

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

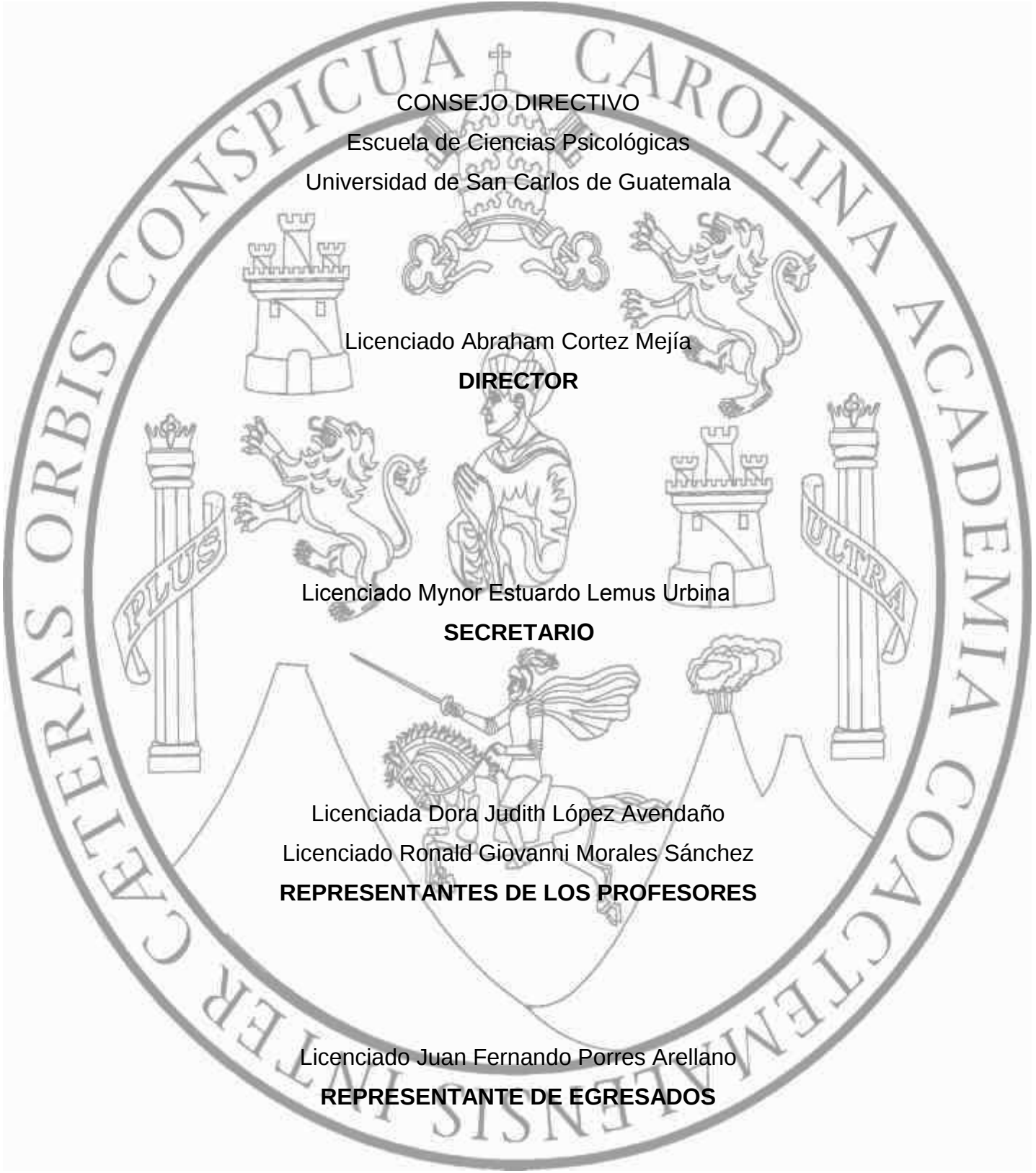
**“LA INCIDENCIA DE LA ARTE-TERAPIA COMO HERRAMIENTA EN EL
CONTROL Y MANEJO DE LA ANSIEDAD DE LOS ADOLESCENTES”**

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

**POR
RIGOBERTO ESTRADA NAVARRO
PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE
PSICÓLOGO**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIADO**

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2014

The background of the page features a large, faint watermark of the official seal of the University of San Carlos of Guatemala. The seal is circular and contains the Latin motto "CETERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACCADEMIA COACTEM INTER" around its perimeter. The central emblem depicts a figure, likely a saint or scholar, surrounded by various heraldic symbols including castles, lions, and columns with banners.

CONSEJO DIRECTIVO
Escuela de Ciencias Psicológicas
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía
DIRECTOR

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO

Licenciada Dora Judith López Avendaño
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

Licenciado Juan Fernando Porres Arellano
REPRESENTANTE DE EGRESADOS

C.c. Control Académico
CIEPs.
Archivo
Reg. 202-2014
CODIPs. 1782-2014

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

06 de octubre de 2014

Estudiante
Rigoberto Estrada Navarro
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto QUINTO (5º) del Acta CUARENTA Y UNO GUIÓN DOS MIL CATORCE (41-2014), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 30 de septiembre de 2014, que copiado literalmente dice:

“QUINTO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: **“LA INCIDENCIA DE LA ARTE-TERAPIA COMO HERRAMIENTA EN EL CONTROL Y MANEJO DE LA ANSIEDAD DE LOS ADOLESCENTES”**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

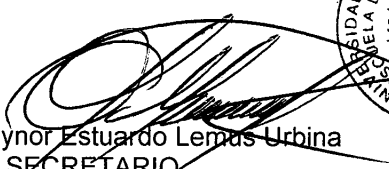
Rigoberto Estrada Navarro

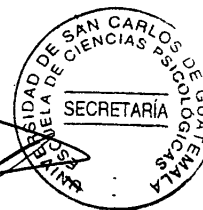
CARNÉ No. 2009-16933

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Mónica Esmeralda Pinzón Gonzalez y revisado por el Licenciado Pedro 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,

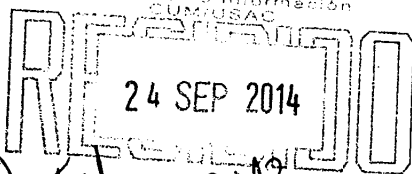
“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Gaby

Escuela de Ciencias Psicológicas
Recepción e Información
CUM/USAC



PRIM. *[Signature]* HORA *19:13* Registro: *[Signature]*

UGP 952-2014
REG: 202-2014
REG: 1037-2013

INFORME FINAL

Guatemala, 24 de Septiembre 2014

SEÑORES
CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

Me dirijo a ustedes para informarles que el Licenciado Pedro de León Escobar ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

“LA INCIDENCIA DE LA ARTE-TERAPIA COMO HERRAMIENTA EN EL CONTROL Y MANEJO DE LA ANSIEDAD DE LOS ADOLESCENTES”.

ESTUDIANTE:
Rigoberto Estrada Navarro

CARNE No .
2009-16933

CARRERA: Licenciatura en Psicología

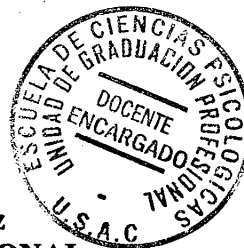
El cual fue aprobado el 19 de Septiembre del año en curso por la Docente encargada de esta Unidad. Se recibieron documentos originales completos el 24 de Septiembre del 2014, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener ORDEN DE IMPRESIÓN.

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

[Signature]
M.A. Mayra Friné Luna de Álvarez

UNIDAD DE GRADUACIÓN PROFESIONAL

Centro de Investigaciones en Psicología CHEPs. “Mayra Gutiérrez”



c.c archivo
Andrea

UGP. 952-2014
REG 202-2014
REG 1037-2013

Guatemala, 24 de Septiembre 2014

Licenciada
Mayra Friné Luna de Álvarez
Coordinadora Unidad de Graduación
Escuela de Ciencias Psicológicas

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

“LA INCIDENCIA DE LA ARTE-TERAPIA COMO HERRAMIENTA EN EL CONTROL Y MANEJO DE LA ANSIEDAD DE LOS ADOLESCENTES”.

ESTUDIANTE:
Rigoberto Estrada Navarro

CARNÉ No.
2009-16933

CARRERA: **Licenciatura en Psicología**

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el 19 de Septiembre 2014, por lo que se solicita continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAR A TODOS”

Licenciado Pedro de León Escobar
DOCENTE REVISOR



Andrea./archivo

Guatemala, Agosto de 2014.

Licenciada Mayra Luna de Álvarez
Unidad de Graduación Profesional
Escuela de Ciencias Psicológicas
USAC

Respetable Licenciada Álvarez:

Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del informe final de investigación titulado **"La incidencia de la arte-terapia como herramienta en el control y manejo de la ansiedad de los adolescentes"** realizado por el estudiante Rigoberto Estrada Navarro, Carné 2009-16933.

El Trabajo fue realizado a partir del 14 de noviembre de 2013 hasta el 12 de agosto de 2014.

Esta investigación cumple con los requisitos establecidos por la Unidad de Graduación Profesional por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondiente.

Sin otro particular, me suscribo,

Atentamente,



Licda. Mónica Esmeralda Pinzón Gonzales
Licenciada en Psicología
Colegiado No. 6761
Asesor de contenido



INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA
I.N.E.B. J.V.

KM. 28.5 CARRETERA INTERAMERICANA SAN LUCAS SACATEPÉQUEZ

18 de Julio de 2014

Licenciada Mayra Luna de Álvarez
Unidad de Graduación Profesional
Escuela de Ciencias Psicológicas
USAC

Estimada Licenciada Álvarez:

Por este medio le informo que el estudiante **Rigoberto Estrada Navarro** **carne 200916933** realizó en esta institución: entrevista a maestros, 8 talleres de arte terapia, test y retest Hamilton de ansiedad y de inteligencia emocional de su trabajo de Investigación titulado: **“La incidencia de la arte-terapia como herramienta en el control de manejo de la ansiedad de los adolescentes”** en el período del 22 de mayo al 18 de julio del presente año.

El estudiante en mención cumple con lo estipulado en proyecto de Investigación, por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra Institución.

Sin otro particular, me suscribe,

Atentamente,



Eddie Eugenio Tohón Martínez
Director Académico INEB San Lucas, Sacatepéquez

MADRINAS DE GRADUACIÓN

MÓNICA ESMERALDA PINZÓN GONZALES

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

COLEGIADO 6,761

NANCY WALESKA ESTRADA NAVARRO

LICENCIADA EN CIENCIAS JURIDICAS, SOCIALES Y DE LA JUSTICIA

ABOGADA Y NOTARIA

COLEGIADO 16,027

DEDICATORIAS

Doy gracias a Dios, por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente y por haber puesto en mi camino a aquellas personas que han sido mi soporte y compañía durante todo el periodo de estudio.

A mi señor padre que me enseñó el camino del bien antes de partir con Dios.

A mi respetable mamá Norfa Marina por ser mi ejemplo, pilar y soporte, la persona más influyente en mi vida y a quien amo con todo mi ser, gracias por todo el amor, paciencia, dedicación y apoyo.

A mis hermanas Nancy y Rocio, sobrinos, sobrinas y familiares que me brindaron apoyo, alegría y me dan la fortaleza necesaria para seguir adelante.

Agradecer hoy y siempre a mis compañeros de estudio por el esfuerzo realizado y el apoyo en mis estudios, especialmente al centro de prácticas San Lucas y específicamente a Diego, Marcia, Liz y Nicté.

A mis amigos que han sido cómplices en este trayecto y me acompañaron infundiéndome valor y ánimos para terminar la batalla.

Un agradecimiento especial a la licenciada Mónica Pinzón, por la colaboración, paciencia, apoyo y sobre todo por esa gran amistad me brinda, por escucharme y aconsejarme siempre.

Índice

Resumen	1
Prólogo	2
Capítulo I	5
I. Introducción	5
1.1 Planteamiento del problema y marco teórico	5
1.1.1 Planteamiento del problema	5
1.1.2 Marco teórico	8
1.1.2.1 Antecedentes	8
1.1.2.2 Fisiología de las emociones	11
1.1.2.3 La ansiedad	15
1.1.2.4 Teoría de género para las diferencias genéticas	18
1.1.2.5 Diferencias de género	19
1.1.2.6 Más que seres biológicamente programados	22
1.1.2.7 Subcultura adolescente	26
1.1.2.8 Las necesidades emocionales	32
1.1.2.9 Escasas opciones para la distracción	38
1.1.2.10 Arte-Terapia	42
1.1.3 Delimitación	52
Capítulo II	53
II. Técnicas e instrumentos	53
2.1 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	53
Capítulo III	56
III. Presentación, análisis e interpretación de los resultados	56
3.1.1 Características del lugar y de la población	56
3.1.2 Características de la población	56
3.1.3 Presentación de los resultados	56
3.1.4 Análisis global de los resultados	64

Capítulo IV	66
IV. Conclusiones y recomendaciones	66
4.1 Conclusiones	66
4.2 Recomendaciones	67
Bibliografía	68
Anexos	74

Resumen

“La incidencia de la arte-terapia como herramienta en el control y manejo de la ansiedad en los adolescentes”.

Autor: Rigoberto Estrada Navarro

El propósito del estudio fue brindar un análisis comparativo del manejo de la ansiedad a través de la arte-terapia en un grupo de adolescentes que asistieron a un programa de arte-terapia con duración de una hora semanal, por un período de ocho semanas, y otro grupo que no asistió. La muestra fue seleccionada del Instituto Nacional de Educación Básica (INEB) de San Lucas, Sacatepéquez, en base a los resultados del test de ansiedad Hamilton, además por los métodos de la observación y referencia de maestros, compuesta de un total de 30 estudiantes, hombres y mujeres, divididos en dos grupos de 15 adolescentes para cada uno, pertenecientes al primer grado básico por referencia de la institución, debido a que presentan conductas ansiosas como lo son automutilaciones, bullying, somatizaciones, problemas de descontrol emocional y otras. Dentro de los alcances en base a la comparación de resultados se da importancia a la integración de un programa de arte-terapia al currículo escolar de dicha institución como método de prevención en la aparición de conductas ansiosas. Los objetivos del estudio fueron los siguientes: evidenciar la necesidad de implementar un programa de arte-terapia en el currículo nacional de educación básica, explicar las diferencias entre un grupo control y uno experimental en el manejo y control de la ansiedad a través de la arte-terapia, describir como afectan los vínculos con los padres a las conductas ansiosas dentro del aula, identificar si la arte-terapia es un mejor método de apoyo psicológico para adolescentes que la terapia individual, comparar los resultados de la diferenciación en cómo se manejan las emociones en cada género; así mismo las interrogantes que se pretendían responder eran: ¿contiene el currículo nacional de educación básica programas de arte-terapia? ¿hay diferencias en el manejo de la ansiedad con el uso de la arte-terapia? ¿qué relación hay entre la ansiedad y la vinculación de los padres en las conductas dentro del aula? ¿es la arte-terapia un método más adecuado para los y las adolescentes que la terapia individual? ¿existen diferencias en el manejo y control de emociones en cada género? Las técnicas e instrumentos utilizados fueron: la observación como método de referencia, predicción y diagnóstico; las entrevistas a maestros, las cuales complementaron los resultados observados, talleres de arte-terapia para el aprendizaje de los diferentes mecanismos de defensa psicológicos; el test de ansiedad Hamilton como fuente de comparación de resultados estadísticos y selección de la muestra; test de inteligencia emocional con el propósito de analizar la relación entre el manejo y control de emociones. Los resultados indican que la arte-terapia ayudó a reducir los indicadores de ansiedad en los adolescentes de lo cual se dedujo que su incidencia es una herramienta efectiva para la reducción de la ansiedad.

Prólogo

Al analizar el tema “La incidencia de la arte-terapia como herramienta en el control y manejo de la ansiedad en adolescentes”, usted podrá encontrar un análisis de la técnica basada en el arte y la necesidad que existe en Guatemala por profundizar en el tema, especialmente porque existe muy poco interés en los y las adolescentes en dar alivio a sus problemas psicológicos en un ambiente como lo es un consultorio como obligación a integrarse a una terapia individual, es acá donde la arte-terapia de forma no intrusiva logra a través de talleres informativos y prácticos involucrar a la población mencionada, sin que la persona necesite una preparación previa o habilidades especiales.

La problemática surgió de la necesidad de brindar un análisis comparativo entre el manejo de la ansiedad en adolescentes que asistieron a un programa de arte-terapia y otro grupo que no recibió dicha atención. Dentro de los objetivos del estudio encontrará que se desglosa la búsqueda de las respuestas a las interrogantes que dieron pie al establecimiento de los mismo como lo son: evidenciar la necesidad de implementar un programa artístico al curriculum, además explicar las diferencias del manejo de la ansiedad entre quienes asistieron y quienes no estuvieron integrados a un programa de arte-terapia, también de cómo afectan las relaciones con los padres en relación a las conductas que se presentan en el aula, además la identificación de la arte-terapia como un mejor método para los adolescentes que la individual, y finalmente los resultados en la diferenciación del género.

El estudio fue realizado en la población del instituto de educación básica (INEB) del municipio de San Lucas, Sacatepéquez, y a través de un margen de tiempo que abarcó desde marzo de 2013 con el inicio de la búsqueda de antecedentes y la observación de dicha población, además de la entrevista a maestros, el trabajo de campo se realizó en los meses de mayo a julio del año 2014, del universo de la población del INEB se seleccionó como muestra a los

estudiantes del primer grado básico, secciones A, B, C Y D; hombres y mujeres entre 12 a 19 años, quienes manifestaban conductas de ansiedad. Dentro de los factores que justificaron la investigación se encuentran el escaso uso de terapias alternativas para el trabajo con los adolescentes, como terapia grupal la convierte en un método en el que la persona puede ser involucrada a una terapia a pesar de las limitaciones económicas, de forma no intrusiva ayudando al adolescente a dar solución a sus problemas emocionales sin sentir que fue obligado a asistir a la misma y teniendo el acompañamiento de sus pares, para que los adolescentes aprendan a manejar y controlar de forma efectiva, natural y positiva sus emociones, para que no se vea involucrados únicamente en actividades de competencia lo que incrementa los indicadores de ansiedad.

Dentro de los alcances al analizar esta problemática se pueden mencionar el conocimiento de una técnica diferente a la terapia individual en la que el adolescente pueda expresarse de manera positiva, sin censuras, y que no afecte la escases de recursos económicos, falsas creencias, y ganancias secundarias, debido a que dentro del currículo no hay propuestas para el manejo y control de las habilidades emocionales, sino que únicamente se realizan actividades que les permita obtener alguna ganancia de conocimientos cognitivos de los adolescentes que tienden a ser enmarcados como rebeldes por lo que los padres podrían desvincularse, y debido a la ganancia secundaria que obtienen podría repercutir en los resultados pedagógicos y de conducta.

Dentro de los beneficios se debe mencionar la investigación de la problemática social del manejo de la ansiedad en los adolescentes y el interés de dar mayor importancia a la utilización de la terapia artística con la población mencionada, por otra parte, establecer los indicadores socio-culturales del no reconocimiento de la diferenciación de las necesidades de género para el aprendizaje del control y manejo adecuados de las emociones, además de aportar estadísticas recientes sobre el estudio ya mencionado, el desarrollo de una técnica psicológica poco explotada en Guatemala que beneficia a la población

adolescente, incrementando las posibilidades de expansión de la psicología abriéndose campo en la aceptación social como parte formadora psico-educacional de los adolescentes.

En el ámbito profesional, como psicólogo, el interés versó en conocer el contexto social y cultural, como variables independientes de las condiciones en que es o no aceptada la arte-terapia, además de la credibilidad que se desarrolla en el ámbito escolar con respecto a la psicología.

Se debe mencionar también que dentro de las limitaciones se encontró mucha desorganización en la dirección del establecimiento, esto debido a la escases de personal que apoye al director de la institución, el poco interés de los mismos adolescentes a recibir ayuda psicológica, el abandono escolar, además la falta de apoyo de los padres para que sus hijos puedan dar alivio a sus malestares emocionales por falsas creencias, el mismo personal docente es también responsable de que las alumnas tengan cierto grado de ansiedad debido la falta de ética profesional en sus labores como maestros, siendo en su mayoría hombres y algunos no respetan los límites ético-profesionales que deberían existir en la relación docente-estudiante. No se puede restar importancia al apoyo y esfuerzo que el director del instituto realiza al intentar que toda la organización del establecimiento siendo recargada en él.

Capítulo I

I. Introducción

1.1 Planteamiento del problema y marco teórico

1.1.1 Planteamiento del problema

Para la descripción del estudio de la problemática se observó la necesidad de integrar un programa de arte-terapia como método no intrusivo para los adolescentes con el fin de reducir las resistencias provocadas por el uso de los diferentes métodos de defensa psicológica, y ayudar al control y manejo de las emociones de los y las adolescentes en el alivio de la ansiedad, infiriendo el surgimiento de las mismas debido a problemas en las vinculaciones con los padres.

Se Explica el problema de estudio como la forma en que la persona se ve afectada en sí misma y en sus relaciones interpersonales, como consecuencia del descontrol y mal manejo de sus impulsos emocionales, llevada a manifestar conductas ansiosas desagradables y negativas “la persona misma quien dice: *estoy nervioso.*”¹ Esto explica que no se refiere a no sentir nada, o buscar el sentimiento sustituto de una emoción que se está permitiendo sentir, sino que a saber controlarla y manejarla positivamente, además “*con la intensidad adecuada, tomando la responsabilidad de los propios sentimientos en una forma ecuánime y dirigidos con empatía.*”²

Definiendo: la niñez como la etapa en que se debe aprender una serie de conductas social y culturalmente establecidas (si es que estas fueron trasladados de una forma adecuada por los padres y maestros), luego la etapa de la adolescencia como pasaporte para la vida adulta, en que la persona debe

¹ Cano V., A. *La ansiedad: Claves para vencerla*. [Bibliografía] Málaga, España. Edit. Arguval. 2000 [mayo 2013] P.7

² Madrigal T., B. E. *Habilidades directivas: Inteligencia emocional, habilidad imprescindible para dirigir*. [Bibliografía] 3 ed. México. Edit. Mc Graw Hill. 2009. [mayo 2013] P. 35

enfrentarse a la problemática de establecer la construcción de la personalidad y de la identidad, encontrándose con la necesidad de conocer formas alternativas para poder manifestar sus emociones, Gessell presenta esta etapa describiéndola como: “la edad crítica”³, en otras palabras la edad en que la persona forma su propio criterio, aceptando o rechazando los valores morales enseñados y también los seleccionados por sí mismo, lo que condujo al cuestionamiento: ¿Es la terapia artística un método más adecuado para los y las adolescentes que la terapia individual? Por referencia de los maestros, quienes observaron una elevación de la ansiedad sobre el rango normal en los alumnos que conforman primero básico, se seleccionó una muestra no aleatoria para los fines de la investigación en relación a quienes manifiestan conductas ansiosas, por lo que surgió la pregunta: ¿Hay diferencias en el manejo de ansiedad con el uso de la arte-terapia? La muestra estuvo conformada en base a los resultados de la evaluación del test de ansiedad Hamilton, seleccionando así a quienes participaron como grupo control (estudiantes que no recibieron talleres de arte-terapia) y grupo experimental (estudiantes que si recibieron talleres de arte-terapia), se buscó que el grupo experimental comprendiera el adecuado uso de los métodos de defensa psicológica, de forma positiva para el adecuado control y manejo emocional en la solución de sus conflictos. Debido al poco conocimiento de alternativas para el manejo emocional los adolescentes quienes ven como único método para el alivio de sus emociones involucrarse en actividades de competencia, como lo son los juegos entre equipos deportivos esto apuntó a la pregunta: ¿Contiene el currículo nacional de educación básica programas de arte-terapia? Dentro de los horarios de clases se presentan cátedras para la enseñanza de manifestaciones artísticas como lo son: Artes plásticas y educación musical, educación física; todos técnicas que refuerzan la competencia, pero no promueven el control y manejo emocional, la convivencia armoniosa y empática con los otros, hablando entonces de salud mental, se

³ Gesell, A. *El adolescente de 15 a 16 años*. [bibliografía] 2da. Barcelona, España. Edit. Paidós 1987. [mayo 2013] P. 28

podría decir que es un estado equilibrado de la persona, con su entorno social y cultural y su participación en las relaciones, para alcanzar bienestar y calidad de vida, de lo que se derivó la siguiente pregunta: ¿Qué relación hay entre la ansiedad y la vinculación de los padres en las conductas dentro del aula? La familia en la sociedad san luqueña subsiste gracias a que las madres han necesitado trabajar horarios de tiempo completo, lo que les ocasiona el abandono de sus hijos, como resultado estos tienen muy poco apoyo o ninguno de ellas, los mismos adolescentes se ven obligados a colaborar con la economía familiar, se suma a esto la posición de subcultura en que ellos viven. Este abuso también manifiesta los distintos grados de violencia a que los adolescentes son sometidos y especialmente el abuso hacia la mujer, esta represión la obliga a someter cada una de sus emociones como consecuencia del uso y legitimación del sistema patriarcal, lo que lleva a otra pregunta para este estudio: ¿Existen diferencias en el manejo y control de emociones según cada género? La autora explica: *“Diferenciar la forma en que el manejo emocional se da de manera más adecuada dependiendo del sexo, indistintamente de este cada individuo puede tener desequilibrios igualitarios por el simple hecho de ser personas. Además a que el sexo masculino siempre se encontrará en una posición de ventaja sobre la mujer.”*⁴

Este estudio se fundamentó en la psicología Gestalt, en cuanto a cómo podría haber algún tipo de ganancia secundaria debido al inadecuado manejo emocional en la etapa de la adolescencia, de acuerdo a la psicología de Maslow, se estudiaron las necesidades específicas de la persona que cursa esta etapa, se debe analizar desde la perspectiva de la psicología social que explica la influencia de las situaciones sociales en la conducta humana, finalmente la psicología del arte que estudia los fenómenos de la creación y de la percepción artística desde un punto de vista psicológico. Dentro de las técnicas e

⁴ Alfaro, M. C. (1999). *Debelando el género*. [CD en PDF] San José, Costa Rica. Edit. Master Litho, s.a. 1999 [junio 2003] P. 13

instrumentos que fueron utilizados se incluyó el test Hamilton de ansiedad para seleccionar la muestra no aleatoria de estudiantes, aplicada al total de 180 estudiantes, cursantes de 1ro. Básico del INEB. Un test de inteligencia emocional aplicado a 30 estudiantes que conformaron la muestra, además la técnica de la observación, entrevistas a maestros, y ocho (8) talleres de arte-terapia una vez por semana cada uno, con una duración de una hora, para el aprendizaje de los métodos de defensa psicológicos en la búsqueda del adecuado control emocional para la reducción de las conductas de ansiedad.

1.1.2 Marco Teórico

1.1.2.1 Antecedentes

En el proceso de investigación se debe realizar también la revisión de trabajos anteriores, a este proceso se le denomina revisión de antecedentes, dentro de dicha exploración se analizaron algunos trabajos para verificar la existencia o inexistencia de estudios similares, dentro de los cuales se pudieron encontrar en relación al trabajo con la arte-terapia o el manejo de la ansiedad y la etapa de la adolescencia los siguientes: En el año 2009 se realizó una investigación titulada: “La aplicación de la terapia de arte como tratamiento psicológico de experiencias traumáticas, en niños y niñas de 7 a 12 años.” La cual fue realizada por Urrutia García, Sandra Julieta y Donis Barrera, Lenssy Mariel. Cuyo objetivo de estudio fue: “La aplicación de la terapia del arte a través de la teoría analítica propicia las condiciones necesarias para experimentar una descarga emocional en expresión de la integración de experiencias traumáticas para afrontar los conflictos de la vida cotidiana de los infantes.” Se utilizaron las siguientes técnicas e instrumentos: entrevista, observación naturalista, anamnesis infantil, terapia de arte, diario de campo, testimonio, y entrevista. Cuya conclusión principal fue: *“La terapia de arte no es aplicable a toda la población porque cada individuo tiene distintas necesidades y formas de expresar su conflicto. Y además que los beneficios que se pueden*

lograr con la terapia de arte son: despierta la creatividad como herramienta psíquica al expandir la visión de las posibilidades de la existencia, al abrir canales con el inconsciente se expande la conciencia lo cual propicia una buena función social.”⁵ Por lo que sus recomendaciones fueron: “Para estudios posteriores realizar una inducción sobre los posibles cambios en la conducta de la población a estudiar, en las distintas fases del proceso terapéutico. Y tomar en cuenta la homogeneidad en el grupo con respecto a las edades, además que las sesiones abarquen un tiempo mínimo de una hora y media, porque se debe brindar a la población el tiempo necesario para elaborar sus creaciones y poder asimilar la información que expresan en el contenido simbólico de sus obras.”⁶

Otro de los estudios abordados con fecha del año 1988, titulado: “La descarga emocional a través del arte”. Fue el realizado por Gonzalez Alvarez, Herbert Dreser. Cuyo objeto de estudio fue: “Dar a conocer la dinámica del canto como arte, por ser uno de los valores humanos que ayuda a formar al individuo integralmente.” Utilizando las siguientes técnicas e instrumentos para la recolección de los datos: Observación no sistemática, entrevista dirigida y cuestionario. Con lo que encontró las siguientes conclusiones: “El cantante como artista descarga sus emociones a través del canto y el mismo le permite auto-realizarse”. La práctica de un arte, sea cual fuere, proporciona bienestar físico y mental y ayuda al equilibrio emotivo de las personas.” Y sus recomendaciones fueron: “Que se revisen los fines de la educación estética, con el propósito de adecuarlas a las necesidades de los educandos en todos los niveles. Que se profundice en el estudio de factores que motiven a una intensificación del arte en todas sus manifestaciones.”

⁵ Urrutia G.; Donis B. *La Aplicación de la Terapia de Arte como Tratamiento Psicológico de Experiencias Traumáticas, en Niños y Niñas de 7 a 12 años.* [tesis] Guatemala, octubre de 2009 [marzo 2013] P. 56.

⁶ Gonzalez A., H. D. *La Descarga emocional a través del Arte.* [tesis] Guatemala, Noviembre de 1988 [marzo 2013]. P. 68.

En los testimonios de los maestros del INEB se manifestaron mayoritariamente temas relacionados a relaciones de noviazgo de los estudiantes y dentro de los mismos como detonadores de la ansiedad dentro del aula, sin embargo gestálticamente, resulta ser solo la problemática manifiesta, y en la latente se encuentran involucrados las relaciones con los padres, de los cuales se enmarca no tener mayor apoyo y confianza para hablar de sus problemas con ellos por temor a la violencia que culturalmente se ejerce sobre los adolescentes, debido a las manifestaciones ansiosas evidenciadas por los estudiantes se debe buscar que las personas logren el insight psicológico, dando solución a sus conflictos de forma introspectiva y como consecuencia una adecuada salud mental. Lo anterior se explica así: *“La inteligencia emocional es una forma de inteligencia social que implica la habilidad para dirigir los propios sentimientos y emociones y los de los demás, saber discriminar entre ellos, y usar esta información para guiar el pensamiento y la propia acción.”*⁷ Dentro de esta definición se debe incluir la importancia que juegan las relaciones con los padres para la manifestación de sus conductas como primera escuela y opción para la expresión positiva de las emociones a través de la técnica de la arte-terapia, siendo un mecanismo de sublimación para la manifestación de la conducta adecuada y aceptable, de manera no intrusiva, a través de talleres grupales informativos y prácticos, llevados a las aulas como un ambiente natural, paralela a la introspección y racionalización pretende dar alivio a los malestares emocionales, siempre y cuando la persona esté dispuesta a evolucionar (como requisito), por lo que es necesario que el establecimiento de rapport sea bien implantado, lo que se facilita cuando los adolescentes se encuentran rodeados de sus pares y no en una clínica en donde se sentirá atacado.

La no manifestación de las emociones conlleva implícito el sentirse atrapado y la necesidad de luchar o huir, siendo la mujer culturalmente educada

⁷ Madrigal T., B. E. Op. Cit. P. 37.

a reprimir y violentada para que resista múltiples abusos, por lo que los niveles de ansiedad podrían estar más elevados en ellas.

Se realizó una investigación de la que se puede sintetizar lo siguiente: que la individualidad hace que todas las experiencias sean diferentes para cada persona, pero algunos rasgos como el sexo, nivel social, economía crean criterios similares de actitud en que las personas adolescentes se expresan, siendo una etapa difícil ellos se sienten confundidos en especial porque es una transición en la que no se les da instrucciones precisas de cómo poder comportarse. Según la biografía el paso por los quince años presenta una muy difícil etapa, el manejo de sus emociones lo representa en actitudes de rebeldía y lucha contra sí mismo y a los quince drásticamente ya saben que quieren, pero al no lograr manejar y controlar sus estados emocionales se rompe el estado de inteligencia emocional, entrando a un estado de ansiedad la que se controla a través de métodos de relajación y respiración a través de la terapia artística y más específicamente la música terapia, se encuentra el canto, pero también hoy más de moda el karaoke, el cual permite el ingreso de oxígeno cuando se toma aire para cantar, reteniendo el mismo se transforma en dióxido de carbono el cual se expulsa luego por consiguiente ayuda a enfrentar la situación ansiógena.

1.1.2.2 Fisiología de las emociones

La revista virtual describe que *“las emociones siempre van acompañadas de reacciones somáticas.”*⁸ Entonces el control y manejo de las emociones *“inicia como respuesta psicológica-fisiológica adaptativa a algún estímulo, como lo explica la memoria emocional.”*⁹ Dicho estímulo modifica la atención y hace subir el umbral de alguna conducta específica, que guía a la persona a una respuesta específica. Por lo que se podría postular que: el lenguaje emocional es una

⁸ Molina, J. (Julio 22, 2010). *Fisiología de las emociones*. [en línea] slideshare. 22 de julio de 2010. [junio 2013] Disponible en: <http://www.slideshare.net/jasnamolina/fisiologia-de-las-emociones>

⁹ Morris, C.G.& Maisto, A. A. *Psicología*. [Bibliografía] 12 ed. México. Edit. Person Educación. 2005. [Mayo 2013] P. 236

reacción del inconsciente, debido a que la respuesta específica es consecuencia de la activación de redes asociativas en la memoria, *“la memoria implícita es la encargada del almacenamiento y recuperación de información por asociación con otras informaciones aunque no siempre se recuperan intencionalmente.”*¹⁰

Estas respuestas son organizadas por diferentes sistemas biológicos, para proporcionar a la persona una conducta adecuada y efectiva de acuerdo a la sensación interna generada por los diferentes sistemas. Así mismo “alteraciones en la circulación, cambios respiratorios, y secreciones glandulares.”¹¹ Son alteraciones que reaccionaran por consiguiente en la tonicidad muscular, el tono de la voz, el lenguaje facial y corporal, con la finalidad de posicionar a la persona en reacción a lo que sucede en su entorno y con los otros.

La persona también posee una reacción natural de lucha y huida, esta reacción se modifica de acuerdo a lo que la persona trae de forma innata, o lo que pueda haber aprendido, además de las variables individuales y culturales, dentro de las cuales hablando de adolescentes encontrará que es una especie de sub-cultura. Las respuestas varían como respuesta somática ligada a un específico sistema como ya se explico antes, esto dependiendo de la emoción que se esté permitiendo la persona sentir, involucrando diferentes sistemas: respiratorio, cardiovascular y otros. Estas respuestas son inducidas por sustancias químicas propias de la persona más conocidas como hormonas. Siendo el cerebro el productor hormonal *“más exactamente el sistema límbico como encargado del aprendizaje y la conducta emocional.”*¹² Antes de hablar del sistema límbico se debe conocer que el sistema nervioso como el regulador de las reacciones fisiológicas y derivado del sistema nervioso, el sistema nervioso autónomo marca el ritmo de trabajo de los órganos a través del sistema

¹⁰ Idem.

¹¹ Molina, J. (Julio 22, 2010). Op. Cit.

¹² Morris, C.G. & Maisto, A. A. Op. Cit. P. 62

simpático. El sistema nervioso simpático proporciona en la persona la capacidad de respuesta de lucha o huida frente a una situación del ambiente considerada como alarma. *“El sistema parasimpático se encarga de llevar al organismo a una conducta de descanso y recuperación del cansancio provocado por la situación de alarma.”*¹³

Para dar una explicación más práctica, debido a las referencias de los maestros en cuanto a las relaciones de noviazgo como detonadores de las conductas ansiógenas, se coloca el siguiente ejemplo: imagine que el o la adolescente se encuentra con su actual novio o novia, entonces esta persona está explicándole que ya no desea continuar con la relación de noviazgo, el sistema nervioso simpático es quien hará que él o la adolescente le ruegue o reclame el no darle fin a la relación (lucha), o por lo contrario que simplemente no quiera continuar con la conversación y se retire del lugar (huida) todo esto ocasiona en él o la adolescente un gran gasto de energía por lo que se sentirá cansado o agotado. Interviene entonces el sistema parasimpático el cual ocasiona que la persona sienta sueño, en algunos casos hambre pero es más frecuente la anorexia temporal y *“en otros casos podría manifestarse como una defensa maniática al querer demostrar a la pareja perdida que fue lo que perdió como un método de defensa ante la idealización.”*¹⁴, o simplemente el llanto como método de lucha.

El organismo no puede permanecer en una constante situación de alarma y se necesita la desconexión de las redes activadas por el sistema simpático, activando la respuesta involuntaria, por lo que la corteza cerebral actúa inhibiendo las reacciones fisiológicas, de este modo las personas logran tener un

¹³ Contreras, E. A.; Leal, M. y Gutiérrez, A. M. *Luchar o huir: el papel del sistema nervioso autónomo*. [en línea] Veracruz, México. La ciencia y el hombre. Enero a abril de 2012. *Revista de divulgación científica y tecnológica de la universidad veracruzana*. [Junio 2013] Disponible en: www.uv.mx/cienciahombre/revistae/vol25num1/articulos/luchar

¹⁴ Arfouilloux, J.C. (1995). *Niños tristes: La depresión infantil*. [Bibliografía] México. Edit. Fondo de cultura económica. 1995 [mayo 2013] P. 103

control y manejo de las reacciones emocionales a lo que se le da el término de inteligencia emocional, la cual *“se refiere a la efectividad con que la gente percibe y entiende sus propias emociones y las de los demás, así como a la eficacia con que maneja su conducta emocional.”*¹⁵ Derivado del postulado inicial de que el lenguaje emocional es una reacción del inconsciente.

El sistema nervioso periférico es el que cubre tanto el cerebro como la espina dorsal más comúnmente conocida como la columna, cuya función es el control de los movimientos musculares voluntarios. El sistema nervioso autónomo, controla los movimientos musculares involuntarios, de este se derivan el sistema simpático y parasimpático los cuales son el sistema de control y manejo para la regulación de expresión del lenguaje emocional, y son parte del sistema nervioso central. Estos sistemas tienen conexiones cerebrales, el sistema límbico es el área cerebral que proporciona a la persona la respuesta de los sistemas simpático y parasimpático asociadas al manejo emocional y conductual, incluye al: Tálamo, hipotálamo, hipófisis, hipocampo, amígdala, parte de la formación reticular, tronco cerebral, corteza cerebral.

El diencefalo es el área cerebral que se encarga de asociar e integrar las sensaciones, lo componen: a) el hipotálamo, el cual es el ganglio principal de las respuestas del sistema nervioso autónomo, estabilizando las funciones que se ven afectadas por las emociones reactivas de manera exagerada. b) La amígdala cerebral se asocia con la expresión y regulación del control y manejo de emociones estableciendo la cognición dentro del procesamiento y almacenamiento de las reacciones emocionales y conductuales. De esta forma se da la red que une las respuestas del control y manejo emocional establecido fisiológicamente y de forma voluntaria. *“siempre y cuando la persona no esté en un estado primitivo involuntario del instinto por preservar su existencia en donde podría perder la capacidad de raciocinio, o este diagnosticado con algún*

¹⁵Morris, C.G. & Maisto, A. A. Op. Cit. P. 287

trastorno que lo incapacite, por lo demás todo individuo típico debería poseer fisiológicamente hablando un adecuado control y manejo emocional.”¹⁶

1.1.2.3 La ansiedad

Ansiedad no es nada más y nada menos que como popularmente se dice me siento o estoy nervioso, *“cuando alcanza niveles exagerados, esta emoción normalmente útil puede impedir enfrentarse a la situación, paraliza y trastoca la vida diaria.”¹⁷*

Por fines de estudio científico se definió como: Una emoción primaria en la relación cuerpo-mente que utiliza el sistema energético en respuesta a un peligro, riesgo o amenaza; Real o supuesto; presente, futuro o pasado; que limita e incapacita para actuar, produciendo una personalidad temerosa, insegura y dependiente.

“Existen diferentes tipos de trastornos de ansiedad, cada uno con sus características propias. Algunas personas se sienten ansiosas casi todo el tiempo sin ninguna causa aparente. En otros casos, las sensaciones de ansiedad pueden ser tan incómodas que, para evitarlas, pueden llegar a suspenderse algunas actividades diarias. Otros trastornos se caracterizan por sufrir ataques ocasionales de ansiedad tan intensos que aterrorizan e inmovilizan.”¹⁸

La inferencia de que los alumnos de primero básico del Instituto Nacional de Educación Básica - INEB, de la población perteneciente a San Lucas, Sacatepéquez, presentaban conductas ansiosas se hizo mediante la observación calificada y entrenada del psicólogo, quien después de observar la

¹⁶ Aspectos fisiológicos de las emociones. [en línea] Wikispaces. Marzo 1, 2013. [junio 2013] Disponible en: <http://www.israel-wiki.wikispaces.com/Aspectos+fisiológicos+de+las+emociones>

¹⁷ Oblitas G., L.A. *Psicología de la salud y calidad de vida*. [Bibliografía] 3ra. México. Edit. Cosegraf. 2009. [mayo 2013] P. 165

¹⁸ Idem. P. 166

forma en que los y las alumnas salen del salón de clases, los gritos de histeria que se escuchan, las constantes actitudes al levantarse del escritorio u voltear a ver hacia las ventanas del corredor, es lo que lleva a el interés por saber qué es lo que en general a la población mencionada y seleccionada como grupo experimental están manifestando ansiedad.

El sentimiento de ansiedad es un sistema permanente de gasto energía y sistema constante de alerta, que según sea el estímulo desencadenará como siguiente paso escalonado un ataque de pánico y finalmente una fobia específica. Entre más inseguridad debido a la ansiedad la persona se sienta, sentirá más necesidad de adquirir (para llenar el vacío): objetos, afecto, verdades, aceptación de los demás, dinero, además podría presentar conductas hiper sexuales, conductas de riesgo, y más.

“Un Ataque de Pánico según el manual de diagnostico DSM-IV debe de cumplir con 4 o más de los síntomas, debe ser de inicio brusco y con una máxima expresión en los primeros 10 minutos. Así también hay especificaciones para que pueda ser diagnosticada una fobia específica, con 6 meses mínimo de duración en calidad de temor persistente, excesivo o irracional por la presencia o anticipación de un objeto o situación específicos. Y sus ejemplos de tipos específicos son: Animal, ambiental, sangre-inyecciones-daño, situacional, Otros tipos.”¹⁹

Debido a una percepción de peligro o dolor la sangre se dirige a los grandes músculos (estos son las extremidades superiores e inferiores), lo que provoca la sensación de lucha o huida por la necesidad de escapar o liberarse del daño. Cuando los seres humanos están en esta etapa manifiestan visiblemente actitudes como movimientos rápidos de los pies o de las manos, cruzar los brazos, otras manifestaciones faciales. Hay también otras

¹⁹ DSM-IV-TR: Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, [Bibliografía] España. Edit. Masson. [mayo 2013] P. 480

manifestaciones como la hiperventilación lo que provoca respiración acelerada y profunda, falta de aliento, sensación de ahogo o asfixia, dolores u opresión en el pecho. La sangre en la cabeza disminuye lo que produce: mareos, visión borrosa, confusión, irrealidad y oleadas de calor. Además, se incrementa el ritmo del corazón, como consecuencia la fuerza del latido y la velocidad del flujo sanguíneo lo que provoca piel pálida y fría, entumecimiento y hormigueo. Se produce sudoración, erección de los bellos (piloerección). Las pupilas se dilatan, entra más luz ocasionando visión borrosa y puntitos luminosos. Disminución de la saliva por lo que se siente boca seca. El paro de la digestión por la desviación del fluido sanguíneo a los grandes músculos lo que da sensación de náusea, pesadez y estreñimiento. Sentimientos subjetivos de tensión, acompañados de dolores reales, temblores y sacudidas. Todos estos cambios fisiológicos ocasionan que el sistema emplee demasiada energía lo cual ocasionará que la persona se sienta inquieta, cansada, agotada, o agresiva por algún tiempo, esto es un proceso natural e inofensivo, debido a la función adaptativa.

Al hablar de conductas ansiosas se observaron durante el ciclo escolar 2013, como ya se dijo anteriormente prácticas de automutilación en la población seleccionada, conducta de la cual en muchas ocasiones los mismos adolescentes han solicitado se les explique el por qué algunas personas efectúan actos autodestructivos hacia sí mismos como la automutilación (para el entendimiento práctico consistente en la producción de heridas en la piel del propio cuerpo). Siendo el fin psicológico de auto mutilador la manifestación en forma no verbal de la expresión de dolor, debido a que los sentimientos se transmiten visualmente a través del cuerpo. Generalmente para liberarse de sentimientos de rabia, ira, tristeza, culpa, soledad, rencor y dolor emocional que puede expresar, también, para cerciorarse de que siguen vivos por lo que según la psicología Gestalt la ansiedad podría únicamente ser la figura frente al fondo de algunas otras molestias psicológicas. La sensación de dolor produce una cierta liberación de ansiedad. Los adolescentes lo hacen en momentos de crisis

o sufrimiento, porque el dolor físico les ayuda a soportar su sufrimiento psicológico (otras circunstancias lo utilizan para sentir poder sobre sí mismos).

1.1.2.4 Teoría de género para las diferencias genéticas

*“Este mundo siempre ha pertenecido a los varones. Cuando se hallan en presencia de dos categorías humanas, cada una quiere imponer a la otra su soberanía, si las dos se empeñan en sostener esta reivindicación, se crea entre ellas, ora en la hostilidad, ora en la amistad, pero siempre en la tensión, una reacción de reciprocidad; si una de las dos es privilegiada, se impone a la otra y se dedica a mantenerla en la opresión.”*²⁰ A través de la teoría de género la persona afirma la construcción de sus papeles cultural y socialmente atribuidos al hombre y la mujer, papeles que dependiendo de la cultura cambian con el tiempo, afectando: Las relaciones personales, el acceso y el control de los recursos, el poder de tomar decisiones.

A través de este concepto los san luqueños hacen uso y abuso del sistema patriarcal colocando a la mujer en un papel subyugante y más aun a la mujer adolescente quien no solo sufre abusos por ser mujer sino por la etapa en la que se encuentra. Esto se explica de la siguiente manera: *“Cuando la individualidad de los organismos se afirma más, la oposición de los sexos no se atenúa: todo lo contrario. El macho encuentra caminos cada vez más diversos para utilizar las fuerzas de que se han adueñado; la hembra siente cada vez más diversos para utilizar las fuerzas de que se han adueñado; la hembra siente cada vez más su esclavización; el conflicto entre sus intereses propios y el de las fuerzas generadoras que la habitan se exaspera.”*²¹

El género se refiere no al sexo, ni tendencias sexuales, de las cuales es un tema tabú entre los y las adolescentes; ni al individuo como persona sino a la construcción cultural. Género es un sistema compuesto por dos elementos, uno

²⁰ Beauvoir, S. de. *El segundo sexo*. [Cd-Room] México. Edit. Cátedra, s.a. 2005 [junio 2013] P. 23

²¹ Idem. P. 11

fuerte = el hombre, y otro débil = la mujer; en las relaciones de poder afirma a la mujer en el papel de opresión, con la necesidad de sentir la capacidad de decidir en su propia vida y la necesidad por que el hombre cambie su conducta para con ellas. Debido a que el género es construido por la cultura, la diferencia entre el hombre y la mujer ha sido manipulada con el fin de oprimir al sexo débil, posicionando a la mujer en una situación de desventaja en relación con el hombre y en el caso de las adolescentes es mayor porque ellas deben incluso en muchos casos someterse a los hombres de menor edad a ellas. Dicha opresión provoca que la mujer compita con el hombre para buscar poder liberarse de ella, en búsqueda de la igualdad legal y moral. En la lucha de la equidad se debe lograr que sean intercambiables los papeles de los roles masculinos y femeninos.

En una visión androcéntrica (visión del mundo centrada en el punto de vista masculino como única posición aceptable), el hombre y a veces la misma mujer, coacciona colocando a la mujer en un papel “desnaturalizado”, mal utilizando el término feminista. En la sociedad san luqueña, dichas mujeres son tildadas como “machorras”. Se debe promover y ayudar a la mujer a escoger con libertad la vida que quieren vivir, valorando para ellas y para la sociedad tanto todos sus aspectos, como se debe hacer también con los hombres, de forma que también ellos tomen su responsabilidad en los múltiples papeles que requieren sus habilidades.

1.1.2.5 Diferencias de género

Si todos los humanos poseen las mismas estructuras fisiológicas relacionadas al control y manejo de emociones, entonces, ¿qué sucede biológicamente con las diferencias de género o se puede generalizar que tanto como para hombres y mujeres es lo mismo? El sexo está determinado biológicamente por los cromosomas, las hormonas sexuales, la anatomía sexual y también una serie de características sexuales secundarias. La producción

hormonal se encarga de diferenciar a los sexos, también de la manifestación conductual debido al adecuado o inadecuado control y manejo de las emociones diferenciado por las características sexuales y especialmente al estar involucrada la hormona testosterona. La testosterona es la principal hormona sexual masculina, producida principalmente en los testículos y en los ovarios también, en cantidades menores secretadas por las glándulas suprarrenales. En los hombres juega un papel clave para el desarrollo de: los testículos, la próstata, los caracteres sexuales secundarios tales como: el incremento de la masa muscular, ósea, mayor fuerza física, y el crecimiento del vello corporal, masculinización del cerebro, olor corporal.

La masculinización del cerebro se ha analizado en estudios y es producto de los efectos de la enzima aromatasa, la cual transforma la testosterona en estradiol y otra, la vía de las alfareductasas que transforma la testosterona en dihidroandrosterona. Es esta última la hormona responsable de la masculinización del cuerpo.

Lo interesante de la masculinización del cerebro es que se lleva a cabo en periodo fetal, mientras que la masculinización del cuerpo se lleva a cabo en la pubertad. Más aun, la masculinización del cerebro tiene lugar en un periodo crítico que oscila entre el 3er. y 4to. Mes de gestación. Si un cerebro ha de masculinizarse ha de ser en ese periodo de tiempo y no en otro.

Lo paradójico es que la hormona que masculiniza el cuerpo y la hormona que masculiniza el cerebro, es la misma: la testosterona siguiendo dos vías metabólicas distintas. *“De manera que podríamos decir que un cerebro masculino es aquel que ha estado expuesto, en ese periodo crítico, a la testosterona y un cerebro femenino es aquel que ha tenido una privación de*

testosterona.”²² Dentro de las diferencias del cerebro masculinizado están: Mayor tamaño, menor cantidad de redes dentríticas que el cerebro femenino.

Las conductas agresivas y trastornos del estado de ánimo, se han asociado con el hipogonadismo, que es el no desarrollo de las características sexuales masculinas y femeninas, más niveles bajos de testosterona. La agresión correlacionada con niveles de testosterona en humanos es el mayor predictor para una conducta violenta. El hecho de ser hombre, la influencia de la concentración de testosterona en la sangre y la posibilidad de comportarse agresivamente, es debido a ser la responsable de los músculos, del deseo sexual y de la conducta dominante.

“Un artículo de la revista New Scientist explora nuestra tendencia a castigar, aún cuando dicha conducta tenga un costo para nosotros mismos. Terry Burnam, el investigador, usa un juego, llamado “El Juego del Ultimatum”, en el cual a los participantes se les proporciona una cantidad de dinero (por ejemplo, 10 dólares). Después, tienen que compartirlo con otra persona. Si esa segunda persona acepta el dinero, ambos lo conservan, pero si lo rechaza, ambos pierden todo lo que tienen. Usualmente, se ve que si la oferta es muy baja (1 dólar, por ejemplo), la oferta es rechazada y ambos pierden. Eso se debe a que la segunda persona desea castigar a la otra por hacer una oferta injusta, aunque ello implique que perderá el dólar que pudo haber ganado.

Lo que Burnam descubrió fue que la propensión a rechazar ofertas bajas se correlacionaba con la concentración de testosterona en varones, dada la gran

²²Segovia, S. Y Guillaumon, A. *El sexo de nuestro cerebro*. [en línea] Neurociencia cultura. Mayo 3, 2013. [junio 2013] Disponible en: <http://www.pacotraver.wordpress.com/2013/05/03/el-sexo-de-nuestro-cerebro>.

resistencia que suele haber entre los machos de casi cualquier especie a aceptar una situación de subordinación ante otro varó.”²³

Al final de la pubertad (entre los 14 y 15 años) debido a niveles altos de testosterona en mujeres ocurren efectos de los andrógenos, que en los hombres son efectos típicos. Lo que se explica mejor de la siguiente manera: *“La concentración de testosterona en el plasma sanguíneo en un adulto humano masculino es diez veces mayor que la concentración en el plasma de adultos humanos femeninos, pero a medida que el consumo metabólico de la testosterona en los hombres es mayor, la producción diaria es de aproximadamente 20 veces mayor en los hombres. También, las mujeres son más sensibles a la hormona.”²⁴*

1.1.2.6 Más que seres biológicamente programados

Tratar de comprender la sexualidad únicamente por los factores biológicos es reducir al ser humano a una especie de máquina viva en donde solamente respondemos a estímulos sin que se lleven a cabo implícitos procesos de pensamiento y sentimientos. Así entonces, seríamos aparatos que respiran programados a emitir un acto derivado del estímulo como respuesta. Existen pues factores psicológicos que ayudan al ser humano a adaptarse adecuadamente a la convivencia social y cultural que determinan sus conductas sexuales necesarias para la adaptación y sobrevivencia de la especie. Debido a que no somos seres que podamos sobrevivir en aislamiento y necesitamos de los demás para poder existir, solamente en la convivencia social podemos decir que alguien existe esto según conceptos existencialistas. Sí solamente fuésemos programados para responder a estímulos biológicos la otredad (otra persona) no

²³ Borbón, A. *Testosterona y Agresividad*. [en línea] Tecnoculto. Agosto 13, 2007. [junio 2013] Disponible en: <http://www.tecnoculto.com/2007/08/13/testosterona-y-agresividad>.

²⁴ Ceballos, E. *Diferencias de Género*. [en línea] Slideshare. Enero 10, 2010. [junio 2013] Disponible en: <http://www.slideshare.net/elianacevallos/diferencias-de-genero>.

tendría sentido debido a que aunque estuviera frente a ella no correspondería a ningún estímulo excepto al programado.

Al hablar de otredad, convivencia, estímulos y respuestas; se reconoce dentro de la Ideología de género la implicación de aspectos como identidad de género, actitudes de género, rol sexual, sexismo, actitudes masculinizadas y feminizadas, que son todas actitudes consideradas apropiadas para el rol de hombre o mujer y no únicamente respuestas biológicas sino que procesos de pensamientos. Identidad de género es: la identificación personal e individual y privada de pertenencia al sexo masculino o femenino, esto sucede así: *“durante este proceso de socialización se construyen nuestras identidades: la identidad femenina y la identidad masculina y formas de relación entre ambas.”*²⁵

El rol y/o papel de género, que permanecerá durante toda la vida, es la expresión de la masculinidad o feminidad, características social y culturalmente construidas en la niñez por a la inter-relación biológica, social y cultural dependientes una de la otra.

De nuestra cultura guatemalteca cabe mencionar el hecho de que se ejerza el uso y legitimación del sistema patriarcal, el cual hace referencia a la desigualdad del poder entre hombres y mujeres, colocando en una posición privilegiada a los hombres sobre las mujeres. Dentro del marco cristiano religioso este sistema es visto como “La maldición de Eva”, la cual es encontrada en la biblia, dentro del primer de los cinco libros del pentateuco de Moisés, ubicado en el capítulo 3 y versículo 16 el cual dice: *“A la mujer dijo: Multiplicaré en gran manera los dolores de tus preñeces; y con dolor darás a luz a tus hijos; y tu deseo será para tu marido, y él se enseñoreará de ti.”*²⁶ Es acá en donde encontramos la primera base histórica del uso y legitimación de la violencia de género y diferenciación de la utilización de la violencia colocando a la mujer bajo

²⁵ Alfaro, M. C. Op. Cit. P. 14

²⁶ *La santa biblia: Génesis*. [Bibliografía] México. Edit. Sociedades bíblicas unidas. 1989. Revisión 1960. [mayo 2013] P. 7

el dominio del hombre, esto culturalmente enseñado en sociedades que practican el cristianismo por lo que, la religión no está exenta del ejercicio del descontrol emocional mediante la legitimación y uso de la violencia de género.

Al final del versículo se lee como esta maldición se hace efectiva en donde se legitima el uso de la violencia de género, y la utilización de “la maldición de Eva” para el sometimiento y sumisión de la mujer, sin embargo, es de rescatar que las doctrinas evangélicas predicán que esto no significa que tanto el hombre como la mujer deban seguir bajo dicha maldición debido a que según estudios teológicos también se puede encontrar que una mujer puede liberarse de dicha maldición, aceptando la muerte de Cristo en la cruz, esto mediante la confesión de sus pecados y aceptar a Jesús como salvador de su vida. Por siglos la mujer sigue bajo “la maldición de Eva” y hasta hace muy pocas décadas que empieza a reclamar sus derechos de igualdad frente al hombre esto hoy día se ve claramente confrontado con hombres androgénicos (pensamiento en el que solo se ve el punto de vista del hombre). Como ejemplo de esto durante la realización de la práctica psicológica con el solo hecho de mencionar que el 8 de marzo se celebra el día internacional de la mujer, fecha en que se encontraban únicamente los alumnos hombres del INEB del ciclo 2013, lo primero que hicieron, fue reclamar cuando es el día internacional del hombre, las mujeres habían sido envidadas a una marcha por las calles de San Lucas, así que en esa ocasión se dio la oportunidad de trabajar únicamente con los hombres. Lo que propició para poder impartir un taller “Masculinidades diferentes”, a pesar del tema los jóvenes dieron un giro en el cual se empezó a juzgar el actuar de la mujer y el ejercicio de la violencia de género, uno de ellos preguntó: “¿es malo que yo le pegue a mi hermanita?”, en lugar de seguir enfocados en el hombre, ellos mismo se dieron cuenta entonces del papel de sumisión de la mujer bajo la ventaja de haber nacido hombres.

Siendo la televisión una de las mayores fuentes para el entretenimiento que usan los adolescentes se debe mencionar a la cadena venezolana de

televisión, Venevisión, que transmite un programa llamado “La guerra de los sexos” en donde se utiliza para lograr el interés de los televidentes, el sistema de competencia entre hombres y mujeres por dos horas cada semana; se acuerpa el uso del color rosado para las mujeres, y el azul para los hombres de esta manera y de forma muy sutil se refuerza la competencia entre hombres y mujeres haciendo uso de la violencia verbal pasiva. Dentro de la programa de práctica psicológica (es requisito necesario de la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala para obtener el título de licenciatura cursar 3 años de práctica) recientemente (ciclo 2013), se dio la oportunidad de implementar la metodología de “La guerra de los sexos” con los y las alumnas del INEB, esto se trabajo como la parte artística del taller “La Traición”, se pretendía utilizar la proyección para que aprendieran a manifestar sus emociones de una forma sana dirigida y controlada. La técnica consistía en una serie de canciones con letra proyectada para que todos y todas pudieran cantar, pero ocurrió que muchas de las mujeres se dedicaron a únicamente leer las letras de las canciones, al finalizar el taller se les preguntó la razón por la cual no cantaban y ellas refirieron que porque no estaba presente el hombre a quien les gustaría cantarle, sin embargo anotaron las letras y pidieron copia en sus memorias USB para poder llevar la música con ellas. A diferencia los hombres quienes no anotaron las canciones y muy pocos pidieron copia, cantaron incluyendo a aquellos que rara vez participan y aprovecharon el desplazamiento para cantar con más fuerza.

Derivado de este taller surge la observación en relación al sexo femenino quienes tuvieron un mayor control emocional sin necesidad de proyectar sus emociones a sus compañeros y respondieron de forma más asertiva con relación al control y manejo de emociones que sus pares hombres quienes si desplazaron sus emociones sobre sus compañeras.

1.1.2.7 Subcultura adolescente

El reflejo de la identidad cultural de los adolescente se ve reflejada en la actualidad mediante la comunicación en Facebook, mensajes de texto, Tweeter, Black Berry pin y otros medios a través de internet es un síntoma claro de la necesidad de los adolescentes de sentirse cercanos aun en lugares donde no es posible el contacto directo con ellos. Esta evidencia de aparente “contacto” conforma una forma de distracción. Es frecuente no encontrar con qué motivar a los adolescentes, porque aparentemente no les interesa nada que no tenga relación con sus pares, son pocos los que muestran alguna inquietud por el aprendizaje o inclinación hacia el estudio.

La necesidad de pertenencia a un grupo explicado por el autor de forma literal dice: *“Las necesidades de amor son particularmente evidentes durante la adolescencia y la joven edad adulta. Varían desde fuentes deseos de tener una relación de “compañero” con un miembro del mismo sexo, a ser aceptado como miembro de una pandilla muy cerrada, a las pasiones íntimas, que todo lo consumen, hasta una relación romántica con un miembro del sexo opuesto. La preocupación por estas necesidades está representada en las letras de las canciones populares. Un gran porcentaje de estas canciones expresan en una u otra forma la atadura tan poderosa que tienen las necesidades de amor y las heridas y temores que se producen por su frustración.”*²⁷ lleva a los adolescentes a buscar con más ansia el contacto con sus iguales, razón por la que utilizan cualquier medio de la tecnología actual para continuar con ese contacto, ser aceptado por los miembros del mismo o rechazados los hace ser como ellos mismo lo expresan “populares o looser”, compartir sus símbolos es otro medio de comunicación en donde el colocar signos del alfabeto ya es un medio de comunicación, como lo es una carita feliz “:o)” o triste “:o(“, sus modos, sus

²⁷ Dicaprio, N.S. *Teorías de la personalidad*. [Bibliografía] 2da. México. Edit. McGraw-Hill. 1989. [mayo 2013] P. 366

prácticas, su estética, etc. La pertenencia al grupo como factor de identificación contribuye a afirmar la identidad personal y grupal. Cultura Adolescente podría decirse que es: el conjunto de características comunes, que en la actualidad poseen los adolescentes, en diferentes aspectos tales como: social, económico, cultural, religioso, ocio y otros.

En la actualidad los adolescentes son más liberales en comparación con las generaciones anteriores, les gusta ir ganando experiencia rápidamente, que según ellos es bueno aprovecharla en el menor tiempo posible ya que oportunidades como esa ya no la tendrán otra vez. Cabría preguntarse si, en rasgos generales, los valores que atribuimos como específicos de la adolescencia actual son compartidos en gran medida por la generación adulta que, al fin y al cabo, ha creado este contexto sociocultural en el que se están socializando las nuevas generaciones. Al fin y al cabo, los adolescentes y jóvenes actuales son consecuencia del mundo que los adultos han creado para ellos mismos o como popularmente se dice en la cultura guatemalteca “los hijos son el espejo de la casa”, en referencia el autor explica: *“Existe una serie de transiciones o períodos de crisis a lo largo de la vida de todo individuo humano. La adolescencia representa una de las etapas más críticas de la vida humana. El salto de la niñez a la vida adulta puede provocar grandes tensiones y confusiones. El rol infantil está claramente estructurado. El niño sabe lo que puede y no puede hacer. El adulto, comprende y se adapta bastante bien a su rol. El adolescente, por el contrario, se encuentra en una situación ambigua. Nunca acierta a conocer realmente su posición.”*²⁸

El esfuerzo en sus destrezas y habilidades se limita a menor gasto energético hasta límites del desarrollo. En relación al comportamiento, las conductas difíciles y hasta violentas son frecuentes, por lo que tanto padres como maestros se ven en la necesidad de ser más rígidos en cuanto a las reglas

²⁸ Myers B.,G. & Stewart J., R. Op. Cit. P. 13

que se deben imponer aparentemente, cuando en realidad parecen más permisivos que las generaciones anteriores a ellos. El modo en que la familia se ha ido modificando, las transformaciones culturales que experimenta la sociedad. La socialización y muchos más cambios tienen que ver la complicación y las posibilidades de actuar de los adolescentes.

La adolescencia, como etapa del desarrollo evolutivo, supone el tránsito de la niñez a la adultez, siendo la adultez la independencia y asunción de responsabilidades dentro de la sociedad. Apelando a la economía significa la incorporación al mundo laboral y moral, actuando por normas y criterios propios.

En la sociedad actual los adolescentes cuentan con una autonomía diferente a épocas anteriores, tal como: libertad de horarios, mayor horizontalidad de las relaciones, debilitamiento del sentido de autoridad, retraso de la edad de incorporación al trabajo, abandono del hogar; que en algunos casos de forma moratoria se retrasa hasta la adultez, con lo que el tránsito a la edad adulta se posterga igualmente. Ser joven es asociado con un modo de vida autónoma, sin responsabilidades (seguir siendo joven, vivir como joven, parecer joven, divertirse como joven), lo cual podría explicar el porqué el alto nivel etario en los salones de clases. Esa veneración a lo joven, otorga a los adolescentes una posición de privilegio, se sienten: Admirados, deseados, envidiados; Lo que refuerza como forma de ganancia secundaria, sus actitudes y comportamientos. Dicho de la siguiente manera: *“La presión por madurar, asumir responsabilidades, actuar como un adulto, gobernar su propia vida, se debilita. Si desde el punto de vista psicológico se situaba la edad de finalización de la adolescencia en torno a los dieciocho años, sociológicamente se habla de los veintinueve años como frontera de esta etapa. Se utiliza el término adolescencia prolongada para referirse a ese tramo de la población que por edad no es estrictamente adolescente (12-18 años), que en generaciones anteriores se consideraba perteneciente a la categoría ya de jóvenes (18-25/29 años), pero*

que actualmente las condiciones socioculturales hacen que mantenga rasgos más propios de la adolescencia en cuanto a dependencia económica (aún cuando trabajen, siguen en muchos casos dependiendo económicamente de las familias), a falta de responsabilidades y preocupaciones propias de adultos (vivienda, hijos, etc.).”²⁹

Es observable la presión para que el inicio de la adolescencia comience antes en la cultura guatemalteca, se ven a pre-adolescentes actuar como si fueran adultos en conductas que no corresponden a su edad, como lo son: Salir de noche, regresar por la madrugada, frecuentar discotecas o lugares no aptos para su edad, conducir carro o moto, utilizar maquillaje, consumir alcohol o sustancias adictivas, tener relaciones sexuales, etc. Es evidente que las edades de inicio de este tipo de prácticas han descendido en los últimos. La propuesta laboral seduce también cada vez más a los adolescentes, por la posibilidad de ganar un sueldo con el que satisfacer sus gastos personales, y abandonen los estudios sin conseguir el título de educación media, puesto que viven aún de la economía familiar lo que para un adolescente, aunque no sea mucho, resulta una gran fortuna, debido a que sus gastos habituales son cubiertos lo que se traduce para ellos como “independencia”. Cuando crecen, estos sueldos bajos les impiden y les obligan a seguir dependiendo económicamente de sus familiares, además de incrementa el porcentaje de abandono escolar.

“El adolescente, por razones de salvar las apariencias, a menudo requiere que se hagan ciertas modificaciones. Aunque no siempre se dé el caso, los peinados y los pedicuras pueden tener que reemplazar las caricias en los adolescentes.”³⁰ Con relación a esto para crear identidad buscan independencia

²⁹ Universidad de Sevilla. *La Cultura del adolescente*. [en línea] Enseñanza virtual. 2007 a 2008. [junio 2013] Disponible en: http://www.intra.sav.us.es/accesibilidad/procesos/temas/Tema1/page_05.htm.

³⁰ Schaefer, C.E. *Manual de terapia de Juego*. [Bibliografía] México. Edit. El manual moderno, S.A. de C.V. 1988. [mayo 2013] P. 128.

con respecto a los adultos, buscando modos y escenarios diferenciadores distintivos. Siendo que: *“La difícil etapa de las personas adolescentes hace que se sientan confundidas en especial porque es una transición en la que no se les da instrucciones precisas de cómo poder comportarse, están muy chicos para unas cosas pero muy grandes para otras, la inflexibilidad de los adultos hace que los y las adolescentes entren en ansiedad debido a esta falta de adecuada dirección en cuanto a lo que pueden y lo que no pueden hacer, se espera que los y las adolescentes actúen de forma madura pero se olvida que ellos y ellas están experimentando y aprendiendo otras habilidades como cuando aprendieron a caminar y se tropezaron en repetidas ocasiones para poder hacerlo bien, debido a las exigencias culturales el adulto olvida esto y cree que lo que aprendió de niño es suficiente para que el adolescente pueda desenvolverse adecuadamente sin necesidad que se le instruya nuevamente con paciencia y amor, pareciera que eso está vetado para el adolescente, lo cual se ve reflejado en el lugar de estudio, donde los educadores de igual forma no poseen la formación para poder guiar al adolescente al adecuado aprendizaje, razón por la cual el adolescente entra en estado de ansiedad dentro del lugar de estudios y se da el mal manejo y control de las emociones.”*³¹ Explicando de esta forma el porque afecta dentro del aula la vinculación con los padres.

Cada vez es más difícil encontrar espacios para que los adolescentes se manifiesten, porque al instalarse ese ideal de adolescente diferenciado lo convierte en la búsqueda de una mayor ruptura de lo convencional de los espacios donde los adultos no aparecen: horarios nocturnos de salida, toma de las calles, lenguaje, deformación de la escritura, rechazo a la educación, consumo de drogas, trasgresión de los medios virtuales. El autoconcepto se forma, por la imagen que los demás le devuelven a la persona de sí misma. Dentro de la formación de la identidad y el autoconcepto los adolescentes disfrutan de la vida y no perder la capacidad de diversión, puesto que la vida

³¹ Myers B.,G. & Stewart J., R. Op. Cit. P 15

pasa rápido, pronto analizan tendencias para reforzarlas al tiempo que generan visiones de la realidad que se van instalando. Por lo que, la búsqueda de sensaciones y emociones, rebeldía y libertad, valores de amistad, familia, amor, sexualidad, etc. Son interpretados y actualizados en consonancia con los mayores niveles de autonomía que los adolescentes tienen.

“La imagen social estereotipada adolescente que se sienten injustamente rechazados o descalificados. Según Megías y Elzo (2006), en el estudio que realizaron para la FAD y el Instituto de la Juventud sobre los valores de los jóvenes, en el que entrevistaron a 1200 jóvenes entre 15 y 24 años pidiéndoles que se identificaran con iconos que representaran a su generación, agruparon a estos sujetos en cinco categorías que responden a valores distintos:

- *Integrado/normativo: Son jóvenes que se sienten integrados en la sociedad que les ha tocado vivir y asumen la necesidad de normas y de su cumplimiento para la convivencia y las utilizan como principio orientador de sus comportamientos. Constituyen el grupo mayoritario de los sujetos entrevistados (32,67%)*
- *Retraído: Constituyen un sector de jóvenes caracterizados por la introversión, que viven su mundo interior, algo desconectados del de los adultos y a veces también de sus iguales (21,42% de la muestra).*
- *Ventajista/disfrutador (19,75%): Incluye el grupo de jóvenes que asumen el placer y el ocio como principio de actuación en sus vidas. El valor de las cosas estriba en que sea ventajoso, se le saque provecho conforme a intereses propios.*
- *Alternativo (15,25%): Este grupo engloba a aquellos jóvenes que buscan distanciarse del sistema establecido. Su militancia de la alternancia puede ser de distinto tipo: los "ecológicos", "neohippies", "okupas", etc.*

- *Incívico-inadaptado: Constituyen el 10,91% de la población encuestada en este estudio. La inadaptación a la sociedad la traducen en respuestas agresivas, incívicas e incluso delictivas en ocasiones. Los llamados "filomarginales" son sujetos cuyos modos de ocio consisten en traspasar los límites marcados por la ley; adolescentes y jóvenes que se divierten cometiendo actos vandálicos o delitos.*³²

Los adolescentes viven en una contrariedad, derivada de vivir como niños a los que se les tiene que proporcionar de todo, a la vez que rechazan toda clase de vigilancia para poder afirmar su autoimagen y su identidad juvenil con el uso de la independencia y la autonomía que los mismo padres culturalmente les exigen como cuando les dan instrucciones tales como: "mientras vivas bajo mi techo", por ello es que educar con responsabilidad y conciencia sobre el período adolescente y la ganancia secundaria que estos están viviendo, con la comprensión de su mundo genera menos tensiones, que mantener el control a partir de esa protección esperando que maduren.

1.1.2.8 Las necesidades emocionales

Una emoción es un *"sentimiento que subyace a la conducta."*³³ Las emociones son estados de ánimo temporales, en determinado momento y lugar. Nadie puede dejar de tener emociones, ni hay emociones malas, lo negativo radica en la forma en que estas son manejadas o manifestadas que para el caso viene siendo lo mismo, debido a que una depende de la otra, siendo su manifestación el resultado de cómo se perciban y se logren manipular. O bien explicado de la siguiente manera: *"algunos niños necesitan una liberación activa de la tensión, ira, frustración o agresión y que una parte de esta liberación es el ruido en sí mismo. Al expresar tales sentimientos y la experimentar las respuestas apropiadas del orientador respecto al establecimiento de límites, lo*

³² Schaefer, C.E. Op. Cit. P. 128.

³³ Morris, C.G. & Maisto, A. A. Op. Cit. P. 621

*que proporciona una selección de expresiones más aceptables, el niño aprende a obtener control. Quizá sea necesario recordarles a los administradores y a los maestros que el autocontrol y la autodirección también son metas de cada salón de clase, y que el permiso para expresar los sentimientos en forma ruidosa en el área de juego da por resultado que el niño tenga menor necesidad de actuar esos sentimientos en forma perturbada dentro del salón de clases.”*³⁴ Sin embargo hay situaciones en las que a los seres humanos y especialmente a los niños les es de mayor dificultad el poder controlar lo que están sintiendo y necesitan herramientas para poder manifestar de forma adecuada esas emociones temporales, para que no se conviertan en negativas. Con relación a lo anterior se comenta: *“Los adolescentes presentan de manera notable un yo débil y muchos fenómenos de la adolescencia se interpretarían como esquizofrenia en grupos de otras edades (lo cual hace que el diagnóstico del verdadero adolescente esquizofrénico sea uno de los más difíciles).”*³⁵ Como ejemplo, el miedo que incapacita o la culpa y la vergüenza que mal enfocadas dirigirán la conducta hacia actos de auto castigo como la automutilación que algunas jóvenes muestran en el ciclo 2014 según las referencias de los maestros y también mostradas también durante el tiempo en que duro el proceso de práctica psicológica del ciclo 2013, de esta manera se hace referencia a que *“A menudo el adolescente se siente y actúa como si se hallara bajo una influencia gris y deprimente, mostrándose sombrío o malhumorado, con cierto toque de cinismo”.*³⁶

La expresión emocional no solamente permite a la persona conocer un sistema en donde el “yo” domina la personalidad, *“En el mismo sentido un artista que ha aprendido a excluir sus funciones yoicas en situaciones creativas, puede “soltarse” en situaciones de prueba al punto de dar signos de debilidad yoica*

³⁴ Idem.

³⁵ Bellak L. & Abrams D.M. T.A.T., C.A.T. Y S.A.T.: *Uso clínico*. [Bibliografía] 4ta. México. Edit. El manual moderno. 2000. [Mayo 2013] P. 30

³⁶ Gesell, A. (1987). *Op. Cit.* P. 28

que pueden interpretarse de manera inapropiada como esquizofrénicos.”³⁷ Sino que también es de resaltar el papel de la resiliencia que los adolescentes poseen en un mundo en el que se supone que deberían de forma típica ir avanzando a la etapa posterior de la vida. Complementado por lo siguiente: “A diferencia de las experiencias de terapia en clínicas y consultorios que abarcan principalmente situaciones críticas, la terapia de juego en el escenario escolar puede ser preventiva y de desarrollo a través de facilitar el crecimiento y comprensión del yo del niño normal. El niño bien adaptado que se encuentra experimentando situaciones cargadas de tensión como muerte, divorcio, nuevo matrimonio, mudanza o un nuevo bebé en la familia puede ser ayudado temporalmente a superar los sentimientos que lo perturban a través de la terapia de juego (Mounstakas, 1951).”³⁸

En la siguiente etapa (la adolescencia) se esperaría que no tuvieran mayor dificultad, pero al vivir la realidad de los alumnos san luqueños del INEB, se ven dificultades no pertenecientes al periodo adolescente que en especial para las señoritas ha sido más difícil de asimilar por lo que se infiere que poseen un mayor grado de ansiedad según lo manifiestan los maestros, esto podría deberse los enfrentamientos de la manipulación que en relación al género se ven amenazadas. Lo que se expresa así: “Los sentimientos sirven para aumentar la propia eficiencia para alcanzar metas. Luchamos más cuando estamos enojados, corremos más rápido cuando estamos asustados, nos desahogamos mejor cuando lloramos, amamos más ardientemente cuando nos encontramos excitados sexualmente, comemos mejor cuando tenemos hambre, y dormimos más profundamente cuando estamos cansados. Este objetivo, de expresión de sentimientos, es una parte muy importante del proceso terapéutico.”³⁹

³⁷ Bellak L. & Abrams D.M. Op. Cit. P. 30

³⁸ Schaefer, C.E. Op. Cit. P.189.

³⁹ Idem. P. 240.

Abraham Maslow propone una teoría psicológica sobre la motivación humana, formula en su teoría una jerarquía de necesidades, conforme se satisfacen las necesidades básicas más se desarrollan necesidades y deseos elevados. *“Maslow da mucho énfasis a la motivación, pero se preocupa especialmente por las necesidades y motivos más elevados. Consideraba la motivación humana como compuesta por diferentes niveles, cuya base jerárquica de necesidad varía en cuanto a grado de potencia.”*⁴⁰ Derivado de dicha jerarquización se entiende que si no hay satisfacción de las necesidades básicas, de seguridad y protección será dificultoso satisfacer las necesidades de socialización y estima, por lo que no podría haber una adecuada inteligencia emocional por lo que sería difícil tener un adecuado control y manejo de las emociones, esto se debe a una motivación inadecuada de la satisfacción de las necesidades. Expresado así: *“Parece ser que en todo individuo existe una fuerza poderosa que continuamente lucha por alcanzar su plena autorización.”*⁴¹ Así es qué surge la inferencia sobre cómo el nivel socio económico interactúa en el control y manejo de emociones, esto se debe a la dificultad de no poder satisfacer las necesidades más bajas en dicha escala piramidal por lo que el área de socialización no se puede desarrollar en una forma adecuada funcionalmente y más aun las otras escalas subsiguientes por lo que no habrá motivación para avanzar en dicha escalonada de la pirámide.

*“El sistema patriarcal coloca al hombre como el encargado del sostenimiento y mantenimiento de la familia, proveedor de todo lo material, un ser que no manifiesta preocupaciones, debido a que es el más fuerte, inteligente, racional, en comparación con la mujer, sus tareas son vistas como obligaciones y funciones.”*⁴² Es entonces el dominio del hombre y la subordinación de la mujer, orientada al placer de los hombres a través de mitos y creencias. Definido

⁴⁰ Dicaprio, N.S. Op. Cit. P.357-9

⁴¹ Axline, V.M. *Terapia de juego*. [Bibliografía] 10ª. México. Editorial Diana, S.A. 1988. [mayo 2013] P. 19

⁴² Wikipedia. *Patriarcado*. [en línea] Wikipedia. 18 de febrero de 2013 [junio 2013] Disponible en: <http://es.wikipedia.org/wiki/Patriarcado>.

como: *“los roles o estereotipos sexuales presentándolos como naturales y universales, generando de esta manera la violencia de género vista como algo natural.”*⁴³ Por lo que la motivación de la satisfacción de necesidades queda en responsabilidad del hombre y la mujer solo se encarga del manejo del hogar siempre y cuando no se encuentre el padre. En Guatemala es muy frecuente escuchar a las mamás decir: “cuando venga tu papá vas a ver lo que te va a pasar.” Legitimando de esta manera el que sea el hombre quien deba satisfacer las necesidades de la familia. Debido a esto también el hombre culturalmente en Guatemala se ve obligado a buscar empleo por lo que no puede satisfacer las necesidades de auto-realización y socialización por lo que la mayoría busca su *“satisfacción a través de juegos de competencia (masculinidad Hegemónica).”*⁴⁴ Como el futbol en donde frecuentemente terminan en enfrentamientos grupales de violencia y otros con el consumo de alcohol, para celebrar el triunfo o la derrota. Además de esto experimentan en la etapa de la adolescencia sus primeros encuentros sexuales, sin tener la madurez adecuada para ser responsables poniendo en riesgo su salud al no poseer conocimiento de la práctica del sexo seguro contrayendo enfermedades de transmisión sexual o viéndose involucrado en embarazos no deseados. Todas estas situaciones hacen más que evidente la necesidad de nuevas prácticas para la satisfacción de las necesidades motivacionales especialmente en hombres que les ayuden a expresar sus emociones de una forma positiva, para lo cual se presenta como técnica alternativa al arte-terapia.

“Las manifestaciones de conducta que se exteriorizan dependen de la integración de experiencias pasadas y presentes, de las condiciones e interrelaciones, pero están dirigidas hacia la satisfacción de este impulso interno que siempre continúa mientras exista vida. Posiblemente las diferencias entre adaptación y desadaptación podría explicarse de la siguiente manera: Cuando el

⁴³ Alfaro, M. C. (1999). *Op. Cit.* P. 9

⁴⁴ Youtube. *Género – Masculinidades: desaprendiendo la masculinidad hegemónica.* [en línea] Youtube. agosto 5, 2010 [junio 2013] Disponible en: <http://www.youtube.com/watch?v=Ru99B8ZJ6mg>.

individuo desarrolla la suficiente confianza en sí mismo como para poder exteriorizar su autoconcepto, sacándolo del mundo de las sombras hacia la luz conscientemente, y con un propósito determinado puede dirigir su conducta por medio de evaluación, selección y aplicación para alcanzar su máxima meta en la vida –la completa auto realización-, entonces podrá decirse que está bien adaptado. Por otro lado, cuando el individuo carece de la suficiente confianza en sí mismo como para poder dirigir su curso de acción abiertamente, parece estar satisfecho de crecer en su auto realización en forma vicaria en vez de directamente y casi no hace nada para canalizar este impulso en una dirección más productiva y constructiva, entonces se dice que está mal adaptado.”⁴⁵

Con relación a las necesidades emocionales, en la “*escala piramidal propuesta por Maslow.*”⁴⁶ Se necesita que sean satisfechas las necesidades básicas antes de atender la siguiente para finalmente llegar a la auto realización, pero no hay motivación a pasar al siguiente escalón si no se ha satisfecho la etapa anterior, y si esta insatisfacción es muy fuerte para una escala de valores muy elevada (súper yo) entonces la persona podría tener que acudir a métodos de castigo como la auto mutilación, sin embargo en la etapa de la adolescencia los padres continúan ejerciendo un papel muy importante para la necesidad de seguridad de las personas, estas necesidades son transmitidas también de la siguiente manera: “*La tristeza, como la risa, es contagiosa por eso nos cuesta trabajo soportarla en los demás. Se comprende así fácilmente que pueda transmitirse al niño: a padres tristes, hijos tristes, Y, efectivamente así se presentan estos niños: abrumados por la tristeza que no es la suya y que arrastran como un traje demasiado grande que se les obligó a llevar auestas contra su voluntad.*”⁴⁷ Por lo que la falta de apoyo podría afectarles en el resto de su vida, es necesario satisfacer por lo tanto todas las necesidades propuestas por Maslow en cada una de las etapas de la vida, principalmente en la

⁴⁵ Axline, V.M. Op. Cit. P.22

⁴⁶ Dicaprio, N.S. Op. Cit. P. 362

⁴⁷ Arfouilloux, J.C. Op. Cit. P.17

adolescencia en cuya finalización se termina de establecer la personalidad. *Cuando se logra un sentido de identidad, se experimenta como un estado emocional placentero.*⁴⁸

1.1.2.9 Escasas opciones para la distracción.

Dentro de las actividades del INEB se encuentran los campeonatos de futbol como parte importante de las actividades, que como ya se explico anteriormente refuerzan el ejercicio de la masculinidad hegemónica (competencia) lo cual lleva a conductas de riesgo y/o auto destructivas además de reforzar la violencia, de ellas también se puede observar la ansiedad que provoca en los y las estudiantes los minutos previos a que se juegue un partido, el entusiasmo y nerviosismo evidenciado a través de permisos para salir a ponerse los uniformes, y las señoritas prestando mayor atención a sus pares hombres pertenecientes al equipo de futbol. Dicho de otra forma: *“Cuando un individuo se encuentra ante una barrera que le hace más difícil alcanza la completa realización del Yo, forma un área de resistencia, fricción y tensión.”*⁴⁹

Los hombres son relacionados al futbol, y a las mujeres guatemaltecas se les asocia con las novelas, las personas tienen la oportunidad de encontrarse en la ciudad capital guatemalteca se encontraran con que no hay muchos lugares para distraerse, básicamente encontraran centros comerciales a los que las familias recurren a “vitrinar” como se le conoce popularmente, para pasar el tiempo sin incurrir en gastos, únicamente observando los artículos que las diferentes tiendas ofrecen. No es raro observar grupos de adolescentes que se reúnen en centros comerciales, para conocer a otros o simplemente dar vueltas con sus pares, y si tienen acceso al pago de una función de cine y alimentos deberán contar con un presupuesto que no está al alcance de la mayoría. Luego de esto las otras formas de diversión son las diferentes discotecas

⁴⁸ Dicaprio, N.S. Op. Cit. P.193

⁴⁹ Axline, V.M. Op. Cit. P.22

especialmente ubicadas en zona 10, de las cuales no deberían tener acceso y deberían ser mayores de edad para poder ingresar. Después únicamente las “fiestas” (cada día son menos frecuentes, aunque en el interior de la república lo son más), pero son pocos los y las adolescentes que tienen acceso a ellas, y se ven obligados a buscar centros comerciales también, de los cuales ya existen varios en la comunidad San Luqueña, y de no haber, buscan reunirse en los diferentes parques o fuera de tiendas de conveniencia en las gasolineras, en donde dan varias vueltas y retornan a las novelas o el fútbol, por lo que Guatemala es un país en donde no hay muchas opciones para la distracción sin que hayan actividades de competencia involucrados por lo mismo no es de extrañarse el éxito que tienen los teléfonos portátiles o smart phone.

Los lugares de exhibiciones artísticas básicamente son inexistentes, o no hay accesibilidad a ellos por precio, si hablamos de conciertos musicales, teatro o boliche, igualmente están vetados para la gran mayoría de adolescentes, aquellos que no tienen como pagar una entrada que por lo que para la mayoría resulta algo impensable. Otras actividades como juegos de cartas y billares que son más accesibles, se encuentran estereotipados como actividades delincuenciales por lo que son evitados especialmente para las madres quienes no desean ver a sus hijos involucrados en actividades antisociales.

De esta observación se puede inferir que es muy difícil la satisfacción de necesidades antes expuestas para la mayoría de los adolescentes en el país, debido a que la educación es el área a la que las familias ponen como única fuente de la satisfacción de las necesidades de los y las adolescentes se puede hacer referencia a la inexistencia dentro del Currículo Nacional Básico (CNB) de educación de programas que estimulen diferentes inteligencias, y menos aun que proporcionen herramientas innovadoras para la sociedad guatemalteca para poder manifestar sus emociones de forma positiva sin que tenga que reforzar conductas de competencia violentas como lo son el fútbol por poner un ejemplo u otras que tienen ponderación para ganar un curso.

“Los distintos tipos de conducta inadaptado tales como el soñar despierto, retraimiento, compensación, identificación, proyección, regresión, represión, y demás mecanismos a los que se les nombra como característicos de la desadaptación, parecen ser manifestaciones de los intentos del yo interno para aproximarse a la realización de su autoconcepto, pero de una forma encubierta. Aquí la conducta del individuo mismo ha creado para lograr una completa autorrealización. Entre más alejados se encuentren la conducta y el concepto, tanto mayor será el grado de inadaptación. Cuando la conducta y el concepto del Yo son consistentes y este último encuentra una forma adecuada de expresarse abiertamente, entonces se dice que el individuo está bien adaptado. En ese caso ya no existe un enfoque dividido y por tanto no hay conflicto interno.”⁵⁰ ¿Logra entonces el CNB satisfacer las necesidades de autorrealización y aprendizaje de actividades para la distracción como parte de la autorrealización, que no involucren la competitividad de los adolescentes? Entonces se piensa que toda actividad diferente, como se expuso anteriormente, en Guatemala veta el acceso a la diversión a quienes no poseen los recursos necesarios para la satisfacción de sus necesidades por lo que únicamente se dedican a satisfacer las necesidades más bajas dentro de la pirámide de Maslow la cual ya se mencionó con anterioridad.

Como parte del aprendizaje para obtener el título de licenciatura en psicología incluye el ejercicio de la práctica psicológica, y dentro del área social comunitaria, en el año 2011 nace el programa de arte-terapia, inicialmente se estableció para hombres, mujeres, niños, niñas y adolescentes de 8 años en adelante. Debido al desinterés a partir del año 2012 se inició a impartir al grupo de la policía municipal y policía municipal de tránsito San Luqueña, luego de varios meses se dio finalización debido al ausentismo y poco interés de los miembros de dichas instituciones. A partir del mes de junio del año mencionado, se negoció con la dirección del Instituto Nacional de Educación Básica de San

⁵⁰ Idem. P.23

Lucas, Sacatepéquez (INEB); a partir de entonces se impartieron talleres semanales con duración de una hora, esto hasta finales del ciclo escolar 2013, año en el que se contó con un horario específico propio para el programa de arte-terapia, se creó un folleto a base de fotocopias con un costo mínimo de siete quetzales, para que los y las estudiantes puedan documentar y completar los aprendizajes de las diferentes emociones que se ven a través de talleres durante todo el ciclo escolar. De esto se pudo observar que algunos de los estudiantes no tienen acceso a gastos relacionados con el arte, por lo que se han buscado alternativas artísticas para conseguir que los y las adolescentes puedan manifestar la emoción que se está trabajando en el taller que corresponde a través de algún medio artístico. De este aprendizaje se puede inferir que no es necesario que se invierta mucho en un programa de Arte-Terapia.

“El objetivo final de las escuelas primarias es colaborar con el desarrollo intelectual, emocional, físico y social de los niños proporcionándoles oportunidades de aprendizaje adecuadas. Por lo tanto, el principal objetivo de utilizar la terapia de juego en el escenario mencionado es ayudar a los niños a prepararse para aprovechar las oportunidades que se les ofrecen. No se les puede forzar a aprender. Inclusive los maestros más eficaces no pueden enseñar a los niños que no están preparados para aprender. Así, la terapia de juego es adjunta al ambiente de aprendizaje, una experiencia que ayuda a los niños a utilizar al máximo sus oportunidades para aprender.”⁵¹ Lo que fundamenta la necesidad de implementar un programa de arte-terapia para lograr que los adolescentes aprendan a tener un adecuado manejo y control emocional, el cual no puede ser impartido por un maestro o maestra, sino por una persona calificada que conozca y pueda brindar el apoyo psicológico que las personas en la etapa de la adolescencia requieren para desarrollar un potencial de resiliencia adecuado sin la necesidad de ganancias secundarias.

⁵¹ Schaefer, C.E. Op. Cit. P. 182.

1.1.2.10 Arte-terapia

Arte como es definido como: la *“Forma genérica que designa cualquier producción que suscita en el hombre sentimientos estéticos.”*⁵² Para el uso práctico de este estudio se definirá como, arte: cualquier actividad componente de la cultura, reflejo de su concepción social en transmisión expresa de ideas, emociones y valores con una finalidad comunicativa, de la visión del mundo, mediante diversos recursos, como los plásticos, lingüísticos, sonoros o mixtos. Y terapia lo define cómo: *“Tratamiento que se pone en práctica para curar una enfermedad.”*⁵³ El término terapia parafraseando se puede encontrar en la mayoría de citas bibliográficas como: un tratamiento de la enfermedad, los problemas mentales y emocionales; estrechamente relacionados a los procesos cognitivos. Para la terapia cognitiva el sufrimiento se da por la forma en que se interpretan los acontecimientos y no por la misma naturaleza de los sucesos.

El proceso terapéutico busca que la persona encuentre significado del funcionamiento y adaptación a los acontecimientos de la vida, mediante el proceso mental mediante simulaciones que Incluyen un gran conjunto de técnicas de reestructuración cognitiva.

“La mayor parte del personal escolar y muchos padres de familia reaccionan con ansiedad y aprensión al término “terapia” porque no comprenden lo que éste significa. Para ellos es sinónimo de “severidad” y “problemas psicológicos profundos”. Po tanto, es recomendable que se refiera a este término con algún otro que ocasione menos reacción. Se le puede llamar programa de medios de juego, consultoría con juguetes, crecimiento emocional a través del

⁵² Warren, H.D. *Diccionario de Psicología*. [Bibliografía] 7ma. México. Edit. Fondo de Cultura Económica. 2007. [mayo 2013] P. 23

⁵³ Google. *TheFreeDictionary, Terapia*. [en línea] TheFreeDictionary. Google. [mayo 2013] Disponible en: <http://es.thefreedictionary.com/terapia>.

*juego o algo similar. El terapeuta de juego será el mejor juez del grado de aceptación del término en el escenario escolar individual.*⁵⁴

Debido a la connotación que el concepto “Terapia” puede tener, y para no adicionar ansiedad a los y las participantes del estudio, de “terapia” tiene, podría cambiarse el término de arte-terapia por el de: “Programa para el crecimiento emocional de los adolescentes a través del arte”, el cual para los usos prácticos del estudio se puede definir de la siguiente manera: cualquier actividad componente de la cultura que expresa emociones con la finalidad de comunicar la visión de la persona del mundo en la búsqueda del significado del funcionamiento y adaptación.

*“El salón o área de juego debe estar lo más lejos posible del salón de clases y de las oficinas administrativas. Schiffer (1969), afirma que la distancia entre el salón de juego y el de clases fomenta una separación psicológica entre los ambientes tolerantes y no tolerantes. La mayor distancia también asegura menos perturbaciones ruidosas para las clases.”*⁵⁵ Esto evidencia que es necesario poseer un salón exclusivo para el aprendizaje del control y manejo de las emociones a través de la terapia artística. Se ha observado el elevado grado de ansiedad que los estudiantes manifiestan y la proximidad de las oficinas administrativas que incluyen la sede regional departamental de la supervisión, la dirección del instituto. Dicha *“ansiedad se explica como el resultado de la formación de hábitos desadaptativos, aprendizajes que han dado lugar a conductas ineficaces o perjudiciales. No todo lo que se aprende es beneficioso para el organismo.”*⁵⁶ Además de la ubicación de los salones de clases que no reúne las condiciones necesarias para el adecuado aprendizaje, lo cual podrían ser causas por la que los estudiantes estén alertas a quienes están pasando constantemente frente al corredor. Se podría postular, que para dar un alivio a

⁵⁴ Schaefer, C.E. Op. Cit. P. 186.

⁵⁵ Idem. P. 218.

⁵⁶ Oblitas G., L.A Op. Cit. P. 167

estas manifestaciones sería necesario experimentar el poder colocar algún material en dichos vidrios para poder extinguir las conductas mencionadas o el traslado de las oficinas administrativas. Dentro de la consigna se requiere que: *“es esencial ver al niño a la misma hora y en el mismo lugar cada semana. Y, de preferencia, este lugar debe estar libre de distracciones interrupciones exteriores y diseñado especialmente para proporcionar un ambiente terapéutico protegido y seguro.”*⁵⁷

Con el inicio del programa, bajo el conocimiento de que se debe establecer un contrato con los pacientes en este caso, se deben proporcionar algunos límites, *“El terapeuta sólo establece aquellas limitaciones que son necesarias para conservar la terapia en el mundo de la realidad y hacerle patente al niño su responsabilidad en la relación.”*⁵⁸ En cuanto al terapeuta: *“Los encargados de la terapia de juego en un escenario escolar verán que es necesario establecer más límites sobre la conducta del niño de lo que normalmente se requiere en un escenario clínico.”*⁵⁹ Ambivalentemente al hablar de adolescentes *“en ocasiones se le dice que es demasiado joven, acto seguido es reprendido por no actuar como un adulto y se lo compara con su padre. Esta incertidumbre con respecto a su rol provoca muchos conflictos en el adolescente, le hace ser vacilante, hipersensible y en ocasiones, inestable e imprevisible en su comportamiento. Con demasiada frecuencia se comprueba que tanto la escuela como los educadores, debido a falta de adecuada comprensión, frustran a los adolescentes y contribuyen a su desadaptación en otras esferas de la vida.”*⁶⁰

Desde la antigüedad se ha utilizado al arte para enriquecer la vida, sin embargo dentro del currículo nacional de INEB no está estipulado como tal, y las

⁵⁷ Schaefer, C.E. Op. Cit. P.220.

⁵⁸ Axline, V.M. Op. Cit. P. 135

⁵⁹ Schaefer, C.E. Op. Cit. P. 188.

⁶⁰ Myers B.,G. & Stewart J., R. Op. Cit. P.13

áreas que se practican no son dirigidas a dar solución al control emocional, por lo contrario a la competencia y únicamente para un grupo de la población estudiantil (quienes logran ingresar a un equipo). Debido a que el juego es natural en todos los seres humanos y la terapia artística es una variación de este en forma evolutiva, sería el mejor mecanismo de aprendizaje para los adolescentes. Lo que se explica de la siguiente manera: *“la terapia de juego se basa en el hecho de que el juego es el medio natural de autoexpresión que utiliza el niño. Es una oportunidad que se le da para que exprese sus sentimientos y problemas por medio del juego, de la misma manera que un individuo puede verbalizar sus dificultades en ciertos tipos de terapia con adultos.”*⁶¹ Pero la arte-terapia no es solamente un método de insight psicológico sino que además es un instrumento natural en el cual la persona cambia la verbalización por una forma dinámica y divertida de auto expresión para aprender lo que conlleva una mayor motivación.

*“La terapia de juego ha evolucionado de manera paralela a la terapia de arte. Esta se originó con el trabajo de Anna Freud (1946), quien la utilizó como un método diagnóstico y para establecer una empatía en forma conjunta al psicoanálisis formal utilizado en niños, se proporcionan a los niños un ambiente seguro, permisivo y de aceptación, en donde “juega” en vez de “hablar”. Así, se sabe que el juego en sí tiene la clave para el proceso curativo. Es el principal medio de comunicación del niño. Dentro de éste es donde se revelan las preocupaciones ideacionales y de fantasía. No sólo es de naturaleza instructiva y catártica, sino también auto revelador y puede utilizarse para comprender con mayor claridad las preocupaciones y sentimientos del niño.”*⁶²

Para un adolescente quien muchas veces presenta mayor resistencia, debido a refuerzos culturales por querer pertenecer y ser aceptado en la grupalidad es necesario que el método de la arte-terapia no sea tomado como

⁶¹ Axline, V.M. Op. Cit. P. 18

⁶² Schaefer, C.E. Op. Cit. P. 211.

“algo serio” aunque si es un asunto serio y la forma en que el adolescente aprende a manejar mejor todos los recursos propios, sin la necesidad de tomarse con demasiada seriedad (rigidez) el aprendizaje. Esto debido a que *“El uso del arte como un medio de juego particularmente adecuado para utilizarse con niños como una oportunidad benéfica y significativa para su crecimiento y satisfacción personal, la terapia de juego proporciona al niño una oportunidad natural, sencilla y no amenazante para revelar sus temores, esperanzas y fantasías. Esto se representa en forma simbólica o representacional. El arte es una forma de comunicación simbólica que ofrece una oportunidad para la representación terapéutica y su solución.”*⁶³ Sin embargo no es un proceso sin objetivos ni sentido, como los garabatos que un bebé, un niño pequeño o una persona atípica podrían realizar con el garabateo. Esto se explica así: *“Los fenómenos que se desarrollan dentro del esta área transicional o área de juego, desempeñan un papel esencial en la elaboración de la posición depresiva y en el dominio de las angustias primitivas.”*⁶⁴

Siendo la terapia artística una técnica específica, dirigida que representa simbólicamente lo que la persona quiere hacer referencia, mejor expresado de la siguiente manera: *“el arte es comunicación gráfica instantánea dirigida hacia alguien o hacia el “yo” como expresión de alguna emoción. Así, éste es como una forma de juego que contribuye a que los niños se expresen más abiertamente, y nos ayuda a comprender los problemas de los que no se pueden hablar. A través de las actividades del arte, el niño exterioriza sus preocupaciones con mayor facilidad que con el proceso común de la terapia verbal.”*⁶⁵ Estos trabajos se asemejan a las expresiones que las personas hacen en tests proyectivos como la figura humana, el test del árbol, la familia, etc. El proceso de creación artística es: *“similar a la asociación libre, también necesita de la capacidad de autoexclusión del yo, así como del cambio rápido a*

⁶³ Idem. P. 212

⁶⁴ Arfouilloux, J.C. Op. Cit. P. 27

⁶⁵ Schaefer, C.E. Op. Cit. P. 212

una consciencia cognoscitiva crítica.”⁶⁶ En los cuales la persona manifiesta los conflictos inconscientes. La arte-terapia se enfoca en un problema específico como lo hace “*la técnica del focusing*”⁶⁷, enfocándose en una emoción a la vez, en lugar del descubrimiento de los conflictos como los tests antes mencionados. Además es una vinculación entre el arte y la terapia de juegos de forma proyectiva debido a que es más fácil aprender las situaciones ejecutándolas que simplemente hablando y es una forma menos intrusiva para el “yo”. Existen diferencias y semejanzas entre el arte y la terapia de juego: El arte permite crear y hacer funcionar algunas formas. Estas creaciones pueden ser tan variadas, imaginativas y personales como la persona lo desee.

No existen dos expresiones artísticas iguales y cada una representa una afirmación personal. Debido a que cada persona tiene diferentes formas de expresarse aunque se utilice la misma técnica y la personalidad no es estática aunque la terapia artística se utilice en la misma persona varias veces con la misma emoción, jamás será repetitiva. El inconsciente de la persona logrará en algún momento dar alivio al malestar emocional.

El arte como medio terapéutico en el juego se fundamenta de la siguiente manera: Facilita la comunicación no verbal, trascendiendo el lenguaje, cultura, represiones y resistencias. Alienta la creatividad, espontaneidad, autoexpresión y el auto descubrimiento. Es un medio proyectivo similar a la catarsis. En el que proyecta los sentimientos, ideas y preocupaciones para explorarlos, entenderlos e interpretarlos. Posee un producto final, definitivo, es un proceso activo, creativo e intuitivo que permite que surja sentimiento de dominio.

⁶⁶ Bellak L. & Abrams D.M. Op. Cit. P. 25

⁶⁷ Klagsbrun, J. *Focusing una herramienta corporal y mental para la autoexploración y reducción del estrés.* [en línea] Berkeley, California. El instituto para la investigación bioespiritual. [junio 2013] Disponible en: http://www.focusing.org/es/focusing_una_herramienta_corporal_y_mental_klagsbrun_trad_riveros_031209.pdf.

El arte terapia brinda la oportunidad de comunicarse a través de diversos materiales, presentando los sentimientos y emociones que molestan a la persona y que no logra verbalizar de manera directa con el terapeuta. Cómo lo es: *“el niño emocionalmente reprimido, no verbal, multilingual o retrasado brinda una forma especial de autoexpresión que puede ser catártica, expresiva, con alto significado y benéfica desde el punto de vista terapéutico.”*⁶⁸ En la terapia artística existen diversas alternativas y participan varios aspectos, dependiendo de la población, los objetivos, escenarios, necesidades individuales y/o colectivas debido a que la arte-terapia puede ser bien ejecutada en grupalidad o individualmente. En relación a los objetivos de la terapia, deben ser variables, esto se debe a que, por lo ya expuesto que la personalidad no es estática, en determinado momento se verá la necesidad de hacer alguna variación.

*“Si es necesaria una terapia orientada al “insight”, entonces las actividades de arte se utilizarán de forma conjunta para superar problemas dentro del proceso terapéutico, reducir alguna resistencia esporádica y exteriorizar material profundamente reprimido.”*⁶⁹ Esta orientación (insight) de los objetivos se logra para algunos durante la parte teórica, para otros en la parte artística. *“Por otra parte, si el objetivo es reducir la conducta inhibida del niño y aumentar la creatividad y espontaneidad, el recurso no estructurado y proyectivo como pinturas con los dedos, esto dentro de un marco de aceptación pero no orientado al “insight”.”*⁷⁰ En estos casos con los adolescentes no se presentan problemas, debido a la ansiedad que demuestran, en los momentos de liberación hasta los más inhibidos logran tener mayor expresión. Explicado así: *“La persona con extroversión tiende a ser sociable durante la mayor parte del día, y casi todos los días, y también en diferentes entornos como el trabajo o una fiesta. El individuo con elevada ansiedad rasgo tiende a reaccionar con altos niveles de ansiedad en diferentes momentos y en gran variedad de situaciones. El cambio,*

⁶⁸ Schaefer, C.E. Op. Cit. P. 213.

⁶⁹ Idem. P. 215.

⁷⁰ Idem.

aquel con baja ansiedad rasgo, habitualmente se mantiene tranquilo en casi todo momento y en la mayor parte de situaciones.”⁷¹

Lo que sí es problema es la poca creatividad que podrían presentar, esto debido a como lo explicado en el manual del Test de Apercepción Temática (TAT), es por la existencia de un “yo” muy fuerte lo que impide que la creatividad fluya, o bien debido a que no se ha permitido que las habilidades sean desarrolladas en etapas anteriores. Para esto *“si el objetivo es la socialización debe realizarse un proyecto artístico de grupo en el que se tomen medidas para conducirlo y/o comentarlo en forma conjunta.”⁷²* En algún momento se podría pensar que, por ejemplo debido a que no hay muchos recursos, con llevar una canción y hacer karaoke en el salón no se está haciendo terapia artística, sin embargo es necesario rescatar la forma en que muchos centros nocturnos o lugares comerciales con el simple hecho de ofrecer este servicio se llenan, la gente acude únicamente para ver cantar a otro o para cantar una melodía que a ellos o ellas les parezca atractiva para dar alivio a sus molestias emocionales. Explicado de la siguiente manera: *“Aun cuando es deseable disponer de una habitación separada y amueblada para el cuarto de juegos, esto no es absolutamente necesario.”⁷³* Se añade también, *“el uso terapéutico del arte en el salón de clase, por el simple hecho de crear de manera activa es ya terapéutico, dado que permite que el niño exprese sus pensamiento, sentimientos y sueños.”⁷⁴* Por lo tanto no se necesita poner a la persona a componer música, con un proyector (o un pedazo de papel con la letra) y un equipo de sonido que transmita la canción, claro no cualquier canción, sino que una que permita la expresión de la emoción que en ese momento se esté trabajando, lo que parecería ser directivo, sin embargo no lo es, debido a que cada persona interpretara y hará el insight con forme a sus características personales. Sin

⁷¹ Oblitas G., L.A. Op. Cit. P.169

⁷² Schaefer, C.E. Op. Cit. P. 215.

⁷³ Axline, V.M. Op. Cit. P.61

⁷⁴ Schaefer, C.E. Op. Cit. P. 218.

embargo es de importancia mencionar que no toda actividad dirigida es bien aceptada, explicado así: *“existe una necesidad humana universal de dominio y autoexpresión para contrarrestar los sentimientos de ansiedad y la poca capacidad para enfrentar al propio medio. El arte puede ayudar a ampliar el conocimiento del propio medio y desarrollar un sentido de identidad.”*⁷⁵

Dicho sea de paso la dificultad también surge porque los alumnos no lleven sus materiales de trabajo, debido a que son adolescentes y es un lugar educativo en el que se desarrollo la investigación, estos están acostumbrados a ponerle valoración en punteo a las tareas de deben realizar, al ser un curso independiente de los punteos esto influye en que algunos podrían no mostrar interés en la realización de las actividades artísticas. Sin embargo, esto no significa que el participante no experimente algún cambio o alivio, esto basado en que: *“en el salón de clase y dentro de la terapia o asesoría, el niño experimento el yo a través del arte lo que le permite aumentar la autoconfianza, un sentido general de dominio y desarrollar la autoestima.”*⁷⁶ Se cree también que la persona debe tener capacidades o actitudes especiales para poder formar parte de un programa artístico, sin embargo no se trata de quien es el mejor o de un acto de competencia, sino de que se refiere a que *“en el salón de clase no es necesario que se tenga una educación artística formal para utilizarla como medio terapéutico. Pueden fomentarse las expresiones artísticas sin forzar al paciente a que realice cosas convencionales. Lo importante es el proceso, no el resultado artístico. Se alienta al niño a conocer quién es y quién puede ser, en vez de qué ha producido.”*⁷⁷

Schaefer explica las bases de las actividades de la terapia artística en su manual de terapia de juego para utilizar en el salón de clases, de la siguiente forma:

⁷⁵ Idem.

⁷⁶ Idem.

⁷⁷ Idem.

1. *“Una oportunidad para la autoexpresión mediante actividades artísticas dirigidas”*⁷⁸.

Debido a que los estudiantes pasan horas sentados, es necesario permitir que no todas las actividades sean dirigidas, como con el empleo de pintura, en se podría en algún momento permitir la inversión de la normalidad de las actividades como por ejemplo una hoja de papel mojado y tres gotas de pintura, ellos y ellas deberán decidir que hacer con cada expresión con su dedo de manera libre.

2. *“Una oportunidad para ver los esfuerzos propios y ajenos de manera perceptual, motora y verbal.”*⁷⁹

Es inevitable en algunos momentos la proyección, y es un método de defensa natural que los seres humanos utilizan para dar alivio a sus molestias psicológicas y en algunos casos es necesaria para llegar al insight.

3. *“Brindar otras oportunidades para compartir las experiencias propias con los demás.”*⁸⁰

Definitivamente no se puede evitar el que no se permita y hasta podría ser necesario, para evitar conflictos cuando se daban ejemplos durante toda la investigación en los talleres, siempre se debe evitar el uso de nombres propios de todos y todas los integrantes del salón por lo cual para ejemplificar se utilizaban podrían utilizar seudónimos tales como “El Pancho” y “La Pancha”, así que es necesario en algún momento tomar el papel de “El pancho” o “La pancha” en forma proyectiva para que se logre el insight.

⁷⁸ Idem. P. 220.

⁷⁹ Idem.

⁸⁰ Idem.

1.1.3 Delimitación

El trabajo de campo fue realizado en la población correspondiente a primero básico secciones A, B, C, y D; del Instituto Nacional de Educación Básica (INEB) que se ubica en el municipio de San Lucas, departamento de Sacatepéquez, con un total de 155 adolescentes hombres y mujeres comprendidos entre las edades de 12 a 19 años de quienes fueron seleccionados mediante la aplicación del test Hamilton de ansiedad 30 estudiantes, 15 hombres y 15 mujeres como muestra de la población, siendo estas personas quienes poseían los mayores índices de ansiedad, fueron divididos en dos grupos de 15 personas cada uno, el grupo experimental consistió en 15 personas de ambos géneros que si recibieron ocho talleres semanales de 1 hora de arte-terapia, seleccionados mediante la aplicación del test de inteligencia emocional y cuyos índices eran menores en comparación al otro grupo, el grupo control fue conformado por los adolescentes que no recibieron los talleres de arte-terapia con fines comparativos de resultados entre quienes recibieron y quienes no recibieron los talleres relacionados a indicadores de ansiedad, manejo y control emocional, evidenciar la necesidad de la inclusión de un programa permanente de arte-terapia en el curriculum de la institución, la relación de dichas conductas dentro del aula y la vinculación paternal y su manejo en cada género y como mejor método para el aprendizaje psicológico de los adolescentes.

Capítulo II

II. Técnicas e instrumentos

El Instituto Nacional de Educación Básica INEB, se encuentra ubicado en el municipio de San Lucas, departamento de Sacatepéquez, con la población que asiste al mismo se realizó el presente estudio. Dicha población proviene de una zona suburbana, posicionada en el centro del municipio, de la población se extrajo una muestra en forma de muestreo intencional, correspondiente al primer grado básico, cuyos estudiantes están comprendidos en edades de 12 a 19 años, quienes presentan rasgos de ansiedad que ha sido referido por el cuerpo docente de la institución con quienes se realizó una entrevista, siendo la cantidad de los estudiantes a quienes se les aplicaron las técnicas de recolección de datos de 30 hombres y mujeres.

2.1 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

- Test de ansiedad Hamilton: Aplicado a la población de 155 estudiantes hombres y mujeres del primer grado básico del INEB, secciones A, B, C, y D; del ciclo 2014, de quienes se extrajo una muestra intencionada de 30 estudiantes: 15 hombres y 15 mujeres, con el propósito de comparar los resultados antes de dar inicio a los talleres de arte-terapia, esto debido a los objetivos de clasificación y análisis, con lo cual se evaluó el objetivo siguiente: “Explicar las diferencias entre un grupo control y uno experimental en el manejo y control de la ansiedad a través de la Arte-Terapia”. De cuyos resultados se clasificaron de forma intencionada a los integrantes de la muestra con los mayores puntajes de la evaluación.
- Test de inteligencia emocional: Aplicado a la muestra seleccionada de 30 hombres y mujeres con las mayores puntuaciones mediante la evaluación del test de ansiedad Hamilton, aplicado al inicio del estudio con la

finalidad de clasificar al grupo experimental (personas que si recibieron arte-terapia) que fueron quienes obtuvieron los menores porcentajes de la evaluación y los mayores porcentajes los obtuvieron los estudiantes que integraron el grupo control (personas que no recibieron talleres de arte-terapia). Esta técnica evaluó el siguiente objetivo: “Comparar los resultados de la diferenciación en cómo se manejan las emociones en cada género”.

- Observación: Por medio de esta técnica se identificó a los estudiantes integrantes de la muestra y de cómo presentaban indicadores de ansiedad dentro del aula como lo son: hipervigilancia, tensión, descontrol emocional. Por medio de esta se analizó si los estudiantes que integraron el grupo experimental a través de los talleres lograban introyectar mediante la comprensión del manejo de los métodos de defensa psicológicos como principal causa de los indicadores de ansiedad, y con ello lograr un mejor control de sus emociones para reducir sus conductas ansiosas que podrían provenir de las vinculaciones y relaciones con los padres. Con esta técnica se evaluó el siguiente objetivo: “Describir como afectan los vínculos con los padres en las conductas ansiosas dentro del aula”.
- Talleres de arte-terapia: ocho talleres impartidos a los estudiantes que integraron el grupo experimental, en periodos de una hora, una vez a la semana, seleccionados a través del muestreo probabilístico simple. Con el propósito de registrar si la terapia grupal artística trabaja con eficacia en la disminución de las conductas ansiosas de los adolescentes, esto porque los adolescentes presentan mayor resistencia al trabajar en la terapia individual a la cual son llevados de una forma no voluntaria, en relación a esto se evaluó el siguiente objetivo: “Identificar si la terapia artística es un mejor método de apoyo psicológico para adolescentes que

la terapia individual”. Con lo que los adolescentes lograron reducir sus estados emocionales y elevar su inteligencia emocional.

- Entrevista a maestros: El criterio de los maestros con respecto a los estudiantes involucrados en el estudio, se utilizó con la finalidad de respaldar la necesidad de incorporar al currículo de educación un programa que no refuerce las conductas de competencia y ayude a los estudiantes al aprendizaje de técnicas artísticas opcionales para el adecuado control y manejo emocional, por lo cual esta técnica evaluó el siguiente objetivo: “Evidenciar la necesidad de implementar un programa de Arte-Terapia en el currículo Nacional de Educación Básica del INEB”.
- Re-Test Hamilton de Ansiedad: con fines de comparación de resultados con los indicadores de ansiedad presentados al inicio de la investigación entre el grupo experimental y el grupo control, con lo que se pudo comprobar que la arte-terapia si reduce los estados de ansiedad en los adolescentes.
- Re-Test de inteligencia emocional: cuyo propósito fue la comparación de resultados fue evaluar la forma en que cada género maneja y controla sus emociones, además de demostrar que mediante la arte-terapia la variación de resultados demuestra que quienes estuvieron integrados a los ocho talleres si incrementaron sus resultados de inteligencia emocional.

Capítulo III

III. Presentación, análisis e interpretación de los resultados

3.1 Características del lugar y de la población

3.1.1 Características del lugar

El Instituto de Educación Básica –INEB- Está ubicado en el centro de la población sub-urbana del municipio de San Lucas, departamento de Sacatepéquez, cuenta con un edificio de dos niveles del cual solo ocupa el segundo nivel debido a que en el primer nivel se localiza la escuela primaria Centro América con quienes comparten el uso de las instalaciones recreativas y deportivas. Las aulas del INEB cuentan con los requisitos mínimos para poder funcionar, con una iluminación y privacidad deficiente, el ruido que proveniente del exterior y del interior afecta el adecuado aprendizaje interrumpiendo la concentración de los estudiantes y no posee en la mayoría de ambientes entrada de luz natural.

3.1.2 Características de la población

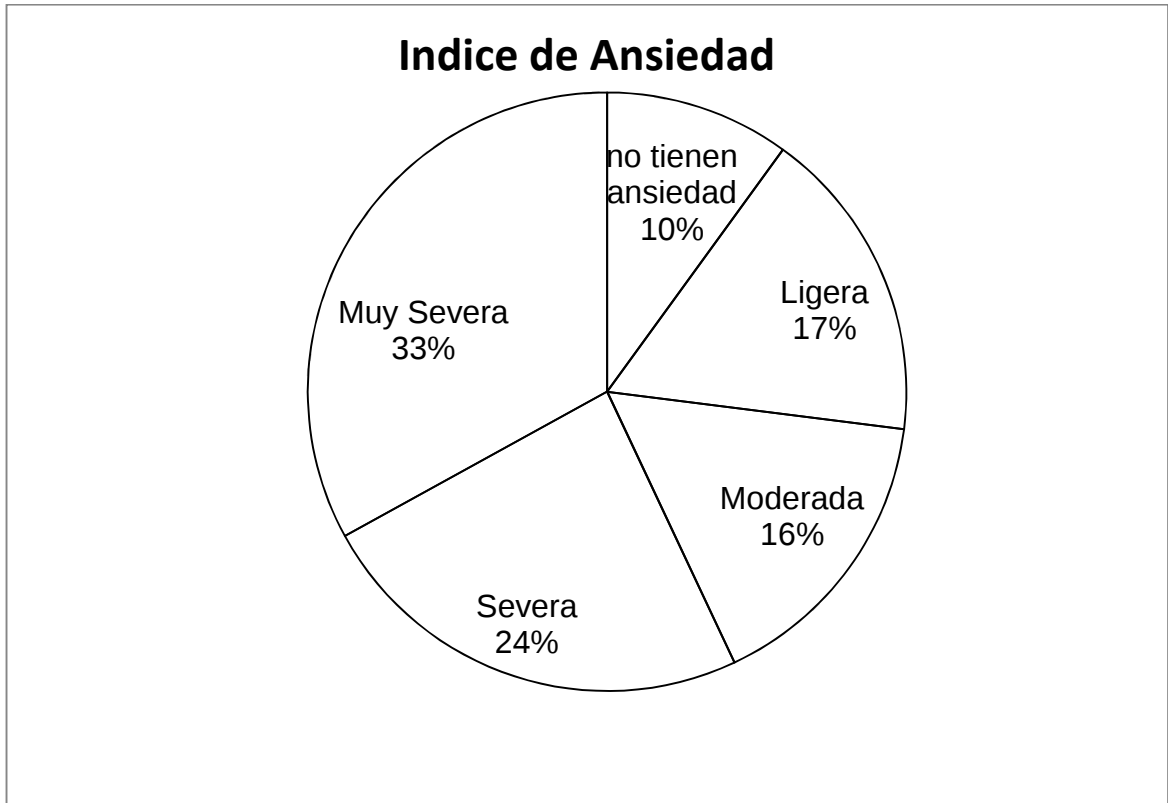
Los estudiantes de primero básico, hombres y mujeres en edades de 12 a 19 años de edad están inscritos en el Instituto Nacional de Educación Básica - INEB- de San Lucas, Sacatepéquez, y en el ciclo escolar según los requisitos del ministerio de educación, están divididos de acuerdo al rango de edad en cuatro secciones: A, B, C y D. Algunos de los cuales trabajan medio día, y que en su mayoría viven con sus padres, otros con algún familiar y algunos casos específicos en casas hogares que los envían a estudiar.

3.1.3 Presentación de los resultados

Se inició el análisis de los resultados en base a los objetivos del estudio, siendo el general: “Brindar un análisis comparativo entre el manejo de la ansiedad en adolescentes que asisten a un programa de arte-terapia con otro

grupo que no recibe dicha atención.” Para la clasificación de las personas que poseen y quienes no poseen ansiedad. Se utilizó como herramienta el test de ansiedad Hamilton con el cual se encontraron los siguientes resultados:

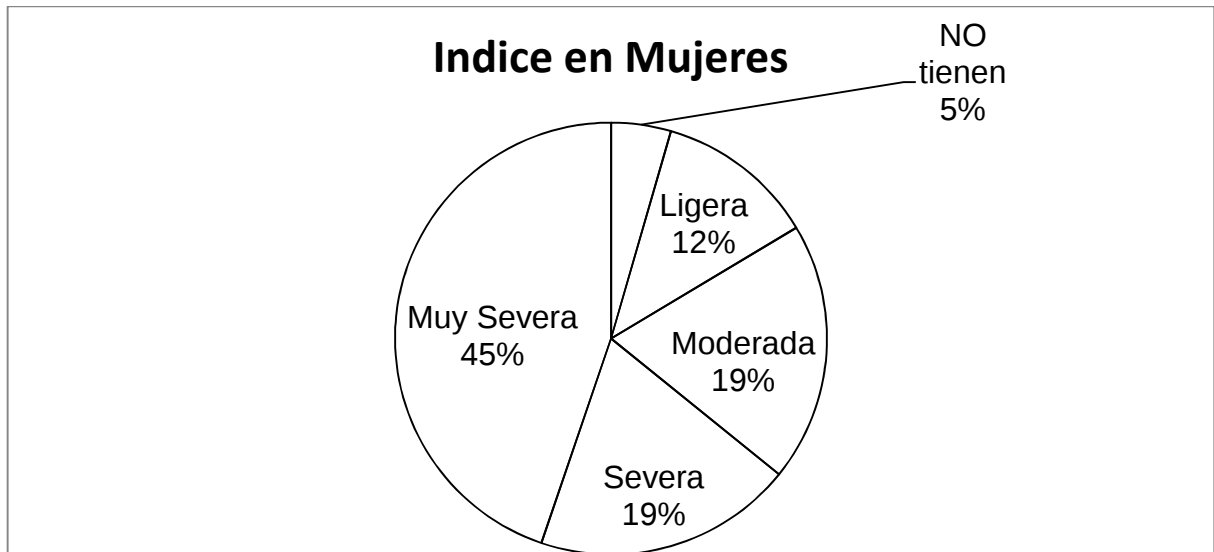
GRÁFICA No. 1



Fuente: Resultados del Test de Ansiedad Hamilton, realizado en el mes de mayo de 2014 a estudiantes pertenecientes a 1ro. Básico secciones A, B, C y D. Del Instituto Nacional de Educación Básica de San Lucas, Sacatepéquez.

Del total de 155 adolescentes hombres y mujeres señala que 15 estudiantes no poseen ansiedad, 27 presentan una ansiedad ligera, 25 ansiedad moderada, 37 ansiedad severa y 51 ansiedad muy severa, en cuya puntuación destaca que más del 50% de la población presenta índices muy severos de ansiedad. De este universo se divide el análisis de género, del cual se desprenden los siguientes resultados:

GRÁFICA No. 2



Fuente: Resultados del Test de Ansiedad Hamilton, realizado en el mes de mayo de 2014 a estudiantes mujeres pertenecientes a 1ro. Básico secciones A, B, C y D. Del Instituto Nacional de Educación Básica de San Lucas, Sacatepéquez.

GRÁFICA No. 3

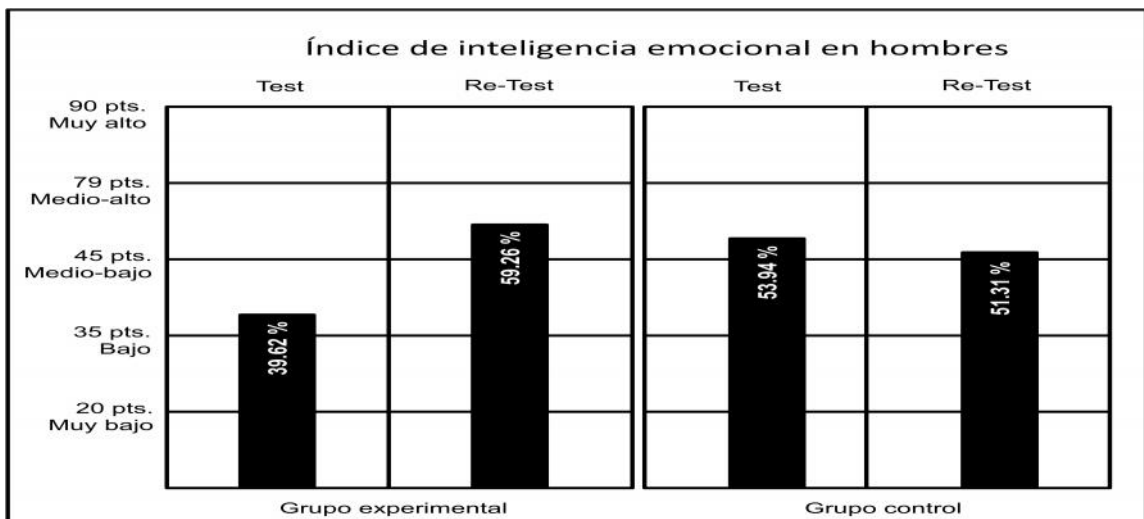


Fuente: Resultados del Test de Ansiedad Hamilton, realizado en el mes de mayo de 2014 a estudiantes hombres pertenecientes a 1ro. Básico secciones A, B, C y D. Del Instituto Nacional de Educación Básica de San Lucas, Sacatepéquez.

La interpretación gráfica señala que la población femenina posee los mayores indicadores de ansiedad. También los resultados de los estudiantes hombres quienes de igual manera, poseen un mayor rango de ansiedad entre severa y muy severa.

De los adolescentes que presentan rangos de ansiedad muy severa, tanto hombres como mujeres, se seleccionó una muestra intencional de 30 estudiantes, 15 hombres y 15 mujeres, clasificados en grupo control (quienes no recibieron arte-terapia) y grupo experimental (personas que sí recibieron arte-terapia), dicha selección se realizó a través de los resultados del test de inteligencia emocional que se presentan a continuación:

GRÁFICA No. 4



Fuente: Resultados del Test de inteligencia emocional realizado en el mes de mayo de 2014 y Re-Test en el mes de julio, a estudiantes mujeres pertenecientes a la muestra de 1ro. Básico secciones A, B, C y D. Del Instituto Nacional de Educación Básica de San Lucas, Sacatepéquez.

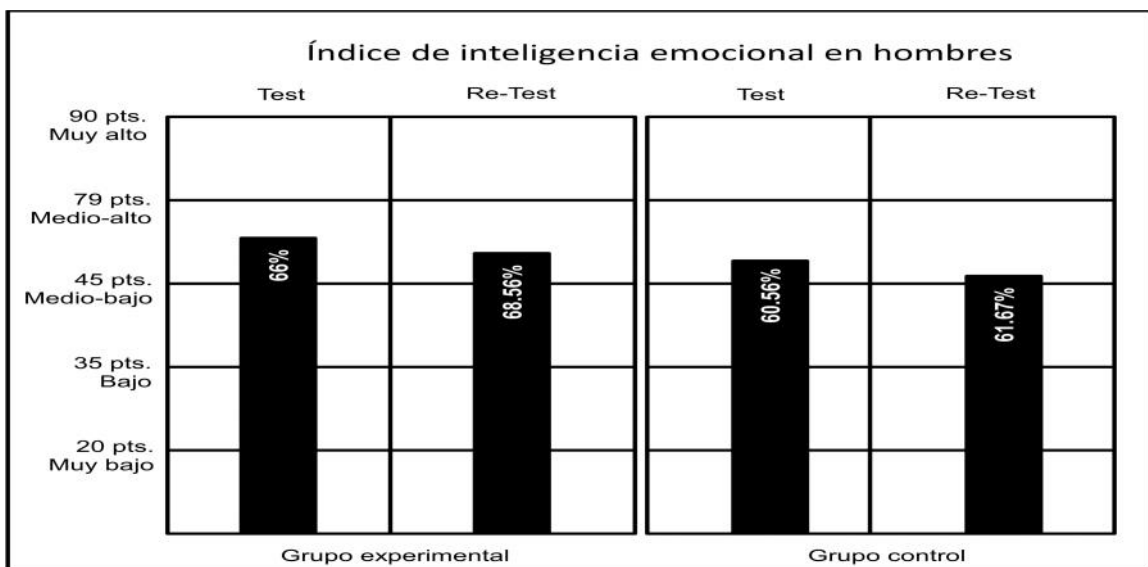
El promedio del test de inteligencia emocional en las mujeres del grupo experimental indica un resultado medio-bajo, con esta puntuación se encontraron en el límite de lo deseable para sus habilidades emocionales, y las mujeres del

grupo control un promedio medio-alto, esta puntuación indica que deberían saber cómo manejar sus emociones.

Al finalizar el estudio los resultados del re-test de inteligencia emocional en las mujeres del grupo experimental, presentaron una elevación del 19.64% colocándolas en un nivel medio-alto; lo que refleja que pudieron salir del límite y presentar un mejor control emocional y las mujeres del grupo control una baja de 2.63% continuando así, en un nivel medio-alto.

Con respecto a los hombres los resultados del test de inteligencia emocional se presentan así:

GRÁFICA No. 5



Fuente: Resultados del Test de inteligencia emocional realizado en el mes de mayo de 2014 y Re-Test en el mes de julio, a estudiantes hombres pertenecientes a la muestra de 1ro. Básico secciones A, B, C y D. Del Instituto Nacional de Educación Básica de San Lucas, Sacatepéquez.

Los hombres del grupo control y experimental reflejaron un nivel medio-alto, indicando que sus relaciones interpersonales se encuentran bajo control. Los resultados del re-test en los hombres del grupo experimental presentaron un

alza de 2.56%, y los del grupo control también elevaron su puntuación en 1.11% continuando ambos grupos en un nivel medio-alto.

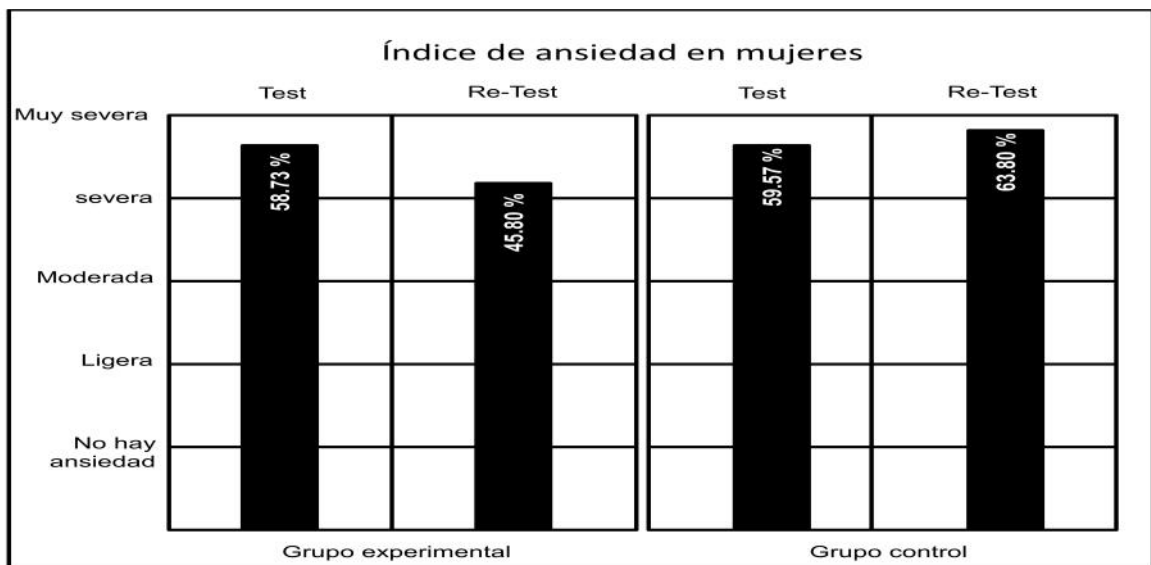
Estos resultados fueron herramienta de clasificación para integrar el grupo experimental: hombres y mujeres que poseían un porcentaje menor de inteligencia emocional y las personas del grupo control un porcentaje mayor de inteligencia emocional. Resultados que reflejan una elevación de la inteligencia emocional de las personas del grupo experimental, en contra posición de la baja en quienes no recibieron los talleres de arte-terapia, con lo que se demuestra que el uso de la arte-terapia tiene variantes significativas especialmente en las mujeres, quienes lograron incrementar sus índices de inteligencia emocional para dar respuesta a la pregunta: ¿existen diferencias en el manejo y control de emociones en cada género? en relación a los hombres ambos grupos señalan alza, pero el grupo experimental presenta una mayor elevación de los resultados.

Se debe poner énfasis en que algunos de los estudiantes hombres involucrados en el grupo control, no decidieron realizar los re-test debido a que los padres les indicaron que no continuaran involucrados en la investigación; esto podría deberse a mitos culturales, respondiendo de esta forma la pregunta: ¿qué relación hay entre la ansiedad y la vinculación de los padres en las conductas dentro del aula? Sin embargo, se resalta que aun así la el resultado cuantitativo fue mayor en el grupo experimental, reflejando las diferencias del manejo emocional en cada género, siendo los hombres quienes presentaron una menor elevación de inteligencia emocional.

Con respecto a la pregunta: ¿es la terapia artística un método más adecuado para los y las adolescentes que la terapia individual? Es de destacar, que al momento de la resolución de dudas luego de la culminación de cada taller; las mujeres fueron quienes más solicitaron apoyo psicológico y mayor sensibilidad, pidiendo ellas mismas que se les atendiera de forma individual en algunas ocasiones para solventar dudas que no se atrevían a realizar en la

grupalidad, por lo que se puede decir que la arte-terapia es una herramienta muy útil para el apoyo de la solución de conflictos emocionales pero es necesario que paralelamente se utilice la atención individual para un mejor y más rápido control y manejo emocional.

GRÁFICA No. 6



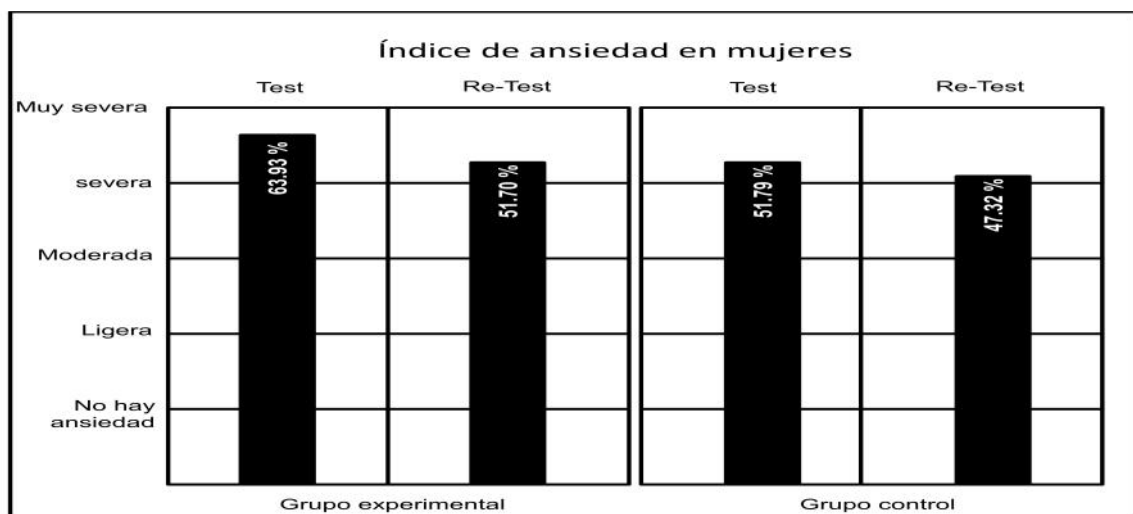
Fuente: Resultados del Test Hamilton de Ansiedad realizado en el mes de mayo de 2014 y Re-Test en el mes de julio, a estudiantes mujeres pertenecientes a la muestra de 1ro. Básico secciones A, B, C y D. Del Instituto Nacional de Educación Básica de San Lucas, Sacatepéquez.

La anterior gráfica de resultados del re-test Hamilton de ansiedad muestra una baja en los porcentajes en las mujeres del grupo experimental del 12.93%; y las del grupo control un alza del 4.23%, con lo que se puede verificar que el uso de la arte-terapia si reduce los niveles de ansiedad en las mujeres, como se muestran estadísticamente.

Con relación a los resultados en los hombres se presentan en la siguiente gráfica, siendo el grupo experimental quienes presentaron una reducción del 12.86% y además en los del grupo control bajó 4.47%, se debe recordar la ausencia de datos de quienes ya no desearon seguir formando parte del grupo

control, sin restarle importancia a la significativa diferencia de la reducción de ansiedad en el grupo experimental, con lo cual se explica la diferencia de resultados en relación a un grupo control y uno experimental. De manera cuantitativa entonces se da respuesta a la interrogante: ¿hay diferencias en el manejo de ansiedad con el uso de la arte-terapia?

GRÁFICA No. 7



Fuente: Resultados del Test Hamilton de Ansiedad realizado en el mes de mayo de 2014 y Re-Test en el mes de julio, a estudiantes hombres pertenecientes a la muestra de 1ro. Básico secciones A, B, C y D. Del Instituto Nacional de Educación Básica de San Lucas, Sacatepéquez.

En relación a la última pregunta: ¿contiene el currículo nacional de educación básica programas de arte-terapia? Se realizaron entrevistas a maestros, quienes refieren que luego de los talleres pudieron observar que los estudiantes se manifestaron: más participativos, relajados y respetuosos; cambios que contribuyen a mejorar sus relaciones interpersonales, además de mostrar mayor interés en sus clases, en comparación de la agresividad y timidez mostrados antes de iniciar los talleres, como resultado, mayor expresión emocional, dejando de actuar con violencia, evidenciando crecimiento de su inteligencia emocional, ayudándoles a ser más empáticos con sus pares.

De dichas entrevistas mencionan que: conocen el contenido del currículo nacional básico de estudios, sin embargo, hay necesidad de adecuarlo a la región san luqueña, debido a que este no está acorde a la realidad de la nación guatemalteca, ya que en él encuentran los criterios ideales para trabajar con los estudiantes, pero con pocas actividades de orientación viendo al estudiante como un experimento para la acumulación de conocimientos. Declaran también, que no hay ningún método dentro del currículo que ayude a los adolescentes, a manifestar sus emociones a no ser las actividades de competencia lo cual genera división. Al hablar de la integración de un programa de arte-terapia al currículo, explican que este ayuda a canalizar las emociones, motiva a los estudiantes a ser más participativos, aumenta su confianza la cual se proyecta a los otros, promueve la inteligencia emocional y las relaciones interpersonales. Indicaron también, que los alumnos necesitan saber cómo manejar sus emociones, esto para tener un cambio positivo en ellos mismos, haciéndolos más proactivos. Evidenciando así la necesidad de integrar un programa permanente de arte-terapia, en el currículo de estudios para el adecuado control y manejo emocional de los adolescentes.

3.1.4 Análisis global de los resultados

Luego de la aplicación del test Hamilton de ansiedad se demostró que los estudiantes poseen ansiedad en más del 50% de la población, reflejando muy severos índices de ansiedad, se seleccionó a la muestra mediante el test de inteligencia emocional dividiendo la muestra en grupo control que fueron las personas que presentaron una mayor puntuación de inteligencia emocional y en grupo experimental, quienes presentaron un menor puntaje, durante ocho semanas fueron impartidos diferentes talleres de arte-terapia específicamente al grupo experimental, en dicho período se trabajaron diferentes mecanismos de defensa psicológica además de la autoestima, manipulación y dependencia psicológica estos debido a la observación de las necesidades grupales; la ventaja en un trabajo grupal es que los adolescentes logran de forma proyectiva

comprender sus malestares psicológicos en el momento en que uno de sus pares expresa alguna situación que necesite aclarar, por lo que los otros pueden de manera no intrusiva a través de la arte-terapia comprender sus problemas, sin embargo esta técnica necesita ser apoyada por la atención individual debido al derecho de confidencialidad de los adolescentes quienes deciden hacer uso del mismo en algún momento, al finalizar los talleres se realizó el retest del ambos test lo que reflejó que si se reducen los índices de ansiedad en los adolescentes con la incidencia de la arte-terapia pero al ser acompañada de la terapia individual se dan mayores resultados, además se eleva el nivel de inteligencia emocional; de las diferencias de género, son las mujeres quienes presentan mayores diferencias en los resultados siendo quienes solicitaron atención individual, los hombres presentaron mayores resistencias, y mayores índices en su conductas dentro del aula con relación a la vinculación con los padres, finalmente se evidencia la necesidad de incorporar un programa de arte-terapia al currículo para el adecuado control y manejo emocional y más específicamente de la ansiedad.

Capítulo IV

IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- Se reconoce la necesidad de implementar un programa permanente de arte-terapia, para la enseñanza del adecuado control y manejo de las emociones y que el currículo no está adecuado para la realidad nacional.
- Los resultados estadísticos presentan evidencia de que un programa de arte-terapia si es funcional, para la reducción de la ansiedad y además se eleva la inteligencia emocional.
- Las conductas dentro del aula que son consecuencia de la mala vinculación con los padres, son reducidas a través de talleres de arte-terapia siendo los hombres quienes presentan mayores índices de conductas negativas asociadas con las vinculaciones paternas.
- La arte-terapia es una herramienta natural para dar alivio a los conflictos psicológicos, por lo que es un buen método de apoyo para trabajar con adolescentes, sin embargo no puede desvincularse de la terapia individual, siendo siempre la misma persona que desea dar alivio a sus conflictos emocionales, quien solicita ser atendida mediante terapia individual.
- Las diferencias en el manejo y control de las emociones en cada género muestran que las mujeres poseen mayor sensibilidad y mayor elevación de la inteligencia emocional, en comparación con los hombres.

4.2 Recomendaciones

- Se debería incorporar un programa permanente de atención psicológica y de arte-terapia para identificar que otras manifestaciones además de la ansiedad y el descontrol emocional afectan a los estudiantes y así mejorar su capacidad empática.
- Deberían realizar cambios en la estructura que mejoren las condiciones para recibir clases, también adecuar un salón específico para la realización de terapias psicológicas individuales y para arte-terapia que cuente como mínimo con privacidad, mobiliario e iluminación adecuadas.
- Se recomienda que se den instrucciones en las reuniones con padres de familia para la búsqueda de herramientas que ayuden a fortalecer la adecuada vinculación con sus hijos y sus falsas creencias las cuales afectan la conducta dentro del aula.
- Los docentes deberían ser incluidos en un programa que ayude a resolver sus conflictos emocionales debido a que son generadores de ansiedad en los estudiantes, por lo que podrían ser incluidos en un taller mensual para desarrollar habilidades en la adecuada manifestación emocional. Además de aplicarles un test de personalidad para clasificar a quienes están aptos para continuar con su labor docente debido a que algunas conductas ansiógenas son resultado del trabajo poco ético de los mismos.
- Procurar la sensibilización de los estudiantes con énfasis en los hombres para que puedan mejorar la expresión de las emociones sin necesidad de reprimirlas y evitar de esta forma el uso, legitimación y abuso del sistema patriarcal.

BIBLIOGRAFÍA

Alfaro, M. C. (1999). *Debelando el género*. [Cd en PDF] San José, Costa Rica.

Edit. Master Litho, s.a. 1999 [junio 2003] p. 44.

Arfouilloux, J.C. (1995). *Niños tristes: La depresión infantil*. [Bibliografía] México.

Edit. Fondo de cultura económica. 1995.[mayo 2013] p.201.

Aspectos fisiológicos de las emociones. [en línea] Wikispaces. Marzo 1, 2013.

[junio 2013] Disponible en: <http://www.israel->

wiki.wikispaces.com/Aspectos+fisiológicos+de+las+emociones. Página de internet.

Axline, V.M. *Terapia de juego*. [Bibliografía] 10ª. México. Editorial Diana, S.A.

1988. [Mayo 2013] p.381.

Beauvoir, S. de. *El segundo sexo*. [Cd-Room] México. Edit. Cátedra, s.a. 2005

[junio 2013] p.356.

Bellak L. & Abrams D.M. *T.A.T., C.A.T. Y S.A.T.: Uso clínico*. [Bibliografía] 4ta.

México. Edit. El manual moderno. 2000. [Mayo 2013] p.545.

Borbón, A. *Testosterona y Agresividad*. [en línea] Tecnoculto. Agosto 13, 2007.

[junio 2013] Disponible en: <http://www.tecnoculto.com/2007/08/13/testosterona-y-agresividad>. Página de internet.

Cano V., A. *La ansiedad: Claves para vencerla*. [Bibliografía] Málaga, España.

Edit. Arguval. 2000 [mayo 2013] p. 45.

Ceballos, E. *Diferencias de Género*. [en línea] Slideshare. Enero 10, 2010. [junio

2013] Disponible en: <http://www.slideshare.net/elianacevallos/diferencias-de-genero>. Página de internet.

Contreras, E. A.; Leal, M. y Gutiérrez, A. M. *Luchar o huir: el papel del sistema nervioso autónomo*. [en línea] Veracruz, México. La ciencia y el hombre.

Enero a abril de 2012. *Revista de divulgación científica y tecnológica de la universidad veracruzana*. [Junio 2013] Disponible en:

www.uv.mx/cienciahombre/revistae/vol25num1/articulos/luchar. Página de internet.

Dicaprio, N.S. *Teorías de la personalidad*. [Bibliografía] 2da. México. Edit.

McGraw-Hill. 1989. [mayo 2013] p. 559.

DSM-IV-TR: Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales,

[Bibliografía] España. Edit. Masson. [mayo 2013] p. 1049.

Gesell, A. *El adolescente de 15 a 16 años.* [bibliografía] 2da. Barcelona,

España. Edit. Paidós 1987. [mayo 2013] p. 189.

Gonzalez A., H. D. *La Descarga emocional a través del Arte.* [tesis] Guatemala,

Noviembre de 1988 [marzo 2013]. P. 68.

Google. *TheFreeDictionary, Terapia.* [en línea] TheFreeDictionary. Google.

[mayo 2013] Disponible en: <http://es.thefreedictionary.com/terapia>. Página de internet.

Klagsbrun, J. *Focusing una herramienta corporal y mental para la*

autoexploración y reducción del estrés. [en línea] Berkeley, California. El

instituto para la investigación bioespiritual. [junio 2013] Disponible en:

http://www.focusing.org/es/focusing_una_herramienta_corporal_y_mental

[_klagsbrun_trad_riveros_031209.pdf](#). Página de internet.

La santa biblia: Génesis. [Bibliografía] México. Edit. Sociedades bíblicas unidas.

1989. Revisión 1960. [mayo 2013] p. 1109.

Madrigal T., B. E. . *Habilidades directivas: Inteligencia emocional, habilidad*

imprescindible para dirigir. [Bibliografía] 3 ed. México. Edit. Mc Graw Hill.

2009. [mayo 2013] p. 255.

Molina, J. (Julio 22, 2010). *Fisiología de las emociones*. [en línea] slideshare. 22

de julio de 2010. [junio 2013] Disponible en:

<http://www.slideshare.net/jasnamolina/fisiologia-de-las-emociones>. Página de internet.

Morris, C.G.& Maisto, A. A. *Psicología*. [Bibliografía] 12 ed. México. Edit. Person

Educación. 2005. [Mayo 2013] p. 691.

Myers B.,G. & Stewart J., R. *Cómo es el adolescente y cómo educarlo*.

[Bibliografía] 4 ed. The Macmillan company. 1983 [mayo 2013] p. 136.

Oblitas G., L.A. *Psicología de la salud y calidad de vida*. [Bibliografía] 3ra.

México. Edit. Cosegraf. 2009 [mayo 2013] p. 620.

Schaefer, C.E. *Manual de terapia de Juego*. [Bibliografía] México. Edit. El manual moderno, S.A. de C.V. 1988. [mayo 2013] p. 312.

Segovia, S. Y Guillamon, A. *El sexo de nuestro cerebro*. [en línea] Neurociencia cultura. Mayo 3, 2013. [junio 2013] Disponible en:
<http://www.pacotraver.wordpress.com/2013/05/03/el-sexo-de-nuestro-cerebro>. Página de internet.

Universidad de Sevilla. *La Cultura del adolescente*. [en línea] Enseñanza virtual. 2007 a 2008. [junio 2013] Disponible en:
http://www.intra.sav.us.es/accesibilidad/procesos/temas/Tema1/page_05.htm. Página de internet.

Urrutia G.; Donis B. *La Aplicación de la Terapia de Arte como Tratamiento Psicológico de Experiencias Traumáticas, en Niños y Niñas de 7 a 12 años*. [tesis] Guatemala, octubre de 2009 [marzo 2013] P. 56.

Warren, H.D. *Diccionario de Psicología*. [Bibliografía] 7ma. México. Edit. Fondo de Cultura Económica. 2007. [mayo 2013] p. 383.

Wikipedia. *Patriarcado*. [en línea] Wikipedia. 18 de febrero de 2013 [junio 2013]

Disponible en: <http://es.wikipedia.org/wiki/Patriarcado>. Página de internet.

Youtube. *Género – Masculinidades: desaprendiendo la masculinidad*

hegemónica. [en línea] Youtube. agosto 5, 2010 [junio 2013] Disponible

en: <http://www.youtube.com/watch?v=Ru99B8ZJ6mg>. Página de internet.

ANEXOS



Entrevista para maestros del estudio: “La incidencia de la arte-terapia como herramienta en el control y manejo de emociones en adolescentes”

Se le presenta un cuestionario, el cual le solicito responder en base a lo que ha observado, lo que conoce o sabe, sea lo más explícito posible.

1. ¿Conoce usted cuál es el Currículo Nacional Básico y cuál es su contenido, hable de dicho contenido?
2. ¿Explique si ha notado si el currículo contiene algún tipo de técnica que ayude al adecuado control y manejo emocional de los estudiantes?
3. ¿Sabe usted de que forma la terapia artística ayuda al aprendizaje y manejo adecuado de las emociones?
4. ¿Hay algún tipo de enseñanza dentro del INEB que apoye a los estudiantes a manifestar sus emociones, sin que tengan que ejercer actitudes de competencia?
5. ¿Ha detectado quienes son los estudiantes involucrados en el estudio del manejo de la ansiedad y cuáles eran sus características antes del estudio?
6. ¿En algún momento ha notado si los estudiantes involucrados en el estudio (grupo experimental) han mostrado diferencias en su conducta, de ser así que características ha encontrado diferentes?
7. ¿Cree usted que sería necesario implementar un programa permanente de terapia artística en el INEB, de ser su respuesta “sí”, por qué?
8. ¿Qué beneficios cree usted que se obtienen de la terapia artística?

TEST DE ANSIEDAD HAMILTON

Este test te servirá para saber cómo están tus niveles de ansiedad relacionas con las personas y tu entorno, **responde lo más sincero contigo mismo**, Debes responder a las preguntas con las afirmaciones: **Nunca (a), Casi Nunca (b), Algunas Veces (c), Casi Siempre (d), Siempre (e)**; colocando una "X" sobre la que corresponda a tu respuesta.

Nombre: _____

Edad: _____ años, Sexo: _____.

❖ **CON UNA SOLA VEZ QUE TE OCURRAN DEBES MARCARLO.** Grado y sección:

_____.

Ejem.: 0) Cuando dicen mentiras de mí: enfrento al mentiroso con enojo: a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

1) Estado Ansioso: Preocupaciones, temor de que suceda lo peor, temor anticipado, irritabilidad.

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

2) Tensión: sensaciones de tensión, fatigabilidad, sobresalto al responder, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud, imposibilidad de relajarse.

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

3) Temores: A la oscuridad, a los desconocidos, a ser dejado solo, a los animales, al tráfico, a las multitudes.

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

4) Insomnio: Dificultad para conciliar el sueño. Sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y sensación de fatiga al despertar, pesadillas, terrores nocturnos.

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

5) Funciones Intelectuales (cognitivas): Dificultad de concentración, mala o escasa memoria.

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

6) Humor Depresivo: Pérdida de interés, falta de placer en los pasatiempos, depresión, despertarse más temprano de lo esperado. Variaciones anímicas a lo largo del día.

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

7) Síntomas somáticos musculares: Dolores musculares, espasmos musculares o calambres, rigidez muscular, tics, rechinar de dientes, voz vacilante, tono muscular aumentado.

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

8) Síntomas somáticos sensoriales: Zumbido de oídos, visión borrosa, oleadas de frío y calor, sensación de debilidad, sensaciones parestésicas (pinchazos, picazón y hormigueos).

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

9) Síntomas cardiovasculares: Taquicardia, palpitaciones, dolor precordial (en el pecho), pulsaciones vasculares pronunciadas, sensación de "baja presión" o desmayo, arritmias.

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

10) Síntomas respiratorios: Opresión o constricción en el tórax (pecho), sensación de ahogo, suspiros, disnea (sensación de falta de aire o de dificultad respiratoria).

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

11) Síntomas gastrointestinales: Dificultades al deglutir, flatulencia, dolor abdominal, sensación de ardor, pesadez abdominal, náuseas, vómitos, borborismos, heces blandas, pérdida de peso, constipación.

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

12) Síntomas genitourinarios: Micciones frecuentes, micción urgente, amenorrea (falta del período menstrual), menorragia, frigidez, eyaculación precoz, pérdida de libido, impotencia sexual.

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

13) Síntomas del sistema nervioso autónomo: Boca seca, accesos de enrojecimiento, palidez, tendencia a la sudoración, vértigos, cefaleas (dolor de cabeza= por tensión), erectismo piloso (piel de gallina).

a.____ b.____ c.____ d.____ e.____

14) Conducta en el transcurso del test: Inquietud, Impaciencia o intranquilidad, temblor de manos, fruncimiento del entrecejo, rostro preocupado, suspiros o respiración rápida, palidez facial, deglución de saliva, eructos, tics.

a. _____ b. _____ c. _____ d. _____ e. _____

SUMATORIA: Nunca (a)____, Casi Nunca (b)____, Algunas Veces (c)____, Casi Siempre (d)____, Siempre (e)____ **Total:**_____.

Test de Habilidades de Inteligencia Emocional

Este test te servirá para saber cómo te relacionas con las personas de tu entorno, **responde sinceramente**. Debes responder a las preguntas con las afirmaciones: Nunca (N), Algunas Veces (AV), Siempre (S) colocando una "X" sobre la que corresponda a tu respuesta.

Nombre: _____,

Edad: _____ años, Sexo: _____.

Grado y sección: _____

1. Me conozco a mí mismo, sé lo que pienso, lo que siento y lo que hago. (N) (AV) (S)
2. Soy capaz de auto motivarme para aprender, estudiar, aprobar conseguir algo. (N) (AV) (S)
3. Cuando las cosas me van mal, mi estado de ánimo aguanta bien hasta que las cosas van mejor. (N) (AV) (S)
4. Llego a acuerdos razonables con otras personas cuando tenemos posturas enfrentadas. (N) (AV) (S)
5. Sé qué cosas me ponen alegre y que cosas me ponen triste. (N) (AV) (S)
6. Sé lo que es más importante en cada momento. (N) (AV) (S)
7. Cuando hago las cosas bien, me felicito a mí mismo. (N) (AV) (S)
8. Cuando los demás me provocan intencionadamente soy capaz de no responder. (N) (AV) (S)
9. Me fijo en el lado positivo de las cosas, soy optimista. (N) (AV) (S)
10. Controlo mis pensamientos, pienso lo que de verdad me interesa. (N) (AV) (S)
11. Hablo conmigo mismo, en voz baja claro. (N) (AV) (S)
12. Cuando me piden que diga o haga algo que me parece inaceptable me niego a hacerlo. (N) (AV) (S)
13. Cuando alguien me critica injustamente, me defiendo adecuadamente con el diálogo. (N) (AV) (S)
14. Cuando me critican por algo que es justo lo acepto porque tienen razón. (N) (AV) (S)
15. Soy capaz de quitarme de la mente las preocupaciones que me obsesionan. (N) (AV) (S)
16. Me doy cuenta de lo que dicen, piensan y sienten las personas más cercanas a mí (amigos, compañeros, familiares). (N) (AV) (S)
17. Valoro las cosas buenas que hago. (N) (AV) (S)
18. Soy capaz de divertirme y pasármela bien allí donde esté. (N) (AV) (S)
19. Hay cosas que no me gusta hacer pero sé que hay que hacerlas y las hago. (N) (AV) (S)
20. Soy capaz de sonreír. (N) (AV) (S)
21. Tengo confianza en mí mismo, en lo que soy capaz de hacer, pensar y sentir. (N) (AV) (S)
22. Soy una persona activa, me gusta hacer cosas. (N) (AV) (S)
23. Comprendo los sentimientos de los demás. (N) (AV) (S)
24. Mantengo conversaciones con la gente. (N) (AV) (S)
25. Tengo buen sentido del humor. (N) (AV) (S)
26. Aprendo de los errores que cometo. (N) (AV) (S)
27. En momentos de tensión y ansiedad, soy capaz de relajarme y tranquilizarme "para no perder los nervios". (N) (AV) (S)
28. Soy una persona realista, "con los pies en el suelo". (N) (AV) (S)
29. Cuando alguien se muestra muy nervioso/a o exaltado/a, le calmo y le tranquilizo. (N) (AV) (S)
30. Tengo las ideas muy claras sobre lo que quiero. (N) (AV) (S)
31. Controlo bien mis miedos y temores. (N) (AV) (S)
32. Si he de estar solo estoy, y no me agobio por eso. (N) (AV) (S)

33. Formo parte de algún grupo o equipo de deporte, de ocio para compartir intereses y aficiones. (N) (AV) (S)
34. Sé cuáles son mis defectos y cómo cambiarlos. (N) (AV) (S)
35. Soy creativo, tengo ideas originales y las desarrollo. (N) (AV) (S)
36. Sé qué pensamientos son capaces de hacerme sentir feliz, triste, enfadado, cariñoso, altruista. (N) (AV) (S)
37. Soy capaz de aguantar bien la frustración cuando no consigo lo que me propongo. (N) (AV) (S)
38. Me comunico bien con los que me relaciono. (N) (AV) (S)
39. Soy capaz de comprender el punto de vista de los demás. (N) (AV) (S)
40. Identifico las emociones que expresa la gente de mí alrededor. (N) (AV) (S)
41. Soy capaz de verme a mí mismo desde la perspectiva de los otros. (N) (AV) (S)
42. Me responsabilizo de los actos que hago. (N) (AV) (S)
43. Me adapto a las nuevas situaciones, aunque me cueste algún cambio en mi manera de sentir las cosas. (N) (AV) (S)
44. Crio que no soy una persona equilibrada emocionalmente. (N) (AV) (S)
45. Tomo decisiones sin dudar ni titubear demasiado. (N) (AV) (S)

SUMATORIA: Nunca (N)_____, Algunas Veces (AV)_____, Siempre(S)_____|_____.
Total:_____.