

UARICHA 2022, VOL. 20, 30 – 42
MONOGRÁFICO PSICOLOGÍA EDUCATIVA:
NUEVAS COMPETENCIAS

LAS HABILIDADES PARA LA VIDA EN ADOLESCENTES Y SU FORTALECIMIENTO, MEDIANTE UN TALLER PSICOEDUCATIVO

Life skills in adolescents and their strengthening, through a psychoeducational workshop

María Isabel López Juárez¹ ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9318-4771>

María de Lourdes Vargas Garduño¹ ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7384-3098>

María Inés Gómez del Campo del Paso¹ ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9529-4635>

¹Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (México)

RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue, mediante una intervención psicoeducativa, fortalecer las habilidades para la vida en adolescentes de preparatoria ante las situaciones de riesgo. Se utilizó la metodología cualitativa, así como un componente cuantitativo; la Escala de Actitudes y Estrategias Cognitivas Sociales (AECS) de Moraleda, González y García-Gallo (2004). El enfoque empleado fue la investigación-acción. Los participantes fueron 17 adolescentes estudiantes de preparatoria de una comunidad rural del estado de Michoacán. La investigación se llevó a cabo en dos fases: la primera, diagnóstico/exploratoria, cuyos resultados se utilizaron para el diseño del taller, se emplearon como técnicas la observación participante y las entrevistas semiestructuradas; en la segunda se implementó el taller psicoeducativo. La información obtenida se procesó a través del programa Atlas.ti, se generaron 11 categorías de análisis las cuales fueron: autoestima, comunicación asertiva, empatía, manejo de emociones y sentimientos, pensamiento crítico, solución de problemas y conflictos, toma de decisiones, relaciones interpersonales, factores de riesgo, factores de protección y plan de vida. Posteriormente se estudiaron mediante el análisis del discurso desde la perspectiva de Van Dijk. Se concluye que a partir del trabajo colaborativo con sus pares se fortalecieron y desarrollaron diferentes habilidades para la vida en los participantes. También se logró identificar las principales situaciones de riesgo, así como los factores de protección con los que cuentan. Estas habilidades adquiridas podrían eventualmente y en contextos específicos, actuar como herramientas que les permitirán enfrentarse exitosamente a las situaciones de riesgo en su vida cotidiana.

Palabras clave: adolescencia, habilidades para la vida, intervención psicoeducativa

ABSTRACT

This article presents the results of a psychoeducational intervention to strengthen the life skills of high school adolescents who face risk situations. The study used a qualitative methodology and a quantitative component, in the form of the Attitudes and Social Cognitive Strategies Scale (AECS) by Moraleda, González and García-Gallo (2004). The approach used was action research. The participants were 17 adolescent high school students from a rural community in the state of Michoacán. The research had two phases. The first consisted of a diagnostic/exploratory phase. The results of the first stage served as the basis for the design of the workshop, using participant observation and semi-structured interviews as techniques. In the second phase, the psychoeducational workshop was implemented. The information obtained was processed through the Atlas.ti program. 11 categories of analysis were generated. These were: self-esteem, assertive communication, empathy, management of emotions and feelings, critical thinking, problem solving and conflict resolution, decision making, interpersonal relationships, risk factors, protective factors and life plan. Subsequently, they were studied from the perspective of Van Dijk's discourse analysis. It was concluded that the participants' life skills were strengthened and developed through collaborative work with their peers. It was also possible to identify the main risk situations, as well as the protective factors they have. These acquired skills could eventually and in specific contexts, act as tools that will allow them to successfully face risk situations in their daily lives.

Keywords: adolescence, life skills, and psychoeducational intervention

Recibido: 30 de junio de 2022; aceptado: 5 de diciembre de 2022

Correspondencia: María Isabel López Juárez. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Francisco Villa 450, Colonia Dr. Miguel Silva, C.P. 58110, Morelia, Michoacán, México. Correo electrónico: isalopezpsic1@gmail.com

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1999) define la adolescencia como un periodo de crecimiento y desarrollo humano, el cual se produce después de la niñez y antes de comenzar la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. Constituye una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, ya que el crecimiento se da de una forma rápida y con muchos cambios, las características propias de este periodo pueden variar a lo largo del tiempo entre las culturas y dependiendo de los contextos socioeconómicos.

El contexto social actual genera diversas condiciones para los adolescentes, que propician problemáticas escolares, personales, familiares y sociales, como lo son: el alcoholismo, la drogadicción, la violencia, los embarazos no deseados y la delincuencia, por citar algunos. Ante las cuales hacen falta elementos y programas dentro del ámbito educativo, que posibiliten ofrecer una detección oportuna de las mismas, así como los conocimientos y herramientas que permitan solucionarlas, ya que en ocasiones no se considera la parte emocional y afectiva del adolescente como un componente importante y esencial dentro de su desarrollo (Macías, Madariaga, Valle y Zambrano, 2013; Hernández, Espada y Guillen, 2016; Ferrel, Veléz y Ferrel, 2014; García Menéndez, Fernández y Casta 2011; Romero, Villareal, Callejas, Sánchez y Musita 2019).

Los adolescentes son una población vulnerable, que con facilidad se ven involucrados en situaciones de riesgo, por lo cual es importante la enseñanza de las emociones como parte fundamental en su formación y conviene incluirla en los programas y contenidos educativos ya que favorece su desarrollo académico y personal (Pinto, Silva y Moore 2009). Esto se vincula directamente con la motivación y con aquello que impulsa a un adolescente a soñarse a sí mismo cumpliendo sus metas y dándole sentido a su presente.

Abordar el tema de la salud mental en la adolescencia se relaciona con factores tanto sociales como psicológicos, una forma de trabajarlo es a partir de las habilidades para la vida, ya que éstas le brindan al individuo destrezas para enfrentar las diferentes situaciones y desafíos de la vida diaria. Dichas habilidades se centran en el individuo, pero requieren del colectivo, pues se requiere atender situaciones particulares tomando en cuenta el contexto social que incluye todas las áreas del ser humano, se trabaja en el aula y también fuera del contexto educativo, es una propuesta holística de comprensión del ser humano, que puede considerarse también para la creación de políticas públicas en salud (Martínez, 2014).

Algunas problemáticas desde los ámbitos social y de salud son: el 70% de los jóvenes manifiestan haber sufrido algún tipo de violencia en la escuela en el último año; 14% han consumido una droga ilícita, 50% ingieren alcohol y 22% tiene relaciones sexuales sin protección, lo que origina un alto porcentaje de embarazos (Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación [INEE], 2017). Todas estas problemáticas desorientan la posibilidad de seguir estudiando y la trayectoria de vida.

Los resultados de la primera Encuesta Nacional de Adolescentes en el Sistema de Justicia Penal (ENASJUP, 2017) en una muestra de 3,308 adolescentes de centros de internamiento

de las 32 entidades federativas, el 39.3% de los adolescentes abandonó su hogar por lo menos una vez en su vida, esto sucedió cuando ellos tenían 14 años. El 46.7% de las mujeres adolescentes se embarazaron una vez, mientras que el 18.6% había tenido por lo menos un aborto. El 50.5% de los adolescentes en el sistema de justicia penal con medida de sanción tuvo conocimiento de que fue acusado por delitos del fuero común, mientras que 15.9% sabía que fue acusado por delitos del fuero federal.

El aumento de conductas de riesgo y psicopatología en la adolescencia es una alerta ante la cual la sociedad debe responder con acciones específicas y viables. Ante esta situación se han creado distintos programas de prevención con la intención de disminuir este tipo de comportamientos. Lo anterior ha dado como resultado poder definir algunos elementos comunes que sería importante impulsar, entre ellos: la atención en los sistemas escolares, el entrenamiento en habilidades sociales, la incorporación de los padres y de la familia en general (Páramo, 2011).

A partir de este contexto es que se plantea el desarrollo de una investigación de tipo cualitativo, en una escuela preparatoria del municipio de Álvaro Obregón, Michoacán, donde la mayoría de los adolescentes entre los 15 y los 18 años se enfrentan a problemáticas como las anteriormente mencionadas. Por ello se buscó fortalecer sus habilidades para la vida ante las situaciones de riesgo, desde un taller psicoeducativo.

Habilidades para la vida en adolescentes y posibilidades de intervención psicoeducativa

La adolescencia como un periodo de la vida, tiene su expresión característica dentro de la cultura y sociedad en las cuales se desarrolla, por lo cual esta etapa debe considerarse como un fenómeno específico dentro de la historia del desarrollo del ser humano, sin embargo, también es necesario considerar su expresión de acuerdo con las circunstancias de tipo geográficas e histórico-sociales (Aberasturi y Knobel, 1987).

Es también durante este periodo cuando se presentan problemáticas como el consumo de tabaco, alcohol, la alimentación poco sana y algunos sentimientos negativos como son la agresividad y la depresión, por lo que resulta importante poner atención en las y los adolescentes para que su manejo sea el adecuado y saludable a partir del trato psicológico por expertos en el área de salud (Solórzano, et al., 2013).

Uno de los aspectos más importantes durante la adolescencia es la relación entre pares, pues toma gran importancia durante este periodo. Arnett (2008) hace una distinción entre lo que son los pares y los amigos, diciendo que "los pares" son personas de la misma edad aproximadamente, pueden ser una red de compañeros de clase, miembros de la comunidad o compañeros de trabajo, a diferencia, los amigos son aquellas personas con las que se establece una relación recíproca, valorada, que pueden ser también de pares, pero la relación que se establece con éstos últimos es mucho más significativa.

Otra área importante es la familiar, ya que es la mejor fuente de protección, afecto y seguridad para sus miembros, por lo cual un ambiente seguro transmite al adolescente normas y valores. El producto de una constante interacción entre padres e hijos que abarque todos los aspectos de ser padres, define la calidad de la relación de éstos, un trato sano propicia la comunicación abierta, misma que provee una mejor supervisión, autonomía emocional y bajos niveles de estrés familiar (Solórzano, 2016).

Otro de los aspectos importantes del ambiente adolescente es lo referente a los entornos virtuales, como lo son las redes sociales y los videojuegos. Segovia, Mérida, Olivares y González (2016) mencionan que son lugares primordiales para los jóvenes, ya que es donde establecen amistades y relaciones, así como de experiencia para la socialización. En la actualidad los adolescentes han manifestado la preferencia por interactuar en línea con sus amigos, familiares e incluso con desconocidos. Esto podría ocasionar problemas personales como el ausentismo académico o laboral, aflicciones físicas o de salud y problemas familiares (Cook, López, y Soto, 2016).

Por otro lado, la OMS en 1999, definió las habilidades para la vida o competencias psicosociales como: “la habilidad de una persona para enfrentarse exitosamente a las exigencias y desafíos de la vida diaria”. Dichas habilidades se obtienen en el transcurso de la vida, mediante la experiencia, por medio de una preparación premeditada y a través de la imitación. Están compuestas por las formas en que reacciona un individuo, patrones de conducta, desarrollo de sus potencialidades y destrezas para participar en la vida social (Martínez, 2014), la cuales son:

El autoconocimiento, se refiere a conocer nuestros pensamientos, reacciones, sentimientos, límites, fortalezas, debilidades y valores; *la comunicación asertiva*, es la capacidad de expresar con claridad y en forma adecuada al contexto y cultura en que se vive, aquello que se siente, piensa o necesita; *la toma de decisiones*, puede definirse como la valoración de las diferentes alternativas, tomando en cuenta necesidades, capacidades, criterios y consecuencias de las decisiones que se toman; *el pensamiento creativo*, utiliza la razón, emociones, sentimientos, intuición, entre otros, para poder analizar las situaciones desde una perspectiva diferente; *el manejo de emociones y sentimientos*, se refiere a lograr mayor coherencia entre las emociones propias y las de los demás, para enriquecer las relaciones interpersonales, *la empatía*, es la capacidad de ponerse en el lugar del otro, para comprenderlo mejor y responder de forma solidaria; *las relaciones Interpersonales*, son aquellas convivencias sanas y significativas con las demás personas; *la solución de problemas y conflictos*, se refiere al manejo de las dificultades que se presentan en la vida diaria, de forma flexible y creativa; *el pensamiento crítico*, es aquel que fomenta la capacidad de preguntarse, investigar y llegar a conclusiones propias. Y, finalmente, *el manejo de tensión y estrés*, es aprender a identificar de manera oportuna, las situaciones que producen tensión y estrés y encontrar formas de eliminarlas o contrarrestarlas.

La psicoeducación es una intervención que permite tener acceso a varios individuos al mismo tiempo, con el objetivo de proporcionar información importante a nivel psicológico, mismo que propiciará que cada uno de los participantes pueda modificar sus conductas y pensamientos al procesar dicha información (Vuyky, 2019). Las intervenciones psicoeducativas individuales o grupales pueden definirse como generadoras de enseñanza-aprendizaje. Aquellas que son de carácter grupal, como una herramienta que propicia la modificación de conductas, habilidades, percepciones, actitudes, pensamientos, interacciones y creencias. El objetivo principal de una persona que participa en una intervención psicoeducativa es informarse y formarse, como resultado la persona podrá ir cambiando su manera de pensar y sentir (Farkas, Hernández, Santelices, 2009).

Las actividades de promoción crean condiciones individuales, sociales, y ambientales que permiten el óptimo desarrollo psicológico y psicofisiológico de las personas. Estas iniciativas crean espacios para los individuos que los involucra en un proceso para lograr una salud mental positiva, así como mejorar su calidad de vida (Miracco, Scappatura, Traiber, De Rosa, Arana, Lago, Partarrieu, Galarreguir, Nussold y Keegan, 2012). El objetivo principal de esta investigación fue fortalecer las habilidades para la vida en adolescentes de preparatoria ante las situaciones de riesgo, mediante una intervención psicoeducativa.

MÉTODO

La presente investigación es de tipo cualitativo, la cual se caracteriza por producir los datos descriptivos desde la perspectiva del otro, las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable (Taylor y Bogdan, 1987). Los participantes fueron 17 adolescentes de entre 16 y 18 años, 11 mujeres y 6 hombres, todos estudiantes del quinto semestre de una preparatoria del municipio de Álvaro Obregón, que es una comunidad rural del estado de Michoacán.

El enfoque utilizado fue la investigación-acción, que tiene como característica dar solución a problemáticas habituales, mejorar la calidad de vida de las personas y concientizar a los participantes. Este método promueve que no sólo los participantes, sino también los investigadores se formen como agentes de cambio (Balcázar, 2003).

Se diseñaron dos fases. En la primera se aplicó al grupo de los 17 adolescentes la Escala de Actitudes y Estrategias Cognitivas Sociales (AECS) de Moraleda, González y García-Gallo (2004), con la intención de obtener un diagnóstico general del grupo en relación a sus habilidades psicosociales. La propuesta del cuestionario social del AECS se basa en que el éxito o fracaso de los jóvenes en relación a sus interacciones sociales depende de la presencia de éstas mismas en ciertas variables cognitivas y actitudinales, de una forma constante a través del tiempo (Gómez de Campo y Fernández, 2016); cuenta con 137 ítems, organizados en 19 subescalas tipo Likert, a su vez se divide en 5 áreas o factores: Antisocial, asocial, prosocial, facilitadora e inhibidora, el puntaje va del 1 al 99, dónde las puntuaciones se sitúan en el polo bajo o en el polo alto. Las técnicas que se utilizaron para la recolección de datos cualitativos fueron la observación participante, misma que introduce al

investigador en el campo, con la intención de esclarecer relaciones abiertas en los participantes (Taylor y Bogdan, 1987); y las entrevistas semiestructuradas, que consisten en que una persona solicite información de otra sobre un tema determinado, creando una interacción verbal (Rodríguez, Gil, y García, 1999).

En la segunda fase se partió de los resultados obtenidos en la fase diagnóstica/exploratoria, así como de la información de las entrevistas, para diseñar y llevar a cabo el taller psicoeducativo de acuerdo a las necesidades del grupo conformado por 17 adolescentes de preparatoria, con el objetivo de fortalecer sus habilidades para la vida y ayudar a enfrentar las situaciones de riesgo. La duración fue de 20 horas, divididas en 10 sesiones de 2 horas cada una, impartidas una vez por semana, en las cuales se trataron los temas de autoconocimiento y autovalor, manejo de emociones y sentimientos, comunicación asertiva, relaciones interpersonales y empatía, solución de problemas, toma de decisiones y plan de vida. Se procesaron los discursos obtenidos de los participantes durante las sesiones del taller psicoeducativo mediante el programa Atlas.ti, así mismo se realizaron categorías de análisis de dicha información que se trabajaron a través del método del análisis del discurso.

RESULTADOS

En la primera fase se obtuvieron datos de la aplicación del instrumento AECS, se procesaron mediante estadística básica con el programa Excel, se tomaron como resultados significados puntuaciones mayores y menores a 50 puntos, mismos que indican lo siguiente: es un grupo que tiende a cumplir normas, promover la democracia, respetan a la autoridad, no presentan comportamientos competitivos, se muestran humildes, sencillos y sin intenciones de aprovecharse de los demás. Por otro lado, se muestran intolerantes e insensibles, con envidia, individualistas y poco solidarios.

También muestran inseguridad en las relaciones con los demás y figuras de autoridad, huyen de los problemas y temen a las consecuencias, presentan disgusto por la integración de grupos, son reservados e introvertidos, en relación a los padres los perciben como autoritarios, sienten que no respetan sus decisiones, que no los escuchan, así como una imposibilidad de expresar sus sentimientos.

Los resultados de la segunda fase se obtuvieron a partir del procesamiento de las sesiones del taller, se analizaron 11 categorías: autoestima, comunicación asertiva, empatía, manejo de emociones y sentimientos, pensamiento crítico, solución de problemas y conflictos, toma de decisiones, relaciones interpersonales, factores de riesgo, factores de protección y plan de vida.

Los aspectos que fueron revisados en la fundamentación teórica del presente estudio fueron corroborados en las realidades interactivas que se vieron en la intervención psicoeducativa. Dichos estudios se enfocan a trabajar diferentes aspectos del adolescente como las habilidades para la vida que pueden ser útiles a los jóvenes, la implementación

de talleres psicoeducativos, la identificación de los factores de riesgo y protección, los ambientes escolares, la relación con los pares y con la familia, y las adicciones, entre otros.

A partir de la implementación del taller psicoeducativo se fortalecieron y desarrollaron diferentes habilidades para la vida en los adolescentes de preparatoria, en tanto se logró informar a los participantes sobre éstas, estimular el conocimiento de sí mismos, así como de resaltar la importancia del autocuidado y el amor propio, concientizando acerca de los factores de riesgo que existen a su alrededor, interactuando desde la empatía y el respeto con sus compañeros.

Así mismo, se promovió el establecimiento de relaciones interpersonales saludables, la identificación y expresión de los sentimientos propios. El conocimiento de las redes de apoyo y la importancia de las mismas, así como de los recursos con los que cuentan, se estimuló también el pensamiento crítico y la toma de decisiones mediante la concientización de las consecuencias e implicaciones de los actos. Se lograron identificar diferentes habilidades para la vida en los adolescentes participantes, las cuales están vinculadas a la autoestima, a la empatía, al pensamiento crítico, en cierta medida al manejo de tensión y estrés, así como a la toma de decisiones, mayormente.

Las principales situaciones de riesgo a las que se enfrentan los adolescentes participantes son: la ingesta de alcohol y el consumo de drogas. Otro de los factores que se identificó se relaciona con conductas agresivas y violentas tanto verbales como físicas. El deterioro de las relaciones interpersonales se presenta también como una situación amenazante, así como la evasión de los problemas y conflictos, terminando en la pérdida del control de sí mismos. Se percibe también la falta de identificación y expresión de sentimientos como un elemento que podría desencadenar conductas no saludables, como las mencionadas anteriormente.

La percepción que los adolescentes tienen de su familia es como una fuente de apoyo principalmente, resaltando el aspecto económico como un factor de gran importancia, pues a través de éste es que tienen la posibilidad de seguir estudiando, de cumplir metas y proyectos. De igual forma, las relaciones con la familia son sinónimo de recibir seguridad y confianza, de gestionar afectos, protección social, sustento y fortaleza. Desde esta perspectiva se entiende que dicho contexto fungiría como un factor de protección para el adolescente.

Otro de los factores de protección para el adolescente está constituido por el establecimiento de relaciones de amistad, pues se encuentran asociadas a la confianza y el apoyo, así como también a la protección y defensa mutua. Se diferencia el tipo de apoyo percibido respecto a los padres, en el sentido de que el de los amigos no siempre es incondicional. El surgimiento de afecto y cariño, acompañado de la diversión, son otros de los aspectos que se ven reflejados en el establecimiento de dichas relaciones.

La realización de actividades recreativas como lo son el deporte o grupos de baile folklórico, son percibidos igualmente como agentes protectores, pues cumplen con la función de liberar estrés y generar bienestar. La religión resultó ser otro de los factores que los adolescentes participantes perciben como una práctica importante que los hace sentirse protegidos, cuidados y seguros, pues al ser una actividad que se genera a través de la familia, termina siendo una forma de apoyo.

El desarrollo del taller psicoeducativo motivó a los participantes a plantearse metas de vida, trabajando en términos de planificar su ruta profesional y personal, donde se promovió la importancia de tener objetivos, metas, planes y deseos, ya que clarificar los mismos proporcionó la motivación sobre su futuro. Esta actividad a su vez generó en los participantes la conciencia de la relevancia de la toma de decisiones en el presente.

Aunado a lo anterior, durante la implementación del taller se observó que la noción de autoestima en los participantes se encuentra asociada a la capacidad de relacionarse con otras personas. Se pudieron percibir también diferencias de género en relación a la expresión de sentimientos, siendo las mujeres quienes manifestaron mayor facilidad para realizarlo, mientras que en los hombres se relaciona con el consumo de alcohol.

Durante las diferentes actividades implementadas en las sesiones del taller psicoeducativo, se pudo observar la ejecución de todas las habilidades para la vida, la integración progresiva del grupo, la confianza entre los miembros, el análisis de la información compartida, el apoyo mutuo, la solidaridad y el aprendizaje.

DISCUSIÓN

De acuerdo con Bisquerra (2003), los factores de protección del adolescente tienen que ver con las características personales del joven, competencias emocionales y sociales y los factores ambientales, como un contexto de apoyo, desarrollo social y emocional. Sin embargo, los resultados de la presente investigación muestran en los participantes que la religión resultó ser uno de los factores que los adolescentes perciben como una práctica importante que los hace sentirse protegidos, cuidados y seguros, dicha actividad se genera a través de la familia, siendo un espacio que les proporciona seguridad. Otros de los factores de protección que consideran importantes, son la práctica del deporte o grupos de baile folklórico, ya que también se perciben como agentes protectores, y les ayuda a liberar estrés y generar bienestar.

En relación a las amistades, Arnett (2008) menciona que ante los conflictos éstas son el primer recurso para los adolescentes, sin embargo, en los resultados de la presente investigación los participantes afirman sentir el apoyo de los amigos, pero se diferencia el tipo de apoyo percibido respecto a los padres, en el sentido de que el que viene de los amigos no siempre es incondicional, mientras que el de los padres sí lo perciben así, saben que siempre pueden contar con ellos.

Luna, Laca y Mejía (2011) y Luna (2012) señalan la importancia que tiene la familia durante la adolescencia, pues se considera uno de los principales aspectos del bienestar subjetivo y ayuda emocional, aspectos que se confirman en los resultados de esta investigación, aunque los participantes de este estudio recalcan principalmente el aspecto económico de parte de sus padres como un factor muy importante, pues a través de ese apoyo es que tienen la posibilidad de seguir estudiando, de cumplir metas y proyectos.

Si bien los resultados muestran posibilidades de fomento en las habilidades para la vida en los adolescentes participantes de este estudio, como un agente de protección ante las situaciones de riesgo, siguen siendo datos que no pueden generalizarse, y que en posteriores intervenciones se deberán considerar las condiciones estructurales alrededor de dichas poblaciones, como las económicas, políticas, culturales, y sociales, entre otras. Así mismo, los factores de riesgo para los adolescentes tendrán que ver con dichas condiciones y sus especificidades en cada lugar. La prevención e información se podría implementar en los ámbitos educativo, social e institucional y en las condiciones de vida que se ofrecen socialmente para los jóvenes.

Conflicto de interés

Los autores declaran que no existe conflicto de interés en la realización del estudio, ni en ninguno de los procesos vinculados a su publicación.

REFERENCIAS

- Aberasturi, A. y Knobel, M. (1987). *La adolescencia normal*. Paidós.
- Arnett, J. (2008). *Adolescencia y adultez emergente*. Pearson Educación. https://www.academia.edu/11981121/Adolescencia_y_Aduldez_Emergente_Un_Enfoque_Cultural_-_Jeffrey_Jensen_Arnett_-_3ed
- Balcázar, F. (2003). Investigación acción participativa (IAP): Aspectos conceptuales y dificultades de implementación. *Fundamentos en Humanidades*, 7(8), 21-41. <http://www.redalyc.org/pdf/184/18400804.pdf>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Cook, M., López, D. y Soto, A. (2016). Implicaciones del abuso de internet en la depresión e identidad de los adolescentes mexicanos. *PsicoEducativa: Reflexiones y Propuestas*, 2(4), 66-74. <https://psicoeducativa.edusol.info/index.php/rpsicoedu/article/view/49/147>
- Farkas, C., Hernández, B., Santelices, M. (2009). Análisis de momentos de cambio en el proceso terapéutico adelantado bajo la modalidad de un taller grupal psicoeducativo con embarazadas primigestantes. *Universitas Psychologica*, 9(2), 409-422. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1657-92672009000200009&script=sci_abstract&tlng=es
- Ferrel, F., Vélez, J., Ferrel, L. (2014). Factores psicológicos en adolescentes escolarizados con bajo rendimiento académico: depresión y autoestima. *Revista Encuentros*, 12(2), 35-47. <http://www.scielo.org.co/pdf/encu/v12n2/v12n2a03.pdf>
- García-Vega, E., Menéndez, E., Fernández, P. y Cuesta, M. (2011). Sexualidad, Anticoncepción y Conducta Sexual de Riesgo en Adolescentes *International Journal of Psychological Research* 1(5), 79-87. <https://www.redalyc.org/pdf/2990/299023539010.pdf>
- Gómez del Campo, M. I. y Fernández, I. (2016). Evaluación de Actitudes sociales en estudiantes de primer ingreso a Psicología. *Investigación y Práctica en Psicología del Desarrollo*, 2, 127-137.
- Hernández, O., Espada, J. y Guillen, A. (2016). Relación entre conducta prosocial, resolución de problemas y consumo de drogas en adolescentes. *Anales de Psicología*, 32(2), 609-616. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.32.2.204941>

- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2017). *Resultados de la primera Encuesta Nacional de Adolescentes en Justicia Penal (ENASJUP)*.
<http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/EstSegPub/ENASJUP2017.pdf>
- Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación. (2017). *La educación obligatoria en México 2017*.
<http://publicaciones.inee.edu.mx/buscadorPub/P1/I/242/P1I242.pdf>
- Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación. (2017). *La educación media superior como cimiento de un proyecto de vida*.
<https://www.inee.edu.mx/624-blog-de-la-gaceta-mayo-2017/articulos-gaceta-mayo-2017/2800-la-educacion-media-superior-como-cimiento>
- Luna, A. (2012). Funcionamiento familiar, conflictos con los padres y satisfacción con la vida de familia en adolescentes bachilleres. *Acta Colombiana de Psicología*, 15(1), 77-85.
<https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/699/1/v15n1a08.pdf>
- Luna, A., Laca, F. y Mejía, J. (2011). Bienestar subjetivo y satisfacción con la vida de familias en adolescentes mexicanos de bachillerato. *Psicología Iberoamericana*, 19(2), 17-26.
<https://www.redalyc.org/pdf/1339/133921440003.pdf>
- Macías, M., Madariaga, C., Valle, M. y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145.
<http://www.redalyc.org/html/213/21328600007/>
- Martínez, V. (2014). Habilidades para la vida: una propuesta de formación humana. *Itinerario Educativo*, 28 (63), 61-89.
https://www.researchgate.net/publication/308041464_Habilidades_para_la_vida_una_propuesta_de_formacion_humana
- Miracco, M., Scappatura, M., Traiber, L., De Rosa, L., Arana, F., Lago, A., Partarrieu, A., Galarregui, M., Nuschold, P. y Keegan, E. (2012). *Perfeccionismo en la universidad: talleres psicoeducativos, una intervención preventiva*. IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional XIX Jornadas de investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
<https://www.aacademica.org/000-072/290>
- Moraleda, M., González, A., García-Gallo, J., (2004). *Actitudes y estrategias cognitivas sociales. Manual*. TAD.
- Organización Mundial de la Salud. (1999). https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

- Páramo, M. (2011). Factores de riesgo y factores de protección en la adolescencia: análisis de contenido a través de grupos de discusión. *Terapia Psicológica*, 29 (1), 85-95.
<http://www.redalyc.org/pdf/785/78518428010.pdf>
- Pinto, M., Silva, A. y Moore, I. (2009). Características psicosociales de los adolescentes yucatecos con y sin conducta suicida. *Educación y Ciencia*, 1(1), 71-88.
<http://www.educacionyciencia.org/index.php/educacionyciencia/article/view/240/pdf>
- Rodríguez, G., Gil, J. y García, E. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa*. Aljibe.
- Romero A., Villarreal G., Callejas J., Sánchez, S. y Musitu, G. (2019). La violencia relacional en la adolescencia: un análisis psicosocial. *Psicología y Salud*, 29 (1), 103-113.
[eSearchgate.net/publication/330710060_La_violencia_relacional_en_la_adolescencia_un_analisis_psicosocial_Relational_violence_in_adolescence_A_psychosocial_analysis](https://www.researchgate.net/publication/330710060_La_violencia_relacional_en_la_adolescencia_un_analisis_psicosocial_Relational_violence_in_adolescence_A_psychosocial_analysis)
- Segovia, B., Mérida, R., Olivares, M. y González, E. (2016). Procesos de socialización con redes sociales en la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Tecnología Educativa*, 15 (3), 155-167. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5766448>
- Solórzano, F., Narváez, A., Alvarado, G., Silva, X., Guerrero, J., Perafán K., Santana, J., Ledesma, P., Torres, S., Dib-Fayad, S., Borbor, M., Romero, E. y Proaño, C. (2016). La familia y los amigos como riesgo de consumo de alcohol en los adolescentes. *Revista Ciencia UNEMI*, 9 (17), 85- 91.
<http://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/3131>
- Solórzano, M., Arellano, A., Cruz, B., Flores, J., Mejía, A., Nava, M., Sánchez, I. y Zúñiga, G. (2013). Estilos de vida en los adolescentes de nivel medio superior de una comunidad semiurbana. *Revista Científica Eureka*, 10(1), 77-85.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S222090262013000100009&script=sci_abstract&lng=es
- Taylor. S. y Bogdan, R. (1987). *Introducción a los Métodos cualitativos de Investigación*. Paidós.
- Van Dijk, T. (2003). *Ideología y Discurso*. Ariel Lingüística.
- Van Dijk, T. (Compilador). (2000). *El discurso como estructura y proceso*. Gedisa.
- Ting-Toomey, S., Troutman, D., Smitherman, G. y Van Dijk, T. (2000). Discurso, filiación étnica, cultura y racismo. En T. Van Dijk (compilador). *El discurso como interacción social*. Gedisa.
- Vuyky, M. (2019). Talleres psicoeducativos para desarrollo del talento: Evaluación de una intervención psicosocial piloto para

estudiantes con talento matemático. *Revista Talento, Inteligencia y Creatividad*, 5(11), 31-42.

https://www.cucs.udg.mx/talineng/sites/default/files/adjuntos/06_11/06_Talleres.pdf



Esta obra está bajo la licencia internacional Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObrasDerivadas 4.