



Nombre del alumno:

Diana Vanessa Aniceto Mondragón.

Nombre del profesor:

María del Carmen Cordero Gordillo.

Nombre del trabajo:

Protocolo de investigación.

Materia:

Taller de elaboración de tesis.

Grado:

9no

Grupo:

A

DEDICATORIA

Deseo compartir este trabajo de investigación principalmente con mi familia, porque han sido quienes han tenido que soportar el poco tiempo que les he otorgado, mis cambios de ánimo y enojos constantes producto del estrés propio de mis últimos 2 cuatrimestres para conseguir la carrera de Psicología. Además, les agradezco la motivación diaria, ya que a pesar de que muchas veces era yo la no que creía en mis capacidades, eran ellos quienes estaban presentes para reiterarme que mis esfuerzos si estaban dando frutos. Los quiero demasiado. Se lo dedico a ellos, GRACIAS por toda su comprensión; a mi Papá Ramón porque siempre tiene las palabras adecuadas para darme ánimos y seguir dando lo mejor de mí aunque diga que ya no puedo; a Mamá Oli, quien siempre ha sido mi ejemplo a seguir para hacer las cosas de la mejor manera, siempre voy a admirar lo que hace y como lo hace, estoy aprendiendo a sacar fuerzas de donde sea que sea; y a Ramón, mi hermano menor, quien ha sido el que cada día comparte sus tardes de tareas conmigo y que siempre me dice que si puedo y que un día quiere ser como yo;

A mi asesora de materia, a la Licencia en Derecho, María del Carmen Cordero Gordillo, por su guía, aporte y orientación en la presente investigación;

A quienes ya no están conmigo, acompañándome en el último recorrido por mi paso en la universidad; Mama Chepi y Mama Licha;

Finalmente agradezco a las amistades que siguen caminando conmigo, a pesar de lo difícil que ha sido acompañarme en cada uno de mis procesos, GRACIAS porque me motivan a seguir adelante con sus consejos de vida y a darle vuelta a la página para continuar sin mirar atrás.

ÍNDICE

CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN

- 1.1 Planteamiento del problema
 - 1.1.1 Preguntas de investigación
- 1.2 Objetivos
- 1.3 Justificación
- 1.4 Hipótesis
 - 1.4.1 Variables
- 1.5 Metodología
 - 1.5.1 Ubicación
- 1.6 Cronograma de actividades
- 1.7 Bibliografía

CAPÍTULO II ORÍGENES Y EVOLUCIÓN

- 2.1 Historia de las redes sociales
 - 2.1.1 Las redes sociales en la actualidad
- 2.2 Adolescencia
 - 2.2.1 Cambios biofisiológicos
 - 2.2.2 Cambios psicológicos
 - 2.2.3 Cambios intelectuales
 - 2.2.4 Cambios sociales
- 2.3 Relaciones sociales en la adolescencia
 - 2.3.1 Relación familiar
 - 2.3.2 Relación con los amigos
 - 2.3.3 Relación con el sexo opuesto

CAPÍTULO III MARCO TEORICO - CONCEPTUAL

- 3.1 Teoría del Desarrollo Psicosocial de Erick Erickson
 - 3.1.1 Etapa 1: Confianza vs Desconfianza (0 - 18 meses)
 - 3.1.2 Etapa 2: Autonomía vs Vergüenza y Duda (18 meses - 3 años)
 - 3.1.3 Etapa 3: Iniciativa vs Culpa (3 - 5 años)
 - 3.1.4 Etapa 4: Laboriosidad vs Inferioridad (5 – 13 años)
 - 3.1.5 Etapa 5: Identidad vs Difusión de identidad (13- 21 años)
- 3.2 Teoría de la Acción Comunicativa de Habermas
- 3.3 Redes sociales
 - 3.3.1 El lenguaje de las redes sociales
 - 3.3.2 Dogmas del uso las redes sociales
- 3.4 Educación sexual
 - 3.4.1 Paradigmas de la sexualidad
 - 3.4.2 Enfoques de la sexualidad
- 3.5 Epistemología cognitivista

INTRODUCCION

La presente investigación pretende indagar una temática poco investigada, la cual consiste en conocer cómo perciben los adolescentes que influye internet en la sexualidad. Uno de los temas con mayor relevancia hoy en día, me atrevo a decir que son las redes sociales. Las tecnologías digitales son utilizadas con mayor frecuencia en la población adolescente, debido a que son ellos quienes han crecido y se han desarrollado con este lenguaje digital. Además, estas nuevas tecnologías como son las computadoras, celulares, Tablet, entre otros, se destacan por la masificación que han ido obteniendo, la cual, a través de la conexión a internet, facilita el acceso a plataformas y sitios de diversas índoles.

Todo gira en torno a cada uno de esos sitios en los que los jóvenes se encuentran aferrados, e introducidos en la idea de que es el único lugar donde se les da aceptación social, se dan un valor acorde a la cantidad de reacciones y comentarios en sus fotos, para que se sientan satisfechos con lo que las demás personas piensan y dicen sobre ellos. Lo único a lo que le dan importancia es a los comentarios positivos y halagadores hacia su persona, también dependen mucho de que quien se los diga.

Vivimos en un tiempo en el que los jóvenes tienen una vida dentro de las redes sociales, su proyección de vida solo existe de manera virtual, están atados a los estímulos externos; ya sean positivos o negativos. Las redes sociales influyen, en este caso hablamos de una aceptación social, un determinante en la autoestima, en el estado anímico de los jóvenes y en la sexualización en la que cada joven y señorita se encuentra siendo participe por medio de las distintas plataformas sociales.

Podemos atribuir distintas causas a este problema, uno de tantos podría ser que los jóvenes están siendo víctimas de contextos negativos. El estar pendientes de vidas de "personas perfectas y felices" hace crecer la ansiedad y el pensamiento de que la persona no es suficiente.

Otro tema importante que surge como consecuencia de las redes sociales, es el cambio en la dinámica sexual de los jóvenes por influencia de lo que ven por Internet. Muchos adolescentes hoy en día, en lugar de dedicar tiempo a las actividades que antes se consideraban habituales, como lo son leer, estudiar, jugar, pasear, etc.; hoy se ven expuestos a la pornografía, juegos violentos, actos inapropiados, etc.

Este tipo de actividades no deja de ser preocupante en cuanto al contenido que estos entregan, ya que muchas veces de éstas páginas se despliegan automáticamente ventanas publicitarias de pornografía, las cuales sin el consentimiento de los propios usuarios puede mostrar imágenes ofensivas para personas de cualquier edad.

Esto hace que se identifiquen altos riesgos para los adolescentes en cuanto al contacto con contenido sexual, esto debido a la libertad de navegación que existe en la actualidad y por su potencial exhibición de material violento o sexual (García, 2008).

En la actualidad, la mayoría de personas considera que la red social Facebook ha creado una gran dependencia entre sus usuarios. Diversos estudios reportan que esta red social posee un gran impacto en los comportamientos, conductas y relaciones de las personas, llegando a generar cambios en la forma de afrontar de las mismas. Entre sus extremos estaría el mejorar el proceso de socialización o el aislamiento.

La investigación que pretendo llevar a cabo se concentrará en la influencia que tienen las redes sociales en la dinámica sexual de los adolescentes en edad de preparatoria, mi objeto de estudio son los jóvenes de la Preparatoria Comitán turno matutino del 6to semestre.

Con la indagación en el tema, pretendo analizar a profundidad si las redes sociales son un factor emocional determinante para la población adolescente de esta preparatoria; reconocer las consecuencias que acarrea la idealización por medio de las redes sociales; así también identificar cual es la influencia que estas mismas tienen en los estereotipos de belleza y por ultimo analizar que conlleva a los jóvenes a tener un encuentro de sexo casual.

Con todo lo mencionado anteriormente, pretendo llegar a mi comprobación de hipótesis, la cual fue planteada con la intención de conocer si las redes sociales afectan a los jóvenes emocionalmente debido a la poca interacción social en una sociedad real.

A lo largo de mi investigación se abordarán diversos temas que son de interés y que tienen que ver con todo a lo que refiere sobre las redes sociales y como la población adolescente se ve afectada debido a la influencia de la misma.

En mi capítulo primero contemplo el planteamiento del problema, en el que describo de manera concisa el problema que abordare en mi investigación. Así también mis preguntas de investigación, objetivos, justificación, hipótesis, variables, metodología, ubicación, el cronograma de actividades y bibliografía.

En mi capítulo segundo abordo temas que van relacionados con el origen y la evolución de mi tema en cuestión; hablare sobre la historia de las redes sociales y las redes sociales en la actualidad, todo lo que conlleva el proceso de adolescencia (cambios biofisiológicos, psicológicos, intelectuales y sociales), y las relaciones interpersonales a las que la población adolescente pertenece (relación con la familia, con los amigos y con el sexo opuesto).

En mi capítulo tercero abordo a profundidad todo lo relacionado al marco teórico-conceptual, contemplo las teorías que sustentan mi tema de investigación.

CAPITULO I

INTRODUCCION

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La influencia que tienen hoy en día las redes sociales en nuestro estilo de vida es muy grande, pero ¿hasta qué punto llega su influencia?

Las redes sociales nos permiten comunicarnos, estar informados de forma global y el uso que se les puede llegar a dar, tiende a no tener límites. A lo largo del tiempo, se ha producido una gran evolución, de la mano del uso masivo de los dispositivos móviles y han pasado de ser una herramienta para mejorar la comunicación y la información, a crear una verdadera adicción en algunos usuarios.

El problema de esta gran influencia, es que ha llegado a un punto en que, la forma en la que interactuamos en las redes sociales contribuye a la creación de nuestra identidad frente a los demás y frente a nosotros mismos. Se percibe que, a través de las redes sociales, se tiene la oportunidad de convertirse en un personaje con cierta fama en el mundo digital de forma más o menos sencilla.

Los seres humanos solemos copiarnos y a influenciarnos entre nosotros como cuando hay cierto tema que haya creado tendencia. Los más afectados por este fenómeno son los jóvenes. Son los que más usan las nuevas tecnologías y a la vez el sector de la población más influenciable. Está claro que las redes sociales tienen muchos aspectos positivos, pero hay que ser conscientes también de sus aspectos negativos y peligrosos.

Hay muchas señales que podrían demostrar adicción a las redes sociales, pero entre ellas cabe remarcar algunas de las más comunes.

- +Nerviosismo e inquietud cuando no se tiene acceso a Internet.
- +Consultar a todas horas redes sociales.
- +Sentirse frustrado si no se dispone de Smartphone.
- +Caminar mientras se utilizan las redes sociales.
- +Sentirse deprimido si los demás no interactúan.
- +Ansiedad por compartir cualquier cosa.

Si se dan varios de estos síntomas podríamos encontrarnos ante alguien adicto a las redes sociales, aunque el mayor signo es que estas situaciones dificulten la vida personal.

1.1 PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

- 1.- ¿Qué son las redes sociales?
- 2.- ¿Cuáles son las consecuencias de la idealización a través de las redes sociales?
- 3.- ¿Cómo afectan las redes sociales en el factor emocional a los jóvenes de sexto semestre de la prepa Comitán?
- 4.- ¿Qué influencia tienen las redes sociales en los estereotipos de belleza?
- 5.- ¿Qué conlleva a los jóvenes a tener un encuentro de sexo ocasional?

2. OBJETIVOS

Objetivo General:

Analizar las redes sociales como un factor emocional determinante en los jóvenes de sexto semestre de la Prepa Comitán.

Objetivos Específicos:

+Definir a las redes sociales.

+Reconocer las consecuencias de la idealización a través de las redes sociales.

+Identificar la influencia que tienen las redes sociales en los estereotipos de belleza.

+Analizar lo que conlleva a los jóvenes a tener un encuentro de sexo ocasional.

3. JUSTIFICACIÓN

Es importante abordar temas que tengan que ver con redes sociales y sobre la sexualidad, con la intención de conocer cómo perciben los jóvenes que influye internet en la sexualidad. Tomamos en cuenta que son temas muy diferentes, pero que se han ido complementando al paso del tiempo. Todo esto a raíz de lo que se ha venido viendo en Internet.

La considero una investigación relevante debido a que la adolescencia es un periodo en el cual las personas se encuentran inmersas en un sinnúmero de factores y conductas de riesgos, relacionadas al sexo precoz y sin protección. Damos énfasis en las conductas de riesgos en cuanto al material al que están expuestos los adolescentes, lo cual es causa del poco conocimiento que tienen los adolescentes sobre estos temas. La ausencia de una adecuada información sexual y la escasa comunicación existente por parte de sus padres, lo cual en la actualidad aumenta con el uso de internet y la exposición a diversos materiales inapropiados para los adolescentes respecto a sexualidad.

Resulta interesante conocer los diversos usos que los jóvenes hacen de internet. Hoy en día, los jóvenes se encuentran atados a una red social, y no es que sea malo tenerla, sino que en algunas ocasiones el uso que se les da no es el adecuado. Me centre en este tema porque he notado en mis amistades de redes sociales, que el nivel de sus post publicados cada vez más sube de nivel. Con lo anterior hago referencia a las fotos que suben y al gran impacto que las reacciones puedan tener en la vida de cada uno de ellos.

Es necesario que los jóvenes entiendan que una red social no nos da valor ante la sociedad. Que los amigos que tenemos, no todos lo son con buenas intenciones. Que una foto no determina lo bien o lo mal que nos vemos.

Una encuesta nacional de la juventud, nos arroja que las actividades más frecuentes vía internet, para los adolescentes son el uso de Facebook y Twitter con un 48% de la población, actividades las cuales los adolescentes mencionan desarrollarlas de forma diaria.

Este tipo de actividades no deja de ser preocupante en cuanto al contenido que estos entregan, ya que muchas veces estas páginas se despliegan automáticamente ventanas publicitarias de pornografía, las cuales sin el consentimiento de los propios usuarios puede mostrar imágenes ofensivas para personas de cualquier edad.

Esto hace que se identifiquen altos riesgos para los adolescentes en cuanto al contenido sexual, esto debido a la libertad de navegación que existe en la actualidad y por la alta exhibición de material violento o sexual.

Con la presente investigación pretendo conocer los diversos usos que los jóvenes hacen de internet, ya que, esto depende mucho del grado de influencia

que tienen las nuevas tecnologías digitales en el estilo de vida y la identidad de los adolescentes.

Al llevar a cabo esta investigación, quisiera lograr una exposición relevante y significativa, ya que la escasez de información sobre el tema, hará que mi aportación a esta investigación llame la atención de muchas otras personas, causando curiosidad e interés por continuar indagando sobre la relación que hoy en día las redes sociales y la sexualidad está teniendo.

4. HIPÓTESIS

Las redes sociales afectan a los jóvenes emocionalmente debido a la poca interacción social en una sociedad real.

4.1 VARIABLES

Variable Independiente: Redes sociales.

Variable Dependiente: Jóvenes, Interacción social.

5. MARCO DE LA INVESTIGACIÓN

5.1 MARCO HISTÓRICO.

La historia de las redes sociales es el conjunto de eventos, innovaciones y desarrollos tecnológicos que resultaron en la aparición de las redes sociales. Las redes son comunidades virtuales que a través de Internet permiten el intercambio de información, datos y el contacto social entre sus usuarios, o bien entre ellos y las empresas que se publicitan en estos espacios.

En términos históricos, las redes sociales son una herramienta muy reciente. Forman parte de las nuevas tendencias y posibilidades que Internet hizo posibles, y que van más allá del mero entretenimiento.

Por otro lado, está la adolescencia que es considerada como un periodo de la vida en el que se produce una serie de cambios biofisiológicos, psicológicos, intelectuales y sociales que sitúan al individuo ante una nueva forma de vivenciarse a sí mismo y a todo aquello que le rodea” (López y Fuentes, 1998, p.63) esto es considerado de esta forma por tratarse de un periodo de transición entre la niñez y la adultez (López y Fuentes, 1998).

En este periodo de transformación, se van a producir una serie de cambios tanto a nivel físico como a nivel psicosocial, en el cual el adolescente adquiere nuevos y complejos aprendizajes para luego poder afrontar su vida en la edad adulta, etapa en la cual finaliza el periodo y proceso de adolescencia (Iglesias, 2013).

En esta etapa, los adolescentes descubren que en sus cuerpos se producen variados cambios, que sus capacidades mentales a diferencia de etapas anteriores son más avanzadas y que su contacto o relaciones sociales se vuelven mucho más estables (Palomares y Ball, 1980 en Hargreaves, Earl y Ryan, 1998)

Además, Álvarez (2010) señala que este es un periodo crítico en los adolescentes, no solo por la gran cantidad de cambios que se produce en dicho periodo, sino también porque el adolescente tiene la oportunidad de tomar un camino igual o diferente a la educación que se le fue otorgada por sus cuidadores o familia.

En esta extensa transición inciden dos fenómenos fundamentales; primero que la pubertad cada vez está apareciendo de forma más temprana y segundo son las mayores exigencias, habilidades y responsabilidades que se les está pidiendo a los adultos a nivel social (Lara, 1996)

Como ya se mencionaba, la adolescencia está vinculada a variadas determinantes sociales, las cuales hacen que esta etapa finalice cada vez de forma más tardía considerando que hechos como la escolarización obligatoria, el paso a la vida laboral con la mayoría de edad, aplazar cada vez más la formación de vida familiar y el ser económicamente independientes ya en la edad adulta hacen que la

emancipación de los padres se produzca tardíamente, prolongando así la etapa adolescente (Pedreira y Álvarez, 2000)

Según Lara (1996) la adolescencia comienza entre los 11 y 12 años con la pubertad donde se pueden evidenciar drásticos cambios físicos y finaliza entre los 18 a 20 años con variados cambios sociales.

Para otros autores como Pedreira y Álvarez (2000) e Iglesias (2013) se considera que las etapas de la pubertad y la adolescencia comienzan al mismo tiempo, en la cual lo único que diferenciaría a estas dos etapas es que en la pubertad se producen cambios físicos mientras que en la adolescencia están presentes los cambios psicosociales, los cuales ayudan a que estos puedan adaptarse a las nuevas características de la vida. De no producirse estas dos etapas de forma simultánea, el adolescente asume este desajuste como un estrés añadido a su periodo evolutivo (Pedreira y Álvarez, 2000).

En cuanto al desarrollo psicosocial, para Pineda y Aliño (2002) está integrado por características y comportamientos propios de la adolescencia que están presentes en ellos, como son la búsqueda de sí mismo y de su propia identidad, la tendencia a armar grupos, la necesidad de utilizar el conocimiento alcanzando su máximo rendimiento, las manifestaciones sexuales para lograr la identidad sexual, las constantes fluctuaciones en su estado de ánimo y conducta, las relaciones conflictivas con sus padres en la oscilación de la dependencia y la necesidad de separación de sí mismo, la elección de su ocupación, capacitación para su desempeño y la necesidad de formular respuestas propias para su proyecto de vida, además de que es en este periodo en el cual según Álvarez (2010) el sujeto comienza a tener memoria biográfica, comenzando así a hacer su propia historia de sus experiencias vividas, para luego estas mismas experiencias poder aprovecharlas en los desafíos que se les puedan presentar a futuro.

Para Hargreaves, Earl y Ryan, (1998) Los adolescentes centran su atención principalmente en el concretar sus relaciones con amigos, intensificando así su interés por personas del sexo opuesto y en el pertenecer a diversos grupos sociales, cuyas amistades en muchas ocasiones se vuelven indispensables en sus vida, así como la importancia que le dan al pertenecer a grupos de iguales, realizando con ellos actividades diferentes a las que realizan en sus vidas cotidianas y tornándose estas relaciones sociales como hechos importante para ellos ya que ayudan a que los adolescentes puedan establecer un concepto de sí mismo y una identidad personal.

Según Livingstone (2012) los jóvenes ponen gran énfasis en cómo se presentan ante su entorno, y en la actualidad, el uso de redes sociales se muestra como una oportunidad para entablar más relaciones sociales, pareciendo que la generación actual tiende a tener una gran cantidad de amigos, pero poco sentido de privacidad por el mismo uso de las redes sociales; el lenguaje de las relaciones sociales, ya no se muestra como antes, ya que los jóvenes crean sus perfiles, comparten

comentarios con sus “mejores amigos”, agregan y eliminan amigos de sus redes entre otros, en conclusión, los jóvenes viven las relaciones sociales diferente al mundo en que vivieron los adultos de hoy (Livingstone, 2012).

Para Álvarez (2010), este periodo es importante a nivel social para el adolescente, ya que la integración social en grupos de compañeros es más fuerte que en otros periodos, comenzando así la fase de emancipación familiar.

5.2 MARCO CONCEPTUAL

Como punto de partida para hablar sobre mi tema de investigación, presento el concepto de redes sociales, las cuales se definen como, lugares en internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos". (Celaya, 2008); Así mismo, parte fundamental de este concepto implica, compartir el flujo de las experiencias del otro en el tiempo interior, este vivir a través de un presente común que constituye la experiencia del 'nosotros', que es el fundamento de toda comunicación posible" (Schutz, 1964)

Tomamos en cuenta que el uso las redes sociales ha venido a formar parte de una relación interpersonal a distancia; es decir, las utilizamos a través de un dispositivo móvil que nos permite estar en constante interacción con una sociedad virtual. Dicha interacción forma parte de los intercambios en las reacciones y en la participación en comentarios en los post de las otras personas, y todo esto es lo que genera una influencia en los demás; por influencia entendemos, cualquier cambio en el comportamiento de una persona o grupo debido a la anticipación de las respuestas de otros". (Gould, 2020)

Como jóvenes "en onda" no podemos dejar a un lado los constructos que nosotros mismos le damos a las otras personas tomando en cuenta solo lo que aparentan, sin ni siquiera conocerlos o ya haber tenido una primera impresión para catalogar como tal a esa persona. Por nuestra mente pasan un sinnúmero de conceptos con los que empezamos a referirnos a los demás, es entonces cuando idealizamos; es decir, consideramos a una persona como un modelo de perfección, un ejemplo a seguir o simplemente querer ser como él o como ella.

En este caso, veámoslo desde el contexto de una relación amorosa, el joven que ve por primera vez en una fotografía a la chica que le gusta, comienza a idealizar un mundo con ella; empieza a imaginar cómo sería la relación entre ella y él. Inevitablemente idealizamos a la persona de la que nos enamoramos, todo esto a raíz de lo mucho que podemos idolatrar en nuestra primera infancia o cuando soñadores podríamos volvernos en la adolescencia. (Noshpitz, 2020)

Otro aspecto que cabe resaltar, son los estereotipos, aquellas creencias populares sobre los atributos que caracterizan a un grupo social. (Mackie, 1973) Dichas creencias hacen que las personas tengan que cambiar algo de su propia personalidad solo por querer encajar con alguien o con un grupo de amistades con los que se desea relacionar.

Consiguiente a los lazos de amistad que se tengan con nuestros iguales, nos vemos en la necesidad de pasar retos para ser aprobados en ese grupo social. Muchas veces los jóvenes se centran en actividades que tengan que ver con el despertar de su sexualidad y dicha sexualidad se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones, y es construida por el individuo a través de su interacción con la sociedad. (Gotwlad & Holts, 1983)

En consecuencia a las actividades sexuales en las que los jóvenes se ven dispuestos, se modifican ciertas conductas en cuanto a sus relaciones con las personas del sexo opuesto. Se transforman en personas nuevas por el simple

hecho de haber experimentado quizás su primer encuentro de vínculo sexual; entre los vínculos sexuales ocasionales destaca amigos con beneficios, marco relacional novedoso en el que las personas que mantienen una amistad se sumergen en una relación sexual. Combina la intimidad psicológica propia de la amistad y la intimidad física característica de una relación comprometida. (Bisson, 2009)

5.3 MARCO TEÓRICO

Si bien la adolescencia se ha definido en términos generales como una etapa caótica para estos mismos, ya que presentan diversas problemáticas en los ámbitos, emocionales, conductuales y sociales, estas características no definen por completo quienes son los adolescentes (Díaz, 2006), pero son estos mismos factores los que muestran la necesidad que tienen los adolescentes por buscar una identidad propia (Mengíbar, 2010). "...analizamos los procesos de construcción de identidad en los adolescentes con base en ejes como la sexualidad, la intimidad, la autonomía, los valores y los proyectos." (Díaz, 2006, p. 434). En esta etapa evolutiva se produce el proceso de identificación de los adolescentes, es decir estos se vuelven más conscientes de la propia individualidad, intentando diferenciarse así del resto de las personas que lo rodean (Mengíbar, 2010).

En cuanto a las necesidades biopsicosociales de los adolescentes, podemos encontrar que estos construyen su identidad individual en función de su intimidad y autonomía, considerando también sus propios valores y proyectos de vida, para lograr así resolver las crisis personales propias de la etapa evolutiva en la que se sitúan. Otros factores que inciden fuertemente en la construcción de la identidad personal del adolescente son sus gustos propios, expectativas, proyectos de vida, su construcción de intimidad y manifestaciones sexuales, los cuales en conjunto logran que el adolescente tenga una mejor visión de su vida personal y que este puedan construir su identidad individual (Díaz, 2006).

Erikson (1986, citado en Domínguez 2008) define ocho estadios en la formación de la identidad, en la cual para cada estadio se sitúa una tarea y sus polaridades, las cuales deben resolverse positivamente para lograr pasar al estadio siguiente y así lograr alcanzar una identidad plena para el individuo. Según Erikson (1997) en Tesouro, Palomanes, Bonachera y Martínez (2013) si bien la formación de la identidad se da a lo largo de toda la vida, no es hasta la adolescencia cuando la construcción de la identidad alcanza su punto máximo. Esto es porque la principal tarea del adolescente es buscar su identidad, situándose así en la sociedad con un papel adulto importante. Si bien se destaca la importancia de la teoría de Erikson en cuanto a destacar la formación de la identidad en las diversas etapas evolutivas y durante toda la vida, Domínguez (2008) se plantea si es necesario que el sujeto resuelva hacia una de las dos polaridades que se presentan en cada estadio o es posible que se pueda coexistir con elementos de ambos polos para la construcción de identidad.

Universidad

La identidad no solo se logra a partir del mundo interno del individuo, sino también a partir de factores externos, los cuales pueden ser un obstaculizador o un facilitador en la formación de la identidad, ya que el individuo puede vivir algunos cambios sociales de forma angustiante, y como una amenaza para la formación de su identidad personal. (Contreras, Balcazar, Zanatta y Gurrola, 2009) Es por esto que el adolescente tiene la necesidad de construir su identidad personal, pero también se considera importante la necesidad de construir su identidad colectiva o identidad social, la cual está ligada a el sentido de pertenencia a diversos grupos de pares

socio culturales, con los cuales se comparten características y gustos en común (Mengíbar, 2010).

Otro punto importante en la identidad adolescente es el desarrollo de la identidad sexual, ya que esta está vinculada a variados aspectos de lo humano como la integración de diversos procesos biológicos, emocionales cognitivos y sociales, es decir el desarrollo de la identidad sexual abarca la genitalidad pero no por sí sola, sino relacionada a múltiples aspectos biopsicosociales para así lograr la construcción de una plena identidad sexual (Bardi, Leyton, Martínez, Gonzales, 2005) Un aspecto importante para la formación de la identidad sexual, es tener claro cuál es la identidad de género personal, la cual se forma aproximadamente a los 3 años y consiste en tener conocimiento de la formación psicológica de cada persona en cuanto a saber cuáles son los propios gustos y si la persona se siente como mujer o como hombre; en la mayoría de los casos la identidad de género coincide con el sexo asignado biológicamente (Bardi, Leyton, Martínez, Gonzales, 2005). Si bien los adolescentes aún no están maduros psicológicamente para asumir por si solos una identidad sexual adulta, la educación sexual impartida tanto en los colegios como por su familia es un elemento importante para ayudar a los adolescentes a integrar la sexualidad maduramente para así luego lograr la formación de su identidad sexual (Bardi, Leyton, Martínez, Gonzales, 2005)

6. METODOLOGÍA

Conjunto de reglas y procedimientos que orientan el proceso para llevar a cabo una investigación. (Universidad del Sureste, 2019)

- Tipo de método

Método analítico

Es un camino para llegar a un resultado mediante la descomposición de un fenómeno en sus elementos constitutivos. (Lopera, Ramírez, Zuluaga, Ortiz, 2010)

Método deductivo

Es una forma de razonamiento que parte de una verdad universal para obtener conclusiones particulares. (Maya, 2014)

- Tipo de investigación

Documental

Detectar, obtener y consultar la bibliografía otros materiales que parten de otros conocimientos y/o informaciones recogidas moderadamente de cualquier realidad de modo que puedan ser utilizadas para los propósitos del estudio. (Sampieri, 2000)

De campo

Consiste en la recolección de datos directo de la realidad, sin manipular o controlar las variables. Estudia fenómenos sociales en su ambiente natural. (Santa Paella y Filiberto Martins)

- Enfoque metodológico

Cuantitativo

Utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías. (Sampieri, 2014)

Cualitativo

Utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación. (Sampieri, 2014)

- Corriente epistemológica

Cognitivo-conductual

En nuestra consideración los elementos más relevantes que han catalizado el surgimiento y expansión de la terapia cognitivo-conductual en los años 60 han sido: la filosofía griega, especialmente la socrática y epicúrea; el conductismo mediacional, con autores como Tolman y su conducta

propositiva; Cautela con sus operantes encubiertas y Bandura con su aprendizaje social; los estudios de la psicología experimental y social sobre atención, memoria, percepción, etc., los cuales mostraron cómo estos procesos psicológicos median la conducta humana y, por tanto, es necesario no sólo investigarlos sino aplicarlos para el cambio de la conducta humana; el desarrollo de la psicología clínica, con la ampliación de su campo de intervención, el surgimiento de nuevos problemas, y la necesidad sentida por muchos autores, como son representativos los ejemplos de Ellis y Beck, de desechar modelos inadecuados de la conducta anormal, pero sin renunciar a los procesos mediacionales, como hacía el conductismo tradicional, ni renunciar a la verificación empírica de las técnicas de tratamiento.

- Técnicas de investigación
Campo: Encuesta/Entrevista.
Documental: Consultas sitio web.
- Ubicación
La investigación se realizará en la Escuela Preparatoria Del Estado de Comitán; será intervenida por alumnos de la carrera de psicología de 8vo cuatrimestre, a alumnos de 6to semestre.

7. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Actividades	Enero				Febrero				Marzo				Abril				Mayo				Junio				Julio							
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Bases conceptuales		■	■																													
Selección y delimitación del tema				■																												
Planteamiento del problema				■	■																											
Objetivos					■																											
Justificación						■																										
Hipótesis/Variables							■																									
Marco de la investigación							■	■	■																							
Metodología									■	■																						
Índice tentativo											■																					
Bibliografía de protocolo												■																				
Recopilación de datos		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■				

8. BIBLIOGRAFÍA

- Bisson, M. A. (2009). *Negotiating friends with benefits relationship*. *Archives of sexual Behavior*. New York.
- Celaya, J. (2008). *La empresa en la web 2.0*. España: Grupo Planeta.
- De la torre, L. (2012). *Las redes sociales; conceptos y teorías*. Argentina: Universidad de Argentina. Instituto para la integración del saber.
- Gotwlad, H., & Holts, G. (1983). *Sexualidad: La experiencia humana*. Mexico.
- Gould, J. K. (2020). *Diccionario de las ciencias sociales*.
- Mackie, M. (1973). *Arriving at truth by definition: Case of Stereotype Inaccuracy*.
- Noshptiz, J. D. (11 de Marzo de 2020). Obtenido de <http://www.bvpspsi.org.uy/local/TextosCompletos/appia/0797372120000006.pdf>
- Schutz, A. (1964). *La construcción significativa del mundo social*. Barcelona: Paidós.
- Álvarez, J. (2010). Características del desarrollo psicológico de los adolescentes. *Innovación y Experiencias Educativas*, 28, 1-11.
- Bardi, L. Leyton, C. Martínez, V. González, E. (2005). Identidad Sexual: proceso de definición en la adolescencia. *Reflexiones Pedagógicas*. 26, 43-51
- Contreras, J. Balcazar, P. Zanatta M. y Gurrola, G. (2009). Factores que intervienen en la conformación de la identidad en adolescentes. 10° Congreso Virtual de Psiquiatría, extraído el 11 de junio, desde: <https://psicopatocognitiva.files.wordpress.com/2012/02/unidad-8-factores-queintervienen-en-la-formacion-de-la-identidad.pdf>
- Díaz, J. (2006). Identidad, adolescencia y cultura. Jóvenes secundarios en un contexto regional. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 29, 431- 457
- Domínguez, L. (2008). El problema de la identidad personal en la psicología del desarrollo. *Boletín Electrónico de Investigación de la Asociación Oaxaqueña de Psicología*, 1, 77-83.
- Hargreaves, A. Earl, L. y Ryan, J. (1998). Una educación para el cambio. Reinventar la educación de los adolescentes. Barcelona: Octaedro.
- Iglesias, J. (2013). Desarrollo del adolescente: aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 2, 88-93.
- Lara, J. (1996). Adolescencia cambios físicos y cognitivos. *Revista de la facultad de educación de Albacete*, 11, 121-128

- Livingstone, S. (2012). Aprovechando oportunidades arriesgadas en la creación de contenido joven: El uso por adolescentes de webs de redes sociales para la intimidad, la privacidad y la expresión propia. *Comunicação, mídia e consumo São Paulo*, 25, 91-119.
- López, F. y Fuentes, A. (1998). *Para comprender la sexualidad*. España: Editorial Verbo Divino
- Mengíbar, C. (2010). El adolescente busca su propia identidad. *Revista digital innovación y experiencias educativas*. 32, 1-9.
- Pedreira, J. y Álvarez, L. (2000). Desarrollo psicosocial de la adolescencia: bases para una comprensión actualizada. En *Documentación Social*. (Comps.)
Adolescentes y jóvenes en dificultad social. *Revistas de Estudios sociales y de Sociología aplicada*, 120, 70-89
- Pineda, S. y Aliño, M. (2012). El concepto de la adolescencia. En *MINSAP Cuba (Comp.)*. Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia. Ciudad de la Habana, Cuba. Extraído el 08 de mayo del 2014 desde: http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevemi/capitulo_i_el_concepto_de_adolescencia.pdf

CAPITULO II ORIGINES Y EVOLUCION

2.1 HISTORIA DE LAS REDES SOCIALES

Para empezar debemos recordar el nacimiento de Internet, allá por 1947, cuando la Guerra Fría daba sus primeros pasos, enfrentando a ciudadanos de extremo a extremo del mundo; unos occidentales y capitalistas (liderados por Estados Unidos), y otros orientales y comunistas (liderados por, entonces, la Unión Soviética).

Una auténtica batalla por el poder que motivó numerosos avances tecnológicos. Entre ellos, EEUU creó la Advanced Research Projects Agency (ARPA), la que una década más tarde asentó los pilares de lo que sería conocido como Internet, ya que su red ARPANET permitía el intercambio de información entre instituciones.

Gracias a esto, con el paso del tiempo, usuarios de diferentes partes del mundo empezaron a estar en contacto gracias a los correos electrónicos (siendo el primero enviado en 1971) o al Proyecto Gutenberg (Biblioteca Online gratis), en 1971. Unos años más tarde, en 1991, la red de Internet global se hizo pública, con el World Wide Web (lo que, comúnmente conocemos como «www»), y así surgió Internet.

¿Cuál fue la primera red social?

SixDegrees (1997)

Pero, ¿qué sucedía en aquel entonces? Que, a pesar de todos estos avances, no existía aún ningún elemento, herramienta o aplicación que permitiese a los usuarios socializar entre ellos, más allá del intercambio de emails o los programas de chat online, como IRC.

Esto cambió en 1997, cuando se creó SixDegrees, la que puede considerarse como la primera red social del mundo; una red que permitía localizar a otros miembros de la red y crear listas de amigos, y que se basaba en la teoría de los seis grados de separación, que afirma que es posible conectar con cualquier otra persona del mundo en tan solo 6 pasos.

Tal y como explicó Andrew Weinreich, su creador, el día de su lanzamiento:

El desafío es construir una comunidad, el desafío es encender una llama. Este es un servicio que pueden usar para hacer sus vidas más eficientes. Pero, al igual que comprar una libreta de direcciones, si no le añades nombres es inútil.

La aplicación, básicamente una red que unía a conocidos con conocidos de conocidos ,puede considerarse una red fallida en términos comerciales, pero es innegable que cimentó las bases de lo que hoy conocemos como Redes Sociales. La aplicación cerró en 2001.

La llegada de Friendster

MySpace y LinkedIn (2002/2003)

En 2001, como decíamos, SixDegrees desapareció, pero fueron solamente necesarios unos meses más para que los entonces afortunados usuarios digitales pudieran empezar a disfrutar de nuevas redes sociales, como Friendster, que se creó en 2002 como una red social para amantes de los videojuegos, o MySpace y LinkedIn, que aparecieron en 2003, considerándose redes mucho más profesionales y orientadas a empresas.

Sobre todo LinkedIn, cuyo impacto en el mundo empresarial fue inmediato llegando, en 2008, a disponer de más de 25 millones de usuarios registrados, extendiéndose a empresas de 150 sectores diferentes. Hoy en día, la misma cuenta con más de 600 millones de usuarios registrados.

La aparición de la red social por excelencia

Facebook (2004)

Y, como no podía ser de otra manera, en 2004, un joven universitario procedente de la Universidad de Harvard colocó la guinda del pastel, y creó la red social más importante, en la actualidad, del mundo: Facebook. Aquel joven estudiante -que hoy en día podríamos fácilmente catalogar como «nerd», es conocido como Mark Zuckerberg.

La historia de Zuckerberg y de cómo creó Facebook es apasionante: Zuckerberg creó, en aquel entonces, un portal llamado Facemash cuya finalidad no era otra que la de poder conectar a los estudiantes de Harvard entre ellos, para disponer así de un lugar virtual donde compartir opiniones acerca de quiénes eran las personas más y menos atractivas de la Universidad; algo que llegó a la Dirección de la misma, generando la expulsión del estudiante.

No obstante, su habilidad informática se dejó ver tan claramente con aquella aplicación, que poco duró en evolucionar y crecer a lo que es hoy en día; una red social que ya dispone de más de 2.500 millones de usuarios activos al mes.

El fenómeno audiovisual

YouTube (2005)

Solamente un año más tarde, en 2005, surgió una nueva revolución, que hoy en día se mantiene como una de las redes sociales más importantes: YouTube. Una red creada por Chad Hurley, Steve Chen y Jawan Karim en San Bruno, California. Según cuenta la leyenda, la idea de YouTube surgió ante las dificultades que los 3 jóvenes encontraron para compartir una serie de vídeos con sus amigos, mientras se encontraban en una fiesta en San Francisco.

El bombazo de esta red fue tal, que rápidamente usuarios de todo el mundo empezaron a subir vídeos de todo tipo a la red, perdiéndose ligeramente la idea original de la misma.

Pero, sin embargo, el tráfico se disparó aún más cuando los usuarios empezaron a colocar enlaces de YouTube en sus páginas de MySpace. Hoy en día, la red dispone de cerca de 2.000 millones de usuarios activos al mes.

El comienzo de los mensajes en 140 caracteres

Twitter (2006)

En 2006 surgió, en San Francisco y de la mano de Jack Dorsey, Noah Glass, Biz Stone y Evan Williams, la red social de microblogging: Twitter, que inicialmente se llamó twttr, para evolucionar después al nombre actual. Fue, sin duda, la revolución de la comunicación. La «corta ráfaga de información intrascendente«, o el trino de un pájaro, que, en inglés, se dice tweet.

Hoy en día, el impacto de esta red es tal que incluso medios de comunicación, como televisiones, radios y medios de noticias digitales, dedican espacios enteros a hablar

del impacto que algún tweet, tendencia o mención especial ha tenido sobre alguna noticia del momento.

Y, a pesar de que cuenta con algún que otro detractor, lo cierto es que muchos achacan su éxito a la sencillez de su uso; el mismo uso que en su origen: el de un número de caracteres limitados que permiten a sus usuarios comunicarse entre ellos. En nuestros días, la red dispone de cerca de 330 millones de usuarios activos al mes.

WhatsApp (2009)

La que hoy en día podemos considerar como la app de mensajería instantánea más famosa surgió en 2009, y fue creada por el ucraniano Jan Koum. La misma se creó, originalmente, con la utilidad de ser una agenda inteligente -de ahí que se vincule con la agenda de contactos de nuestro terminal móvil-, permitiendo al usuario ver qué estaba haciendo cada persona en cada momento, con la finalidad de saber si podía iniciar o no una conversación con él.

De ahí, su nombre: WhatsApp («¿Qué hay?», «¿Qué pasa?») Hoy en día, supera los 1.500 millones de usuarios, encontrándose por encima de aplicaciones como Facebook Messenger o Telegram.

En 2014, fue comprada por Mark Zuckerberg -el creador de Facebook- por, nada más y nada menos, que 19.000 millones de dólares.

La mayor red de fotografía

Instagram (2010)

En 2010, Instagram llegó al mercado, posicionándose rápidamente como la red social más fotográfica por excelencia, con un éxito superior a otras opciones como Flickr.

Instagram fue creada por Kevin Systrom y Mike Krieger, y la particularidad con la que contó en sus inicios (que hoy en día se mantiene) es que trataba sus imágenes y fotografías de una forma cuadrada, en honor a la Kodak Instamatic así como a las cámaras Polaroid, contrastando con la relación de aspecto más vertical con la que hoy en día cuentan la mayoría de las cámaras de los terminales móviles.

Además, fue la red pionera, junto con Twitter, en la popularización de los hashtags, allá por enero de 2011, buscando facilitar a los usuarios el descubrir las fotografías que los demás usuarios compartían sobre un mismo tema, y que no podían llegar a visualizarse de otra manera. Instagram alcanzó una gran popularidad en sus primeros meses de vida, llegando a tener más de 100 millones de usuarios activos en abril de 2012 (solo dos años después), y más de 300 en 2014.

En nuestros días, aún sigue creciendo más y más – rondando los 1.000 millones de usuarios activos-, sobre todo debido a que se trata de una red social enfocada a las nuevas generaciones, que tanto pecan de estar 24/7 mostrando a sus contactos qué están haciendo, en forma de fotografías colocadas en su feed o en sus Stories (un formato que se define por hacer público contenido que desaparece a las 24 horas, en el que Snapchat fue pionero, y, tiempo más tarde, llegó a Instagram y a Facebook).

Precisamente, esta medida, la de lanzar sus propias stories, fue clave en el destino de Snapchat, la red social que en su momento estuvo en boca de todos como la de

mayor auge a nivel mundial, y que acabó languideciendo en gran parte del mundo, ensombrecida por el poder de Instagram.

Pinterest y Google+ (2010/2011)

A partir de entonces, que cada año fueron surgiendo nuevas redes sociales con diferentes funcionalidades o destinadas a distintos grupos. Pinterest, por ejemplo, una red social que colecciona imágenes -sobre todo, de inspiración- que permite a los usuarios almacenarlas en tableros y dotarlas de «pines», fue creada en 2010 y, a los 9 meses de su lanzamiento, ya disponía de 10.000 usuarios.

A principios de 2019, la red contaba con más de 250 millones de usuarios activos al mes. Por su parte Google+ fue el gran intento fallido del gigante online: surgió en 2011, fue una red social propiedad de Google, que llegó a alcanzar los 10 millones de usuarios tan sólo dos semanas después de su lanzamiento. Tras 3 semanas de funcionamiento, ya rondaba los 20 millones.

Una red que realizó grandes esfuerzos por desafiar a otras como Facebook, LinkedIn, MySpace, Vimeo o Tumblr, pero que -lamentablemente- cerró sus puertas en abril de este año.

...Y más, y más modernas

Con el paso del tiempo, las novedades que se reinventan en las redes sociales son únicas y hacen que cada aplicación se enfoque a una temática diferente, abarcando cada día más y más aspectos sociales. 21Buttons, Vinted o Wallapop, por ejemplo, son redes sociales que permiten la compra-venta de ropa y productos de segunda mano, contactando directamente a unos usuarios con otros, sin ningún tipo de intermediario entre ellos.

Peoople, por su lado, permite agrupar colecciones de recomendaciones, como, por ejemplo, restaurantes de Viena, planes Top en Madrid o mejores tiendas de decoración, entre muchas otras combinaciones. Una red sumamente utilizada por influencers que buscan compartir con su comunidad de seguidores sus más valiosos secretos. Y, por su parte, otras como Tinder, Meetic, Grindr o Badoo, se centran en contactar usuarios que buscan ligar.

TikTok, la última en llegar (2016)

Por su lado, Tik Tok, que surgió a finales de 2016, -conociéndose también como Douyin en China- es una red social con un gran tirón entre los adolescentes a día de hoy. TikTok, que compró Musically en 2018, es una red social que podría compararse con una mezcla entre Vine y Snapchat, con la que se pueden crear compartir y descubrir vídeos muy breves, que van desde los 15 segundos de duración hasta un máximo de un minuto. Vídeos en los que los jóvenes usuarios pueden hacer prácticamente lo que sea y posteriormente editar con las potentes herramientas con las que cuenta la app.

2.1.1 LAS REDES SOCIALES EN LA ACTUALIDAD

Actualmente las redes sociales se han convertido en una parte muy relevante en nuestro día a día. Un alto porcentaje del tiempo que permanecemos navegando en Internet, lo invertimos en las redes sociales.

Los avances tecnológicos han sido de gran ayuda para la comunicación pero no cabe duda que las redes sociales son un tema relevante que ha generado gran impacto en las personas, el diario vivir se ha centrado en mantenerse informado sobre lo que pasa en las redes, en las últimas publicaciones de famosos, en estilo de vidas detrás de una pantalla, esto ha generado en la población una búsqueda de perfección en cuerpos y en vidas que en realidad no son como aparentan.

La sociedad no está usando bien estos medios de información y de entretenimiento, debido a tanto odio que reciben las personas del medio, se han creado campañas para acabar con las críticas, para concientizar a muchos jóvenes que se están dejando afectar por lo que pueden decir los demás en sus redes. Seguido a esto están haciendo una invitación a todos sus seguidores a llevar una vida más pacífica que “vivan y dejen vivir” muchas personas se han tomado el derecho de opinar sobre la vida de los demás sin saber el daño que pueden estar ocasionando.

También hay que tener presente los estereotipos que se muestran en las redes, ahora con la moda “fitness” varias personas se han sumado a llevar un estilo de vida saludable con ejercicios y comidas específicas y aunque no está mal hecho, esto no es sinónimo de perfección, a lo que también se ha dado a conocer que aquellas figuras públicas con millones de seguidores y tal vez el ejemplo a seguir de muchos se han mostrado tal y como son, como seres humanos. Mujeres que tienen estrías, que ríen, que lloran, que luchan. La vida de nadie es perfecta.

Por lo tanto solo queda reflexionar sobre hasta dónde permitimos que estos medios virtuales afecten nuestra vida, que tan bien o mal uso le estamos dando a estos medios que son para nuestro entretenimiento y no para imitar a alguien, porque algo si es claro y es que ninguna persona es igual a otra, todos tenemos nuestra propio estilo de vida, o si tal vez somos parte de esas personas que creemos tener el derecho de opinar sobre la vida de los demás sin conocerla, si en una situación grave preferimos ser parte de los que graban y no de los que ayudan, no nos dejemos guiar por todo lo que vemos en Internet, concentrémonos en ser unas personas de bien y de aportar cosas positivas a este mundo, de tal vez dejar a un lado nuestros aparatos electrónicos que nos alejan de la realidad, de compartir en familia, de tener tiempo para nosotros mismos, solo tú decides.

2.2 ADOLESCENCIA

Desde el nacimiento hasta alcanzar la madurez, el ser humano atraviesa por unas etapas de desarrollo que le transforman por completo. A menudo, los padres de un adolescente se maravillan al recordar que diferente es hoy aquel bebé que, no hace tanto tiempo, estaba indefenso entre sus brazos. ¿Qué ha pasado en estos años para que se produzca semejante cambio biológico, temperamental, cognitivo, social, sexual...?

La adolescencia es considerada como un periodo de la vida en el que se produce una serie de cambios biofisiológicos, psicológicos, intelectuales y sociales que sitúan al individuo ante una nueva forma de vivenciarse a sí mismo y a todo aquello que le rodea” (López y Fuentes, 1998, p.63) esto es considerado de esta forma por tratarse de un periodo de transición entre la niñez y la adultez (López y Fuentes, 1998).

En este periodo de transformación, se van a producir una serie de cambios tanto a nivel físico como a nivel psicosocial, en el cual el adolescente adquiere nuevos y complejos aprendizajes para luego poder afrontar su vida en la edad adulta, etapa en la cual finaliza el periodo y proceso de adolescencia (Iglesias, 2013).

En esta etapa, los adolescentes descubren que en sus cuerpos se producen variados cambios, que sus capacidades mentales a diferencia de etapas anteriores son más avanzadas y que su contacto o relaciones sociales se vuelven mucho más estables (Palomares y Ball, 1980 en Hargreaves, Earl y Ryan, 1998).

Además, Álvarez (2010) señala que este es un periodo crítico en los adolescentes, no solo por la gran cantidad de cambios que se produce en dicho periodo, sino también porque el adolescente tiene la oportunidad de tomar un camino igual o diferente a la educación que se le fue otorgada por sus cuidadores o familia.

Si bien este periodo evolutivo tiene variadas diferencias tanto culturales como históricos para considerar los cambios y la duración que tienen la adolescencia, en occidente esta etapa evolutiva ocupa gran parte de la segunda década de la vida ya que en variados aspectos es una transición lenta de la niñez a la vida adulta (Lara, 1996).

En esta extensa transición inciden dos fenómenos fundamentales; primero que la pubertad cada vez está apareciendo de forma más temprana y segundo son las mayores exigencias, habilidades y responsabilidades que se les está pidiendo a los adultos a nivel social (Lara, 1996). Como ya se mencionaba, la adolescencia está vinculada a variadas determinantes sociales, las cuales hacen que esta etapa finalice cada vez de forma más tardía considerando que hechos como la escolarización obligatoria, el paso a la vida laboral con la mayoría de edad, aplazar cada vez más la formación de vida familiar y el ser económicamente independientes ya en la edad adulta hacen que la emancipación de los padres se produzca tardíamente, prolongando así la etapa adolescente (Pedreira y Álvarez, 2000).

Según Lara (1996) la adolescencia comienza entre los 11 y 12 años con la pubertad donde se pueden evidenciar drásticos cambios físicos y finaliza entre los 18 a 20 años con variados cambios sociales. Sólo la infancia supera a este periodo en

cuanto al rápido crecimiento y repentinos cambios que se producen, ya que en la adolescencia aspectos relativos a los cambios físicos, los niños rápidamente pasan de ser niños pequeños a ser adolescentes con un cuerpo más grande de lo que ya se estaba acostumbrado (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF, 2002). Sin embargo, para otros autores como Pedreira y Álvarez (2000) e Iglesias (2013) se considera que las etapas de la pubertad y la adolescencia comienzan al mismo tiempo, en la cual lo único que diferenciaría a estas dos etapas es que en la pubertad se producen cambios físicos mientras que en la adolescencia están presentes los cambios psicosociales, los cuales ayudan a que estos puedan adaptarse a las nuevas características de la vida. De no producirse estas dos etapas de forma simultánea, el adolescente asume este desajuste como un estrés añadido a su periodo evolutivo (Pedreira y Álvarez, 2000).

La adolescencia se puede identificar con conceptos como el cambio, la rebeldía y la necesidad de independencia. No obstante, no es igual durante toda su duración; se pueden identificar distintas etapas.

Adolescencia temprana

De los 10 a los 13 años se endurece el carácter y se puede observar al adolescente de mal humor con mucha frecuencia. A pesar de la rebeldía, aún no se da una separación interna de los padres.

En esta etapa, el grupo es fundamental, pero aún no surge un interés real por la pareja. El adolescente, entonces, comienza a tejer redes de amistades del mismo sexo.

Adolescencia media

Es la etapa entre los 14 y 16 años. Se hace más notoria la separación del adolescente del grupo familiar. Asimismo, las amistades se van depurando y se reducen a un grupo pequeño de amigos; también surgen las inquietudes sobre la pareja.

Los cambios psicológicos en la adolescencia media se destacan por el desarrollo del pensamiento abstracto. Por este motivo, es importante que el adolescente pueda contar con alternativas y con diversos puntos de vista.

Adolescencia tardía

Es la etapa de la adolescencia que comprende la edad entre los 17 y 19 años. En este momento, aparecen las primeras relaciones de pareja con cierta estabilidad; también se dan los primeros contactos sexuales.

Dado que en esta fase el adolescente ha perfeccionado su capacidad de abstracción, puede estudiar, trabajar y tener una pareja estable.

A diferencia de las etapas adolescentes previas, marcadas por el enfrentamiento ante la autoridad familiar, las relaciones familiares se apaciguan. La actitud del adolescente con los padres se torna más comprensiva y cede la crítica.

2.2.1 CAMBIOS BIOFISIOLÓGICOS

La pérdida del cuerpo infantil implica la necesidad de dejar atrás las modalidades de ajuste de la niñez, abandonar identificaciones infantiles y encontrar nuevas orientaciones de conducta. Existen duelos por la pérdida del cuerpo y el status infantil, así como de la imagen de los padres seguros y protectores de la niñez (Aberastury, 1971). En la familia afloran ansiedades ante el anuncio de cambios diferenciadores cuyo desenlace se ignora. Las fortalezas y debilidades del sistema familiar contribuyen a la interpretación de los hechos y a la perspectiva que orienta las reacciones y actitudes ante el renacer puberal.

Como se mencionaba anteriormente, en el comienzo de la adolescencia se producen variados y drásticos cambios a nivel fisiológico según Lara (1996), entre los más destacados están los siguientes:

- El crecimiento repentino, en el cual comienza a acelerarse el ritmo de desarrollo corporal y con esto aumenta el peso en los adolescentes. En el caso de las mujeres estos cambios se sitúan entre los 10 y los 15 años mientras que en los hombres se da entre los 12 a los 18 años, donde al finalizar con estos cambios corporales los adolescentes ya han alcanzado su estatura y su cuerpo adulto.
- Se desarrolla el crecimiento y la madurez de las características sexuales primarias, las cuales en el caso de las mujeres se relaciona con el desarrollo de la vagina, útero, ovarios y trompas de Falopio, y en los hombres con el desarrollo del pene, los testículos, vesícula seminal y conducto deferente, dando paso así a la madurez sexual de los adolescentes.
- Desarrollo de las características sexuales secundarias, las cuales son características fisiológicas que si bien son signos de madurez no intervienen directamente en la reproducción, como por ejemplo el crecimiento del vello púbico, axilar, de la cara y el cuerpo, cambios en la voz sobre todo en los hombres, cambios en la piel haciéndose más grasa, entre otros. Este proceso no es de un momento a otro, sino que se produce a través de los años.
- Signos de madurez sexual en ambos sexos, como son la menarquia en las mujeres y las poluciones nocturnas en los hombres.

En las adolescentes la menarquia es un indicio de gran importancia y el acontecimiento es reinterpretado de acuerdo a las valoraciones atribuidas al destino de la mujer. Las reacciones pueden ir desde la indiferencia parental al festejo o anuncios del drama de la sexualidad y la procreación, las responsabilidades de la adultez. Las diferentes posiciones tendrán impacto en la disposición con que la púber enfrenta la perspectiva de crecer.

Para los varones, las poluciones nocturnas son casi un secreto que puede vivirse con preocupación o perplejidad; la discreción es la respuesta que reciben con mayor frecuencia. La construcción de su masculinidad pasa por comprobaciones de virilidad exhibidas ante los pares para llegar a iniciarse en las pautas de la conquista heterosexual que las posiciones tradicionales de género demandan a su

rol sexual. La ansiedad ante la falla y el fracaso en dicha afirmación puede instaurarse influyendo en la relación de género (Muñoz y Calderón, 1998).

Al llegar a la adolescencia aparece una revisión de la imagen corporal (una dimensión del autoconcepto)

Las hormonas más implicadas directamente en la sexualidad son: los estrógenos, la progesterona y la testosterona. En realidad, estas hormonas se encuentran en los dos sexos, con distintos niveles de concentración (en el hombre hay mayor nivel de testosterona y en la mujer mayores niveles de estrógenos y progesterona). En la misma persona, también varía el nivel hormonal en distintos momentos.

Estrógenos: hormona femenina. A partir de la pubertad se incrementa su producción. Relacionada con el deseo sexual y el desarrollo de los caracteres sexuales (vello en pubis y axilas, desarrollo del pecho y de los órganos sexuales, distribución del tejido graso). Su secreción aumenta durante la ovulación.

Progesterona: hormona protectora de la gestación en la mujer.

Testosterona: es la hormona masculina que se produce sobre todo en los testículos. A partir de la pubertad se incrementa su producción. Relacionada con el deseo sexual y con el desarrollo de los caracteres sexuales (vello, cambios en la voz, en la estructura muscular, ósea, tejido graso y desarrollo de los genitales).

CAMBIOS MASCULINOS	CAMBIOS FEMENINOS
Aparece vello facial (bigote y barba)	La piel se vuelve más grasa
Posible acné (debido a las hormonas)	Aumenta el peso y la altura
La voz falla y se hace más grave	Aumenta el sudor
Los hombros se ensanchan	Rostro más lleno
Aparece el vello púbico	Posible acné (debido a las hormonas)
Crece el vello en el pecho y la espalda	Los brazos engordan
El cuerpo transpira más	Aparece el vello en las axilas
Aparece el vello en las axilas	Se destacan los pezones
Los testículos y el pene aumentan de tamaño	Crece el vello púbico
El cabello y la piel se vuelven más grasos	Los genitales se engrosan y oscurecen
Aumenta el peso y la altura	Aumenta el vello en los brazos
Las manos y los pies aumentan de tamaño	Los muslos y las nalgas engordan
Aumenta el vello en los brazos	Las caderas se ensanchan
Crece el vello en las piernas	Crece el vello en las piernas
Se inicia la capacidad reproductora	Se inicia la capacidad reproductora
Eyaculación	Menstruación

2.2.2 CAMBIOS PSICOLOGICOS

Si nos basamos en las distintas etapas descritas por Piaget para explicar el desarrollo evolutivo, la adolescencia se encuentra en la última de ellas, la etapa de las operaciones formales.

Dentro de esta, los adolescentes ya son capaces de adentrarse en el razonamiento abstracto para, de esta manera, elaborar juicios morales muchos más complejos.

Esta capacidad de pensamiento abstracto empieza a desarrollarse a partir de los 11 años y les permite tanto imaginar posibilidades como formar y probar hipótesis. Además, también va unida a una serie de implicaciones emocionales orientadas hacia conceptos morales y éticos, como por ejemplo la libertad, la explotación, la empatía. Conceptos que anteriormente no eran capaces de entender pues no los podían ver en su realidad.

Se considera que los adolescentes sufren una serie de cambios en la cognición y en la sensación:

1. Aumenta su capacidad de abstracción, el idealismo y el criticismo.
2. Desarrollan lo que se conoce como egocentrismo cognitivo:
 - Falta de diferenciación entre lo único y lo universal, por lo que se sienten incomprendidos.
 - Poseen una mayor autoconciencia.
 - Audiencia imaginaria, que se trata de un tipo de egocentrismo donde el adolescente confunde sus pensamientos con los de los demás, considerándose por ello el centro de todas las miradas.
 - Fábula personal: se consideran únicos, por lo que tienden a pensar que sus acciones son irrepetibles.
 - Fábula de invencibilidad: tienen la errónea sensación de que nada malo les va a pasar y que no van a sufrir ningún daño. Se creen invencibles.

Los adolescentes también presentan una serie de cambios en el lenguaje, el cual se ve desarrollado a consecuencia de los materiales de lectura más adulto que se les solicita leer. Gracias a este desarrollo se les permite discutir y definir conceptos plenamente abstractos, tomando mayor consciencia de la posibilidad de que palabras y símbolos pueden tener múltiples significados.

¿Por qué se producen los cambios psicológicos en la adolescencia?

Durante esta etapa, los jóvenes entran en lo que se conoce como la pubertad, la cual es el proceso de adquisición de la madurez sexual y la fertilidad. El cerebro se encuentra en un estado de desarrollo, motivo por el cual se producen dichos cambios psicológicos.

Sufren una serie de cambios estructurales, como el caso del aumento de los lóbulos frontales, lo cual les proporciona un aumento de su razonamiento, del juicio y del control de impulsos.

Presentan cambios en la composición de la corteza cerebral. Se ha observado gracias a numerosos estudios un aumento de la materia gris.

Suelen actuar de manera más arriesgada, pues hay una interacción desequilibrada entre la red socioemocional (la sensibilidad y la actividad en la pubertad) y la red de control cognitivo (las respuestas que dan a determinadas situaciones y el proceso de maduración, el cual suele ser gradual con la edad).

Cambios emocionales en la adolescencia del hombre y la mujer

Durante el periodo que transcurre la adolescencia, los jóvenes van construyendo su identidad, es decir, la concepción coherente del yo, la cual está constituida por metas, valores y creencias con las cuales cada persona tiene un compromiso sólido.

Estos años de adolescencia son considerados por muchos como un tiempo de rebeldía el cual involucra una confusión emocional en los adolescentes. Suelen estar caracterizados por frecuentes conflictos con la familia, alejamiento de la sociedad adulta, comportamientos temerarios y rechazos de los valores adultos. En el siguiente artículo encontrarás Cómo tratar a un adolescente rebelde.

Sin embargo, se ha visto, que, en algunas sociedades occidentales, este comportamiento es poco común ya que los jóvenes tienden a experimentar cercanía hacia sus progenitores a consecuencia de una mayor comprensión por su parte de las opiniones de sus padres.

Pero, no obstante, la adolescencia puede ser una etapa difícil para algunos. El conflicto familiar, la depresión y las conductas de riesgo son mucho más habituales en este momento del ciclo vital.

La individualización es una batalla por parte del adolescente para lograr y fijar tanto su autonomía como su identidad personal. Por ello es muy importante que los padres de los adolescentes, logren encontrar un punto de equilibrio entre el exceso de libertad y el exceso de individualización.

También cabe destacar, que es en esta etapa cuando los jóvenes empiezan a tener más consciencia o por lo menos empiezan a comprender de una manera adecuada su identidad sexual. Durante este periodo, los jóvenes que se identifican como homosexuales o bisexuales, tienden a actuar de manera más cauta con respecto a su identidad. Esto es debido a la carencia de formas socialmente aceptadas para explorar su sexualidad, ya que, por miedo a ser aislados y discriminados, no deciden revelar su orientación sexual.

Los cambios físicos son determinantes, ya que implican una nueva adaptación del adolescente.

Así, comienza una etapa de angustia por la propia imagen; hay preocupación por integrarse a los estándares de belleza dominantes.

La tolerancia a estos cambios está determinada, en gran medida, por la presión del grupo. La posición que el adolescente adopte frente a la opinión de los demás será muy importante.

Algunas de las características de esta etapa y que conforman los cambios psicológicos en la adolescencia, son las siguientes:

Necesidad de independencia

Para lograr ser un individuo, es necesario que el adolescente se separe de sus padres. Este alejamiento genera miedo y dudas; es un tiempo de aprender a tomar decisiones y asumir las consecuencias. Este cambio también le genera satisfacción.

Identidad

Una gran pregunta es: ¿quién soy? Esa identidad comienza por la ropa; se define un estilo para comunicar quién se es. Esto incluye la necesidad de encajar en los estándares de belleza de la sociedad.

Egocentrismo

Los adolescentes suelen centrarse en sí mismos. Esto es normal, ya que se están descubriendo. Responder a la pregunta de quiénes son acapara toda su atención y esmero.

Incomprensión

Muchos adolescentes sienten que nadie los comprende. Los cambios, la incapacidad para controlar las emociones y las inseguridades, entre otras cosas, generan esa impresión.

La idea de creerse invencible

Los cambios psicológicos durante la adolescencia incluyen un peculiar sentimiento de invulnerabilidad. En otras palabras, el adolescente suele creer que no corre peligro o que puede controlarlo todo.

Agresividad

Sin duda, es uno de los elementos relacionados con los cambios psicológicos en la adolescencia que más preocupa a los padres. Los adolescentes suelen participar en peleas para pertenecer a un grupo.

Asimismo, pueden malinterpretar las señales que otros les dan y enfadarse. También son impulsivos; esta agresividad necesita conducción. Aunque sea normal, en la adolescencia se sabe lo que es correcto y lo que no.

«La adolescencia es una etapa de angustia por la propia imagen; hay preocupación por integrarse a los estándares de belleza dominantes»

Deseo sexual

Las hormonas tienen un papel fundamental en este aspecto. Están ahí, van a quedarse y a actuar. El adolescente tiene sentimientos confusos sobre el sexo. La aparición del deseo sexual debe canalizarse. Los adolescentes necesitan información sobre enfermedades de transmisión sexual y la reproducción; por eso, hacer del tema un tabú no les protege ni les ayuda.

2.2.3 CAMBIOS INTELECTUALES

En la adolescencia, todos los hombres y mujeres crecen no solo físicamente, también intelectualmente, estos cambios harán que la persona madure, ya que en esta etapa se toman decisiones que marcan a los jóvenes para siempre.

El pensamiento formal es una nueva manera de pensar. De forma progresiva se adquirirá capacidad para valorar distintas posibles soluciones a un problema, podrá prever las consecuencias de actuaciones presentes, adquirirá capacidad crítica al ser capaz de relacionar realidades concretas con reglas generales o abstractas y podrá reflexionar sobre diferentes realidades posibles.

El desarrollo del pensamiento formal en la adolescencia se produce de una forma significativamente diferente al desarrollo físico. Mientras que este se produce de una forma progresiva, el desarrollo intelectual tiene lugar con más lentitud, en una progresión irregular y con notables diferencias entre unos y otros. A los 11 o 12 años se suele producir un cambio brusco en la manera de pensar de los chicos y chicas. Pero no será hasta los 20 años o más cuando se alcanzará una cierta plenitud del pensamiento formal.

Aludimos a la nueva dimensión de las capacidades intelectuales que los adolescentes adquieren, y que les da una nueva visión de los objetos, los sentimientos, los anhelos, las reacciones y una perspectiva del futuro diferente. La adolescencia trae consigo sobre todo una nueva forma de pensar, porque lo que le sucede al niño que se convierte en adolescente es que piensa diferente.

Son tan asombrosos los cambios intelectuales que suceden durante la adolescencia, que la pregunta obligada es ¿qué sucede en el cerebro del niño al iniciarse la etapa de la pubertad?

Los estudiosos de la conducta humana describen estos procesos cognoscitivos que adquieren nuevas dimensiones, como la posibilidad de tener pensamientos abstractos, comprensión y cuestionamiento del mundo que lo rodea, autoobservación y autoreflexión más profundas, cambios en el juicio de valores y búsqueda de las convicciones propias, cuestionamiento sobre aspectos filosóficos (¿quién soy?, ¿a dónde voy?, ¿de dónde vengo?, ¿cómo debe ser el mundo?, ¿qué es lo que hago yo en la sociedad?), etcétera.

El psicólogo francés Jean Piaget, determinó que la adolescencia es el inicio de la etapa del pensamiento de las operaciones formales. Jean Piaget estudia y describe el desarrollo cognoscitivo, y postula que es hasta la adolescencia y sólo entonces cuando el niño es capaz de realizar lo que él llama operaciones formales, que corresponden a la plena función cognoscitiva del juicio, abstracción, comprensión, pensamiento inductivo y deductivo; pero este autor sólo pudo describirlas, sin poder explicar cómo se da esta maduración y por qué es hasta esa edad cuando el ser humano empieza a pensar formalmente.

PROCESO FORMAL DE PENSAMIENTO

De todos los cambios mencionados, el desarrollo intelectual es el más relevante, ya que es la última etapa del proceso del pensamiento, que posibilita componer mentalmente las transformaciones efectuadas en la realidad, y no quedar con los datos puramente perceptivos. Se alcanza entre los doce y los veinte años de

edad, pero no todas las personas logran desarrollar el pensamiento formal ni en la adolescencia ni en la edad madura. De ahí la importancia de la estimulación.

En la adolescencia, el hombre alcanza la capacidad de pensamiento abstracto, que le permite realizar operaciones mentales. Es el momento en que pasa de un tipo de pensamiento ligado a lo tangible y a lo concreto, a un modo de pensar en el que ya puede hacer hipótesis, abstracciones, reflexionar sobre sus propias ideas, criticar las opiniones de los demás, tomar decisiones anticipando las consecuencias y adquirir nuevos valores.

Hasta ahora la evidencia de los procesos intelectuales se centraban y justificaban por los cambios hormonales, la producción de estrógenos y testosterona que determinan la maduración de los órganos genitales, desarrollo y diferenciación de las características propias de cada sexo, inestabilidad emocional, entre otros, y con esto se explicaban los cambios psicológicos, filosóficos y cognoscitivos, que se operan en el niño al llegar a la pubertad.

Afortunadamente la tecnología vino en nuestro auxilio y las técnicas de resonancia magnética y mapeos cerebrales, tanto en reposo como en la ejecución de tareas, han permitido nuevos descubrimientos que muestran que el cerebro tiene dramáticos cambios, al llegar a la pubertad, los cuales se prolongan hasta los primeros años de la segunda década de la vida.

El artículo de Alice Park, "Inside the adolescent Brain", publicado en junio de 2004 en la revista Time, menciona interesantes estudios realizados con adolescentes norteamericanos que ayudan a comprender los sorprendentes cambios del pensamiento en esta etapa de la vida y el porqué de muchas de sus conductas impulsivas e incluso desordenadas y rebeldes; pero también del torrente de dudas y cuestionamientos que lo invaden, la explosión de la creatividad y las emociones incontrolables, su nueva preocupación por problemas sociales, políticos o religiosos, su interés por encontrar nuevas soluciones a viejos problemas y su búsqueda de sensaciones fuertes.

Los estudios indican que el cerebro madura paulatinamente, desde la parte posterior hacia adelante, por lo que la última parte del cerebro en alcanzar el pleno funcionamiento es precisamente la parte frontal, donde se encuentran las funciones ejecutivas de planeación, organización del pensamiento, control de los impulsos, el sopesar las consecuencias de los actos, es decir, donde se ubica la importante función de poder tomar decisiones juiciosas, como por ejemplo "voy a terminar mi trabajo y después bajaré con mis amigos y saldré al cine", situación que es difícil para un adolescente, que por lo general piensa "voy a distraerme y después haré el trabajo", para darse cuenta después que ya no tiene tiempo o está muy cansado para hacerlo.

También se ha descubierto que el cuerpo calloso, conjunto de fibras nerviosas que unen el hemisferio izquierdo con el derecho y que está involucrado en la solución de problemas y la creatividad, durante la adolescencia procesa la información de forma más y más eficiente. Así se comprende cómo los chicos empiezan a cuestionarse y a buscar soluciones y su necesidad de expresarse se ve incrementada, justo en esta época en que la maduración le proporciona funciones cognoscitivas que le abren nuevos horizontes.

Igualmente, en el campo emocional se ha atribuido a los desequilibrios hormonales y fisiológicos la explosión e inestabilidad de afectos y la falta del control de los impulsos, que tienen su fondo de verdad porque se observa que las hormonas sexuales son especialmente activas en la amígdala, centro emocional del cerebro y el sistema límbico.

Por ello los adolescentes reaccionan afectivamente más rápido y tienden a buscar situaciones estimulantes donde las emociones y pasiones fluyan libremente y contribuyan a experimentar sensaciones intensas.

Esta búsqueda de estímulo pueden encontrarla en el deporte, así como los bailes y los juegos, aunque por desgracia muchos ponen en peligro su vida al estimularse cuando corren en el auto, ingieren alcohol, drogas y sustancias tóxicas que los ponen en peligro: el mecanismo de control de la parte frontal del cerebro es la última en madurar. Así mismo, en la adultez se depende más que en la adolescencia de la parte frontal para procesar la información emocional, lo que explica que reaccionen de forma más impulsiva que los adultos.