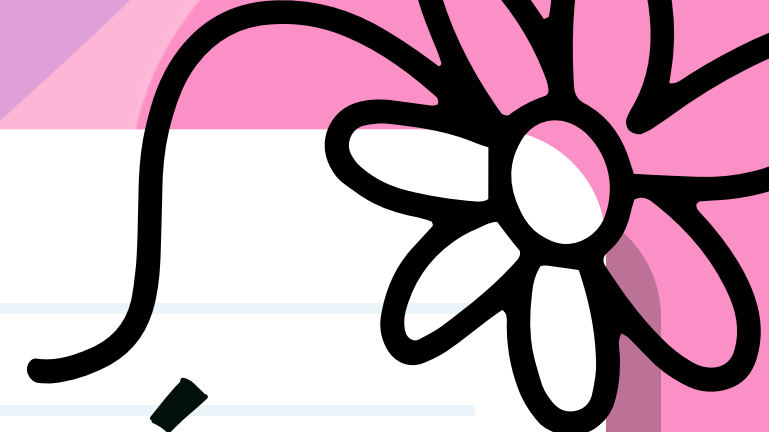




Factores

PSICOLÓGICOS

*en la formación de
la identidad*



INTRODUCCIÓN

Desde el momento en que nacemos, comenzamos a construir nuestra identidad a través de interacciones con nuestro entorno y las personas que nos rodean. Sin embargo, ¿qué factores psicológicos influyen en la formación de nuestra identidad? La psicología ha identificado varios factores clave que influyen en la formación de la identidad, como la autoimagen, la autoestima, la motivación y la capacidad para tomar decisiones.



¿QUÉ ES LA IDENTIDAD?

Es un conjunto de características y rasgos únicos que definen a una persona o a una colectividad, diferenciándolos de los demás y creando un sentido de pertenencia. Incluye elementos como la historia personal, creencias, cultura, entorno y experiencias, y es un proceso dinámico que se construye y evoluciona a lo largo de la vida.

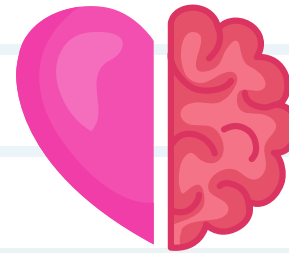




AUTOCONCEPTO

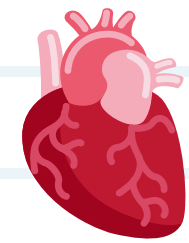
Lo que pienso

- Ideas o características que forman la imagen mental que tenemos de nosotros mismos.
- Nos hace juicios de valor.
- Información objetiva.
- Es algo cognitivo.
- Se puede describir y plasmar en palabras.
- Es más racional y lógico.

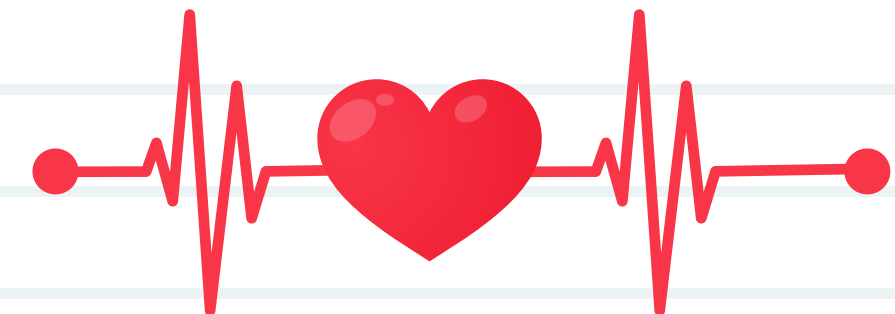


AUTOESTIMA

Lo que siento



- Es la valoración que una persona hace de si mismo (positiva o negativa).
- Es el como nos juzgamos a nosotros mismos.
- Es una opinión subjetiva.
- Es algo más emocional.
- No se puede puede traducir fielmente en palabras.
- Es mas emocional e irracional.



EMOCIONES VS MOTIVACIONES

CARACTERISTICAS	EMOCIONES	MOTIVACIONES
DEFINICION	Reacciones psicológicas espontaneas e intensas a un estímulo interno o externo.	Estado interno que activa, dirige y mantiene el comportamiento hacia una meta o fin específico.
ORIGEN	Estímulos internos (pensamientos, recuerdos) o externos (eventos, personas) que generan una respuesta automática.	Pueden provenir de necesidades básicas (hambre), metas personales (ascender) o incluso de las propias emociones (alegría por alcanzar una meta).
FUNCION	Preparar al organismo para una respuesta adaptativa (luchar, huir, llorar, reír, etc.)	Activar y mantener la conducta para lograr un objetivo, satisfacer una necesidad o reducir una tensión.
EJEMPLO	Sentir alegría al recibir una buena noticia.	El impulso de estudiar para conseguir una buena calificación.
DURACIÓN	Generalmente son de corta duración e intensas.	Tienden a ser más estables y sostenidas en el tiempo, hasta que se alcanza la meta.

AUTOCONCEPTO

Generan indecisión, dependencia de la aprobación externa y dificultad para evaluar sus capacidades. Esto se debe a que no confían en su propio juicio, buscan validación ajena y pueden evitar situaciones que requieran una valoración personal, impactando negativamente en su bienestar emocional y desarrollo.



AUTOESTIMA

Provocan inseguridad para elegir opciones saludables, lo cual los hace actuar por impulso y generan una mayor dependencia de la aprobación externa. Esto puede llevar a comportamientos de riesgo, como el consumo de drogas, aislamiento social, y problemas de rendimiento académico, además de crear un ciclo de malas decisiones y autocrítica.



COMO AFECTA LA TOMA DE DECISIONES DE LOS ADOLESCENTES EN LA FALTA DE:

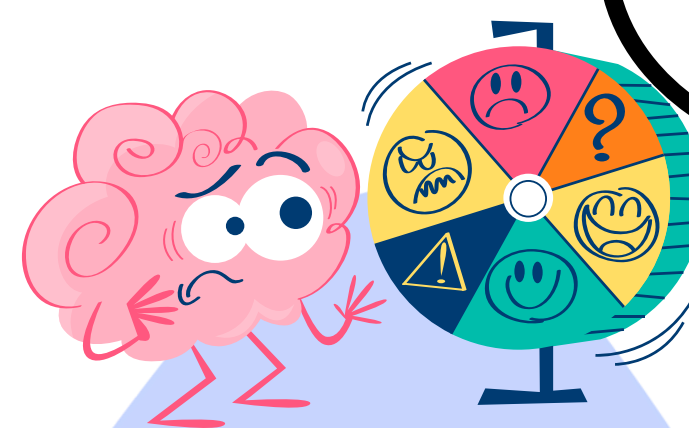
MOTIVACION

Generan dificultad para elegir opciones óptimas y una menor capacidad para evaluar riesgos y beneficios. Además, la motivación es crucial en la adolescencia para la formación de la identidad, la asunción de responsabilidades y el desarrollo integral, por lo que su ausencia puede resultar en errores que perjudiquen su futuro.



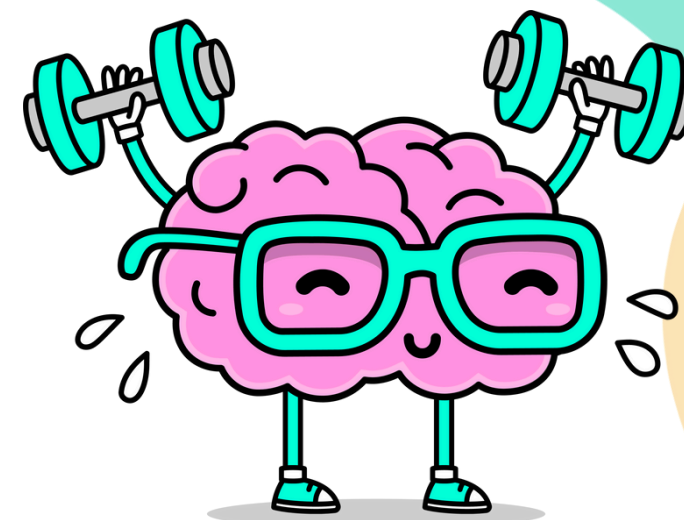
EMOCIONES

Los adolescentes que tienen dificultad para manejar sus emociones o que carecen de una red de apoyo emocional suelen ser más vulnerables a tomar decisiones deficientes, lo cual puede afectar su calidad de vida y bienestar a largo plazo.



AUTOCONCEPTO

Animar a los adolescentes a desarrollar sus habilidades y reconocer sus logros, incluso los pequeños, ayuda a construir un autoconcepto positivo y confianza en sí mismos.



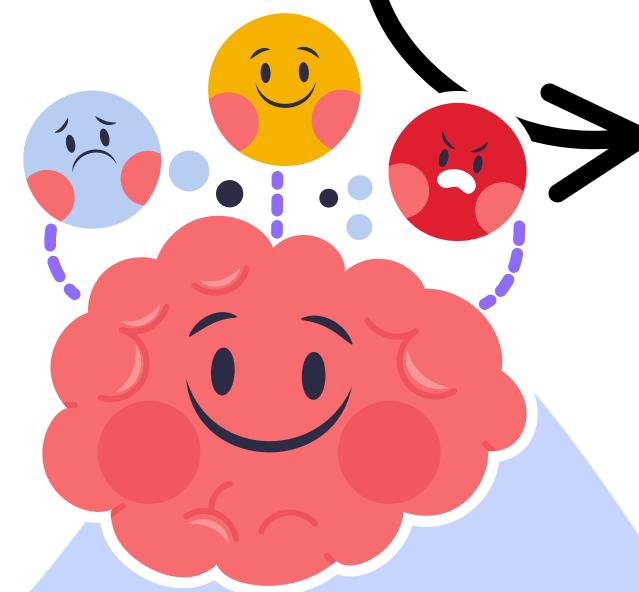
MOTIVACION

Definir metas alcanzables tanto en la vida académica como personal puede ser un gran motivador. El acompañamiento de adultos, con paciencia y diálogo, es fundamental para que los adolescentes aprendan a gestionar sus emociones y a desarrollar la autorregulación necesaria para tomar decisiones.

COMO PODEMOS AYUDAR:

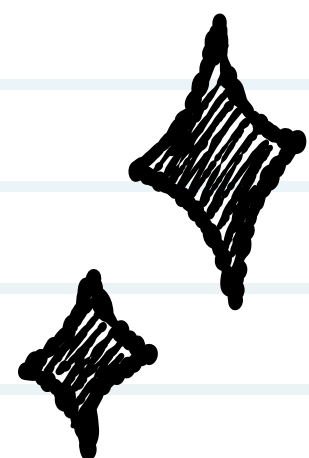
AUTOESTIMA

Es importante ofrecer a los adolescentes un ambiente seguro en el que se puedan expresar libremente cómo se sienten y qué opinan. "Escuchar activamente y validar sus emociones promueve la autoestima"

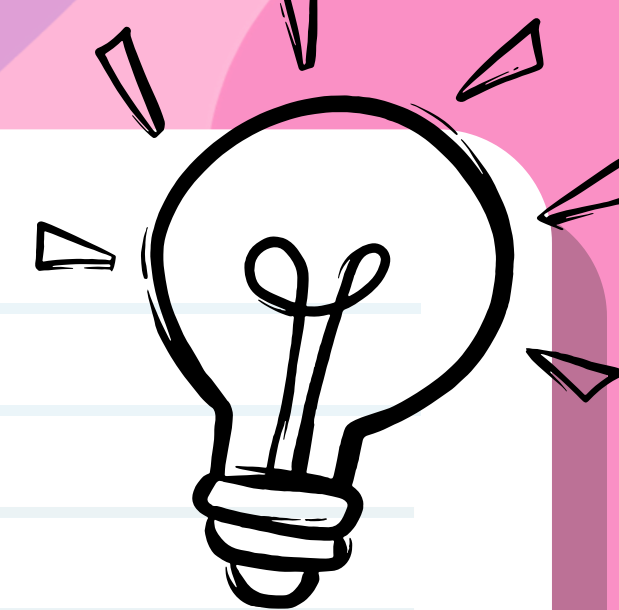


EMOCIONES

Fomentar entornos que prioricen el bienestar emocional de los adolescentes les proporciona las herramientas y recursos necesarios para enfrentar decisiones difíciles con mayor eficacia.



CONCLUSIÓN



LA EDUCACIÓN A FUTURO:

- **Desarrollar un sentido de propósito y pertenencia:** La educación debe ayudar a los estudiantes a construir sus identidades, conectando el aprendizaje con sus vidas, valores y aspiraciones.
- **Crear ambientes de aprendizaje significativos:** La identidad se construye a partir de experiencias de aprendizaje, tanto dentro como fuera del aula.
- **Promover el desarrollo emocional y la autonomía:** La educación debe fomentar habilidades socioemocionales como la autoestima, la autoconfianza y la capacidad de autorregulación.
- **Establecer relaciones sólidas:** Las relaciones con maestros, compañeros y miembros de la comunidad son vitales para el desarrollo de la identidad y la motivación. La educación futura debe priorizar la construcción de confianza y relaciones significativas, en las que el estudiante se sienta reconocido y valorado.



MUCHAS
gracias