

1. Valoración de las fases de desarrollo personal: etapas en el desarrollo infantil y juvenil, desarrollo integral en infancia, adolescencia y juventud.

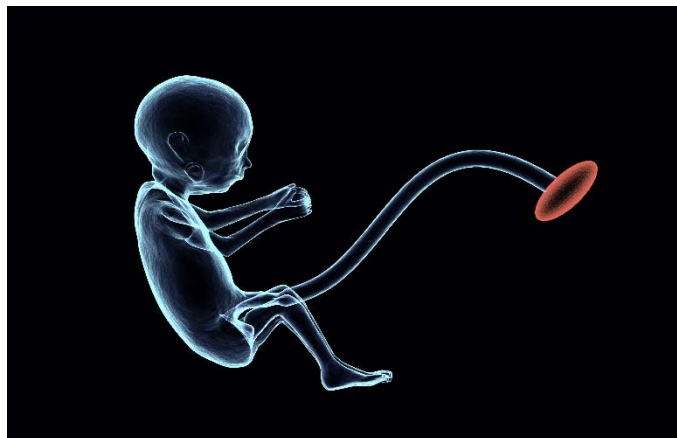
Llamamos desarrollo humano a la evolución que sufre el ser humano durante su vida desde su concepción y nacimiento hasta su fallecimiento.

Se suelen diferenciar siete etapas o fases de crecimiento en la vida del ser humano empezando desde la concepción hasta su fallecimiento.

1.1. Etapas en el desarrollo infantil y juvenil.

Las siete etapas o periodos de la vida del ser humano ordenadas son las siguientes, aunque nos centraremos más en la infancia y juventud:

- Etapa prenatal: La etapa o fase prenatal es la primera de las etapas dentro del desarrollo del ser humano y precede a la infancia. También se le denomina fase de la vida intrauterina o etapa de desarrollo intrauterino. Es la que se desarrolla en el vientre



materno en el periodo también llamado embarazo. Transcurre desde la concepción o fecundación del nuevo ser (unión de las células sexuales femenina y masculina, el óvulo y el espermatozoide) hasta su nacimiento en el parto.

Desde el momento de la concepción ya están determinadas todas sus características físicas, como el color de pelo, el sexo, la estructura ósea, etc.

Esta etapa es la base de todas las demás. Se está gestando el futuro de su personalidad y todo lo que pase dentro y fuera del vientre va a dejar huella en su ser.

- La infancia:



- Va desde el nacimiento hasta los 6-7 años de edad.
- El bebé tiene una cabeza desproporcionada en relación con su cuerpo.
- Duerme la mayor parte del tiempo, momento en que los órganos se forman.
- Aparecen los primeros

actos reflejos (succión del pecho de la madre, contracción pupilar, reacción a sonidos fuertes...)

- Realiza movimientos espontáneos como retorcer el cuerpo y agitar brazos y piernas que van acompañados de reacciones emocionales de agitación y excitación.
- A los 3 meses y medio ya puede coger un objeto perfectamente y alrededor de los 15 meses ya camina solo.
- Comienza el desarrollo de la inteligencia.
- Se hace más eficaz el aprendizaje ya que el cerebro tiene mucha plasticidad.
- El juego y la fantasía juegan un papel predominante en esta etapa de ahí que al niño le gusten las fábulas, cuentos y leyendas.

En esta etapa está muy presente el egocentrismo, esto es, todo gira en torno al “yo” del niño y no es capaz de distinguir entre su propio punto de vista y el de los demás.

- La etapa de la Niñez:

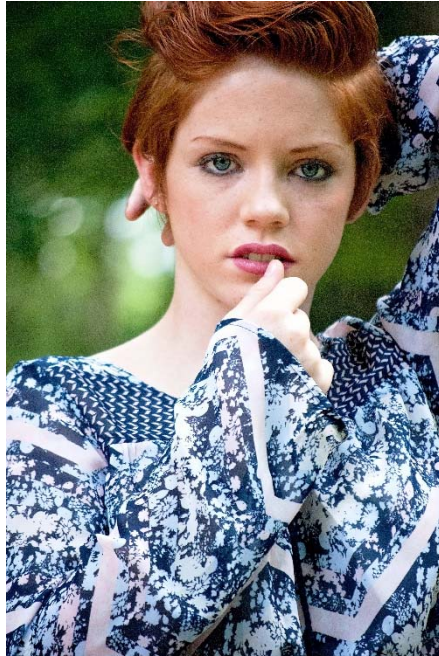
- Va desde los 6-7 años hasta los 12 años aproximadamente.
- Coincide con el ingreso del niño en la escuela lo que da pie al desarrollo de las funciones sociales, afectivas y cognitivas como la memoria y el razonamiento.



- Aflora la interioridad del niño.

- El niño se vuelve más objetivo y no tan egocéntrico.
- Es más firme en cuanto a sus emociones.
- Es tremendamente imitativo, por lo que es esencial transmitirle un buen ejemplo.

- La etapa de la Adolescencia:



- Comprende desde los 12 años aproximadamente hasta los 20 años.
- Esta etapa es el puente de la niñez hasta la adultez y por ello implica muchos cambios.
- Se produce una intensa actividad hormonal.
- Primera menstruación para mujeres y primera eyaculación para hombres.
- Aumento de estatura, aparición de senos y caderas, mayor fuerza muscular, cambio de voz...
- Hay una gran intensidad de emociones y sentimientos.
- Cambios de humor, repentinos y drásticos.
- Existe mucha curiosidad sexual.
- Necesidad de independizarse emocionalmente de los padres.
- El grupo de iguales es su punto de referencia.
- Su mayor preocupación es la diversión.
- Conforme llega al final de la etapa, madura el razonamiento siendo más lógico y racional.
- Es capaz de elaborar teorías abstrayendo las circunstancias y elaborando hipótesis que las afirmen o desmientan.
- Descubrimiento y formación de valores y principios políticos, religiosos y sociales
- Mayor contacto y con la sociedad y sus problemas.
- Son habituales los problemas de entendimiento y comunicación con los padres.
- Búsqueda de identidad propia a través de experimentar cosas nuevas.
- Comienzan a desarrollarse sentimientos de lealtad, honestidad, sensibilidad y justicia.

- La etapa de la Adulthood: Es la etapa comprendida entre los 20 y los 65 años de edad aproximadamente; de los 20 a los 25 años se da la Adulthood Joven o juventud, donde:

- Mayor tranquilidad con respecto a la adolescencia.
- La personalidad se presenta más firme y segura.
- El joven es capaz de orientar su vida e integrar todos los aspectos de su personalidad.
- El exceso emocional disminuye y se da una visión más clara y objetiva de la realidad.
- Deja de ser inconformista y pasa a ser un rebelde sano.
- Asume la responsabilidad de sus actos.
- El joven se orienta hacia una profesión.
- Se plantea su propio futuro y proyecto de vida.
- Las emociones son más reales y sentidas, como el amor, el engaño...



La Adulthood propiamente dicha va desde los 25 años hasta los 65, donde:

- Se da la plenitud biológica y psíquica.
- La persona se adapta por completo a la vida social y cultural y ejerce plenamente su actividad profesional
- formación de uniones sentimentales.
- Creación de una familia.
- Es capaz de reconocer sus habilidades y limitaciones, lo que le otorga una visión objetiva y realista emocional y mentalmente estable.
- En el último periodo de la adulthood se da la menopausia en la mujer.

- La etapa de la Vejez:
 - Es la etapa final de la vida y se inicia aproximadamente a los 65 años.
 - Pérdida de fuerza física y mental.
 - Reducción de capacidades y habilidades físicas.
 - Menor capacidad visual y auditiva.
 - Dificultades circulatorias.
 - Disminución del funcionamiento de los órganos internos.
 - Poca plasticidad cerebral, que implica la dificultad para aprender cosas nuevas.
 - Disminución de la estatura y de masa muscular.
 - Retraimiento de encías.
 - La actividad del Sistema Nervioso se ve reducida.
 - La piel pierde elasticidad y provoca arrugas.
 - Deterioro de funciones intelectuales como la memoria y la inteligencia.
 - El corazón bombea aproximadamente un 8% menos de sangre al cuerpo.
 - Reducción de la capacidad pulmonar.
 - Los rasgos de personalidad se modifican presentando una actitud predominantemente conservadora y opuesta a los cambios.



1.2. Desarrollo integral en infancia, adolescencia y juventud.

En el ámbito de la animación sociocultural el desarrollo integral de la persona en educación es poder lograr en niños, adolescentes y jóvenes un descubrimiento y una evolución en todas las áreas de su vida. Esto implica no solo aprender las materias intelectuales, sino también las áreas física, social, emocional y espiritual.

1.2.1. Infancia.

1.2.1.1. Desarrollo físico y motor en la infancia.

El desarrollo físico consiste en los cambios en la estatura y las proporciones corporales del individuo; en cuanto a las proporciones corporales, no crecen al mismo tiempo, existen etapas donde se da más el crecimiento de una de las proporciones, siendo de la siguiente manera: de la concepción al nacimiento, es la cabeza, del nacimiento al año, el tronco, y del año a la pubertad, las extremidades, y en la adolescencia nuevamente el tronco sufre cambios; de esta manera el cuerpo poco a poco va transformándose de niño a adulto.

En la vida del ser humano existen dos tipos de cambios físicos, uno rápido y uno lento, siendo el rápido en dos etapas de la vida, en la prenatal y la adolescencia, y el lento en otras dos, en la infancia y la adultez.

Tanto el desarrollo físico como el motor siguen unas leyes que son la cefalocaudal, que indica que el desarrollo se presenta de arriba hacia abajo, he ahí porque la cabeza es la primera en desarrollarse y también en controlar su movimiento; la otra ley es la próximodistal, haciendo referencia que el crecimiento se inicia en el centro del cuerpo y se mueve hacia las extremidades, lo cual explica por qué, en cuanto al desarrollo motor, primero controlan el tronco y brazos y después manos y dedos, y en el físico después del tronco, las extremidades.

Una característica relevante en la edad de 0 a 2 años es la mielinización de las neuronas; bien es cierto que el cerebro se forma en la etapa prenatal, pero continua desarrollándose después del nacimiento, por eso es importante que en los primeros meses del bebé se tenga mucho cuidado con su cabecita, cualquier golpe o zarandeo puede provocar algún daño neurológico. Volviendo a la mielinización, las primeras vías que se mielinizan son las visuales; otro cambio cerebral importante es el aumento de las conexiones dendríticas, originando un aumento de conexiones neuronales propiciando una mejor sinapsis, para lo cual la información es más precisa en su transmisión, también el córtex frontal se especializa, el cual está implicado en el movimiento voluntario y el pensamiento. Todos estos cambios coadyuvan a que el niño controle sus movimientos y así desaparecen algunos reflejos, además de preparar al organismo para el desarrollo cognitivo.

Entre los 2 y 6 años, se siguen presentando cambios a nivel cerebral, sigue aumentando el número y tamaño de las terminaciones nerviosas y los receptores y el neurotransmisor dopamina aumenta considerablemente en su producción.

En la edad de 6 a 11 años lo más relevante en cambios físicos, además de que las extremidades se proporcionan con el tronco, es la osificación de los huesos, aunque todavía son flexibles a la presión, son menos que los de los bebés.

El desarrollo motor, es el control que el niño va adquiriendo sobre su propio cuerpo. La motricidad se divide en gruesa que es la coordinación de movimientos amplios, involucrando cabeza, tronco, brazos y piernas y fina que es la coordinación de movimientos más precisos donde intervienen manos y dedos. El desarrollo psicomotor es el control de los movimientos corporales mediante la coordinación de estructuras cerebrales, nervios y músculos. El desarrollo psicomotor es básico en la vida del individuo porque le ayuda a tener mejor socialización, ser independiente, puede autoentretenerse, mejora su autoconcepto y además, le sirve de catarsis emocional.

La psicomotricidad otorga grandes beneficios al individuo, a nivel motor, le permitirá al niño controlar su movimiento corporal, a nivel cognitivo, permite la mejora de la memoria, la atención, concentración y la creatividad del niño, a nivel socioafectivo permitirá al niño a conocer y afrontar sus miedos, así como relacionarse efectivamente con los demás.

La psicomotricidad consta de varios elementos como son el esquema corporal, el cual consiste en el conocimiento y relación mental que tiene el individuo de su propio cuerpo. La lateralidad, que es el predominio funcional de una parte del cuerpo, determinado por la supremacía de un hemisferio cerebral. La estructuración espacial, es la capacidad del ser humano para mantener la constante localización del propio cuerpo. Tiempo y ritmo, es la capacidad del niño de coordinar movimientos bajo cierto orden temporal. Para que estos elementos se realicen correctamente, es preciso de ciertas conductas motrices base como son: tono muscular, es el estado permanente de ligera contracción de los músculos estriados; equilibrio, capacidad de mantener la estabilidad mientras se realizan actividades motoras, coordinación, es la integración de las diferentes partes del cuerpo en un movimiento ordenado y con el menor gasto de energía posible; disociación motriz, es la capacidad para controlar por separado cada segmento motor sin que entren en funcionamiento otros segmentos que no están implicados en la ejecución de la tarea. Cuando los niños presentan problemas en su psicomotricidad, es factible que se originen trastornos de aprendizaje, sobre todo en los específicos relativos a la adquisición de la lectoescritura, donde principalmente la lateralidad tiene un papel relevante.

El desarrollo motor consta de tres fases durante la infancia, siendo ésta gradual:

- Primera fase: abarca del nacimiento hasta aproximadamente 6 meses, se caracteriza por los actos reflejos, en especial el de succión, el cual desaparece alrededor de los 3 meses. Los reflejos poco a poco se convierten en movimientos voluntarios, gracias al ejercicio.

- Segunda fase: abarca aproximadamente de los 6 meses hasta los 4 años, se caracteriza por la organización de los nuevos movimientos, a estos se integra la elaboración del espacio y el tiempo.
- Tercera fase: abarca aproximadamente de los 4 a los 7 años, se caracteriza por la automatización de los movimientos.

Los principales logros a nivel motriz entre los 0 y 2 años, en cuanto a motricidad gruesa son el control postural y el aprender a andar, y en motricidad fina en agarrar y jalar. De 2 a 6 años a desarrollar la lateralidad principalmente y en adelante a perfeccionar lo ya adquirido. Entre los 6 y los 11 o 12 años, la etapa escolar, si no se han desarrollado adecuadamente estos elementos motrices, es cuando se presentan los problemas de aprendizaje, los cuales para ser atendidos a tiempo es preciso que se identifiquen en los tres primeros años de la educación primaria.

1.2.1.2. Desarrollo cognitivo en la infancia.

El desarrollo cognitivo son los cambios que se presentan en el pensamiento, el intelecto y el lenguaje.

Uno de los teóricos que se han abocado al estudio de los aspectos cognitivo es Piaget, donde de acuerdo con su teoría el desarrollo cognitivo se divide en etapas secuenciales, siendo la primera la sensoriomotora, que va de 0 a 2 años, en ésta el niño aprende a través de los sentidos, combinándolos con actividades motrices, la percepción visual juega un papel importante aquí, ya que el niño a través de esto puede lograr una coordinación visomotriz. En la etapa preoperacional que va de los 2 a los 6 o 7 años, donde el niño representa el mundo con imágenes y palabras, hay un desarrollo del pensamiento y el lenguaje. La etapa de las operaciones concretas que va de los 7 a los 11 o 12 años, aquí el niño utiliza el razonamiento pero con base a eventos concretos y la última, la de operaciones formales que inicia en la adolescencia y continua durante la etapa adulta y ya el individuo es capaz de razonar de manera abstracta y lógica. Para Piaget, la manera en que el individuo incrementa sus conocimientos y por consiguiente se desarrolla su intelecto es a través de dos procesos que son la asimilación, que consiste en la incorporación de nueva información, pero como esta información puede generar conflicto con la anterior, se presenta otro proceso que es la acomodación, donde se ajusta la nueva información a la previa, de esta manera el niño a lo largo de su vida escolar, que es el ambiente propicio mas no el único para el desarrollo cognitivo, debe ir pasando por estos procesos continuamente si en realidad quiere crecer en este aspecto.

En cuanto al desarrollo del lenguaje, los primeros indicios de éste es el llanto, de ahí siguen los balbuceos que dan la pauta para las primeras palabras. El lenguaje tiene dos aspectos el expresivo o de producción y el receptivo o de comprensión, y es precisamente este último el primero en presentarse en el individuo, ya que antes de que pueda emitir sus primeras palabras, el niño ya reacciona ante los estímulos auditivos que vienen de los que le rodean. A los dos años el niño ya es capaz de emitir algunas palabras y podría decirse que ya habla, después de los dos años solo se incrementa este lenguaje y se empiezan a adquirir las reglas del mismo, y al entrar a la escuela, que es a los 6 años, se inicia con la adquisición del lenguaje lectoescritor, con todas las reglas que esto implica.

Cabe mencionar que al igual que en la adquisición y el desarrollo de cualquier habilidad, el papel de los padres en la cognición y el lenguaje es imprescindible. Haciendo referencia al lenguaje, a menos que haya algún defecto congénito que impida el desarrollo del mismo, el individuo tiene las bases biológicas para que se produzca, pero si no es estimulado, tardará en presentarse o no lo hará; es importante que los padres o los cuidadores les hablen a los bebés para que a la vez que escuchan los sonidos, observan el movimiento de la boca, decir palabras no basta con el sonido, para que el sonido salga como debe ser, el movimiento de los labios y lengua debe ser el adecuado, ya que cada fonema tiene una posición determinada, así encontramos fonemas labiales, dentales, paladares, etc.

1.2.1.3. Desarrollo social en la infancia.

El desarrollo social es muy importante en el individuo, ya que no se encuentra solo en este mundo, desde el momento en que nace forma parte de grupos, siendo la familia el primero, de ahí en adelante pertenecerá a otros más, escolar, religioso, de amigos, entre otros; por ser la familia su primer grupo, obviamente son sus primeros agentes socializadores, por lo que es importante que el ambiente que les brinden sea el propicio para sentar las bases de su socialización con los demás grupos; la manera en que traten al niño en casa es como irá desarrollando su autoestima, autoconcepto y autoimagen, y es la que proyectará en sus nuevos grupos, lo cual no quiere decir que no pueda desenvolverse de otra manera, ya que sí es importante y relevante el trato de la familia, en cómo te hicieron, pero cada quien es dueño de su vida y por sí mismo, o a través de otros agentes, esta percepción que se tiene sobre sí mismo puede cambiar. La teoría psicosocial de Erik Erikson explica cómo el individuo para desarrollarse socialmente, pasa por una serie de etapas donde se vive tareas confrontadas con crisis, las cuales no tienen propiamente que ser nocivas, al contrario, entre más las enfrente, más sano será su desarrollo, desde su punto de vista, estas crisis sin únicamente periodos vulnerables, es normal que para alcanzar una estabilidad se pase por un lapso

de inestabilidad. La teoría de Erikson consta de ocho etapas, porque para él toda la vida se está enfrentando tareas por resolver; por cuestiones del tema que es la infancia, sólo se hará referencia a las primeras cuatro, que son las que abarcan la etapa de la niñez.

La confianza frente a la desconfianza, es la primera etapa y abarca el primer año de vida, cuando el niño requiere de cuidados totales porque aún no puede valerse por sí mismo; si los cuidadores le proporcionan al niño las atenciones y cuidados que requiere, como atender sus demandas cuando tiene hambre, está mojado o cualquier otra necesidad, éste sabrá y sentirá que es amado y protegido, y por ende que este mundo es seguro y se puede vivir en él; caso contrario, si es un niño al que se le descuida, por negligencia, descuido o cualquier otro factor los cuidadores no atienden sus demandas, si lo dejan llorar, se sentirá desprotegido, desvalido y la conducta que ostentará será de recelo, y difícilmente confiará en alguien, lo que este niño está internalizando es que no debe confiar en nadie, porque en nadie, encontrará apoyo.

La autonomía frente a la vergüenza y la duda, segunda etapa que transcurre entre los 1 y 3 años. Si el niño llega a esta etapa confiando en sus cuidadores, poco a poco descubrirán que tienen una individualidad y que pueden realizar cosas por sí mismo, y asimismo lo pondrán en práctica intentando hacer algunas tareas por sí mismo, lo típico es que tratan de vestirse solos, comer solos e intentar nuevas cosas, al ser reforzados en sus intentos, estos niños afirmarán su sentido de autonomía e independencia, pero si por el contrario, son castigados en sus intentos, si se les inhibe duramente, el sentimiento que desarrollaran es de vergüenza y dudarán de su capacidad, ¿Qué pasará en adelante?, con base a este sentimiento el individuo se mostrará tímido, inseguro, incapaz de emprender algo por el temor de ser censurado, y como el grupo seguro que sigue es la escuela lo más seguro es que su desempeño no sea adecuado, porque siempre estará con el temor de decir nada por temor a equivocarse y ser castigado, o tal vez no a equivocarse, simplemente a que no sea aceptado lo que aporta.

La iniciativa frente a la culpa, abarca la etapa preescolar, de 3 a 5 años, el mundo social del niño se amplía y con ella los desafíos, para poder enfrentarlos se requiere de un comportamiento activo, se espera del infante mayor responsabilidad en todo, en su conducta, sus juguetes, sus tareas; para ser responsables es necesaria la iniciativa, si esta no existe, la irresponsabilidad se hará presente y el sentimiento generado será de culpa, y más grande será si esta irresponsabilidad es castigada duramente. Desde la postura de Erikson esta etapa no es tan complicada porque la culpa se compensa fácilmente con un sentimiento de realización, añadiendo un poco y haciendo referencia a lo ya tratado en relación a los tipos de padres y la influencia que ejerce sobre el desarrollo de sus hijos, esto es posible si los padres son democráticos, ya que sabrán conducir a sus hijos sabiamente sin dañarlos, los castigos a su irresponsabilidad serán aplicados de manera congruente a la magnitud de la falta, sin ser coercitiva.

La productividad frente a la inferioridad, cuarta y última etapa que abarca la infancia, va de los 6 a los 12 años aproximadamente, lo que corresponde a la etapa escolar. La iniciativa mucho les ayuda a experimentar nuevas cosas, y la escuela representa una gran oportunidad para ello, la adquisición de nuevos conocimientos, el desarrollo de habilidades intelectuales, son las experiencias que ahora vive el niño, la imaginación, la creatividad, está en todo su esplendor y la energía y atención del mismo está centrado en esto, y aquí es tarea principalmente de los maestros alentar estas acciones de productividad, pero también de los padres, éstos nunca dejarán de ser partícipes del desarrollo de sus hijos; si el niño no logra llevar a cabo sus actividades productivas, ya sea porque se le inhibe o no se le refuerza, o simplemente no se atreve, lo que desarrollará es un sentimiento de inferioridad por creerse incompetente e improductivo.

El desarrollo social aparte de tener sus propias tareas para que se realice adecuadamente, también se ve afectado cuando el desarrollo de las otras áreas no es óptimo, por ejemplo, si un niño tiene algún defecto físico o discapacidad, su autoestima estará deteriorada y manifestará sentimientos de inferioridad, inseguridad y timidez, y más si los padres no los aceptan; cuando un niño con discapacidad ya sea visual, motriz, auditiva, etc., es aceptado por los padres, lo tomará con naturalidad, finalmente así conoció al mundo, pero si le hacen ver que es diferente, el resultado será lo que ya se mencionó.

1.2.2. Adolescencia.

1.2.2.1. La pre-adolescencia: desde los 8 hasta los 11 años.

- Cambios físicos.
Crecimiento desigual de huesos, músculos y órganos puede dar una apariencia algo torpe.
Supone el inicio de la pubertad para la mayoría.
- Fase cognitiva.
Pensamientos lógicos y tendencia a despreciar pensamientos imaginativos de la infancia.
Capacidad para acumular grandes conocimientos y aplicar nuevos conceptos. Mayor interés para aprender habilidades de vida (cocinar, reparar).
- Desarrollo moral.
Egocéntrico en general, aunque ya tiene conciencia. Comprende los conceptos lo que es justo y la negociación. No siempre se ve reflejada su capacidad moral en su comportamiento.

- Concepto de sí mismos.
En gran medida influido por las relaciones con los miembros de su familia, profesores y cada vez más, por sus compañeros. Muchos niños tienden a imitar el estereotipo masculino. El auto-imagen de muchas niñas puede sufrir con la llegada de la pubertad.
- Características psicológicas.
Mayor afán de hacer planes y cumplir con objetivos. Tendencia a ser desorganizados.
- Relaciones con padres.
Relación de afecto y dependencia de ambos padres. Deseo de participar más en decisiones que les afecta. Tendencia a discutir sobre tareas, deberes, y orden. Conflictos con hermanos.
- Relaciones con compañeros.
Eligen amigos con mismos gustos y aficiones. Niñas tienden a tener menos amigas más íntimas que niños. En esta etapa se forman pandillas de amigos que pueden excluir a otros niños.

1.2.2.2. Segunda etapa de la adolescencia: desde los 11 hasta los 15 años.

- Cambios físicos.
Llegada de la pubertad con velocidad distinta dependiendo de cada adolescente. Aumento de apetito en épocas de crecimiento. Necesitan dormir más. Desarrollo de los órganos sexuales, cambios en la voz, posible olor corporal.
- Fase cognitiva.
Desarrollo de nuevas capacidades para ver las cosas en términos relativos y abstractos y para pensar. Sentido de humor puede estar más centrado en la ironía y el sexo. Época de mayor conflicto con padres
- Desarrollo moral.
Tendencia hacia el egocentrismo. Buscan la aprobación social de sus compañeros. Aunque entienden los conceptos relacionados con el orden social, a esta edad suelen cuestionar ciertos principios sociales, morales y/o éticos, a veces sobre todo los que tienen los padres.
- Concepto de sí mismos.
Depende de cómo aceptan los cambios que ocurren durante la pubertad. Tendencia a conformarse con estereotipos de hombre o mujer. Preocupación con problemas de peso, piel, altura y el aspecto físico en general.
- Características psicológicas.
Atención centrada en sí mismo. Preocupación por la opinión de otros. Necesitan más intimidad en el hogar.

Sufren cambios muy fuertes de humor y pueden pasar de la tristeza absoluta a la alegría desbordada en cuestión de horas, sin saber muy bien por qué.

Tendencia a olvidar todo.

- Relaciones con padres.

Suele ser la etapa de mayor conflicto con los padres mientras buscan una identidad propia dentro de la familia más allá que la del niño o la niña de antes. Busca más compañía de sus compañeros. Rechaza a veces muestras de cariño, aunque las sigue necesitando. Deseo de tomar sus propias decisiones y rebelar contra las limitaciones de la disciplina de padres aunque la siguen necesitando.

- Relaciones con compañeros.

Los cambios de la pubertad y cómo reaccionan los compañeros pueden condicionar las amistades. Mayor tendencia a compartir confidencialidades y formar grupos de 2 a 6 amigos. Se despierta el deseo sexual y algunos empiezan ya a formar parejas.

1.2.2.3. Tercera etapa de la adolescencia: desde los 15 hasta los 18 años.

- Cambios físicos.

Mayor homogeneidad entre sus compañeros porque la mayoría ya ha pasado por la pubertad y, durante esta etapa, llegan a su altura y peso de adulto.

- Fase cognitiva.

Mayor capacidad para pensar de forma abstracta e hipotética sobre el presente y el futuro. Al poder entender y compartir mejor los acontecimientos que les rodean y que ocurren más allá de su círculo social inmediato, pueden adoptar una nueva conciencia social.

- Desarrollo moral.

Menos egocentrismo y mayor énfasis sobre valores abstractos y principios morales. Como el desarrollo emocional y el desarrollo cognitivo no van al mismo paso, es posible que los mismos adolescentes que reivindican ciertos valores, los violan a la vez. En este sentido es una etapa algo contradictoria.

- Concepto de sí mismos.

Es la etapa en la que los adolescentes forman su propia identidad. Experimentan con distintos aspectos, papeles, valores, amigos, aficiones.... Niñas con problemas de peso pueden tener tendencia a la depresión.

- Características psicológicas

Cierta vulnerabilidad ante posibles preocupaciones, depresiones y trastornos como la anorexia.

- Relaciones con padres

Conforme se van avanzando por esta última etapa de la adolescencia, suele haber menos conflictos entre hijos y padres y mayor respeto porque los hijos ya pueden ver sus padres como individuos y comprender que sus opiniones se basan en ciertos valores y esto produce una mejoría en las relaciones familiares. Siguen discrepando con algunos límites impuestos por los padres (como dinero, tareas en casa, hora de llegar a casa, apariencia...), aunque la existencia de estos límites les beneficiarán mucho a largo plazo.

- Relaciones con compañeros.

Las amistades entre chicos y chicas empiezan a ser más frecuentes y la influencia de los amigos sigue siendo clave en el desarrollo personal de una identidad propia. Los amigos anti-sociales pueden aumentar un comportamiento antisocial en el adolescente.

1.2.3. Juventud.

En la juventud, que es la que comprende aproximadamente de los 20 hasta a los 35 años de edad, luego de la resolución de la crisis del adolescente, permite el paso a una etapa en donde el individuo se vuelve más independiente y toma más responsabilidad en sus actos. En la juventud el individuo comienza a desprenderse de los grupos, dejando de ser estos, el regulador externo de su conducta. Aparece entonces, una autodeterminación consciente, que posibilitará la regulación interna del comportamiento.

Aquí su autovaloración depende más de la imagen que él tiene de sí mismo, que de las opiniones de los grupos a los cuales pertenece. Sus relaciones sociales, en este período, se dirigen fundamentalmente a la búsqueda de pareja, con el fin de formar una familia estable.

En la etapa juvenil, la preocupación constante por la superación profesional, se convierte en la actividad fundamental del desarrollo de la personalidad. Comienzan a aparecer intereses hacia diversas áreas profesionales, que se venían gestando desde la adolescencia, pero que aquí se consolidan.

A partir de este momento se toman decisiones acerca de la profesión o trabajo que realizará el resto de su vida, que estarán estrechamente relacionadas con el contenido de los ideales en esta etapa. El joven se convierte en el centro de su propio ideal, se incluyen además modelos de figuras familiares con fuerte vínculo afectivo, compañeros y personalidades históricas.

Otro logro importante es la posición valorativa que el joven tiene acerca de la realidad que lo rodea. Aparece entonces una concepción del mundo más estructurada que permite al joven comprender y emitir juicios sobre diversas situaciones, relacionados a componentes morales, vistos

como sistemas de normas y valores. Esta concepción del mundo es la posición que se asume ante la situación determinada y que permite llegar a emitir juicios de valor y una actuación en correspondencia con estos juicios.

El joven desarrollará a plenitud todas sus capacidades en cualquiera de las actividades en las que se desenvuelva, ya sea en el estudio o en el trabajo. Su desempeño se caracteriza por un alto grado de expresión en su actividad creadora.

En el ambiente escolar, sus vínculos afectivos son más activos y comunicativos. Las relaciones con sus compañeros y profesores se estructuran teniendo en cuenta su preparación. En el marco laboral, el grupo comienza a jugar un valioso rol. Los compañeros de trabajo, a partir de este momento, le transmitirán nuevas experiencias y pautas de comportamiento.

En este período, la familia de origen ya no ocupa el lugar fundamental que tenía en las etapas anteriores. El joven es más independiente, y el papel que juega la familia es de consejero y orientador. Ya el joven está en capacidad de tomar sus propias decisiones y responsabilizarse con su propia vida. El incremento de la madurez y el autocontrol en esta etapa, se expresa en relaciones más activas y afectivas.

La comunidad, contribuirá a garantizar la transmisión de reglas y normas que posibiliten el ajuste a las exigencias del medio. De esta manera, la comunidad continúa ganando importancia en la influencia que ejerce en sus miembros como agente socializador.

En la juventud se profundiza la formación de la personalidad. Los motivos dirigidos a la superación profesional, posibilitan una regulación interna de la personalidad basada en la autodeterminación consciente; que garantiza la madurez y responsabilidad necesaria en la proyección futura.

1.2.3.1. Desarrollo Físico.

Los adultos jóvenes por lo general se encuentran en la cima de la salud, fuerza, energía y resistencia. También están al máximo de su funcionamiento sensorial y motor. Para los 20 años la mayoría de las funciones corporales están totalmente desarrolladas. La agudeza visual óptima entre 20 y 40 años y el gusto, olfato y sensibilidad al dolor y la temperatura usualmente permanecen intactos hasta a los 45 años. Sin embargo, una pérdida gradual de la audición, lo cual es común que comience durante la adolescencia, se hace más evidente después de los 25 años, en especial para los sonidos más agudos.

El vínculo entre la conducta y salud ilustra la interrelación que existe entre los aspectos físicos, cognitivos y emocionales del desarrollo. Lo que las personas saben acerca de la salud afecta

lo que hacen, y lo que hacen incide en cómo se sienten. Sin embargo, no basta con saber acerca de buenos hábitos de salud, como por ejemplo, el ejercicio físico. La personalidad, las emociones y el entorno social a menudo sobrepasan a lo que la gente sabe que debería hacer y la lleva a comportarse de manera saludable.

Otros factores de estilo de vida que tienen una relación fuerte y directa con la salud y la condición física es la nutrición, obesidad, el sueño, consumo de alcohol y de drogas donde influyen mucho las influencias indirectas como la posición socioeconómica que tenga, la raza u origen étnico, el género y las relaciones.

1.2.3.2. Relaciones Sociales.

Las relaciones personales son vitales para la salud. Las personalidades de los amigos y la familia tienen una probabilidad dos veces mayor de enfermar y morir que la gente que mantiene vínculos sociales.

La mayoría de los jóvenes adultos tienen amigos, pero cuentan con un tiempo cada vez más limitado para estar con ellos. Las amistades de las mujeres suelen ser más íntimas que la de los hombres.

Las actitudes hacia el sexo prematrimonial se han liberalizado de manera considerable, pero los hombres y las mujeres son menos promiscuos de lo que en ocasiones se cree. La desaprobación

1.2.3.3. Cognición.

En el sentido común indica que los adultos piensan de manera diferente a los niños o adolescentes: mantienen diferentes tipos de conversaciones, entienden materiales más complicados y utilizan mayor experiencia para resolver problemas prácticos.

Piaget describió la etapa de las operaciones formales como el pináculo del logro cognoscitiva, algunos científicos del desarrollo sostienen que los cambios en la cognición se extienden más allá de esa etapa. De acuerdo con los criterios de Piaget, el razonamiento formal no es la única y quizás ni siquiera la más importante capacidad del pensamiento maduro. Las investigaciones y el trabajo teórico realizados desde la década de los setenta sugieren que el pensamiento maduro es mucho más rico y más complejo que las manipulaciones intelectuales abstractas que Piaget describió.

El pensamiento en la edad adulta a menudo parece ser flexible, abierto, adaptativo individualista. Se basa en la intuición, la emoción y la lógica para ayudar a la gente a afrontar un mundo que parece caótico. Aplica los frutos de la experiencia a las situaciones ambiguas. Se caracteriza por la capacidad para manejarla incertidumbre, la inconsciencia, la contradicción, la imperfección y el compromiso. En esta etapa superior de la cognición adulta en ocasiones se denomina pensamiento posformal.

El pensamiento posformal es relativista. El pensamiento inmaduro ve las cosas en blanco y negro (correcto frente a equivocado, intelecto frente a sentimientos, mente frente al cuerpo); en tanto, el pensamiento posformal ve tonos de gris. A menudo se desarrolla en respuesta a interacciones y acontecimientos que abren formas inusuales de ver las cosas y desafían la visión simple y polarizada del mundo. Permite a los adultos trascender un único sistema lógico (como una teoría particular de desarrollo humano o un sistema político establecido) y reconcilia o elige entre las ideas o exigencias conflictivas, cada una de las cuales puede ser cierta desde su perspectiva.

El crecimiento cognitivo en la universidad, representa una época de descubrimiento intelectual y de crecimiento personal. Los estudiantes cambian en respuesta a los programas de estudio, el cual ofrece nuevas perspectivas y maneras de pensar, debido a otros estudiantes que cuestionan opiniones y valores mantenidos por mucho tiempo a la cultura estudiantil que es diferente de la cultura de la sociedad en su conjunto; y a los miembros del cuerpo docente, quienes proporcionan nuevos modelos a imitar.

La elección de una especialización representa la búsqueda de un interés apasionado o el preludio de una carrera futura. También tienden afectar patrones de pensamiento.

Las ocupaciones de crecimiento más rápido, y mejor remuneradas, por lo general, requieren al menos un grado de licenciatura.

La complejidad cognoscitiva del trabajo, se refiere al grado en que el trabajo de una persona requiere pensamiento y juicio independiente. Investigaciones reflejan que el desarrollo completo de los lóbulos frontales durante la edad adulta temprana prepara a la gente para manejar varias tareas al mismo tiempo.

1.2.3.4. Desarrollo emocional.

Llamada también IE (Inteligencia Emocional), se refiere a la habilidad para reconocer y tratar con los sentimientos propios y los sentimientos de otros. Daniel Goleman extendió el concepto para incluir cualidades como el optimismo, la escrupulosidad, motivación, empatía y competencia social.

De acuerdo con Goleman, esas habilidades pueden ser más importantes que el CI para tener éxito en el trabajo y en cualquier lugar. Y subyace a competencias que contribuyen al desempeño eficiente en el trabajo, esas competencias de acuerdo con Goleman caen bajo los encabezados de autoconciencia(autoconciencia emocional, autovaloración precisa y autoconfianza), autodirección (autocontrol, honradez, escrupulosidad, adaptabilidad, pulsión del logro e iniciativa), conciencia social (empatía, orientación al servicio y conciencia organizacional) administración de relaciones (apoyar el desarrollo de los otros, ejercer influencia, comunicación, manejo de conflictos, liderazgo, ser catalizador para el cambio, construir vínculos, trabajo en equipo y colaboración). Destacar al menos una de las competencia en cada una de esas cuatro aéreas parece ser la clave para tener éxito casi en cualquier trabajo.

La edad adulta temprana es una época de cambios drásticos en las relaciones personales. Los adultos jóvenes buscan la intimidad emocional y física en sus relaciones con los pares y los compañeros románticos. La auto-revelación y un sentido de pertinencia son aspectos importantes de la intimidad. Las relaciones íntimas se asocian con la salud física y mental. Aunque internet ofrece mayores oportunidades de comunicación, también conduce a un debilitamiento de la intimidad y a una disminución en el bienestar psicológico.

1.2.3.5. Desarrollo Moral.

En la teoría de Kohlberg, los jóvenes avanzan en el juicio moral a medida que se liberan del egocentrismo y se vuelven capaces de pensamiento abstracto. Sin embargo, en la edad adulta el juicio moral suele tornarse más complejo.

De acuerdo con Kohlberg, el avance al tercer nivel del razonamiento moral, la moralidad pos convencional guiada por principios, es principalmente una función de la experiencia. La mayoría de la gente no alcanza este nivel, si es que lo alcanza, hasta los 20 años. Dos experiencias que estimulan el desarrollo moral en los adultos jóvenes son encontrar valores en conflicto fuera del hogar (como sucede en la universidad, las fuerzas armadas o en ocasiones en los viajes al extranjero) y ser responsable del bienestar de otros (como en la paternidad).

La experiencia conduce a los adultos a reevaluar sus criterios acerca de lo que es correcto y justo. Algunos adultos ofrecen espontáneamente las experiencias personales como razones de sus respuestas a los dilemas morales.



1. Investiga qué aporta la teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget a la psicología evolutiva.



2. ¿Qué diferencias se encuentran entre el estadio preoperatorio y el estadio de las operaciones concretas? Amplía lo explicado aquí con información de Internet.



3. Define el concepto de desarrollo integral de la persona.



4. ¿Qué crees que pasaría si el desarrollo de una persona no se hiciera de manera integral?



5. Haz una pequeña encuesta a adolescentes de 12 a 18 años acerca de sus temas favoritos de conversación. Después, clasificarlos por edades y sexos. ¿Se observan diferencias en las preferencias de unos y otros?



6. Busca información de entidades sociales (asociaciones, fundaciones), administraciones (CIS, observatorios) o estudios universitarios y enumera los temas que más preocupan a los jóvenes españoles hoy día.



7. Un dinamizador que empieza a trabajar con un grupo de chavales de 14 y 15 años, ¿qué rasgos psicosociales diría que les caracteriza en cada una de las áreas de la persona?



8. Di si las siguientes oraciones son verdaderas o falsas:

- A partir de los dos años de vida, la velocidad del crecimiento físico aumenta.
- La lateralización en el esquema corporal siempre se produce antes de los seis años



9. Define de manera muy general las características de las siguientes etapas: Infancia, Niñez. Adolescencia y Juventud.



10. De las siguientes afirmaciones, indica cuál crees tú que es verdadera o falsa:

- El niño de 3 a 6 años puede vestirse, lavarse, peinarse (si tiene el cabello corto), comer solo y asumir pequeñas tareas de colaboración.
- A los 3 años, el niño aún no es capaz de respetar normas, realizar tareas, obedecer órdenes sencillas ni compartir.
- El niño de 3 a 6 años se muestra creativo, pero su imaginación tiene límites.



11. Señala cuál crees tú que es la afirmación incorrecta: el niño de 6 a 8 años...

- entra en la etapa de las operaciones concretas.
- le atraen cuentos y narraciones.
- no varía sus centros de interés.
- su noción del espacio es limitada y no tiene conciencia del paso del tiempo.



12. Define el concepto de egocentrismo.



13. Investiga la diferencia entre los conceptos de crecimiento, maduración y desarrollo.