edad escolar no hace preguntas sobre los cambios físicos y fisiológicos o de las relaciones sexo genitales, se debe considerar la posibilidad de iniciar algunas conversaciones apropiadas, hablándole con franqueza ya que los niños de esta edad se apresuran a sacar conclusiones si no cuentan con información completa.

“Una conveniente educación sexual es condición indispensable para llevar a cabo una vida serena y armoniosa. Tal educación no debe confundirse, como es evidente, con cualquier información sexual más o menos burda, malintencionada, o dirigida a fines lucrativos de especulación comercial.”²⁰ Las reacciones que la niña tenga ante los cambios en el organismo dependen de una correcta información, es por ello que antes de que aparezcan las transformaciones

²⁰ BIGATELLO, Sergio. *Atlas de la educación sexual*. Bilbao: Mensajero, 1976. 64 p. ISBN: 9788427106949

corporales reciba una buena educación sexual, evitando cualquier anomalía en el desarrollo de la personalidad.

1.2.4 Teoría psicosexual

"Freud llamó psicosexuales a sus etapas de desarrollo debido a que les asigna un papel preponderante a los instintos sexuales en la formación del desarrollo de la personalidad. El desarrollo de la personalidad consiste en el desenvolvimiento o despliegue de los instintos sexuales. Con base en las zonas del cuerpo que se vuelven focos del placer sexual, Freud delineó cuatro etapas de desarrollo psicosexual: oral, anal, fálica y genital; cada una de estas fases está caracterizada por una zona erógena que es la fuente de la pulsión libidinal durante esa etapa. Debido a que pudo predecir una línea de tiempo de los comportamientos de los niños, Freud desarrolló un modelo a través de cual consideró lo que sería el desarrollo *normal* del niño, al cual denominó *desarrollo libidinal*."²¹

1.2.5 Personalidad

La personalidad se define como patrón único de pensamientos, sentimientos y conductas de un individuo que persiste a través del tiempo y de las situaciones."²² La personalidad también implica previsibilidad sobre cómo actuará y cómo reaccionará una persona bajo diversas circunstancias.

"Según Gordon Allport la personalidad es la organización dinámica de los sistemas psicofísicos que determina una forma de pensar y de actuar, única en

²¹ DICAPRIO, Nicholas S. Op. Cit. Pág. 50

²² MORRIS, Charles G., MAISTO Albert A. *Psicología*. México: Pearson Educación, 2005. 418 p. ISBN: 970-26-0646-2

cada sujeto en su proceso de adaptación al medio."²³ En este sentido, la personalidad representa un sistema de acción personal del individuo. Un análisis de la personalidad de cualquier individuo debe destacar tanto sus diferencias como sus similitudes con respecto a otras personas. También debe indicar el grado en que esta persona se ajusta al patrón social de su cultura.

Cada persona al nacer ya tiene su propia personalidad con ciertas características propias, que con el paso del tiempo más el factor ambiental y las circunstancias es como se definirá esa persona. La personalidad es fundamental para el desarrollo de las demás habilidades del individuo y para la integración con grupos sociales. La personalidad persiste en el comportamiento de las personas congruentes a través del tiempo, aun en distintas situaciones o momentos, otorgando algo único a cada individuo que lo caracteriza como independiente y diferente. Ambos aspectos de la personalidad, distinción y persistencia, tienen una fuerte vinculación con la construcción de la identidad, a la cual modela con características denominadas rasgos o conjuntos de rasgos que, junto con otros aspectos del comportamiento, se integran en una unidad coherente que finalmente describe a la persona. Ese comportamiento tiene una tendencia a repetirse a través del tiempo de una forma determinada, sin que quiera decir que esa persona se comporte de modo igual en todos los casos.

“La personalidad es la *naturaleza psicológica* individual, es decir *identidad personal* del individuo. La identidad tiene diversos componentes, componentes centrales son los que definen a la persona, mientras que los componentes periféricos son limitados y están sujetos a cambios.”²⁴

²³ Definición de personalidad [en línea]. [Consultado 18 julio 2013]. Disponible en: <http://psicologosenlinea.net/45-definicion-de-personalidad-conceptos-de-personalidad-segun-varios-autores-kotler-allport-freud-y-eysenk.html>.

²⁴ DICAPRIO, Nicholas S. Op. Cit. Pág. 6

Los principales cambios en la personalidad por lo regular ocurren durante la adolescencia. La evolución que las niñas viven en esta etapa, las hace entrar en crisis la cual Erikson en la Teoría Psicosocial llama identidad vs. confusión de identidad, pues la niña se encuentra en la búsqueda de su propia identidad, en el proceso de configurar su personalidad.

La personalidad no es algo fijo o estático a lo largo de toda la vida; tanto el crecimiento como el desarrollo la modifican. Socialmente, para el varón el desarrollo físico temprano representa una ventaja, pues le da cierta superioridad entre sus amigos y le facilita ser un candidato para las actividades deportivas, que le dan prestigio y popularidad entre los de su edad. Para las mujeres el desarrollo temprano es una preocupación, ya que es sexualmente provocativo, por lo que les causa molestia, a algunas niñas como les avergüenza, intentan ocultar el crecimiento de los senos y temen que los varones sepan que están menstruando por lo que las relaciones sociales de las niñas se ven afectadas.

En ocasiones no hay equivalencia entre el cambio físico y las actitudes que demuestran, puede ser que su comportamiento sigue siendo infantil, mientras que su cuerpo sea ya el de una mujer. Algunas transformaciones emocionales que se experimentan tienen relación con los cambios dados por el crecimiento físico, manifiestan ambivalencia, es decir, sentimientos opuestos. La adolescente, por ejemplo, quiere ser independiente, valerse por sí misma, y de manera inconsciente le asusta la idea de serlo, quiere llamar la atención y al mismo tiempo le apena, esto provoca los cambios de humor repentinos pasan de la tristeza a la alegría o de la diversión al aburrimiento esto les provoca inestabilidad emocional.

La adolescencia es un periodo en el que predominan los afectos y apasionamientos. El notable incremento en cuanto a la falta de sentimentalismo, constituye un área en la que hay mayor diferencia entre las mujeres y varones

durante la adolescencia. A medida que los jóvenes se hacen menos sentimentales, la tendencia de las mujeres es en dirección al idealismo y racionalismo. En general, las mujeres son más conservadoras que los hombres a través de este período.

Durante la adolescencia se adoptan actitudes y comportamientos que obedecen a nuevas necesidades físicas y emocionales; hay niñas que experimentan gran necesidad de aceptación por un grupo de amigas que influyen mucho en su manera de ser, de actuar, de vestirse, de hablar y ocupan un lugar privilegiado en su escala de valores; esto se debe a la falta de seguridad personal la cual se debe ir desarrollando durante la adolescencia ya que es uno de los aspectos primordiales en la vida. El rechazo en el grupo da lugar a efectos emocionales extremadamente negativos, que se convierte en graves problemas para las niñas que carecen de los atributos para la aceptación, cuanto más inseguro sea el niño de mayor alcance serán las consecuencias del rechazo este puede conducir a huida y retirada de la realidad aunque en ocasiones puede impulsar al individuo a incrementar sus esfuerzos.

En esta etapa surge el deseo de independencia y libertad. Algunas niñas necesitan demostrarse que son capaces de pensar y actuar por sí solas, distinguiéndose de los demás; desarrolla la necesidad de reconocimiento, sobre todo de parte de otros adolescentes. Otra de las grandes necesidades es la de un espacio propio, ya que requiere de un lugar que considere suyo, de forma exclusiva, al cual nadie tenga acceso.

“Las diferencias entre el desarrollo psicológico de las niñas de madurez temprana y tardía no son tan significativas como las de los varones y varía con el tiempo; las niñas que llegan a la pubertad se identifican por otros como las que poseen muchos rasgos positivos de personalidad: amigable, líder, entusiasta y

con más sentido del humor que las que aún no han madurado, no hay mucha evidencia que demuestre que las niñas de madurez temprana estén significativamente mejor ajustadas que las muchachas de madurez tardía. Las niñas de madurez temprana le puede ser difícil ajustarse a los sentimientos complejos provocados por la menstruación cuando la mayoría de sus compañeras todavía son niñas pequeñas.”²⁵

Los adolescentes con desarrollo tardío parecen aññados para su edad. Es muy probable que sus compañeros se burlen de ellos y que los adultos no los tomen tanto en cuenta. Niños que tardan más en desarrollarse parece ser que son los que sufren mayores presiones de su entorno, lo que disminuye su autoconfianza.

La personalidad madura la logran los jóvenes al conocerse bien y tratar de definir un carácter que conduzca hacia un desarrollo personal pleno y maduro, esto es necesario para superar la adolescencia. Para lograrlo es conveniente explorar los pensamientos y los sentimientos y aprender a tomar decisiones analizando sus consecuencias y considerando la opinión de los padres, hermanos y maestros, ya que su experiencia es una buena orientación. El hogar es importante para el adolescente ya que le trasmite e interpreta su cultura; afecta y moldea su personalidad; le ofrece seguridad y afecto si es un buen hogar, opera como agencia que define estatus y papeles, y por último, tiene gran importancia para fomentar su madurez psicológica y determinar su ajuste futuro como adulto.

En esta etapa de la vida surgen cambios muy importantes que dan la pauta para ser una persona distinta a las demás, ya que se está formando también la propia identidad, es importante que durante ella se cuente con personas a las que

²⁵ MUSSEN, Paul Henry, CONGER, John Janeway, KAGAN, Jerome.Op. Cit. pág.295.

se aprecia de tal manera que se pueda contar todas las inquietudes, pero sobre todo que sepan dar un buen consejo para guiar en esta etapa de la vida.

Los factores ambientales como el grupo de coetáneos, los padres, las instituciones y la experiencia indirecta son importantes para configurar las actitudes del adolescente. De éstas, las influencias de los padres y el grupo de coetáneos son las primordiales. El adolescente por lo general recibe más influencia de las personas por quienes siente simpatía y usan buenas técnicas, que de individuos que no le agradan o utilizan técnicas deficientes para tratar de guiarlo.

“La adolescencia es una etapa necesaria para la formación de la personalidad y del aspecto físico que tendrá el individuo. Se trata de una etapa de profundas transformaciones para autodefinirse como individuos maduros ante los padres, el entorno y uno mismo. No obstante, en esta búsqueda de la individualidad podemos distinguir los tipos de conductas más comunes que adoptan los jóvenes adolescentes.”²⁶

Conductas comunes entre los jóvenes adolescentes		
Conducta	Características	Personalidad
Opositorista y desafiante	<ul style="list-style-type: none"> • Culpan de sus errores a los demás. • Discute con frecuencia • Malas relaciones con sus compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inseguridad, mal control de sus emociones, agresividad. • Poco o ningún respeto a la autoridad y/o padres educadores,

²⁶ *Conducta del adolescente* [en línea]. [Consultado 13 marzo 2013]. Disponible en: <http://www.eliceo.com/educacion/conducta-del-adolescente.html>

		<ul style="list-style-type: none"> • Mala relación con sus compañeros.
Retraída y ausente	<ul style="list-style-type: none"> • Relaciones dificultosas • Aislamiento • Desconfianza • Trata de protegerse de los cambios de la adolescencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Inseguridad ante las transformaciones de su cuerpo y entorno. • Poca o ninguna confianza en sí misma • Alienación para protegerse.
Despreocupada y festiva	<ul style="list-style-type: none"> • Descuida sus obligaciones por cuidar la vida social. 	<ul style="list-style-type: none"> • Buena relación con sus compañeros • Seguridad al socializar

Fuente: *Conducta del adolescente* [en línea]. [Consultado 13 marzo 2013]. Disponible en: <http://www.eliceo.com/educacion/conducta-del-adolescente.html>

Para los padres la adolescencia es como la gran y contradictoria rebelión de sus hijos, que quieren ser tratados como adultos sin renunciar a sus privilegios como niños. Mientras que para los adolescentes es una época de profundas transformaciones físicas y psicológicas. Se trata de una búsqueda de la individualidad de uno mismo aunque, en el proceso se adoptan conductas compartidas entre los adolescentes.

1.2.6 Autoestima

“La pre-adolescencia es una etapa donde los preadolescentes hacen un esfuerzo por entenderse a sí mismos, exploran su propia identidad e intentan saber quiénes son, cómo son y hacia dónde se dirige su vida, no solo tratan de comprenderse (representación del Yo), sino también evalúan sus atributos, esto conforma su

autoestima (dimensión de evaluación del Yo) y el autoconcepto (evaluación el Yo en un dominio específico).”²⁷

La autoestima es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y de comportarnos, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. La autoestima es un sentimiento valorativo del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad, esta se aprende, cambia y se puede mejorar. No es un estado estático del individuo sino que varía según las experiencias y sentimientos, se adquiere y se genera como consecuencia de una larga serie de acciones, sucesos e influencia del medio en que se desenvuelve, esta va configurando las etapas de existencia.

“La adolescencia es una de las etapas donde a los niños se les dificulta aceptar partes de su cuerpo y para ello es importante la autoaceptación como estrategia.”²⁸ Los adolescentes de ambos sexos se preocupan por su peso, su complexión y rasgos faciales, lo que trae como consecuencia biológica y hasta trastornos psicológicos la aparición del desorden en la salud como desnutrición, descuido del peso, anorexia, bulimia, y hasta abuso de alcohol, drogas y otros vicios, las niñas tienden ser menos felices con su aspecto que los varones de la misma edad, sin duda por el gran énfasis cultural sobre los atributos físicos de las mujeres. Cuando a los adolescentes se les pregunta ¿qué es lo que no te gusta de tu cuerpo? Generalmente los varones responden nada, mientras que las niñas responden una serie de aspectos que en realidad odian; cuestión que debe ser tratada como tema de autoestima para evitar trastornos psicológicos futuros.

²⁷ SANTROCK, Jonh. Op. Cit. pág 459

²⁸ BRANDEN, Nathaniel. *Cómo mejorar su autoestima*. Barcelona: Paidós, 2010. Pág. 160. ISBN: 9788449323478

La imagen corporal incluye la imagen mental de cómo luce la niña viéndose a sí misma desde fuera y lo que piensa y siente sobre esa imagen. A la imagen corporal se le da un valor positivo o negativo de acuerdo a lo que las niñas aprenden y esto construye a la autoestima. Para las niñas es importante cómo son percibidas por sus compañeras y compañeros y de cualquier forma lograr ser parte del grupo y no ser excluidas, situación la cual les genera estrés, frustración y tristeza. La aceptación del grupo de pares, al igual que el aspecto físico, son dos elementos especialmente importantes en la pre-adolescencia que correlacionan con la autoestima.

“Para integrar su autoimagen, los y las adolescentes exploran detalladamente los cambios corporales experimentados y analizan las posibilidades que les ofrecen en su entorno para mejorar su apariencia, tales como: prendas de vestir, maquillaje, peinados, gestos, maneras de hablar, expresiones faciales y posturas. Estas posibilidades, por lo general, son las que están de moda y las tienden a seguir para no sentirse excluidos y ser aceptados en el grupo de interés.”²⁹

1.2.7 Identidad

La formación de la identidad como tal, es un proceso muy complejo en el cual se ven involucradas numerosas variables, que repercutirán positivamente o negativamente. Todo este proceso le permitirá al adolescente crear una personalidad más madura y equilibrada en la mayoría de los casos o puede que en otros lo único que logre sea confundirlos.

²⁹ MONGE, R. Ingesta de nutrientes en adolescentes y factores psicosociales asociados. Programa de Doctorado en Ciencias, Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica 2005. Pág, 64

La niña de diez a doce (10 a 12) años se deja influir con facilidad, al mismo tiempo con rapidez se disipan esas sugerencias, las niñas de esta edad presentan una fuerte sugestionabilidad extensiva, pero ese su interés por todo hace que tal sugestionabilidad sea muy superficial y transitoria, cuando su autoestima y cotidianidad son favorables al ambiente se potenciará la capacidad de las niñas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal y cuando es negativa se tiene como resultado inseguridad y dependencia.

“De algún modo, y en conexión sin duda con las primeras transformaciones hormonales que preceden el comienzo de la menstruación, la ansiedad de castración y su compensación, así como las contra organizaciones, de otra clase que las propias del estadio fálico, adquieren un significado nuevo, puesto que actúan en profundidad e influye en la conducta de la niña.”³⁰

Con la aparición de la menstruación, la niña, por lo general se ve obligada a enfrentarse definitivamente con el rol propio de su sexo. Su cuerpo le dice que ella no es un niño y se enfrenta a la tarea de acomodarse a su destino biológico.

Para hacer la transición de la dependencia de los padres a la dependencia de uno mismo, el adolescente debe desarrollar un sentido estable del Yo; este proceso se denomina *“formación de la identidad*, un término derivado de la teoría de Erik Erikson, la cual considera que el principal desafío de esta etapa de la vida es la *identidad frente a la confusión de roles*. Erikson (1960) afirma que la búsqueda de la identidad, aun cuando sea una preocupación siempre presente a lo largo de toda la vida, alcanza su punto crítico durante la adolescencia, ya que en ésta hay muchos cambios significativos en toda la persona, pero especialmente en el Yo, la identidad se refiere a *integración de papeles*.”³¹ La pregunta

³⁰ ZULLIGER, Hans. Op. Cit. Pág. 11

³¹ DICAPRIO, Nicholas S. Op. Cit. Pág. 189

abrumadora para el joven se convierte en ¿Quién soy? En opinión de Erikson, la respuesta viene de la integración de diferentes roles en un todo coherente que se constituye de manera armoniosa. La incapacidad para formar este sentido coherente de identidad da lugar a confusión de roles. La crisis de la identidad pocas veces se resuelve completamente en la adolescencia; los aspectos concernientes a la identidad reaparecen una y otra vez durante la vida adulta.

La búsqueda de la identidad es un viaje que dura toda la vida, cuyo punto de partida está en la niñez y acelera su velocidad durante la adolescencia. Como Erik Erikson (1950) señala, “este esfuerzo para lograr el sentido de sí mismo y el mundo no es un tipo de malestar de madurez sino por el contrario un proceso saludable y vital que contribuye al fortalecimiento total del ego del adulto.”³²

Para formar una identidad, el ego organiza las habilidades, necesidades y deseos de una persona y la ayuda a adaptarlos a las exigencias de la sociedad. Sin embargo es normal que se presente algo de confusión en la identidad que responde tanto a la naturaleza caótica de buena parte del comportamiento adolescente como la dolorosa conciencia de los jóvenes acerca de su apariencia. De la crisis de identidad surge la virtud de la fidelidad, lealtad constante, fe o un sentido de pertenencia a alguien amado o a los amigos y compañeros. La fidelidad representa un sentido muy ampliamente desarrollado de confianza; pues en la infancia era importante confiar en otros, en especial a los padres, pero durante la adolescencia es importante confiar en sí mismos.

Dentro de las diversas formas en que los adolescentes tratan de lograr hallar su identidad, es partiendo de los demás es decir, de su grupo de amigos o compañeros, tratará de lograr el mayor grado de aceptación y comodidad social, por lo que experimentara diversos cambios de conducta, pensamiento, vestir,

³² PAPALIA, Diane E. Op. Cit. Pág. 485

entre otros hasta que poco a poco comienza a seleccionar los aspectos con los que mejor se sienta. Tal vez esto no sea tan fácil en unos como en otros, porque habrá algunos que se dejen dominar por sus otros y pierdan su identidad y comiencen a imitar la de otro. Los adolescentes tratan de hallar su identidad en primer lugar en el ámbito social ya que se llevan mejor con su grupo de iguales que con su misma familia esto se debe a que en los amigos encuentran conductas positivas y negativas similares a las de ellos, complicidad, confianza y aprobación; luego en su núcleo familiar, generalmente tratan de asimilar los aspectos que más le atraen de las personas del mismo sexo que conforman su familia, como hermanos, primos o tíos.

“Para fortalecer o formar la identidad en la adolescencia resulta un problema central; al enfrentarse a todos los cambios rápidos físicos, fisiológicos que le ocurren así como las exigencias sociales cambiantes.”³³ También buscan su identidad a partir de los medios de comunicación y lo que estos proyectan, es aquí donde algunos pueden crear sus héroes o ídolos, y tratan de ser como ellos. Al crear su propia identidad y su imagen corporal para alcanzar el equilibrio emocional, las niñas toman no solo sus experiencias y sus rendimientos personales, sino también la aprobación y desaprobación de los demás, principalmente del grupo de pares. Una imagen física atractiva es una condición de la vida social moderna, así la belleza se define en virtud de una norma estética.

1.2.8 Pubertad

La pubertad es una etapa de transición entre la infancia y la vida adulta. Es durante este período que se definen muchos aspectos de la personalidad. Por ser una

³³ MUSSEN, Paul Henry. CONGER, John Janeway. KAGAN, Jerome. Op. Cit. Pág. 316

etapa de cambios físicos, está acompañada de inquietudes que afectan a los adolescentes a nivel emocional. Los padres juegan un rol muy importante para darles confianza durante este período. En la etapa entre los nueve (9) y los trece (13) años se presenta una actitud de desafío tanto para los niños y niñas como para sus padres. Los adultos que están a su alrededor deben estar dispuestos para afrontar esta etapa en la que los niños y niñas ya no se consideran niños y niñas pequeños/as pero todavía no se sienten como adolescentes, aunque algunas veces su conducta parece la de un adolescente.

“Los cambios biológicos de la pubertad, que apuntan al final de la niñez, generan un rápido crecimiento en estatura y peso, cambios en las proporciones y formas corporales y la consecución de la madurez sexual. Estas transformaciones físicas drásticas forman parte de un proceso largo y complejo de maduración que se inicia, incluso, antes del nacimiento y cuyas ramificaciones psicológicas continúan en la edad adulta.”³⁴ Durante la pre-adolescencia se notan cambios de apariencia, actitud y conducta ya que su cuerpo está experimentando el inicio de la pubertad.

La pubertad comienza cuando, en algún comienzo determinado biológicamente, la glándula pituitaria de una persona joven envía un mensaje a las glándulas sexuales, las cuales empiezan a segregar hormonas. Este momento preciso está regulando aparentemente por la interacción de los genes, la salud del individuo y el ambiente; también puede relacionarse con un nivel de peso crítico. La pubertad entonces, se representa como respuesta a los cambios en el sistema hormonal del cuerpo, los cuales se activan ante una señal psicológica. Su respuesta en una niña es que en los ovarios empiezan a producir una gran cantidad de hormonas femeninas llamadas estrógenos. El estrógeno estimula el crecimiento de los genitales femeninos y el desarrollo de los senos.

³⁴ Idem. Pág. 432

La pubertad es el periodo de la vida en el que se produce la transición desde la infancia a la vida adulta. “Las características sexuales primarias son los órganos necesarios para la reproducción. En la mujer, los órganos sexuales son los ovarios, las trompas de falopio, el útero y la vagina. Las características sexuales secundarias son indicios fisiológicos de maduración sexual (como el desarrollo del busto) que no se relacionan directamente con los órganos sexuales.”³⁵ Es decir que en este periodo se producen cambios que afectan a todos los órganos y estructuras corporales, pero lo más llamativo es el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios.

“Los labios mayores, prácticamente inexistentes en la niñez, se agrandan considerablemente durante la adolescencia al igual que los labios menores y el clítoris. El monte de venus se hace más prominente por el desarrollo de una almohadilla de grasa. El útero duplica su tamaño, mostrando un incremento lineal durante el período que va de los diez a los dieciocho (10-18) años. Los ovarios incrementan notoriamente su tamaño y peso, muestran un crecimiento bastante estable desde el nacimiento hasta los ocho (8) años, cierta aceleración desde los ocho (8) años hasta el momento de la ovulación la cual se da a los doce a trece (12 a 13) años y un incremento muy rápido después de alcanzar la madurez sexual. Indudablemente este es el resultado de la maduración de los folículos, cada niña nace con aproximadamente 400.000 folículos en cada ovario. Para el momento en que alcanza la pubertad, este número ha disminuido a cerca de 80.000 en cada ovario. Por lo general, un folículo produce un óvulo maduro aproximadamente cada 28 días por un periodo de treinta y ocho (38) años, lo que significa que maduran menos de 500 óvulos durante los años reproductivos de la mujer.”³⁶

³⁵ Ídem. Pág. 435

³⁶ VACA TORRES, Mery Laura. *Modelo preventivo para reforzar el vínculo afectivo madre-hijo*. [en línea]. Tesis de licenciatura. Universidad Politécnica Salesiana Sede Quito, 2007. [Consultado 20 julio 2013]. Disponible en: <http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/3053/1/UPS-QT01538.pdf.pdf>

Al final de la pubertad, el cuerpo alcanza su forma y tamaño definitivo. Entre estos cambios tiene lugar la aparición de los caracteres sexuales: desarrollo mamario, aparición de vello en el pubis y axila, etc. Es por tanto, una etapa de grandes cambios físicos donde se adquiere el aspecto de adulto, y psicológicos, ya que marca el inicio de la adolescencia.

1.2.8.1 Cambios durante la pubertad

“La primera adolescencia es un período marcado por muchos cambios físicos, mentales, emocionales y sociales. Estos cambios y la manera como los perciben los demás podrían ser factores de preocupación para las niñas. También es un período en el cual la niña podría enfrentarse a la presión que ejercen sus amigas y amigos para que consuma alcohol y drogas, fume y tenga relaciones sexuales.”³⁷ Otros retos a los cuales se enfrentan las niñas pueden ser la depresión, las dificultades de aprendizaje y los problemas familiares.

A esta edad, las niñas toman por sí mismas más decisiones sobre sus amigas y amigos, los deportes, los estudios y la escuela, se hacen más independientes, definen su personalidad y desarrollan sus propios intereses. Algunos de los cambios que experimentan los púberes pueden ser:

Cambios emocionales y sociales	Cambios mentales y cognoscitivos
<ul style="list-style-type: none"> • Se preocupan más por su imagen física, la manera como se ven y por su ropa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tienen más habilidad para el razonamiento complejo.

³⁷ *Primera adolescencia (12 a 14 años de edad)* [en línea]. [Consultado 13 mayo 2013]. Disponible en: <http://www.personalidad-online.com/psicologia/desarrollo/consejos7.asp>

<ul style="list-style-type: none"> • Se centran más en su persona y pasan por períodos de muchas expectativas y períodos de falta de confianza en sí mismos. • Cambian de humor constantemente debido a la alteración hormonal. • Se interesan más por los jóvenes de su misma edad (pares) y sienten más su presión. • Muestran menos afecto hacia sus padres. Puede que en ocasiones se muestren rudos y con mal genio. • Sienten ansiedad debido a los retos que les impone el trabajo escolar. Puede que enfrenten problemas de alimentación, un trastorno que puede comenzar a esta edad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tienen más capacidad de expresar sus sentimientos con palabras. • Tienen una noción más clara de lo bueno y lo malo. • En ocasiones, muchos preadolescentes se sienten tristes y deprimidos. La depresión puede afectar su rendimiento escolar y hacer que consuman alcohol y drogas, tengan relaciones sexuales sin protección y enfrenten otros problemas.
---	--

Fuente: *Primera adolescencia (12 a 14 años de edad)* [en línea]. [Consultado 13 mayo 2013]. Disponible en: <http://www.personalidadonline.com/psicologia/desarrollo/consejos7.asp>

Durante la pubertad se dan cambios físicos y fisiológicos los cuales intervienen en la personalidad de la niña y del niño. Los cambios físicos son los que se producen en el exterior del cuerpo y los fisiológicos los que se producen en el interior del cuerpo, en el tamaño, forma y funcionamiento de los diferentes órganos y glándulas; para el niño y niña estos cambios no son fugaces como las personas adultas piensan, para ellos el cambio del cuerpo infantil al cuerpo adulto es una etapa en la que tienen consecuencias tanto físicas como psicológicas las cuales producen cambios en la personalidad obteniendo rasgos positivos y negativos.

Entre los positivos se pueden mencionar independencia, buena autoestima, seguridad, liderazgo, extroversión, etc. y los rasgos negativos ansiedad, dependencia, inseguridad, introversión, sumisión, inferioridad, etc.

Antes de iniciar la etapa de desarrollo y durante este proceso es importante que los padres y en especial la madre propicien el diálogo con su hija y le brinde confianza ya que ella es la mejor fuente de información. En esta etapa los adolescentes están en busca de formar su propia identidad para ello debe establecer y organizar sus capacidades, necesidades, intereses y deseos a fin de poder expresarse en un contexto social.

CAPÍTULO II

2. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

2.1. Enfoque y modelo de investigación

La investigación es de modelo mixto debido a que se realizaron entrevistas y encuestas las cuales se analizaron e interpretaron por medio de gráficas y tablas dinámicas.

2.2. Técnicas

2.2.1. Técnicas de muestreo

Se utilizó una muestra estratificada que consistió en dividir a la población en subgrupos o estratos mutuamente excluyentes; en este caso el estrato fue por edad. La muestra fue de 51 niñas que cursan los grados de cuarto, quinto y sexto primaria de la sección A, comprendidas entre las edades de diez a trece (10 a 13) años, que pertenecen a un grupo social clase baja en condición de pobreza que asisten a la en Escuela Tipo Federación José de San Martín, Jornada Matutina ubicada en el municipio de Mixco, departamento de Guatemala.

2.2.2. Técnicas de recolección de datos

2.2.2.1. Entrevista a niñas

La aplicación de la entrevista se realizó con consentimiento de los padres de familia, ya que fueron notificados y enterados de las preguntas que contiene la

misma. Las niñas entrevistadas se encuentran en las edades de diez a trece (10 a 13) años. La aplicación consistió en realizar grupos de 10 niñas por edades, cada una utilizó un escritorio y un lapicero, se les entregó el instrumento de entrevista y cada niña iba respondiendo a las preguntas que se le plantearon, siendo cada cuestionamiento dirigido por la entrevistadora. El lugar donde se entrevistaron las niñas fue en el salón de actos de la escuela, la entrevista por cada grupo tuvo una duración de 45 minutos a 50 minutos, del 18 al 29 de junio. Los indicadores a evaluar fueron: autoestima, cambios corporales, fuentes de información, relación con los compañeros y compañeras.

Los objetivos que se evaluaron fueron identificar los principales cambios en la personalidad de la niña durante el desarrollo y determinar los cambios físicos y fisiológicos que ocurren en la pre-adolescencia para informar a las niñas.

2.2.2.2. Encuesta a maestras

Los indicadores que se evaluaron con las maestras fueron los efectos en la pubertad, dudas más frecuentes que tienen los adolescentes, rendimiento escolar, relaciones sociales de las niñas, fuentes de información. La forma de la aplicación fue brindarle a cada maestra un instrumento en su aula, el día martes 3 de junio del año 2015, a las 10:00 am. Todas fueron respondidas y entregadas a la investigadora el mismo día a las 12:00pm ya que se permitió que la respondieran en hora de trabajo mientras que sus alumnos realizaban tarea en clase.

El objetivo evaluado fue obtener información de los efectos en la pubertad, dudas más frecuentes que tienen los adolescentes, rendimiento escolar, relaciones sociales de las niñas, fuentes de información; según el punto de vista de la maestra o maestro.

2.2.2.3. Encuesta a madres de familia

Los indicadores evaluados con las y madres de familia fueron: el diálogo madres e hijas, educación sexual, influencia de las amistades de las niñas, autoestima de sus hijas, influencia de los coetáneos en la personalidad de las niñas. Por medio de una notificación que llevaron sus hijas a casa, se solicitó a las madres de familia que se presentaran a la escuela el día 5 de junio del año 2015 a las 8:00 am, día en el cual se les pidió que respondieran una encuesta (se les explicó que era sobre los cambios físicos y fisiológicos que sus hijas estaban presentando), las madres de familia respondieron la encuesta sentadas en un escritorio y con un lapicero, en el aula. Se les brindó ayuda a las personas que no sabían leer y/o escribir. Siendo un total de 45 madres de familia encuestadas.

2.2.2.4. Talleres informativos

Se brindaron 3 talleres informativos a las niñas, el día martes 9 de junio se dio el taller a las alumnas de 4to. primaria, el día viernes 12 de junio a las alumnas de 5to. primaria, y el día 18 de junio a las alumnas de 6to. primaria; cada grupo recibió el taller en su aula; para la realización de los talleres se utilizó, cañonera, laptop, bocinas, material de apoyo (imágenes), escritorios, una mesa, una silla. Los indicadores fueron: fuentes de información, edad de la población en la que menstruó la niña y si esto le afectó en su forma de ser; principales cambios físicos y fisiológicos en la personalidad de la niña durante el desarrollo. Los objetivos evaluados fueron: Brindar el conocimiento y técnicas apropiadas a las niñas para que los cambios del desarrollo incidan en una forma leve en su adaptación asimismo fortalecer la autoestima de las niñas.

2.2.3. Técnicas de análisis de datos

Los datos se analizaron por medio de gráficas de barras apiladas y agrupadas para comparar los valores. Asimismo se utilizaron tablas dinámicas que permitieron observar de manera resumida las opiniones de las personas entrevistadas y encuestadas.

2.3. Instrumentos

2.3.1. Guía de entrevista para niñas

Contiene diez (10) preguntas, la entrevista tuvo una duración de 20 minutos en total aproximadamente.

Incisos 1 y 4 son preguntas cerradas de respuesta de alternativa simple. Tiempo: 1 min. por cada una. El objetivo de las preguntas fue ubicar el rango de edad de la población en que menstruo la niña y si esto le afectó en su forma de ser con sus familiares y amigos.

Incisos 2, 3, 5 -7 son preguntas abiertas. Tiempo: 3 min. por cada una. El objetivo de las preguntas fue identificar los principales cambios en la personalidad de la niña durante el desarrollo.

Incisos 8 -10 son preguntas cerradas de respuesta alternativa múltiple. El inciso 8 contiene 7 ítems. Tiempo: 1 min. por serie. Los incisos 9 y 10 contienen 5 ítems. 1 min. por cada una. El objetivo de las pregunta fue clasificar las fuentes de información que las niñas tienen para juzgar si la información es confiable.

2.3.1.1. Guía de encuesta para maestras

Contiene diez (10) preguntas, las cuales todas las preguntas son abiertas. Tiene una duración de 30 minutos aproximadamente. El objetivo es completar la información que brindaron las niñas con la opinión de las maestras en cuanto al desarrollo físico y fisiológico.

2.3.1.2. Guía de encuesta para madres de familia

Contiene diez (10) preguntas. La encuesta tuvo una duración de 30 min, aproximadamente.

Incisos del 1 al 9 son preguntas mixtas, los ítem son “sí”, “no” “¿Por qué?”. Tiempo: 3 min. por cada pregunta. El objetivo de las preguntas fue identificar si los padres o madres de familia mantienen este tipo de diálogo con sus hijas sobre educación sexual, influencia de las amistades de las niñas, autoestima de sus hijas, influencia de los coetáneos en la personalidad de las niñas.

Inciso 10 es una pregunta abierta. Tiempo: 3 min. para responder la pregunta. El objetivo de la pregunta fue analizar las mediaciones que los padres de familia tienen con sus hijos e hijas en la etapa de la adolescencia.

2.3.1.3. Planificación de taller para niñas

Contiene 4 actividades. Cada taller duró 1 hora con 20 minutos aproximadamente. Actividad 1 de información sobre los cambios físicos y fisiológicos. Tiempo: 30 min.

Actividad 2 ver un video de Kotex llamado Campaña Higiene y Sexualidad femenina en colegios_ <https://www.youtube.com/watch?v=h9rnaA8e8HQ>. Tiempo: 6:30 min

Actividad 3 demostración de toallas sanitarias y el uso correcto. Tiempo: 15 min.

Actividad 4 realización de cuadro las tres Q. ¿qué sé? ¿qué quiero aprender? y ¿qué aprendí? Tiempo: 25 min.

2.4. Operacionalización de objetivos

Objetivos	Categorización, unidad de análisis	Técnica	Instrumento
Determinar los cambios físicos y fisiológicos que ocurren en la pre-adolescencia para informar a las niñas.	Los cambios que ocurren en la pre-adolescencia	Entrevista a niñas de 10 a 13 años.	Guía de entrevista para niñas
Evidenciar si los cambios físicos y fisiológicos afectan en la autoestima de las niñas.	Cambios físicos y fisiológicos que afectan la autoestima	Entrevista a niñas de 10 a 13 años.	Guía de entrevista para niñas
Identificar los principales cambios en la	Cambios en la personalidad de	Entrevista a niñas de 10 a 13 años.	Guía de entrevista para niñas

personalidad de la niña durante el desarrollo.	la niña durante el desarrollo.	Encuesta a maestras de grado Encuesta a las madres de las niñas	Guía de encuesta a maestras de grado Guía de encuesta a las madres de las niñas
Brindar el conocimiento y técnicas apropiadas a las niñas por medio de talleres para que los cambios del desarrollo incidan en una forma leve en su adaptación	Técnicas apropiadas para la adaptación de los cambios físicos y fisiológicos.	Talleres informativos para niñas	Realización del cuadro de las tres Q

CAPÍTULO III

3. PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

3.1 Características del lugar y de la muestra

3.1.1 Características del lugar

La investigación se llevó a cabo en la Escuela Tipo Federación José de San Martín, ubicada en el municipio de Mixco, departamento de Guatemala. Cuenta con servicios básicos y con una estructura amplia y adecuada con área verde y recreativa. Es de fácil acceso ya que se encuentra en el casco urbano, se puede ingresar por dos avenidas, la avenida federal y por la avenida San Martín; los niños se transportan peatonalmente o en buses particulares.

3.1.2 Características de la muestra

La escuela brinda educación primaria a niños y niñas de forma gratuita en la jornada matutina de 7:30 am a 12:30 pm. La mayoría de la población es ladina y en menor porcentaje son indígenas Kaqchikeles de occidente, los niños y niñas son de familias bajos recursos, "el 90% de la población que asiste a la escuela es de nivel socioeconómico bajo; los padres y madres de familia son empleados de maquila, trabajadores municipales de mantenimiento y limpieza"³⁸. Se trabajó con 51 niñas que cursan los grados de cuarto, quinto y sexto primaria, comprendidas entre las edades de diez a trece (10 a 13) años.

³⁸ Comentario de la directora de la Escuela Tipo Federación José de San Martín. 2 de Junio de 2015

3.2 Presentación y análisis de resultados

3.2.1 Presentación y análisis de resultados de la entrevista a niñas

Para la realización de este estudio se aplicó una entrevista a las niñas de diez a trece (10 a 13) años de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina, con el consentimiento de los padres y madres de familia por el tipo de preguntas que contiene la guía. La guía de entrevista fue un instrumento que proporcionó información sobre el desarrollo físico y fisiológico de las niñas y cómo ellas perciben dichos cambios.

Gráfica No. 1
Población

Edad en años	Niñas entrevistadas	Niñas que ya menstruaron
10	12	5
11	13	14
12	22	5
13	4	0
Total	51	24

Fuente: Entrevista realizada a niñas de diez a trece (10 a 13) años de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

Generalmente las niñas experimentan su primera menstruación llamada menarquía a los 11 años, es una edad adecuada ya que el órgano reproductor

femenino ya está maduro, la mayoría de las niñas de la muestra tienen conocimiento pero para algunas niñas aún es una impresión pues no saben el porqué de lo que les está sucediendo debido a la falta de información.

Gráfica No. 2
Cambios físicos

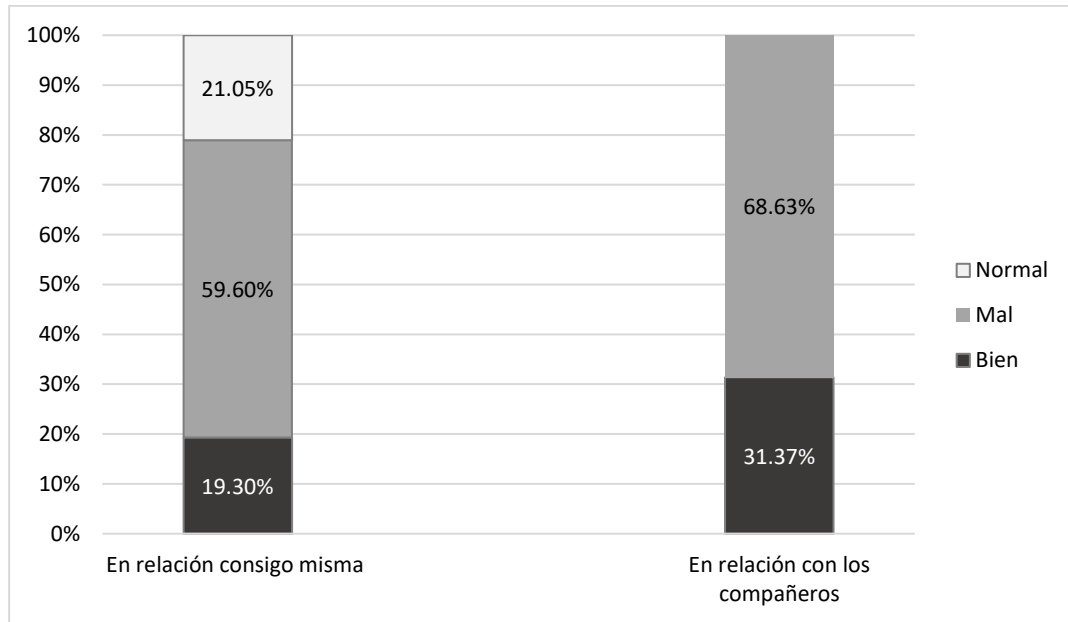
1ª parte	Edad en años en la que las niñas notaron los cambios	7	8	9	10	11	12	Total general
		Cantidad de niñas	1	2	10	15	16	7
2ª parte	Crecimiento del busto	1	1	8	10	11	5	36
	Cambios de la voz				1			1
	Acné					4	1	5
	Transpiración	1	1	2	2	2	1	9
	Estatura				1		2	3
	Vello axilar				1	3		4
	Ensanchamiento de caderas		1		2	2		5
	Vello púbico		1		2	4	2	9

Fuente: Entrevista realizada a niñas de diez a trece (10 a 13) años de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

En la primera parte de la tabla se muestra la edad en que las niñas notaron sus primeros cambios físicos y señala que la mayoría de las niñas entre los 10 y 11 años notan cambios en su cuerpo antes de que tengan su primera menstruación, sin embargo algunas niñas inician a observar que su cuerpo está cambiando a la edad de 7 años, estas niñas probablemente su desarrollo es prematuro.

En la segunda parte de la tabla se observan los cambios que las niñas notaron en su cuerpo, el cambio más significativo es el crecimiento del busto, también se anota la cantidad de niñas que identificaron dichos cambios, de acuerdo a las edades indicadas en las columnas.

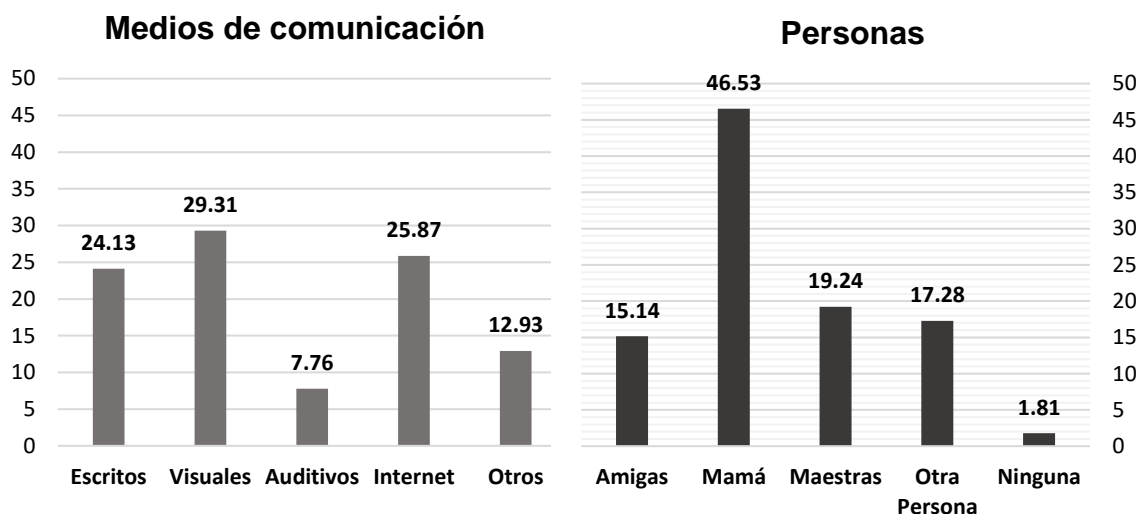
Gráfica No. 3
Cambios Emocionales



Fuente: Entrevista realizada a niñas de diez a trece (10 a 13) años de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

La gráfica demuestra que los cambios físicos inciden en la personalidad de la niña ya que se ve afectada por los cambios tan bruscos que sufre su cuerpo. Afirma que el desarrollo sí cambió la forma de ser de las niñas; ellas opinaron haber cambiado de carácter y en sus emociones tanto en la familia como en la escuela y con sus coetáneos, asimismo demuestra que la mayoría de expresiones son negativas por los cambios corporales, en las que destaca la incomodidad, la vergüenza y la timidez. En relación con sus compañeros presenta un mayor porcentaje de una actitud negativa de la niña hacia sus compañeros como por ejemplo la timidez, vergüenza, desconfianza hacia sus compañeros (niños); el otro porcentaje representa actitudes de bienestar, aumento de confianza hacia sus compañeras (niñas) y atracción del sexo opuesto, esto provoca que las niñas mejoren en su arreglo personal.

Gráfica No. 4
Fuentes de información



Fuente: Entrevista realizada a niñas de diez a trece (10 a 13) años de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

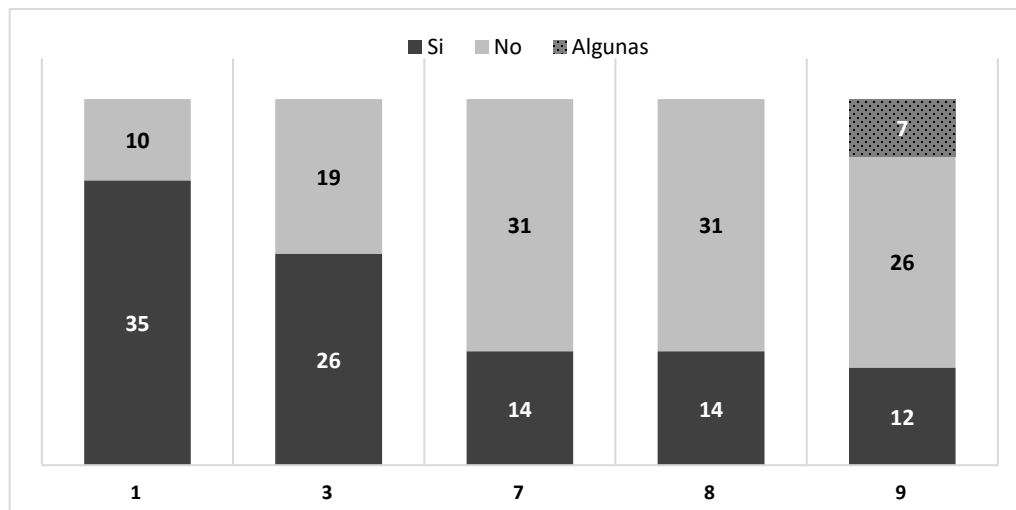
La gráfica presenta las fuentes que utilizan las niñas para informarse, siendo dos grandes grupos: los medios de comunicación y las personas con quienes más se relacionan. Se observa que en el área de medios de comunicación el mayor porcentaje lo obtienen los visuales (películas y programas) y el internet ya que el acceso es más fácil y confidencial.

En el área de personas las madres de familia obtienen el mayor porcentaje, este dato es de mayor importancia ya que las niñas acuden a su mamá cuando tienen dudas o cuando necesitan conversar sobre su desarrollo, los cambios que presenta y sus preocupaciones, demostrando el nivel de confianza que tienen las niñas con su madre. La maestra es una de las personas idóneas para solventar sus dudas pero es menor el porcentaje de niñas quienes se acercan a su maestra para conversar sobre este tema; otras niñas buscan platicar con sus amigas, esto es justificable porque tienen el mismo sentir, están pasando experiencias similares.

3.2.2 Análisis e interpretación de los resultados de la encuesta a madres de familia

La encuesta realizada a las madres de familia fue con el objetivo de obtener información sobre la relación y comunicación madre e hija respecto a los cambios físicos y fisiológicos que tienen las niñas en la etapa de desarrollo. Se encuestaron a 45 madres de familia de 51 niñas, ya que 6 madres no asistieron a la reunión informativa a la que se les invitó en la cual se encuestaron a las madres.

Gráfica No. 5
Cambios conductuales

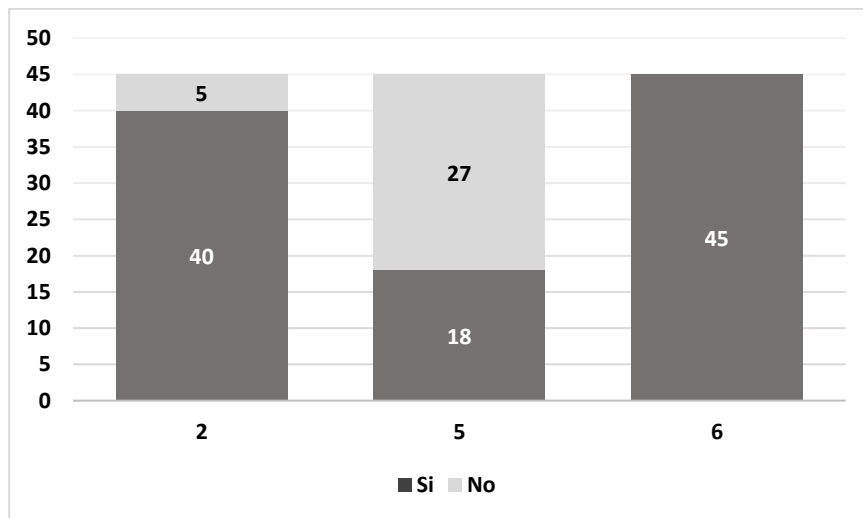


Fuente: Encuesta realizada a madres de familia de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

1. ¿Comprende la conducta de su hija a causa del desarrollo? 3. ¿Cree que el desarrollo cambió el comportamiento de su hija? La gráfica muestra que la mayoría de las madres comprenden la conducta de sus hijas a causa del desarrollo a pesar de que sí cambiaron su comportamiento ya que empezaron a observar que algunas de las niñas cambiaron de carácter, empezaron con

rebeldía, se daban cuenta que sus gustos ya no eran iguales e iniciaron a querer ser independientes; 7. ¿Ahora que su hija está desarrollando se le es difícil entenderse con la familia? A la mayoría no les impide entenderse con la familia ni con sus amistades, 8. ¿Ha cambiado la conducta con sus amigos y amigas? 9. ¿Cree que las amigas son mala influencia para su hija? las madres de familia indican que las amigas no son mala influencia en esta etapa del desarrollo para sus hijas esto es factor positivo de confianza hacia sus hijas ya que pueden elegir bien a sus amistades.

Gráfica No. 6
Criterios de información

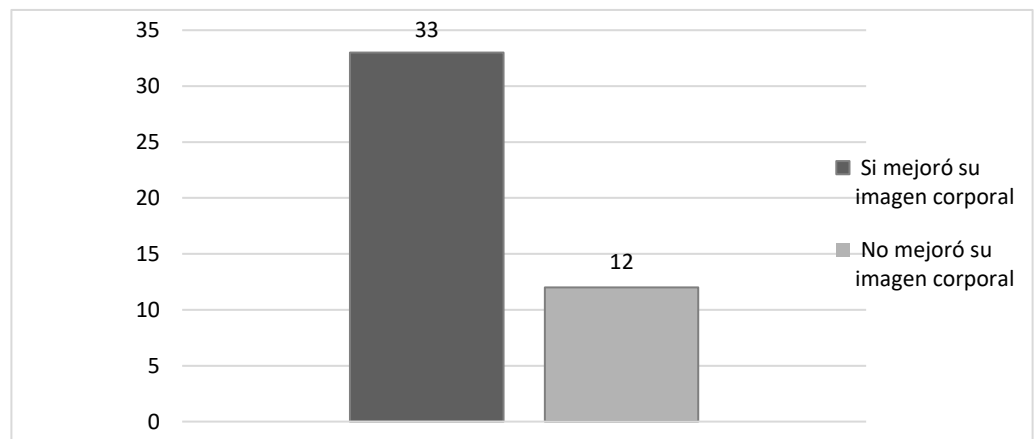


Fuente: Encuesta realizada a madres de familia de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

2. ¿Dialoga con su hija acerca de su desarrollo físico y fisiológico? En la gráfica se puede observar que en su mayoría las madres de familia se comunican con sus hijas para mejorar su relación ya que es necesario conversar con ellas y explicarles sobre el desarrollo, con ello estarán más al pendiente de sus

necesidades; 5. ¿Usted ha recibido alguna charla sobre educación sexual? La información brindada por las madres hacia sus hijas está basada en experiencias personales porque no han recibido información o charlas de educación sexual, indican que no saben a dónde ir, no les han informado, por falta de tiempo pero están consientes que es necesario, ayuda a darle consejo a sus hijos, aprenden más. 6. ¿Cree que es importante que las niñas reciban una clase de educación sexual en la escuela? Se puede observar en la gráfica que en su totalidad las madres de familia están completamente de acuerdo con que las niñas reciban una clase de educación sexual en la escuela porque les brindaría información correcta, aprenderían, se cuidarían mejor y por prevención. Esto indica que las madres de familia prefieren dejarle la responsabilidad al centro educativo para informar a las niñas sobre temas de sexualidad.

Gráfica No. 7
Imagen corporal



Fuente: Entrevista realizada a niñas de diez a trece (10 a 13) años de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

En la gráfica se muestra que las madres observaron que sus hijas mejoraron su imagen personal al iniciar la etapa del desarrollo e indican que son más maduras y se arregalan más. Por el contrario se denota que

hay madres de familia que señalan que su hija sigue igual y que no han observado mayor cambio en su arreglo personal.

Gráfica No. 8
Apoyo de la madre de familia

Con comunicación	24
Comprender	10
Aconsejar	8
Apoyar	3
Informarse para poder orientarlos	3
Ayudarles a superar los cambios	2
Brindar cariño	2
Con madurez	2
Darles atención	2
Con paciencia	1
Corrigiendo	1
Dedicarles tiempo	1
No sabe	1

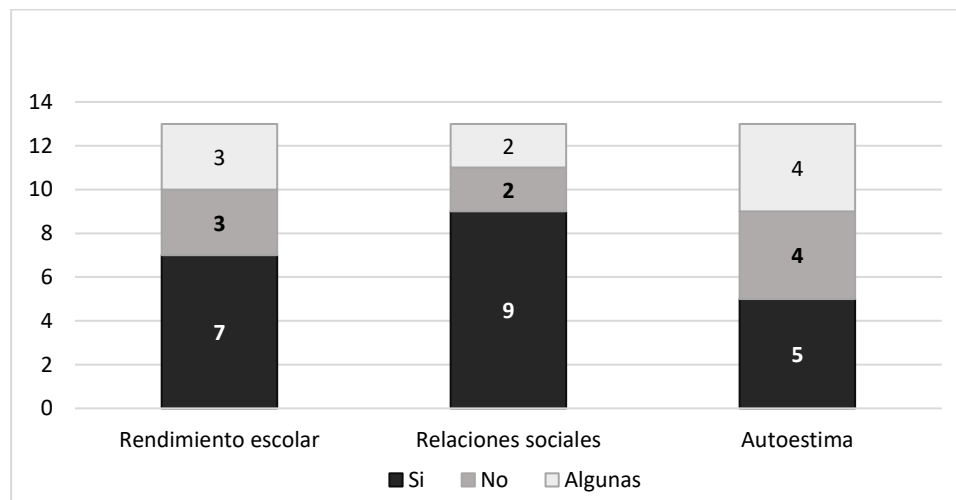
Fuente: Encuesta realizada a madres de familia de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

La tabla demuestra en forma descendente la manera de como las madres de familia pueden apoyar a sus hijas según la opinión de ellas mismas. Indican que generalmente pueden ayudar a sus hijas con comunicación y comprensión; están de acuerdo que la ayuda que ellas les pueden proporcionar a sus hijas es fundamental para superar los cambios durante el desarrollo. Se logró observar que durante respondían esta pregunta lo hacían pensando a futuro, y que aún no lo ponen en práctica, pero se logró concientizar a las madres que las niñas necesitan un tiempo para comunicarse con ellas sobre temas que les interese y más aún sobre el tema del desarrollo.

3.2.3 Análisis e interpretación de los resultados de la encuesta a maestras

La encuesta realizada a las maestras fue con el fin de obtener información sobre los efectos en la pubertad, dudas más frecuentes que tienen los adolescentes, rendimiento escolar, relaciones sociales de las niñas, fuentes de información. Se encuestaron a 13 maestras de 4to. 5to. y 6to. Primaria ya que es en éstos grados donde se encuentra el rango de edad de la población designada para realizar el proyecto.

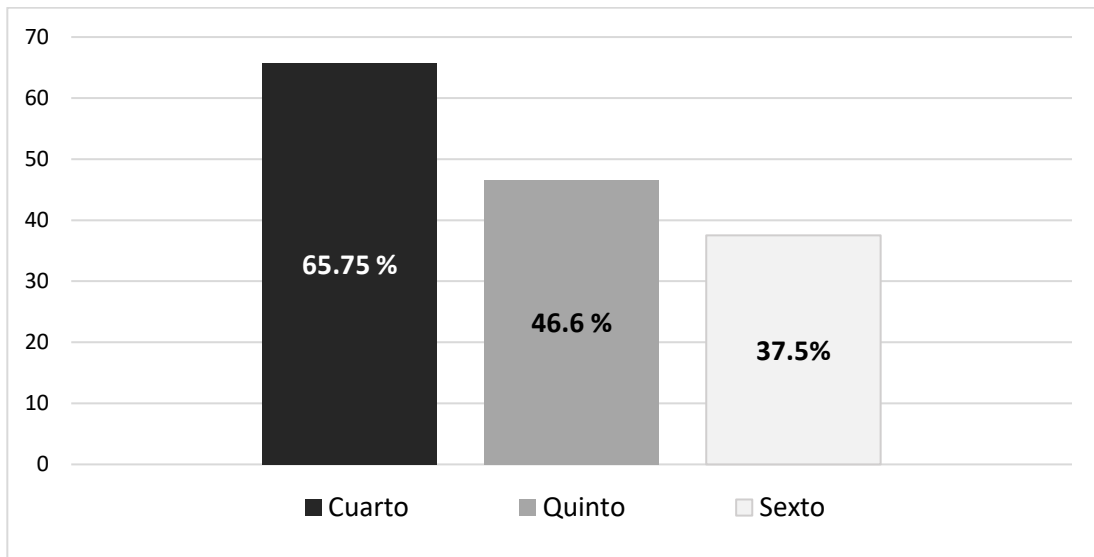
Gráfica No. 9
Incidencias durante el desarrollo



Fuente: Encuesta realizada a maestras de 4to. 5to. y 6to. Primaria de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

Se observa que en las tres áreas en las que más inciden los cambios físicos y fisiológicos son: rendimiento escolar, relaciones sociales y autoestima. Otras áreas en las que les afecta el desarrollo en menor escala son: alimentación, conducta, cuidado o descuido personal esto se debe a la forma negativa en que se asimilan los cambios físicos por falta de comunicación y acompañamiento de parte de las madres de familia y maestros hacia las niñas.

Gráfica No. 10
Comunicación efectiva alumna-maestra



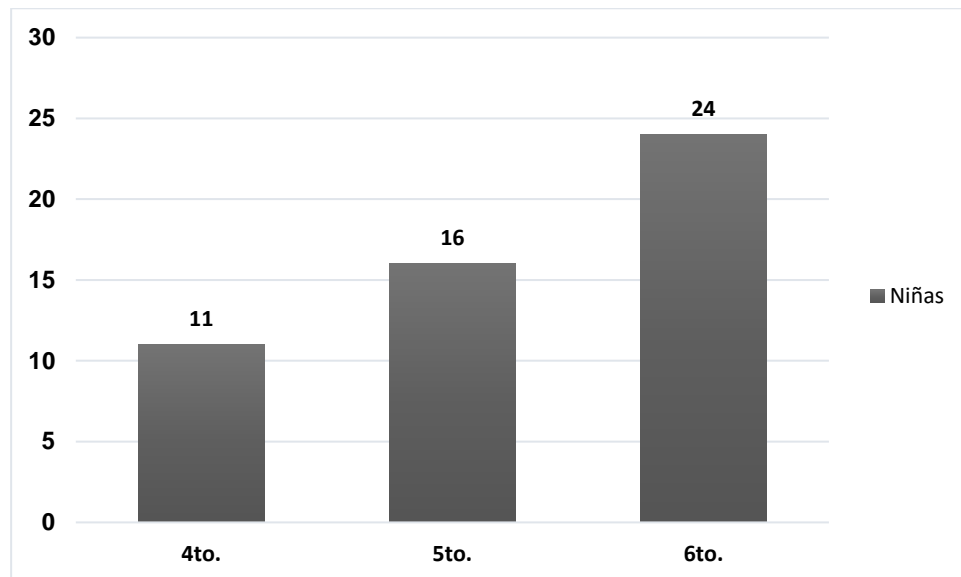
Fuente: Encuesta realizada a maestras de 4to. 5to. y 6to. Primaria de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina

La gráfica demuestra el porcentaje de cada grado con respecto a las niñas que se acercan a sus maestras para solucionar sus dudas con relación al desarrollo. Se denota que las niñas de cuarto grado tienden a acercarse más a su maestra, mientras que las de quinto y sexto grado tienen un porcentaje menor, esto se debe al nivel de confianza que les brinda la maestra a sus alumnos y que las niñas al inicio de su desarrollo tienden a tener más incertidumbres y necesitan de una persona de confianza para poder disiparlas. Las dudas más frecuentes que tienen las niñas es sobre la menstruación, cambios que experimentan en su cuerpo y embarazo. Las maestras indican que pueden ayudar a sus alumnas "orientándolas, dándoles charlas o consejos", "hablándoles del tema", "hablándoles claro y dándoles confianza", "con cariño, comprensión y hablarles de buena manera como amiga".

3.2.4 Análisis e interpretación de los resultados del taller para niñas

Con el objetivo de brindar el conocimiento y técnicas apropiadas a las niñas para que los cambios del desarrollo incidan en una forma leve en su adaptación, asimismo fortalecer la autoestima de las niñas, se desarrolló un taller para cada grado 4to. 5to. 6to.

Gráfica No. 12
Participantes en los talleres



Fuente: Taller para niñas de 4to. 5to. y 6to. Primaria de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

La gráfica muestra la cantidad de niñas que asistieron al taller por grado, siendo un total de 51 niñas que recibieron el taller de información sobre los cambios físicos y fisiológicos que tienen las niñas en la etapa de la pubertad. Asimismo se les brindaron técnicas para mejorar su autoestima.

Gráfica No. 13
Cuadro las tres Q

¿Qué sé?	¿Qué quiero aprender?	¿Qué aprendí?
<ul style="list-style-type: none"> • “Que tengo que menstruar” • “Mi cuerpo cambia” • “Me pongo de mal humor” • “Mi ropa ya no me va a quedar porque crecen partes de mi cuerpo” • “Duele desarrollar” • “Me da vergüenza que me vean” • “Que empiezo a sudar” • “Tengo mi periodo cada mes” 	<ul style="list-style-type: none"> • “¿Qué se siente desarrollar?” (menstruar) • “¿Por qué es necesaria la menstruación?” • “¿De dónde viene la menstruación?” • “¿Por qué duele el estómago?” • “¿Por qué a veces viene el periodo y pasan a veces dos meses si tenerlo?” • “¿Qué cambia dentro de mi cuerpo?” • “¿Qué alimentos puedo comer?” • “¿Qué debo hacer con los dolores?” 	<ul style="list-style-type: none"> • “A valorar mi cuerpo” • “Mantener mi autoestima equilibrada” • “Puede ser que mi periodo sea regular o irregular” • “Hay diferentes tipos de toallas sanitarias” • “Forma de cómo usar las toallas sanitarias” • “Tendré vello corporal” • “La grasa se acumula en mis piernas y estómago” • “Me crece el busto y es normal que tenga un pecho un poquito más grande que el otro” • “La primera menstruación se llama menarquía” • “El ciclo menstrual dura 28 días, el regular” • “Los dolores son normales porque el útero se contrae” • “Debo hacer ejercicio para sentirme bien” • “Mantener mi higiene”

Fuente: Taller para niñas de 4to. 5to. y 6to. Primaria de la Escuela Tipo Federación José de San Martín, jornada matutina. Junio 2015

La tabla muestra respuestas más comunes a las preguntas del cuadro las tres Q. En la primera columna describen ¿Qué sé? Y en sus respuestas se denota que el conocimiento e información que tenían las niñas en cuanto a los cambios físicos y fisiológicos es pobre; en la segunda columna ¿Qué quiero aprender? se observa que la mayor preocupación de las niñas en cuanto a esta etapa es la menstruación y los dolores que provoca; en la tercera columna ¿Qué aprendí? se muestra que las niñas han fortalecido la información que tenían y el vocabulario se ha ampliado, con el taller las niñas se informaron sobre los cambios que en ellas se producen y cómo mejorar su autoestima con sugerencias que pueden poner en práctica en casa y escuela, se observó mayor desenvolvimiento verbal y al finalizar el taller sus gestos corporales y faciales mejoraron.

3.3 Análisis general

Según Jonh Santrock, durante la pubertad la preocupación por la imagen corporal se agudiza porque están descontentos con su cuerpo esto es evidenciado en las entrevistas realizadas durante la fase de investigación ya que desean tener el cuerpo de un prototipo de mujer, esta evolución que las niñas viven en esta etapa, las hace entrar en crisis la cual Erikson en la Teoría Psicosocial llama identidad vs. confusión de identidad, en donde la niña busca su propia identidad y trata de establecer su personalidad en este periodo de vida. La personalidad no es algo fijo o estático a lo largo de toda la vida; tanto el crecimiento como el desarrollo la modifican, las niñas afirman que el desarrollo sí cambió la forma de ser de ellas pues opinaron haber cambiado de carácter y en sus emociones tanto en la familia como en la escuela y con sus coetáneos a sí mismo muestra que la mayoría de expresiones son negativas por los cambios corporales; por un lado, desea exhibir su yo físico para que lo admiren otras personas, y, por el otro, desea ocultar los atributos físicos que la avergüenzan, como resultado de sus nuevas preocupaciones, para mejorar estos sentimientos Diane Papalia propone “realizar

ejercicio o un tipo de deporte para adelgazar y moldear la figura así estarán emocionalmente satisfechas, reduce el estrés, les da sensación de dominio y competencia y hace que se sientan mejor con su apariencia”³⁹, sin embargo las niñas durante los talleres mencionaron que no les gusta realizar deporte, esto crea un estilo de vida sedentario en, sin embargo se les hizo de nuevo la invitación a buscar un deporte que les guste para mejorar la socialización y la autoaceptación como estrategia.

Al observar a las niñas que se desenvuelven en un ambiente de constantes cambios sociales, emocionales y físicos se afirma que la personalidad es la organización dinámica de los sistemas psicofísicos que determina una forma de pensar y de actuar, única en cada sujeto en su proceso de adaptación al medio, según Gordon Allport, y se comprueba que los cambios físicos y fisiológicos inciden en la personalidad de la niña en la etapa de desarrollo.

Los pedagogos aseguran que la mejor fuente de información es la propia madre, según Hans Zulliger, sin embargo las reacciones que la niña tenga ante los cambios en el organismo dependen de una correcta información, es por ello que antes de que aparezcan las transformaciones corporales reciba una buena educación sexual, evitando cualquier anomalía en el desarrollo de la personalidad; esto sería lo ideal pero el estudio demuestra que las madres de familia de la muestra no tienen el conocimiento ni la información necesaria para brindarles a sus hijas a pesar de ello las niñas confían en sus propias madres ya que en la entrevista realizada obtienen el mayor porcentaje, este dato es de mayor importancia ya que las niñas acuden a su mamá cuando tienen dudas o cuando necesitan conversar sobre su desarrollo, los cambios que presenta y sus preocupaciones, demostrando el nivel de confianza que tienen las niñas con su madre.

³⁹ PAPALIA, Diane E. Op. Cit. Pág. 440

CAPÍTULO IV

4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- Los principales cambios físicos y fisiológicos que las niñas experimentan durante el desarrollo son cambios en la piel, vello corporal, cambios en la forma del cuerpo, crecimiento del busto, crecimiento repentino y menstruación; los cambios fisiológicos comprenden el desarrollo, crecimiento y maduración de las características sexuales primarias; sin embargo las niñas sobre este tema poseen poca información debido que en las escuelas se les brinda la información a niños y niñas de forma generalizada y las madres de familia aún ven este tema como tabú o no tienen el conocimiento necesario del tema
- Los cambios físicos afectan la autoestima de las niñas durante la etapa en que se da el desarrollo, no los logran aceptar por las comparaciones físicas y los prototipos de figura femenina que la sociedad impone.
- La pubertad incide en la personalidad de la niña durante la etapa de desarrollo ya que reaccionan con aislamiento, vergüenza, timidez, incomodidad por los cambios que observan en su cuerpo, esto afecta las relaciones sociales de la niña.
- La fuente más consultada para obtener información sobre desarrollo es el internet por ser un medio que está al alcance de todos y es confidencial. Sin embargo la mamá y la maestra son personas en que las niñas encuentran refugio para solventar sus dudas y confianza para anunciar los cambios que está presenciando.
- Los talleres fueron de gran beneficio para las niñas ya que fortalecieron la información que tenían sobre los cambios físicos y fisiológicos, asimismo la autoestima, por lo que se considera que las niñas mejoraron en su rendimiento escolar y en sus relaciones sociales.

4.2 Recomendaciones

- Brindarles a las niñas información detallada y específica de los cambios físicos y fisiológicos por los que van a atravesar o están experimentando por medio de pláticas en la escuela, asimismo informar a las madres de los cambios que se dan durante el desarrollo para que ellas también puedan ayudar a sus hijas a superar esta etapa la cual es vital en su personalidad ya que ella es la persona más indicada para conversar con su hija sobre los cambios físicos y fisiológicos que van a surgir.
- Fortalecer la autoestima de las niñas a través de talleres que propicien la aceptación de los cambios corporales que surgen, para que puedan superar esta etapa de su vida.
- Promover actividades que ayuden a las niñas a encontrar y a fortalecer una identidad propia con la finalidad de mejorar su sentimiento de pertenencia y valoración personal.
- Abordar a la niñez en las escuelas públicas con programas de educación sexual que contribuyan a tener ideas más claras sobre los cambios físicos y fisiológicos y enriquecer los conocimientos adquiridos anteriormente.
- Las maestras por su preparación y experiencia deben brindar confianza y propiciar conversaciones con sus alumnas sobre los cambios físicos y fisiológicos que vienen y vendrán; este tipo de temas se proporcionan durante distintas épocas del año escolar y no sólo como un tema de unidad.

BIBLIOGRAFÍA

BIGATELLO, Sergio. *Atlas de la educación sexual*. Bilbao: Mensajero, 1976. 82 p.
ISBN: 9788427106949

BRANDEN, NATHANIEL. *Cómo mejorar su autoestima*. Barcelona: Paidós., 2010.
Pág. 160. ISBN: 9788449323478

DICAPRIO, Nicholas S. *Teorías de la personalidad*. Jorge Velázquez, Ana Palencia. 2ª ed. México: McGRAW-HILL interamericana de México, S. A, 1989. 559 p. ISBN 968451736X.

MONGE, R. *Ingesta de nutrientes en adolescentes y factores psicosociales asociados*. Programa de Doctorado en Ciencias, Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica 2005.

MORRIS, Charles G., Maisto Albert A. *Psicología*. 12ª Ed. México: Pearson Educación, 2005. 418 p. ISBN: 9702606462

MUSSEN, Paul Henry, CONGER, John Janeway, KAGAN, Jerome. *Aspectos esenciales del desarrollo de la personalidad en el niño*. México: Trillas, S.A., 1984. 391 p. ISBN 9789682437366

PAPALIA, Diane E. *Psicología del desarrollo*. 9ª Ed. México: McGraw-Hill Interamericana S. A., 2005. 515 p. ISBN 9789701049211

PINEL, John P.J. *Biopsicología*. 6ª Ed. Madrid: Pearson Educación, S. A., 2007. 608 p. ISBN 9788478290819

ROUART, Julien. *Psicopatología de la pubertad y de la adolescencia*. 7ª Ed. Barcelona: Planeta, 1975. 144p. ISBN 9788432003356

SAAVEDRA Manuel R. *Como entender a los adolescentes para educarlos mejor*. México: Pax, 2004. 140 p. ISBN: 9789688606902

SANTROCK, Jonh. *Psicología del desarrollo*. 9ª Ed. España: McGraw Hill, 2004. 509 p. ISBN: 9788448137960

SARAFINO, Eduard P. ARMSTRONG, James W. *Desarrollo del niño y del adolescente*. España: Trillas, 1988. 535p. ISBN 9789682421921

VACA TORRES, Mery Laura. *Modelo preventivo para reforzar el vínculo afectivo madre-hijo*. [en línea]. Tesis de licenciatura. Universidad Politécnica Salesiana Sede Quito, 2007. [Consultado 20 julio 2013]. Disponible en: <http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/3053/1/UPS-QT01538.pdf.pdf>

ZULLIGER, Hans. *La pubertad de las muchachas*. 2ª Ed. Barcelona: Herder, 1987. 212 p. ISBN: 9788425406263

E-grafía

Cambios del cuerpo en la adolescencia [en línea]. [Consultado 20 septiembre 2015]. Disponible en: <http://www.tnrelaciones.com/cuerpo/>

Conducta del adolescente [en línea]. [Consultado 13 marzo 2013]. Disponible en: <http://www.eliceo.com/educacion/conducta-del-adolescente.html>

Definición de personalidad [en línea]. [Consultado 18 julio 2013]. Disponible en: <http://psicologosenlinea.net/45-definicion-de-personalidad-conceptos-de-personalidad-segun-varios-autores-kotler-allport-freud-y-eysenk.html>.

Los cambios psicológicos en la pubertad [en línea]. [Consultado 25 mayo 2015]. Disponible en: <http://www.vidaysalud.com/diario/ninos-y-adolescentes/cambios-psicologicos-en-la-pubertad/>

Primera adolescencia (12 a 14 años de edad) [en línea]. [Consultado 13 mayo 2013]. Disponible en: <http://www.personalidad-online.com/psicologia/desarrollo/consejos7.asp>

Problemas menstruales [en línea]. [Consultado 20 enero 2014]. Disponible en: http://kidshealth.org/PageManager.jsp?dn=KidsHealth&lic=1&ps=107&cat_id=20258&article_set=55309

Teorías de la adolescencia – segunda parte [en línea]. [Consultado 7 abril 2013]. Disponible en: <http://psicologia.laguia2000.com/la-adolescencia/teorias-de-la-adolescencia-segunda-parte>

ANEXOS



ENCUESTA A MADRES DE FAMILIA

Edad de su hija: _____

Instrucciones: Encierre la respuesta que considere en cada pregunta y explique el por qué la seleccionó. En la última pregunta responda en el espacio correspondiente.

- ¿Comprende la conducta de su hija a causa del desarrollo?

Sí	No
----	----

¿Por qué? _____

- ¿Dialoga con su hija acerca de su desarrollo físico y fisiológico?

Sí	No
----	----

¿Por qué? _____

- ¿Cree que el desarrollo cambió el comportamiento de su hija?

Sí	No
----	----

¿Por qué? _____

- ¿Cree que el desarrollo mejoró la imagen personal de su hija?

Sí	No
----	----

¿Por qué? _____

- ¿Usted ha recibido alguna charla sobre educación sexual?

Sí	No
----	----

¿Por qué? _____

- ¿Cree que es importante que las niñas reciban una clase de educación sexual en la escuela?

Sí	No
----	----

¿Por qué? _____

- ¿Ahora que su hija está desarrollando se le es difícil entenderse con la familia?

Sí	No
----	----

¿Por qué? _____

- ¿Ha cambiado la conducta con sus amigos y amigas?

Sí	No
----	----

¿Por qué? _____

- ¿Cree que las amigas son mala influencia para su hija?

Sí	No
----	----

¿Por qué? _____

- ¿Cómo pueden actuar los padres con sus hijos en la etapa de la adolescencia? _____



Universidad de San Carlos de Guatemala
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Revisor: Pedro José de León Escobar
 Investigadora: Lilian Verónica Ramírez Reyes



Título del proyecto: “**Incidencia de los cambios físicos y fisiológicos durante el desarrollo en la personalidad de la niña de 10 a 13 años**”

ENCUESTA A MAESTRA DE GRADO

Grado que imparte: _____

Instrucciones: Utilice los espacios en blanco para responder a las preguntas, puede ampliar sus respuestas en la parte de atrás de la hoja.

1. ¿Qué efectos tiene la pubertad sobre el comportamiento de las niñas? _____

2. ¿Qué dudas tienen las preadolescentes con relación a su cuerpo?

3. ¿Durante el desarrollo afecta el rendimiento escolar de las niñas?

4. ¿Afectan los cambios físicos y fisiológicos del desarrollo en las relaciones sociales de las niñas?

5. ¿Afectan los cambios físicos y fisiológicos del desarrollo en la autoestima de las niñas? _____

6. ¿Cuáles son las fuentes de información que utilizan las niñas para resolver sus dudas sobre los cambios físicos y fisiológicos del desarrollo? _____

7. ¿Han recibido información sobre el desarrollo en la escuela y cómo cataloga esa información, es adecuada o inadecuada?

8. ¿Cómo pueden ayudar las maestras a que las niñas puedan superar los cambios del desarrollo? _____

9. ¿Considera que las actitudes y comportamientos de los padres son determinantes de la formación de la personalidad de los adolescentes? _____

10. ¿Qué porcentaje de alumnas se acercan a usted para disipar sus dudas sobre el desarrollo? _____



Universidad de San Carlos de Guatemala

Escuela de Ciencias Psicológicas

Revisor: Pedro José de León Escobar

Investigadora: Lilian Verónica Ramírez Reyes

Título del proyecto: **“Incidencia de los cambios físicos y fisiológicos durante el desarrollo en la personalidad de la niña de 10 a 13 años”**



PLANIFICACIÓN DE TALLER

Objetivo	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos
<ul style="list-style-type: none"> • Brindar el conocimiento y técnicas apropiadas a las niñas para que los cambios del desarrollo incidan en una forma leve en su adaptación. • Fortalecer la autoestima de las niñas. 	Cambios físicos y fisiológicos durante el desarrollo de la niña.	<ul style="list-style-type: none"> • Información: cambios físicos y fisiológicos. • Video: Kotex: Campaña Higiene y Sexualidad femenina en colegios https://www.youtube.com/watch?v=h9rnaA8e8HQ. • Demostración de toallas sanitarias y su uso correcto. • Realización de cuadro las tres Q. ¿qué sé? ¿qué quiero aprender? y ¿qué aprendí? 	<p>30 min.</p> <p>6:30 min</p> <p>15 min.</p> <p>25 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Humanos ✓ Materiales: <ul style="list-style-type: none"> • Laptop • Cañonera, • Escritorios • Toallas sanitarias • Protectores diarios • Hojas • Lapiceros



Universidad de San Carlos de Guatemala

Escuela de Ciencias Psicológicas

Revisor: Pedro José de León Escobar

Investigadora: Lilian Verónica Ramírez Reyes

Título del proyecto: **“Incidencia de los cambios físicos y fisiológicos durante el desarrollo en la personalidad de la niña de 10 a 13 años”**



CUADRO LAS TRES Q

Instrucciones: Escribe lo que se indica en cada espacio del cuadro.

¿Qué sé?	¿Qué quiero aprender?	¿Qué aprendí?

¡Gracias por tu colaboración!