



Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo

Instituto de Ciencias de la Salud



Psychoeducational intervention in adolescents.

Intervención psicoeducativa en adolescentes.

Área: Psicología.
Asignatura: Psicología Pedagógica
Dr. Rubén García Cruz



Subject/ Tema:
Frustration Tolerance in Adolescents.
Tolerancia a la Frustración en
Adolescentes.

Línea de Investigación: Educación Emocional.



El programa se encuentra integrado al grupo de investigación sobre evaluación e intervención en salud en contextos educativos. Obedecen a la línea de investigación sobre Educación Emocional y Aprendizaje. Pretende consolidar modelos de intervención psicoeducativo en adolescentes y jóvenes.



ABSTRACT.

The relationship between frustration and conflict has been an important issue for educational psychology in the field of intervention. This material is intended to provide theoretical and methodological training of professionals in the field of educational psychology.

U
A
E
H



Resumen

La relación entre frustración y conflicto ha sido un tema importante para la psicología y sus disciplinas en el ámbito de la intervención. El presente material tiene como propósito aportar elementos teóricos y metodológicos para la formación de profesionales en el área de la psicología educativa.



KEYWORDS

- Frustration.
- Tolerance.
- Adolescents.
- Educational Psychology.
- Psychoeducational intervention.

U
A
E
H



Soliloquio.

U
A
E
H



¡ Ya no puedo soportarlo !

La Vida es dura ¿Cómo se sigue adelante cuando todo parece que está perdido?
Me he olvidado del futuro.
¿ Cómo puedo seguir pensando positivamente cuando ni siquiera puedo pagar la colegiatura y mis padres tampoco pueden hacerlo?
No puedo superar el alcohol, el cigarrillo y las drogas.



U
A
E
H

Sabias que.....

- Los tratados psiquiátricos internacionales (DSM-IV y CIE-10) no contemplan los trastornos de personalidad hasta los 18 años.



Dato importante.....

- De ello se deduce que “la frustración” no consta como tal en las clasificaciones internacionales y existe una gran preocupación por la aparición e incremento de trastornos mentales desde la infancia en todos países.

U
A
E
H

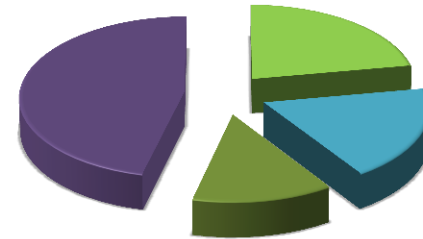


U
A
E
H

Situación Problemática en México.

Fuente: www.inegi.org.mx (2010)

- 39% Violencia.
- 27% Depresión.
- 18% Suicidio.
- 49% Consumo de drogas.



- Violencia
- Depresión
- Suicidio
- Consumo de drogas



Co-ocurrencia de comportamientos problemáticos en la adolescencia.

Fuente: www.inegi.org.mx

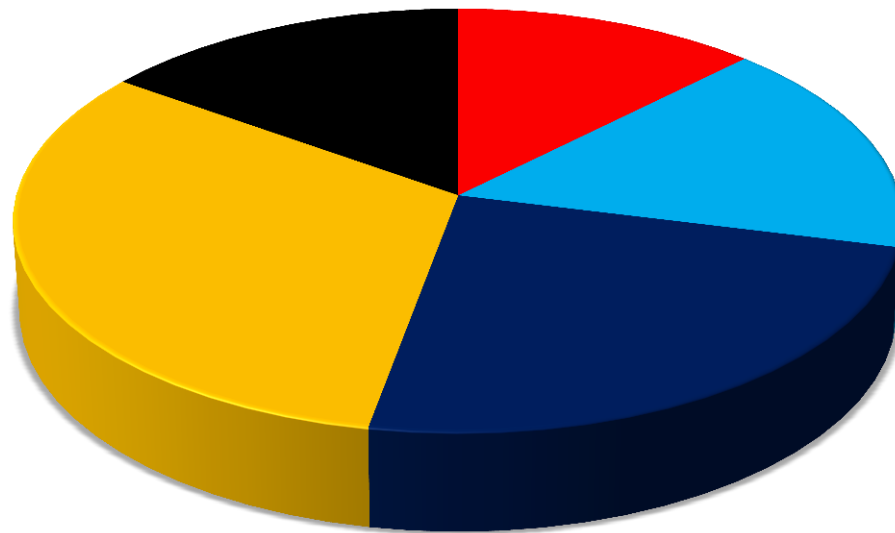
- 28% conducta antisocial.
- 37% fuman.
- 54% consumen alcohol.
- 72% informan que son sexualmente activos.
- 34% depresión o haber considerado el suicidio.

U
A
E
H



Co-ocurrencia de comportamientos problemáticos en la adolescencia.

Fuente: www.inegi.org.mx



- Conducta Antisocial
- Tabaquismo
- Alcoholismo
- Sexualmente activos
- Depresión o suicidio

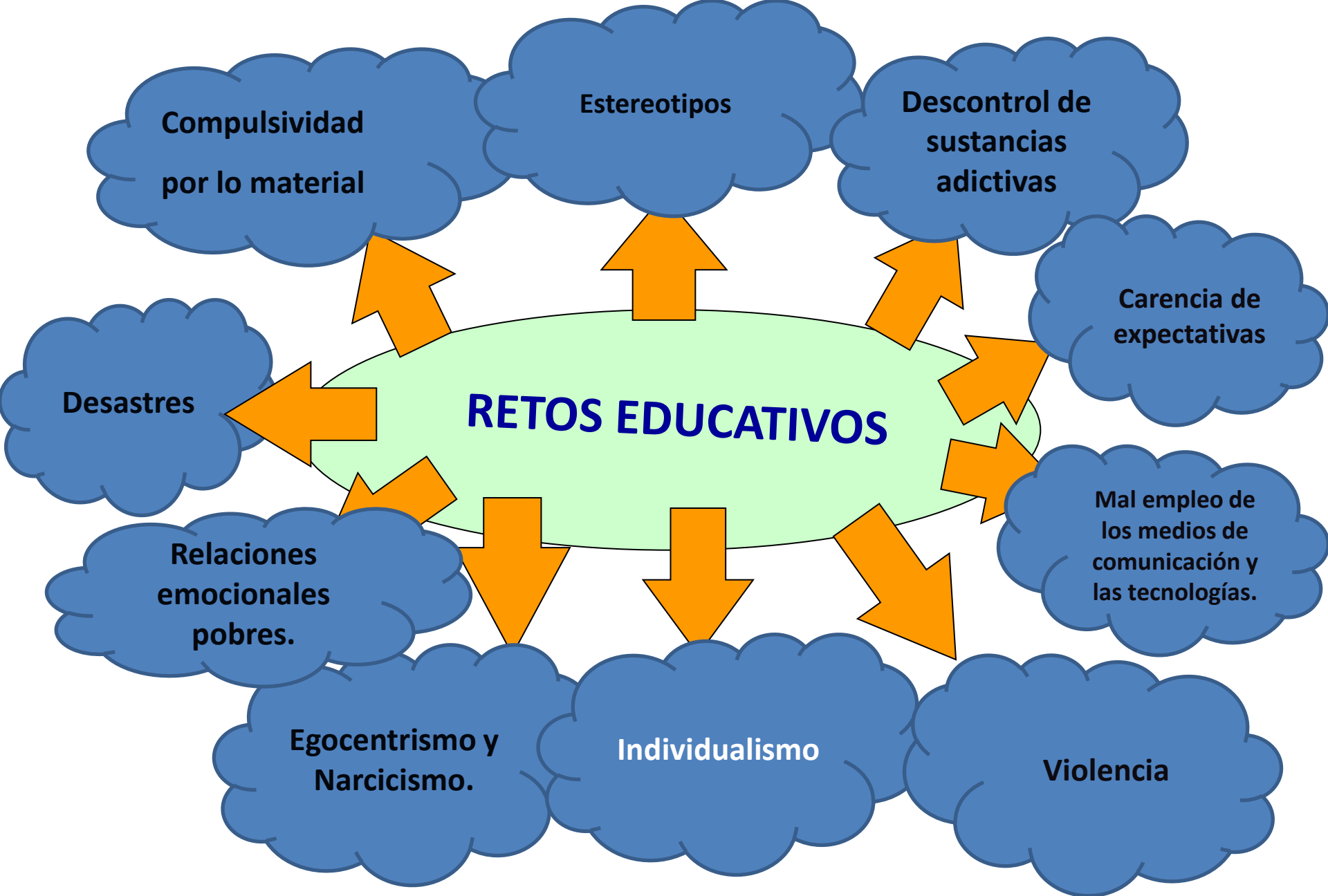
U
A
E
H



Panorama Social que convivimos cotidianamente.....

- POBREZA
- MIGRACIÓN
- FALTA DE EMPLEO
- MALA CULTURA ALIMENTARIA.
- POCA CREDIBILIDAD A LAS ESTRUCTURAS DE PODER.
- LA ESCUELA COMO NEGOCIO.
- EXCLUSIÓN SOCIAL.
- CAMBIOS EN LA CONCEPCIÓN DE LA FAMILIA Y NUEVAS FORMAS.
- MEDIOS DE COMUNICACIÓN QUE MUESTRAN A TRAVÉS DE SUS PROGRAMAS REALIDADES INALCANZABLES

U
A
E
H





Necesidades básicas de los adolescentes.

- Consolidación de Imagen Corporal-Identidad.
- Comunicación afectiva y efectiva.
- Autorregulación emocional.
- Aceptación social.
- Orientación para la protección en la Vida (HpV)
- Orientación Vocacional y Profesional.
- Convivencia Saludable.
- Autorrealización motivada.

U
A
E
H



U
A
E
H



Entrecruce paradigmático.

- La psicología fenomenológica y la cognitiva concuerdan que la conducta es el resultado de la percepción individual de una situación, no como es en realidad sino más bien como se manifiesta en el momento de ejecutarse.



U
A
E
H



R.B. Burns (1990:33), formula tres afirmaciones:

- Lo percibido es la única realidad que para el perceptor puede guiar su conducta.
- Toda conducta surge de un campo total que no es el campo “real” sino aquel que individuo ve al comportarse.
- Todas las variables que determinan la dirección de la conducta se hallan en el espacio vital del individuo.



¿QUÉ ES LA FRUSTRACIÓN ?

De acuerdo con Vinacke, W.E (1972):

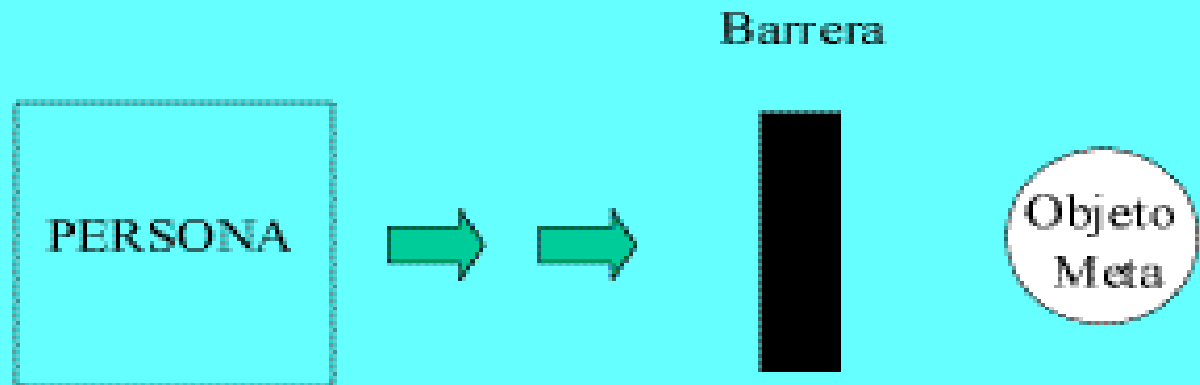
- significa bloqueo de una persona en su camino hacia la meta.
- es un sentimiento de fastidio, desamparo, ira u otro estado debido a la incapacidad de lograr una meta.
-es un sentimiento desagradable en virtud del cual las expectativas no se ven satisfechas al no poder conseguir lo pretendido.

U
A
E
H



Un modelo teórico.....

MODELO BÁSICO DE FRUSTRACIÓN DE DASHIELL,
1937. (Tomado de Vinacke, W.E., 1972)





Importante.....

- Por tanto entre mayor sea el deseo por alcanzar una meta o la importancia de nosotros mismos por satisfacer una necesidad, y nos veamos imposibilitado de alcanzar la meta o satisfacer esta necesidad,

**Mayor será la
frustración....**



U
A
E
H

... "El potencial de frustración en general es mayor en las personas que viven en las ciudades industrializadas que aquellos que viven en sociedades primitivas, más sencillas"

Whitaker (1989)





EL CONFLICTO

U
A
E
H





El conflicto.....

Este sucede cuando hay dos o más METAS que no pueden ser satisfechos debido a que interfieren entre si.

U
A
E
H



Tipos de Conflictos.....

U
A
E
H





Conflictos de atracción-atracción.

- Se darán cuando tenemos dos o más opciones u objetivos (ambos son positivos) y uno posee tanto valor para la persona como el otro. Entre más semejante sea las ventajas y la atracción que se tenga, mas difícil resultara realizar la toma de una decisión.



Conflictos de evitación- evitación

- La persona debe escoger entre dos o más opciones todas ellas negativas. Ambas opciones son poco o para nada atractivas, dado que ambas conllevan a situaciones negativas, probablemente ambas sean igual de negativas para la persona pero es necesario llegar a tomar una decisión.

U
A
E
H



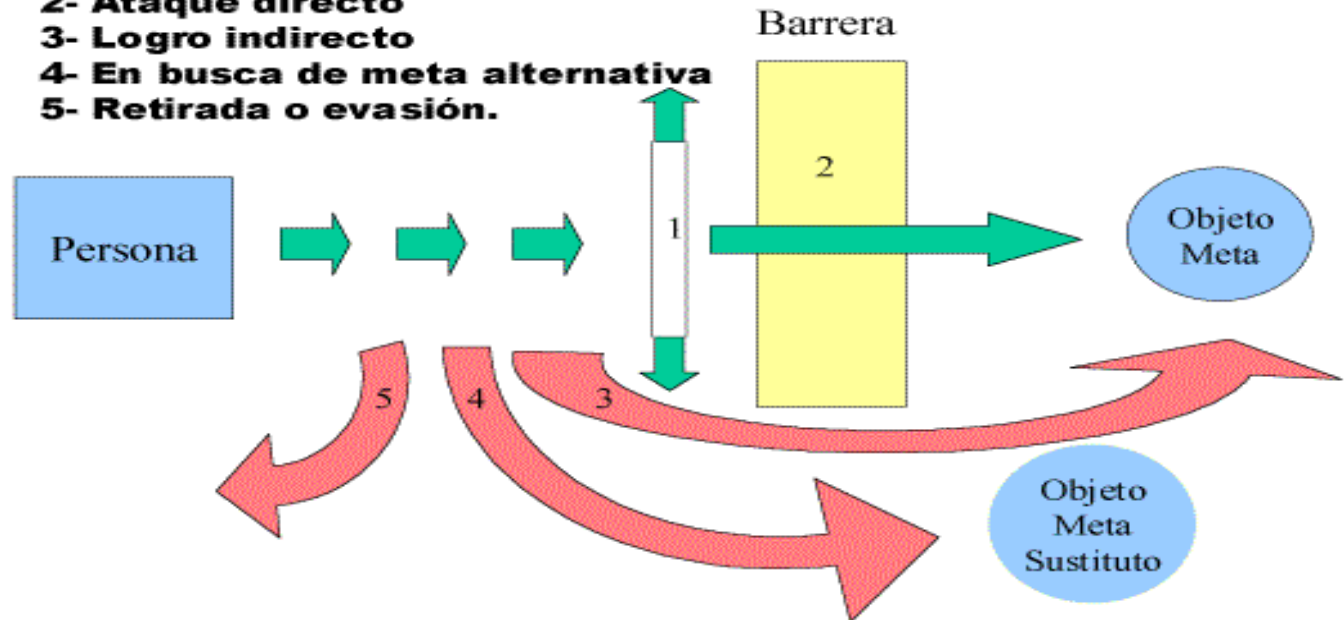
Cinco reacciones alternativas ante la frustración

Vinacke, W.E (1972)

REACCIONES ALTERNATIVAS ANTE LA FRUSTRACIÓN

Donde:

- 1- Vacilación o sumisión
- 2- Ataque directo
- 3- Logro indirecto
- 4- En busca de meta alternativa
- 5- Retirada o evasión.





Tolerancia a la frustración.

...Capacidad reguladora para bloquear, disminuir los efectos psicológicos que producen la frustración.

U
A
E
H



Dollard y Col (1939)

....defendieron la tesis de una relación invariable entre frustración y agresión, considerando que todo hecho frustrante provocaba respuestas agresivas.



U
A
E
H

Miller, N.E., 1941; Maier, N.R. (1961)

....apoyaron la idea de que la única reacción a la frustración no era únicamente la agresión.

.... Concluyen que “La frustración produce varios tipos diferentes de respuestas, una de las cuales consiste en alguna forma de agresión”.



Otro modelo para explicar la Frustración-Tolerancia.

Dembo, Yarochevsky, Glez (entre otros)

Basado en

“Nivel de Aspiración- Autovaloración ”



Niveles del modelo.....

- Nivel de Aspiración adecuado: expresan elementos autovalorativos adecuados que tienen influencia en el sentido de los éxitos y fracasos que experimentan.
- Nivel de Aspiración Inadecuado: expresan elementos autovalorativos inadecuados que tienen influencia en el sentido de los éxitos y fracasos que experimentan.

U
A
E
H



Serebriakova estableció los siguientes tipos de autovaloración:

(Citada por González, F., 1979)

- Confiados en sí mismos Autovaloración adecuada y persistente.
- Orgullosos Autovaloración inadecuada y elevada.
- No confiados en sí mismos Autovaloración inadecuada y disminuida.
- Autovaloración no formada. (González, O. p.259)

U
A
E
H



U
A
E
H

Investigaciones relevantes.....

- Una importante investigación sobre este tema se realizó en Cuba por González, F., 1979, quien estudió la relación entre el comportamiento de la autovaloración, el nivel de aspiraciones y la valoración social que reciben los alumnos de sus padres, maestros y grupo en general.
- Otra sobre Adolescencia y Violencia en Asturias, España
http://www.acosomoral.org/pdf/adolescencia_y_violencia (pdf)



Importante.....

- Los niños se orientan preferentemente por la valoración de otros, mientras el arribo a la adolescencia se caracteriza por una predominante orientación a la autovaloración. (Savonko, S.I., 1978).
- La conducta resulta siempre influenciada no solo por el pasado o por las experiencias recientes sino, también, por la significación subjetiva que cada sujeto atribuye a esa experiencias.

U
A
E
H



U
A
E
H



CONCEPCIONES TEÓRICAS SOBRE TRASTORNOS DE LA IMAGEN CORPORAL Y DE LA CONDUCTA ASOCIADA A LA FRUSTRACION EN ADOLESCENTES

(Raich, R.M., 2000:82 y ss)



U
A
E
H

- Teoría sociocultural que considera la intervención de ideales estéticos impuestos socialmente.
- Teoría de la discrepancia que entre el Yo real y el Yo ideal que genera insatisfacción corporal.
- Teoría del ajuste adaptativo según la cual la imagen corporal está dotada de cierta estabilidad por o que los cambios no se incorporan inmediatamente persistiendo durante cierto tiempo a representación mental anterior.
- Hipótesis de la sensibilización anormal o proyección a nivel perceptual de la preocupación EXAGERADA por ciertos rasgos.
- Hipótesis del artefacto perceptual que intenta explicar los fenómenos de AUTOVALORACIÓN INADECUADA .



Conclusiones

- Los estándares de vida de la sociedad consumista (la carencia de expectativas de las familias y los adolescentes) si no poseemos un adecuado nivel de autovaloración recurrimos con frecuencia a problemas de frustración y depresión .

Consejo:

- *Al construir la meta trata de ser coherente entre tu nivel real y posibilidad. Da tu mejor esfuerzo desde que despiertas hasta que duermas.*



Conclusiones

- La tolerancia a la frustración es un mecanismo adaptativo de “protección” para continuar procesos de desarrollo personal.

Consejo:

Las personas más felices no se molestan si la vida es justa o no . Se concentran en lo que tienen,



Conclusiones

- Las frustraciones que ofrecen amenazas directas a la concepción o la imagen que tenemos de nosotros mismos, es probable que sean sentidas intensamente y que esta generen procesos de depresión.

Consejo

Los pensamientos negativos “sobre ti” crecen como plagas en el cerebro, piensa mejor positivamente y lograrás el éxito.



Conclusiones

- Algunas veces la frustración es causada por factores existentes dentro de nosotros mismos, que impiden la satisfacción de ciertos motivos.

Consejo:

Establecer una adecuada relación Necesidad-Motivo en correspondencia con nuestras posibilidades.



Conclusiones

- Tener METAS SUSTITUTAS nos podrá ayudar a superar la frustración.

Consejo:

Establece un Plan B para si el A resulta fallido para que la frustración se sienta con menor intensidad y aprendas a ser tolerante.



U
A
E
H

Conclusiones.

- Si ante una situación frustrante logramos reconocer nuestros errores o las causas que no imposibilitaron alcanzar nuestras metas.

Consejo:

Ante el éxito o el fracaso realiza procesos de autovaloración adecuada para emprender nuevas metas.



U
A
E
H

Conclusiones.

- Las situaciones frustrantes se presentaran siempre a lo largo de nuestras vidas, ya que no existirá una VIDA PERFECTA , pero no dejarse derrotar ante estas.

Consejo:

Aprende de ellas para poder seguir adelante y luchar por las nuevas situaciones



Conclusiones

.... Si canalizamos nuestro esfuerzo y energía en lograr otra meta, en el momento que sentimos que hemos fracasados será mas fácil de salir de un estado de frustración, entonces cuando nos veamos que hemos fracasado en algo lo mas recomendable es buscar o formularnos un nuevo objetivo, de manera que nos permita salir adelante y superar con mayor facilidad de esta etapa y al lograr la nueva meta nos sentiremos mejores con nosotros

U
A
E
H



BIBLIOGRAFÍA

- Arana, W. (2005). Motivación y Productividad. Extraído el 17 de marzo de 2006 de
- Arana W. (2004, septiembre 15). Motivación y Productividad. Extraído el 17 de marzo de 2006 de <http://www.psicologiacientifica.com/publicaciones/biblioteca/articulos/ar-arana01.htm#6>.
- Centro de Formación en Técnicas de Evaluación Psicológica (2003). Tolerancia a la frustración. Extraído el 6 de marzo de 2006 de <http://www.geocities.com/centrotecnicas/frustracion.html>.
- Coll, M. (2002, julio 9). Boletín del Equipo Humano. Artículo 12. Extraído el 17 de marzo, 2006 de <http://www.elistas.net/lista/equipohumano/archivo/msg/15>
- Cuadra, Jesús. (2000). La tolerancia a la frustración. Extraído el 17 de marzo de 2006 de http://www.arrakis.es/~ata/ata_ar02.htm
- Feldman, R.S. (1998). *Psicología con aplicación a los países de habla hispana*. (3ª ed.).
- México: McGrawHill Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- La Frustración. (s.f.). Extraído el 19 de marzo 2006 de. <http://www.gueb.org/motivacion/frustracion>
- González, L. (2002, Febrero). La tolerancia a las frustraciones en el deportista. *Stress y deporte de alto rendimiento*, 5, Artículo 6. Extraído el 20 marzo, 2006 de <http://www.efdeportes.com/efd45/stress.htm>
- González, F. La autovaloración como regulador de la conducta, papel de su adecuación en el desarrollo integral de la personalidad. Boletín de Psicología. Hospital Psiquiátrico de La Habana, No. 2, Vol II, abr-jun, 1979, p. 5-14
- Lahey, B. (1999). *Introducción a la Psicología*. (6ª ed.). España: McGrawHill/ Iberoamericana de España S.AU.
- Maier, N. (1975). *Psicología Industrial*. (2ª ed.). Madrid: Editorial Rialp.
- Monedero, C. (2005, junio 2). La frustración en el trabajo. Extraído el 17 de marzo de 2006 de <http://usuarios.lycos.es/jhbadbad/anarquia/frustracion.htm>
- Muñoz, A. (2005). La baja tolerancia a la frustración. Extraído el 20 de marzo de 2006 de <http://www.cepvi.com/articulos/frustracion.htm>
- Pérez, M. (2002). Satisfacción e Insatisfacción laboral. Extraído el 20 de marzo de 2006 de <http://www.gestiopolis.com/recursos/documentos/fulldocs/rrhh/satlab>.
- Santos, J.A (2004). *La Ruta: Un mapa para construir futuros*. San Salvador: edit. Universidad de El Salvador
- Santos, J.A. (2001). Retcambio Personal y Endoliderazgo. Extraído el 16 de marzo de 2006 de <http://www.monografias.com/trabajos21/retcambio-personal/retcambio-personal.shtml>
- Wittaker, J. & Wittaker, S. (1989). *Psicología con adaptación para Iberoamérica*. (4ª ed.). México: McGrawHill.

U
A
E
H