



**“IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN  
EN LA FAMILIA  
DURANTE LA ADOLESCENCIA”**

**T E S I S A**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

**PRESENTA:**

**SALAS CARRILLO KAREN ZURISADAI**

**ASESORA DE TESIS:**

**PROFRA: SILVIA GONZÁLEZ GARCÍA**

**MÉXICO, D.F. DEL 2006.**

## **DOY GRACIAS**

### **Primeramente a Dios**

**Por permitirme concluir un ciclo más en mi vida y llenarme de fortaleza.  
Gracias por mostrarme el camino  
y no dejarme caer a pesar de la adversidad y mis errores.  
Gracias por permitirme seguir conservando a mis padres.  
Gracias por haberme dado la familia que tengo.**

### **A mis padres**

**Por amarme incondicionalmente, apoyarme  
y estar siempre que los he necesitado.  
Ustedes han sido una gran apoyo en mi camino.  
A ustedes debo todo lo que soy por su esfuerzo:  
porque de una u otra forma, tú papá, me ayudaste, y  
porque tú mamá, eres parte de mi inspiración y mi apoyo para querer llegar lejos.  
Gracias a los dos por todo lo bueno que nos han dado  
a mí y a mis hermanos.  
No me canso de darle gracias a Dios por mis padres.**

### **A Sunny**

**Doy gracias a Dios por la hermosa luz y bendición que me mandó,  
o sea... ¡TÚ MI VIDA!  
Gracias por existir y ser el ángel más hermoso y maravilloso  
que Dios me pudo mandar en medio de la tempestad.  
Gracias por ser como eres: comprensiva, detallista, amorosa, tierna, obediente...  
en fin, en pocas palabras “por ser excepcional”,  
y de esa forma apoyarme en mi formación.  
Perdón por no ir por ti a la escuela,  
por no poder jugar contigo en algunas ocasiones y principalmente  
por no haberte dado el tiempo que hubiera deseado.**

### **A mis hermanos**

**GABY: por ser el primero en decirme “sigue estudiando”  
y apoyarme, principalmente al final de este ciclo.  
LIS: por apoyarme primeramente con Sunny y en todo lo que te pedía.  
Gracias por todos los grandes favores que me hiciste.  
TETE: por tus consejos, tu apoyo, tus palabras de aliento,  
y a pesar de la distancia, por estar conmigo.**

**!!!Gracias por su apoyo y amor en cada momento de la vida!!!**

*Tus hijos no son tus hijos*

*Tus hijos no son tus hijos  
Son hijos de la vida  
Deseosa de sí misma.*

*No vienen de ti, sino a través de ti  
Y aunque estén contigo,  
No te pertenecen.*

*Puedes darles tu amor  
Pero no tus sentimientos  
Pues ellos tienen sus propios sentimientos.*

*Debes abrigar sus cuerpos  
Pero no sus almas  
Porque ellas viven en la casa del mañana  
Que no puedes visitar ni siquiera en sueños.*

*Puedes esforzarte en ser como ellos  
Pero no procures hacerlos semejantes a ti*

*Porque la vida no retrocede  
Ni se detiene en el ayer.*

*Tú eres el arco del cual tus hijos  
Como flechas vivas son lanzados.*

*Deja que la inclinación en tu mano de arquero,  
Sea para la felicidad.*

*Gibran Jalil Gibran*

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN  
IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN  
EN LA FAMILIA  
EN LA FAMILIA  
DURANTE LA ADOLESCENCIA  
DURANTE LA ADOLESCENCIA

# ÍNDICE

## INTRODUCCIÓN

### CAPÍTULO I

#### 1. LA FAMILIA

1.1. DEFINICIÓN DE FAMILIA .....	10
1.2. TIPOS DE FAMILIA .....	14
1.3. CICLO VITAL DE LA FAMILIA .....	21
1.4. TEORÍA DE SISTEMAS E INTERACCIÓN FAMILIAR .....	24

### CAPÍTULO II

#### 2. COMUNICACIÓN

2.1. DEFINICIÓN DE COMUNICACIÓN .....	28
2.2. IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN .....	30
2.3. LA EMPATIA ELEMENTO CLAVE EN LA COMUNICACIÓN .....	32
2.4. ELEMENTOS QUE INTERVIENEN EN LA COMUNICACIÓN .....	33
2.5. LA COMUNICACIÓN CERRADA Y ABIERTA .....	34
2.6. COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL .....	35
2.7. COMUNICACIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES .....	38

### CAPÍTULO III

#### 3. ADOLESCENCIA

3.1. DEFINICIÓN DE ADOLESCENCIA .....	41
3.2. ADOLESCENCIA Y PUBERTAD .....	42

3.3. LOS DUELOS POR LOS CUALES PASA EL ADOLESCENTE .....	44
3.4. FORMACIÓN DE LA IDENTIDAD EN LA ADOLESCENCIA .....	45
3.4.1. ELEMENTOS PARA LA FORMACIÓN DE LA IDENTIDAD .....	47

#### CAPÍTULO IV

### 4. PROPUESTA DE TALLER, PARA PROPICIAR LA COMUNICACIÓN DENTRO DE LA FAMILIA, DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA CON HIJOS ADOLESCENTES

4.1. DIAGNÓSTICO .....	51
4.2. ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	52
4.3. TALLER PROPUESTA .....	65
4.3.1. METODOLOGÍA .....	67
4.3.2. OBJETIVOS .....	70
4.3.3. ESTRUCTURA DEL TALLER .....	70
CONCLUSIONES .....	80
BIBLIOGRAFÍA .....	83
ANEXOS .....	86

## INTRODUCCIÓN.

Es bien sabido que la adolescencia es un periodo muy difícil, por el que pasamos en algún momento de nuestra vida, puesto que se dan diversos cambios, tanto físicos como psicológicos, es entonces en donde la familia cobra una gran importancia para el apoyo del adolescente, y de esa manera poder salir lo mejor librados en dichos cambios.

Y aunque en muchas de las ocasiones, los padres no saben cómo afrontar esta etapa por la cual pasan sus hijos, es un momento inevitable tanto para padres como para hijos. Es necesario, por lo tanto, establecer un vínculo de comunicación, para poder estar lo más informados posible, de que es lo que esta pasando o sintiendo el hijo adolescente, siempre respetando su autonomía, para hacerles ver que se esta con ellos y no en contra de ellos.

Por otro lado; junto con la modernidad y los adelantos tecnológicos, nuestra vida se ha hecho más cómoda y se pueden simplificar tareas, en algunas ocasiones, pero también es cierto que esta más al alcance de los adolescentes (no se descartan los niños), información incorrecta o poco sana para su desarrollo, como es la pornografía, el adulterio, la drogadicción, el alcoholismo, entre otras muchas mas, trayendo como consecuencia la perdida de muchos de los valores que necesita la sociedad para su adecuado desarrollo y equilibrio.

En la actualidad, también nos podemos encontrar con muchísimas familias poco funcionales, puesto que la vida tan acelerada que estamos viviendo obliga tanto a padres como a madres salir a trabajar, haciendo a un lado a los hijos o delegándoles tareas que no corresponden tanto a su edad como a sus gustos o preferencias, como es el cuidado de los hermanos más pequeños, hacer los quehaceres de la casa o hasta incluso tener la necesidad de hacer aportaciones a la economía familiar, etc., haciendo así más difícil el desarrollo de los hijos.

Por lo tanto, la familia debe permanecer unida y en constante contacto, entendiendo como contacto la comunicación verbal y no verbal, (como es el hablar con los hijos y hacerles cariños que demuestren lo que se siente por ellos), ya que con ello les estamos diciendo que los amamos, y de esa manera poder evitar algunos de los problemas que se pueden presentan a inmediato, mediano o a largo plazo.

Por todo lo anteriormente expuesto se hace necesario conocer y reconocer la importancia que tiene la comunicación en la familia, en todo momento de la vida, pero sobre todo en la adolescencia, puesto que se va dejando de ser niño para pasar a hacer adultos con derechos y obligaciones aún más grandes que cuando se es pequeño. La familia, por lo tanto, es la primera institución que educa y debe ser la que brinde, seguridad, apoyo y cobijo a los hijos para contribuir a su sano desarrollo dentro y fuera del núcleo familiar.

En este trabajo se trata de recordar a los padres la “importancia que tiene la comunicación en la familia durante la adolescencia”, es cierto que nos comunicamos a cada momento y que por lo mismo la comunicación es imprescindible, pero es en la adolescencia donde los padres deben estar más alertas ante las diversas manifestaciones que presentan sus hijos, como son: cambios de humor, gustos, actitudes, comportamientos, etc., para poder orientarlos a tomar las mejores decisiones y de esa manera contribuir positivamente a su desarrollo, tanto físico como emocional.

Para que ello se pueda dar y resulte positivo, los padres deben permanecer en comunicación constante con sus hijos y no restarle importancia a la autonomía de cada uno de ellos puesto que también tienen sus propios puntos de vista, sus gustos e inclusive, por qué no decirlo, sus propios problemas que corresponden a su edad y a su entorno en el cual se desenvuelven.

Es por ello el interés de tratar este tema de la adolescencia y hacer la propuesta de un taller que va dirigido a los padres de familia con hijos adolescentes, con la finalidad de propiciar o mejorar la comunicación dentro del núcleo familiar. No se pretende decir, como recetario de cocina, qué se debe y no debe hacer o qué pasos seguir; solo se pretende sugerir algunas técnicas grupales que propicien la comunicación entre los padres e hijos, y de esa forma contribuir al mejoramiento de la dinámica familiar.

Por lo tanto, este trabajo está organizado en cuatro capítulos: En el primero se desarrolla el concepto de familia así como los diferentes tipos que pueden existir, centrándose, sobre todo, en el contexto mexicano, puesto que es en el que se está inmerso, lo cual da paso para conocer el ciclo vital de la familia y las etapas que lo conforman. Como la familia es vista como un sistema, también se aborda este concepto así como la relación que tiene con la familia y los distintos conceptos que en ella intervienen.

El segundo capítulo trata la comunicación, puesto que es otro tema que cobra gran relevancia dentro de la familia y que en muchas ocasiones se hace de lado o no se le da la adecuada importancia que requiere. Se trata este tema de modo tal que se pueda deducir la gran importancia que tiene la comunicación, sobre todo cuando se trata de padres e hijos.

El tercer capítulo se centra en la adolescencia así como la diferenciación entre adolescencia y pubertad, los duelos por los que pasa el adolescente y la formación de su identidad, tratando de que se conozcan o recuerden los momentos por los que pasa un adolescente.

El cuarto capítulo tiene que ver con la propuesta de un taller, el cual va dirigido a los padres de familia con hijos adolescentes. Esto tiene que ver con la importancia de la comunicación por lo que en el taller se sugiere un programa con algunas técnicas grupales que influyan de una forma positiva en la comunicación que se da dentro de la familia.

La presentación de este taller tiene que ver con la preocupación por los adolescentes y, puesto que es en la familia en donde el adolescente recibió sus primeras enseñanzas, es ese punto en donde se pretende apoyar para que se de una comunicación verdadera entre los padres y los hijos y, de esta forma contribuir al bienestar de los adolescentes.

Y como se menciona anteriormente, no se trata de decir qué esta bien y qué esta mal, sólo se trata de apoyar también a los padres de tal forma que reconozcan la importancia de la comunicación para que ello de cómo resultado el conocer más a sus hijos y por lo tanto comprendan los momentos por los cuales están pasando.

# CAPÍTULO I

## LA FAMILIA

### 1.1. DEFINICIÓN DE FAMILIA

El concepto de familia no es una definición única, puesto que ello depende en mucho, de la época o cultura en la cual se está inmerso el individuo, así como de los roles y funciones que se desempeñan en la sociedad y de la familia en su conjunto.

Los cambios por los cuales va pasando la sociedad, favorecen la tolerancia y la valoración de la diversidad, es por ello que se pueden tener diferentes concepciones de la familia, así como distintos tipos de familia.

Hay diferentes formas de definir el concepto de familia, esto es a través de distintas teorías, las cuales pueden ser:

- “La teoría del conflicto: considera a la familia como un sistema dirigido hacia la regulación del conflicto.
- El funcionalismo estructural: la familia es una estructura social que permite a sus miembros la satisfacción de sus necesidades, al tiempo que facilita la supervivencia y el mantenimiento de la sociedad.
- La teoría de los sistemas familiares: la familia es un sistema orgánico que lucha para mantener el equilibrio cuando se enfrenta a presiones externas.
- La ecología humana: la familia es un sistema de apoyo vital que depende de las características de los ambientes naturales y sociales en los que se encuentra inmersa.
- La teoría del desarrollo mayor: la familia es un grupo social intergeneracional, organizado sobre las bases sociales establecidas por el matrimonio y la familia, y que intenta mantener un equilibrio respecto de los continuos cambios que se suceden a lo largo del desarrollo del ciclo vital de la familia.
- El interaccionismo simbólico: la familia es una unidad de personalidades en interacción.
- La teoría del intercambio la familia es un conjunto de relaciones, en las cuales los individuos actúan para maximizar los beneficios.

- Las teorías feministas: la familia es un lugar de opresión y conflicto debido a la subordinación de las mujeres. La familia es una “ilusión socialmente necesaria”.
- La fenomenología: la familia es un modo de organizar el significado de las relaciones interpersonales”. (Musitu Gonzalo, 2001:19)

Cada familia cuenta con su propia historia de vida, por lo que cada una de ellas es única y las partes que la conforman, tienen que ver en su funcionamiento. La familia por lo tanto tiene una permanencia dentro de la sociedad en la cual se desenvuelve.

“La familia fue siempre considerada un prerequisite social en el sentido de que la supervivencia de la sociedad está sostenida por la institución familiar, cuya misión es procrear nuevos miembros y capacitarlos para que puedan adaptarse a los patrones culturales vigentes” (Bianchi, 1986:212).

Empero la sociedad se va transformando con el paso del tiempo. Los roles de los integrantes de la familia se modifican (por cuestiones económicas, principalmente, por ejemplo la mujer tiene la necesidad de salir a trabajar y contribuir al gasto familiar e incluso los hijos, antes este hecho no era tan cotidiano). De tal forma se encuentran otras definiciones de familia como:

“Del latín familia, el conjunto de los miembros de una casa; ingl. Family. Un grupo de personas que están vinculadas entre sí mediante parentesco físico inmediato y matrimonio. Su núcleo básico es siempre el lazo-madre-hijos que, en la mayoría de las culturas, se ve completado por el padre.

Considerado desde un punto de vista sociológico, lo esencial de una familia es la dirección conjunta del hogar que, por lo general, trae consigo contactos sociales constantes según roles comparativamente bien definidos en un determinado espacio vital (vivienda), que se basan en la responsabilidad colectiva para el aseguramiento del sustento, en la existencia de valores y normas comúnmente aceptados así como los lazos emocionales muy estrechos.

Desde un punto de vista pedagógico, la familia es importante especialmente como lugar de la socialización primaria de los niños y por sus funciones complementarias en interrelación con todos los procesos, organizados socialmente, de educación, formación e instrucción”. (Diccionario de Pedagogía, 2001:79)

Por lo que la familia es el lugar de aprendizaje en donde el niño aprende valores, formas de convivencia, de expresión, etc. Y de esa manera la forma de conducirse en la vida. Siendo de este modo, la familia el lugar en donde se irán formando las nuevas generaciones.

“La familia se define como un grupo primario, como un grupo de convivencia intergeneracional, con relaciones de parentesco y con una experiencia de intimidad que se extiende en el tiempo, el tiempo constituye, pues, una dimensión importante para comprender la realidad familiar: las

expectativas de futuro, y la historia pasada común configuran el grupo familiar, diferenciándolo de otros grupos primarios, dándole identidad y constituyéndolo como el punto clave del análisis de la familia en el presente”. (Gotman en: Gimeno 1999:34)

Es entonces, la familia, el primer lugar en donde el adolescente busca su propia identidad puesto que a partir de la familia se tiene relación con los demás, dándole así un peso bastante grande a la familia dentro de la sociedad.

“La familia es el lugar natural e ideal para que el niño o niña se desarrolle como persona y aprenda a vivir. La familia es un grupo consanguíneo integrado por el padre, la madre y los hijos e hijas; sin embargo, en la realidad no siempre es así, ni en esta época ni en épocas anteriores”. (Méndez, 2005:33)

Por otro lado, se considera a la familia como una pareja u otro grupo de parientes que tienen que ver en la vida económica y en la crianza y educación de los hijos los cuales tienen en común una casa o habitación la mayor parte de su vida.

Entonces, se puede decir que la familia es una institución social ya que forma una estructura para regular la acción colectiva en torno a ciertas necesidades básicas. Es un sistema que contribuye en el desarrollo de la sociedad en el cual se desenvuelve la familia.

“La familia tiene una disposición característica de una época y cultura concretas. Adopta aspectos nuevos en relación a determinados cambios” (Caparrós, 1981:18).

Por consiguiente la familia es el núcleo donde el niño contempla sus primeros triunfos y fracasos y encuentra la primera forma de socialización.

El ser humano por naturaleza es social, por lo que existe la necesidad de permanecer en grupos, que permitan su supervivencia, lo cual da origen a la familia, ya que es una forma de organización social que permite al individuo desarrollarse en pro de la sociedad en la cual está inmerso.

Es bien sabido que la familia tiene que ver mucho en el desarrollo de la sociedad, puesto que es la primera institución que educa a la niñez de cualquier país, siendo así de gran importancia conocer las diferentes concepciones que se le da a la familia.

“La familia es la célula básica en toda sociedad, por ello la sociedad tiene en la familia el medio más efectivo de estancamiento en formas de vida envejecidas o deterioradas o bien de renovación, de desarrollo, de cambio hacia la realización de nuevos ideales”. (CONAPO, 1985:2).

La familia es nuestro primer contexto socializador, es el primer lugar en donde adquirimos los principios de nuestra cultura, los valores y las creencias que nos caracterizan, la información acerca del modo en que se configuran las relaciones sociales, la forma en que debemos comportarnos en cada situación

e incluso, el modo en que llegamos a pensar y sentir acerca de nosotros mismos, he ahí la importancia de la familia para cada uno de los individuos. Y aunque existen conflictos dentro de la misma, siempre será un apoyo en el desarrollo de las personas, por su apoyo emocional y en muchas ocasiones hasta económico.

Además se hace ver que:

“La familia puede ser una unidad de parentesco, una unidad de consumo y/o una unidad de producción.

Pero la familia tiene también otras funciones que se refieren a la formación y el desarrollo de sus integrantes. La familia debe procurar satisfacción a las necesidades biológicas, psicológicas y sociales.

Entre las que se encuentran:

- Cuidar, alimentar y vestir a los integrantes de la familia.
- Proporcionar educación a niños y niñas.
- Desarrollo de la sexualidad.
- Ofrecer el ambiente apropiado para que los integrantes de la familia adquieran confianza, seguridad, definan su identidad y su individualidad.
- Ofrecer los elementos formativos para el desarrollo de valores personales y sociales.
- Cultivar y valorar costumbres y tradiciones del grupo social y el país al que pertenezca la familia” (Méndez, 2005:37).

El afecto y el apoyo dentro del contexto familiar parecen ser fundamentales para un adecuado desarrollo siendo así un elemento fundamental para el bienestar de cualquier individuo.

De tal forma se puede decir que la familia es una institución universal e imprescindible para el funcionamiento de cualquier sociedad puesto que es la primera institución en donde los niños son educados y se les enseñan valores, creencias, costumbres, etc., que llevarán consigo a lo largo de su propia historia de vida. Además la familia es de gran importancia para la adolescencia porque es ahí en donde ellos crecen bajo el amparo de los padres tanto económico como emocional.

A manera de síntesis, se puede decir que, la familia en nuestra época y cultura, son aquellos con quienes se comparten vínculos de afecto e intimidad y lazos de sangre. Además de contribuir al bienestar de la sociedad puesto que educa por medio de normas y valores a los adolescentes.

La familia debe buscar el bienestar de los hijos y esto podrá lograrse, entre otras cosas, por medio del amor, tolerancia y la imprescindible comunicación. Este último es sumamente importante para que los hijos puedan sentirse queridos y tomados en cuenta, lo cual debe de propiciarse desde la

infancia e irse reforzando, sobre todo en la adolescencia, que es el periodo en el cual los hijos pasan por diversos cambios.

De tal modo la concepción de familia depende de la sociedad, cultura y economía en la que se encuentra inmersa. De esa forma se puede decir que la familia varía, se transforma, se adapta y sobre todo, perdura.

## 1.2. TIPOS DE FAMILIA

En la actualidad existen diferentes tipos de familias que fueron surgiendo a través de la historia y en diferentes culturas, las cuales podrían describirse por tipologías. Una tipología no es más que un instrumento lógico y una forma de clasificar.

Por lo cual la familia puede ser entendida desde diversos tipos tal y como lo señala Gonzalo Musitu, los cuales se dividen en:

- “Las familias nucleares: Este tipo de familias está compuesto por un hombre y una mujer, unidos mediante matrimonio, y sus hijos. Aunque es el tipo de familia más frecuente, esta dejando de ser considerada como el único tipo de familia.
- La cohabitación: Se trata de la convivencia de una pareja unida por lazos afectivos, pero sin el vínculo legal del matrimonio. Se denominan también “parejas de hecho”. En ocasiones, este modo de convivencia se plantea como una etapa de transición previa al matrimonio.
- Los hogares unipersonales: Se trata de hogares formados por una sola persona. El significado de vivir solo es muy diverso, dependiendo de que la persona sea joven, adulta, anciana, mujer o varón. Vivir solo a diferentes edades se corresponde con posiciones familiares diferentes: los jóvenes son, en su mayoría, solteros; los adultos, separados o divorciados, y los ancianos, viudos.
- Las familias monoparentales: Este tipo de familia puede definirse como aquella constituida por un padre o una madre que no vive en pareja (entendiendo pareja casada o que cohabite). Puede vivir o no con otras personas (amigos o los propios padres) y vive al menos con un hijo menor de dieciocho años.
- Las familias reconstituidas: Se refiere a la familia que, rota después de un divorcio, se rehace con el padre (o madre) que tiene a su cargo los hijos y su nuevo cónyuge”. (Gonzalo Musitu, 2001: 16.)

Como se puede observar, los tipos de familias dependerán de la estructura que cada una de ellas tiene en su interior. Los cambios por los cuales la sociedad ha ido pasando le restan importancia al matrimonio. Se puede observar como las parejas, con más frecuencia las parejas jóvenes, prefieren vivir en unión libre, muchas veces para ver si funciona la relación y otras por el simple hecho de vivir en pareja.

Todo ello, a consecuencia de la modernidad, ya que se adoptan estilos de vida que muchas veces no pertenecen a nuestro contexto social. Con el pasar de los años se puede ver con mayor facilidad familias reconstituidas a causa de diferentes circunstancias tales como divorcio, escasos recursos económicos, por ser madres o padres solteros, etc., pudiendo así describir muchas situaciones por las cuales no se conforma una familia nuclear.

El tipo de familia tendrá mucho que ver con las perspectivas, que en muchas ocasiones, los adolescentes tienen a futuro, siendo así de vital importancia tener bien claro que quieren los padres para los hijos sin hacer a un lado las propias necesidades de ellos.

Aunque existen diferentes tipos de familia no se debe olvidar que debe existir un mecanismo familiar que contribuya al sano desarrollo de sus integrantes.

Es por ello la gran importancia que cobra la familia en la sociedad. No se trata solo de traer niños al mundo en condiciones inconvenientes, exponerlos al peligro, que sean niños no deseados, maltratados o peor aún, dejarlos a su suerte; por lo que resulta aun mas interesante conocer los tipos de familia que pueden darse dentro de la sociedad así como sus características, esto con la finalidad de sensibilizar a los padres e hijos respecto a la gran importancia que tiene la constitución de las familias puesto que es la primera institución que educa al niño; es donde se les enseñan los principios, valores y creencias que más tarde ayudarán a que se conforme su identidad, esto cuando sean adolescentes. Por lo tanto lo que se les enseñe a los hijos desde pequeños contribuirá a conformar la identidad del adolescente y más tarde será el reflejo de lo que serán de adultos puesto que no hay que olvidar que el carácter de los niños se forma desde el inicio de la vida.

No se pretende confundir a las personas que lean este trabajo con los términos, se trata solamente de conocerlos.

Empero en este trabajo se centra la atención específicamente en el contexto mexicano puesto que es ahí donde nace el interés por conocer como están constituidas las familias.

Por lo que se puede encontrar dentro de este contexto las familias:

- “Nucleares: se integran, además del jefe, por el cónyuge, los hijos, o ambos.

- **Ampliadas:** se caracteriza por la presencia de otros parientes del jefe, pueden ser hogares nucleares a los cuales se les han agregado otros parientes, o bien, estar integrados por un jefe y otros parientes, donde no existe un núcleo propio del jefe.
- **Compuestas:** además del jefe, incluyen a algún pariente y cuentan con la presencia de personas que no guardan ninguna relación de parentesco con el jefe". (INEGI, 1998:3)

Desafortunadamente "cada vez hay más familias en condiciones vulnerables y las fuentes de tensión y desintegración familiar se amplían. La ruptura de los vínculos familiares ha tenido como consecuencia que muchos niños y jóvenes queden abandonados a sus propios medios, además de que dejan de asistir a la escuela, viven en condiciones muy desfavorables y se exponen, cada vez más, a riesgos como la drogadicción, la explotación laboral, los embarazos no deseados y las enfermedades de transmisión sexual" (INEGI, 1998:VII).

Es por ellos que podemos encontrarnos con muchos niños y adolescentes en situación de calle y en donde se hace más latente la necesidad de pertenecer a un grupo en el cual se puedan externar dudas y sentimientos que contribuyan a su bienestar o a la satisfacción de dichas necesidades.

De esa forma, encontramos que los hogares familiares mexicanos están clasificados de la siguiente forma:

#### HOGARES FAMILIARES POR CLASE DE HOGAR

CLASE DE HOGAR	TOTAL	PORCENTAJE
Total	18 221 676	100.0
Nuclear	13 596 093	74.6
Ampliado	4 468 735	24.5
Compuesto	156 848	0.9

FUENTE: INEGI, Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares, 1994.

Se puede observar que el tipo de hogar que sigue predominando es la nuclear aunque hoy en día sea un poco más frecuente encontrarse con familias compuestas.

En relación con la población que reside en hogares familiares encontramos que:

#### POBLACIÓN EN HOGARES FAMILIARES POR CLASE DE HOGAR

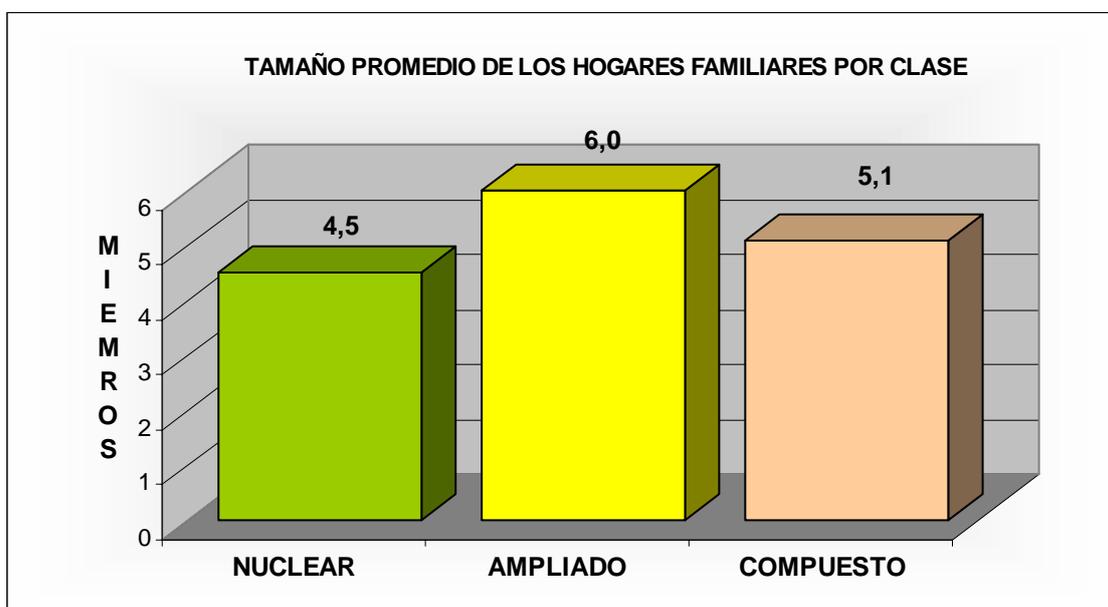
CLASE DE HOGAR	TOTAL	PORCENTAJE
Total	88 105 107	100.0
Nuclear	60 652 516	68.8
Ampliado	26 655 437	30.3
Compuesto	797 154	0.9

FUENTE: INEGI, Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares, 1994.

En el tipo de hogar que se encuentra una mayor cantidad de población es en el hogar ampliado puesto que esta la presencia de otros parientes. En la tabla aparece más población en el hogar nuclear puesto que es la familia que predomina en el contexto mexicano tal y como se puede ver en la primera tabla.

“El tamaño de las familias se refiere al número de miembros que la componen, es decir, relaciona a la población con los hogares. El tamaño de una familia no sólo depende de los niveles de fecundidad, mortalidad y migración, sino que está vinculado con factores económicos, sociales y culturales, como son la disponibilidad y costo de la vivienda, los ingresos y las formas de convivencia predominantes en la sociedad” (Pantelides en: INEGI 1998:4).

El tamaño de las familias puede ser modificado en diversas ocasiones, esto a causa de la integración de nuevos miembros a la familia o de su salida de la misma, esta salida no necesariamente tiene que ser solamente de gente adulta sino también por los adolescentes, las cuales pueden ser fugas de casa por el abandono emocional de los padres, por problemas constantes con los mismos, como es el autoritarismo y la incomprensión, por embarazos no deseados, por adicciones, entre otras.



FUENTE: INEGI. Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares, 1994.

“Las familias mexicanas en promedio se componen de 4.8 miembros, generalmente los padres y tres hijos. Los nucleares son ligeramente más pequeñas (4.5); las ampliadas, debido a la presencia de otros parientes, presentan el promedio más alto con 6 miembros; y las compuestas tienen un tamaño medio de 5.1 personas” (INEGI 1998:4).

No importando el tamaño de las familias se debe tener muy presente que los hijos adolescentes necesitan encontrarse en un ambiente lleno de amor

y confianza en consecuencia darle su lugar en la familia, esto se puede dar respetando su espacio en el cual el adolescente mantiene presentes sus preferencias y gustos a través de sus objetos personales a su vez no se le debe restar importancia a la necesidad que el adolescente tiene de buscar su autonomía.

## LAS FAMILIAS COMPLETAS

“Tanto la universalidad como la permanencia en el tiempo que tienen estos hogares han dado lugar al arquetipo de familia que está presente en nuestra cultura. Por lo que en México 12.7 millones de familias están formadas por parejas con hijos, que presentan el 74.6% del total de hogares familiares. Esta clase de familias agrupa a 69.2 millones de personas, que constituyen el 81.6% de toda la población que vive en hogares familiares. Los resultados indican que tres de cada cuatro familias mexicanas son completas, lo que las ubica como la forma predominante de familias de México” (INEGI 1998:77).

Tal vez no en todas las familias nucleares existan hijos adolescentes y aunque si los haya, esto no garantiza que sean familias funcionales, en las familias ampliadas es más difícil no encontrar al menos un adolescente, puesto que se trata de familias con un número más amplio de integrantes aunque de igual forma pueden ser familias disfuncionales, por lo que se hace necesario reconocer la importancia de la comunicación en el interior de la familia sea el tipo de familia que sea esto en beneficio de los hogares.

### FAMILIAS COMPLETAS POR CLASE

CLASE DE FAMILIA	TOTAL	PORCENTAJE
Total	12 683 971	100.0
Nuclear	10 068 476	79.4
Ampliado	2 615 495	20.5

### POBLACIÓN EN FAMILIAS COMPLETAS POR CLASE

CLASE DE FAMILIA	TOTAL	PORCENTAJE
Total	69 164 978	100.0
Nuclear	50 715 700	73.3
Extensa	18 449 278	26.7

FUENTE: INEGI. Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica, 1992.

“Además de la composición, otra característica esencial de las familias es su tamaño, esto es, el número de miembros que la integran. Las familias completas tienen en promedio 5.5 miembros, es decir, jefe, cónyuge y otros parientes, que básicamente son los hijos. Como puede apreciarse en la gráfica, el peso de éstos es muy significativo para el tamaño de la familia, ya que tres de los cinco integrantes son hijos” (INEGI 1998:77).

“En el caso de las familias nucleares, el número promedio de miembros es exactamente cinco mientras que en las extensas, a causa de los otros parientes y los no parientes, el promedio se incrementa a 7.1” (INEGI 1998:78).  
**LAS FAMILIAS MONOPARENTALES**

“Esta clase de familia se asocia a una ruptura conyugal, ya sea separación, divorcio o viudez, aunque también comprende los casos en los que el jefe ha tenido hijos siendo soltero. Cabe señalar que además incluye las situaciones en las cuales alguno de los cónyuges vive “temporalmente” separado de su pareja, y que se relaciona con la migración u otro lugar por motivos de trabajo, estudio o reclusión en centros de salud o de rehabilitación social, sin que exista de por medio un rompimiento del vínculo conyugal” (INEGI 1998:90).

En este caso los adolescentes pueden ser más vulnerables por los sucesos que viven en casa. La ausencia del padre o de la madre, en muchas circunstancias podrían confundir o incluso atemorizar al adolescente, en otras ocasiones se delegan tareas o responsabilidades a los adolescentes que no son propios de su edad pudiendo dar como resultado que se vuelvan rebeldes, que piensen en huir de casa o que puedan caer en adicciones a temprana edad, etc.

#### **FAMILIAS MONOPARENTALES POR CLASE**

<b>CLASE DE FAMILIA</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Total	2 300 329	100.0
Nuclear	1 356 429	59.0
Extensa	943 900	41.0

#### **POBLACIÓN EN FAMILIAS MONOPARENTALES POR CLASE**

<b>CLASE DE FAMILIA</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Total	10 139 427	100.0
Nuclear	4 802 614	47.4
Extensa	5 336 813	52.6

FUENTE: INEGI. Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica, 1992.

“El tamaño promedio de la familia monoparental es de 4.4 miembros, de 3.5 para la nuclear y de 5.7 para la extensa, debido a la presencia de otros parientes y no parientes” (INEGI 1998:91).

“Los hijos representan un componente muy importante, particularmente en las familias formadas por el jefe y los hijos, en éstas los hijos constituyen la mitad de sus integrantes y en las extensas la tercera parte de sus miembros” (INEGI 1998:91).

#### **LAS FAMILIAS SIN HIJOS**

“Este tipo de familias incluye a las parejas que acaban de unirse o casarse y todavía no han tenido descendencia; y a las parejas que tuvieron hijos pero que éstos ya no viven en el hogar” (INEGI 1998:105).

En el tipo de sociedad en la que se esta inmerso se puede observar a muchas parejas jóvenes que se unen y no tienen inmediatamente hijos, en ello se verán involucradas las necesidades, acuerdos o incluso problemas de cada unos de los matrimonios. Por otro lado pueden encontrarse también familias en las cuales el hijo adolescente a dejado el hogar a causa de diversas circunstancias, las cuales pueden ser problemas en casa o incluso necesidad de migrar, principalmente por cuestiones económicas.

#### FAMILIAS SIN HIJOS POR CLASE

CLASE DE FAMILIA	TOTAL	PORCENTAJE
Total	1 461 837	100.0
Nuclear	1 150 053	78.7
Extensa	311 784	21.3

#### POBLACIÓN QUE VIVE EN FAMILIAS SIN HIJOS POR CLASE

CLASE DE FAMILIA	TOTAL	PORCENTAJE
Total	3 527 795	100.0
Nuclear	2 313 619	65.6
Extensa	1 212 176	34.4

FUENTE: INEGI. Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica, 1992.

“Las familias formadas por parejas sin hijos tienen en promedio 2.4miembros; en el caso de las familias nucleares, el número promedio de integrantes es exactamente 2, mientras que en las extensas, debido a la existencia de otros parientes y no parientes, el número casi duplica al de las nucleares, siendo de 3.9 miembros en promedio” (INEGI 1998:105).

#### LAS FAMILIAS CONSANGUÍNEAS

“El número de familias formadas por el jefe sin núcleo familiar asciende a 563 mil y sólo representan el 3.3% del total de los hogares familiares. En estas familias se agrupan 1.9 millones de personas, que constituyen el 2.2% de toda la población que vive en hogares familiares”. (INEGI 1998:118).

“Este tipo de familia no incluye al cónyuge ni a los hijos del jefe, sólo existen otros parientes y no parientes del mismo. En consecuencia, no se pueden desagregar por clase de familia, ya que por la composición de parentesco se trata exclusivamente de familias extensas. Las familias consanguíneas tienen en promedio 3.4 miembros, es decir, el jefe y poco más de dos parientes” (INEGI 1998:118).

## CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES DE LAS FAMILIAS MEXICANAS

INDICADORES	CLASE DE FAMILIA			
	Completa	Monoparental	Sin hijos	Consanguinea
Tamaño promedio	5.5	4.4	2.4	3.4
% de población masculina	50.3	41.2	48.8	45.7
% de población femenina	49.7	58.8	51.2	54.3
% de jefes	18.0	22.7	41.5	30.1
% de familias con jefe hombre	98.4	16.1	95.3	52.4
% de familias con jefe mujer	1.6	83.9	4.7	47.6

FUENTE: INEGI. Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica, 1992.

Sea cual sea el tipo de familia a la que pertenecen los adolescentes, debe ponerse atención a la dinámica familiar que prevalece en cada una, esto con la finalidad de poder detectar tanto aspectos positivos como negativos que puede ayudar o perjudicar a los hijos y de esa manera fortalecer lo positivo y tratar de eliminar lo negativo como lo es, en muchas ocasiones, la falta de comunicación entre padres e hijos.

### 1.3. CICLO VITAL DE LA FAMILIA

Existe un gran interés por conocer y entender las diferentes etapas de desarrollo del ser humano por lo que dentro de la familia se maneja el concepto de ciclo vital de la familia el cual ayudará a entender por qué momentos está pasando la persona y de esa forma entender su comportamiento. Este concepto ha tenido muchas críticas por centrarse principalmente en las familias nucleares y se deja de lado las otras posibles conformaciones que se dan dentro del núcleo familiar.

“El concepto de ciclo vital familiar presenta una visión demasiado normativa del desarrollo familiar y por estar centrado en la familia nuclear que, en su forma pura, no es actualmente la estructura más habitual. En las familias donde existe un padrastro o madrastra pueden mezclarse y confundirse estos estadios. Una pareja “nueva” puede estar pasando por la etapa del noviazgo, la fase romántica, y al mismo tiempo tener que ocuparse de la relación con los hijos adolescentes habidos en el anterior matrimonio de uno de ellos. También puede haber un peligro en ignorar las diferentes definiciones de las sociedades modernas, relativas a las diversas formas de vida familiar “ ( Dallos, 1996:29).

Pero a pesar de las críticas y de sus limitaciones, el tener un esquema del ciclo vital de la familia nos ayuda a entender las etapas por las cuales “puede” pasar una persona o la familia en su conjunto.

La vida familiar varía de acuerdo con el ciclo del desarrollo vital humano. Sus problemas varían según la edad familiar, los intereses de sus miembros frente a la familia así como las funciones sociales que ella realiza.

El ciclo de vida familiar esta integrado por distintas etapas las cuales están relacionadas una con la otra puesto que son parte de una estructura que sirven para conformar a la otra. En cualquier etapa que se encuentre la familia debe hacerse imprescindible la necesidad de la comunicación para contribuir al desarrollo armónico del ciclo vital de la familia.

Se establecen tres criterios básicos para la diferenciación de etapas:

a) "Los cambios en composición familiar, es decir, debidos a adiciones o pérdidas de miembros, entendiendo adiciones y pérdidas también como entradas y salidas del hogar;

b) Cambios en composición por edades, tomando como referencia al hijo mayor; y

c) Cambios en situación laboral de la persona o personas que constituyen la familia" (Duvall en Gimeno; 1999:112).

Por lo que se puede decir que la familia pasa por cinco etapas que corresponden a su ciclo vital:

- Primera Etapa: esta tiene que ver con la independencia de los hijos, en esta etapa se pueden situar los adolescente porque es justo en ese momento en donde es más visible el querer buscar la autonomía frente a los padres. Tanto los padres como los hijos deben estar preparados para enfrentar este momento lo mas adecuadamente posible y no caer en conflictos dentro del núcleo familiar sino por el contrario se puedan delegar más responsabilidades a los hijos las cuales los hagan sentir que son tomados en cuenta y que confían en ellos por la responsabilidad encomendada. De esa forma se contribuye a formar más aún la identidad del adolescente para que esta etapa sea de nuevas experiencias y no de sacrificios o estrés. Esta etapa es también el momento en el cual se busca pareja por lo que será necesario "separarse" padres e hijos. "Puesto que en toda relación emocional cualquier separación es dolorosa, se comprende la dificultad que implica superar esta fase del modo más conveniente" (Lauro Estrada en Méndez, 2005:47). Esta separación no tiene que ser dolorosa si tanto padres como hijos propician una comunicación constante y honesta para poder externar que esperan unos de otros.
- Segunda etapa: en este momento se aprende a ser esposo o esposa y de tal manera se estará conformando el propio estilo de vida que corresponderá a la nueva familia. En este momento la pareja se conoce más afondo y puede que resulten algunos problemas consecuencia de la convivencia diaria en pareja. Por ejemplo, es muy cotidiano encontrar que las mujeres buscan el orden mientras que los esposos se les hace fácil dejar la ropa sucia en el baño, dejar los zapatos en medio del paso, entre otras

muchas más o por el contrario el hombre estaba acostumbrado llegar a visitar a su novia y encontrarla arreglada, perfumada y coqueta para recibirlo y cuando ya están conviviendo, despierta y se encuentra con la sorpresa de una mujer desarreglada sin un gramo de coquetería, y aunque pareciera gracioso, esto es parte del aprender a vivir en compañía puesto que no es lo mismo ser novios y verse un rato o ser esposos y convivir mucho más tiempo juntos. Por lo tanto se hace necesario conocer las expectativas, gustos, conceptos, obligaciones, principios, etc., de la pareja para que de esa forma se ayude al convivir diario y la comunicación es un ingrediente muy necesario que contribuye a poder lograrlo. Mientras se sepa lo que se quiere y espera de una relación se podrán sobrellevar las diferentes situaciones que se presentan dentro de la nueva familia. El convivir estrechamente con una persona no es sencillo, se requieren de diversos elementos como la comprensión, el amor, la confianza, la comunicación, etc., para poder alcanzar lo que se quiere.

- Tercera etapa: la familia se centra en la llegada de los hijos. La pareja puede planear y decidir el momento adecuado para la llegada del o de los bebés, puesto que hoy en día, la familia ya no es vista solamente como procreadora de hijos, (es la minoría la que puede opinar lo contrario) por lo que tanto el hombre como la mujer pueden decidir en qué momento y cuánta familia tener.
- Cuarta etapa: los hijos ya han crecido y ahora son adolescentes, es en este momento cuando los hijos suelen presentar problemas emocionales o en algunas ocasiones se vuelven más vulnerables, empieza el querer ser autónomos, como se vio anteriormente en la primera etapa por lo que se pueden presentar diversos problemas, por lo tanto es muy necesario que exista comunicación entre padres e hijos puesto que ello ayudará a acercarse los padres a los hijos y viceversa lo cual dará como resultado el poder conocerse más. No se trata de que los padres sean autoritarios y llenen de represiones a los hijos, ni tampoco de que los padres sean liberales, se trata de poder llegar a acuerdos que contribuyan a la conformación de la identidad del adolescente. No todos los hijos son iguales, por lo que se debe tomar en cuenta las características propias de cada hijo así como sus ilusiones, miedos y creencias para que así se pueda ayudar al hijo en esta etapa.
- Quinta etapa: a esta etapa se le conoce con el nombre de reencuentro. Esta etapa se le caracteriza porque es cuando los hijos se han independizado de los padres. En este momento pueden existir ya los nietos.
- Sexta y última etapa: se pueden presentar diversas situaciones con la gente mayor; por un lado existe mucha discriminación con ellos y abusos, esto puede ser por la propia familia o por

personas que no son parientes, son tomados como una carga por lo que prefieren encerrarlos en asilos (la gente que puede cubrir ese gasto) o abandonarlos a suerte puesto que la mayoría de estas personas ya no trabaja, esto puede ser por cuestiones de salud, porque no son aceptados en los trabajos por la edad o por estar pensionados. Se les falta al respeto y ya no son tomados en cuenta.

Por otro lado, puede darse lo contrario y los ancianos viven su vejez tranquilos bajo el cuidado de los hijos o de parientes cercanos.

El ciclo de vida es un cambio que se da en el interior de la familia para así poder pasar de un estadio a otro. El ciclo de vida puede servirnos como herramienta para conocer el momento por el cual pasa un individuo.

Cada familia hace recorridos únicos y distintos a cualquier otra por lo que se hace necesario que cada uno de los miembros de la familia respeten, cuiden y aporten cosas positivas al núcleo familiar para que de esa forma se busque el bienestar de cada uno.

Los ciclos familiares enmarcan la vida humana en etapas que se diferencian unas de las otras. Cada etapa es sucesiva y consecuente de la anterior.

Por otro lado debe quedar claro que el ciclo vital de la familia es una herramienta que puede servir de ayuda para entender por qué momento puede pasar la familia, como ya se ha mencionado, lo cual no quiere decir que es obligatorio que las familias pasen por cada una de las etapas o en el orden que fueron explicadas.

Entonces se puede decir que el ciclo vital de la familia es aquel proceso por el cual pasa un individuo a lo largo de su vida así como su desarrollo, de esa forma se toma en cuenta los momentos por los cuales pasa sin hacer de lado su historia de vida para así poder decir en qué momento del ciclo se encuentra.

Entender a las familias no es fácil, si es complejo entender a una persona cuanto más es hacerlo con un conjunto de personas puesto que se pueden mezclar diversos sentimientos y formas de ver la vida. Pero no se debe olvidar que cada uno de los integrantes forma parte del sistema. Dicho concepto se explica a continuación para que de esa manera se pueda comprender aun más la función de la familia.

#### 1.4. TEORÍA DE SISTEMAS E INTERACCIÓN FAMILIA

Algunos autores mencionan que la familia es un sistema por lo que “el concepto de sistemas no es propiedad exclusiva de la teoría de sistemas. Más bien, se trata de un concepto utilizado en diversas disciplinas” (Musitu Gonzalo, 2001:43). En el sistema intervienen diversas partes que logran que funcione y de esa forma poder lograr una dinámica familiar.

A continuación se describen conceptos los cuales servirán para entender más aún la teoría de sistemas, entre ellos esta:

- “Sistema: un sistema es un conjunto de objetos, así como de relaciones entre los objetos y sus atributos. Los objetos son los componentes o partes del sistema, los atributos son las propiedades de los objetos y las relaciones son los procesos que mantienen unido al sistema. Los sistemas se clasifican en cerrados y abiertos. Un sistema cerrado es aquel en el que no existen intercambio de información con el medio externo. Los sistemas abiertos se caracterizan por:
- Totalidad: Los componentes y propiedades de un sistema sólo pueden comprenderse como funciones del sistema total. Así, todo cambio en una de las partes afecta a todas las demás, influye sobre ellas y hace que todo el sistema pase a ser diferente de lo que era antes.
- Autorregulación: Los sistemas tienen la capacidad de modificar sus estructuras cuando se producen cambios en su medio exterior. Los cambios en el ambiente son constantes y el sistema debe alcanzar, una y otra vez, el equilibrio entre la estabilidad y el cambio.
- Equifinalidad: Una misma situación familiar puede tener su origen en estructuras iniciales muy diferentes. Así, cuando se observa un sistema, estructura o función, no puede hacerse una inferencia con respecto a su estado pasado o futuro a partir de su estado actual, porque las mismas condiciones iniciales no producen necesariamente los mismos efectos.
- Feedback o retroalimentación: un sistema abierto precisa de información acerca de los efectos que sus acciones tienen en su ambiente. Estas entradas y salidas de información y de energía se denominan feedback o retroalimentación.
- Entropía: Todo sistema cerrado está sujeto a entropía, es decir, al caos y a la desorganización. Un sistema necesita introducir continuamente pequeños o grandes cambios. Si no se introducen estos cambios, se produce la muerte del sistema como tal. En los sistemas abiertos, generalmente, se produce el proceso contrario, es decir, la negentropía o tendencia hacia el orden.

- Homeostasis / morfostasis: En los sistemas existen dos tendencias. Por una parte, existe el deseo de mantener la estabilidad alcanzada y, por otra, es necesario introducir cambios para garantizar la continuidad del sistema. Precisamente, con la finalidad de mantener el equilibrio entre ambos procesos, el sistema analiza el feedback que recibe del ambiente. La homeostasis o morfostasis es el nombre que recibe la tendencia que tienen los sistemas a mantener su estabilidad.
- Morfogénesis: Este concepto se refiere a la necesidad de cambio que tiene el sistema para asegurar su pervivencia y su crecimiento. Este proceso, en oposición a comportamientos ya existentes, da lugar a la exploración de nuevas alternativas y al surgimiento de comportamientos más adecuados a las circunstancias cambiantes. Un sistema puede cambiar de dos formas: mediante un cambio de primer orden, donde se producen cambios en los individuos pero la estructura del sistema no se altera, y mediante un cambio de segundo orden, donde el sistema cambia cualitativamente.
- Límites y fronteras: Los límites indican el grado de apertura de los sistemas o posibilidad de apertura. El cruce de los límites transforma sistemas cerrados en sistemas abiertos; estructuras estables en estructuras flexibles. En consecuencia, los límites de un sistema determinan de manera básica los procesos de autorregulación” (Musitu, 2001:47-48)

En un sistema todos los elementos interactúan entre sí ya que influyen unos sobre otros y así sucesivamente, además no todos los elementos del sistema tienen el mismo poder sobre los otros ni todas las conductas poseen el mismo impacto sobre cada uno de los elementos. Para que un sistema funcione correctamente todas sus partes deben trabajar en suma para poder lograrlo.

“La familia es un sistema, es decir, un grupo cuyos miembros están interrelacionados y es un sistema vivo y dinámico en constante transformación: vida y cambio van inseparablemente unidos. La característica principal de cualquier sistema vivo es la tendencia al crecimiento: nacer, crecer, reproducirse y morir. Por tanto la familia, como sistema vivo, está constantemente sometida a cambios” (Belart, 1999:26).

La familia es considerada como un sistema en el cual todas sus partes tienen relación entre sí. Siendo de esa manera un todo que interactúa cotidianamente en pro del equilibrio y cuando no es así el sistema pierde estabilidad puesto que una de sus partes provoca el cambio. La familia es entonces un sistema abierto que está en proceso de cambio constante por lo que puede ajustarse a diversos sucesos que se presentan cotidianamente y que en la mayoría de los casos no se esperan o prevén.

Al mismo tiempo está sometida a presión interna provocada por la evolución de sus propios miembros y subsistemas.

Las interacciones entre los miembros de la familia podría decirse que tienen propiedades sistémicas que van a aportar distintas informaciones al conjunto, el cual, a su vez, influirá en cada subsistema.

Cada vez que exista un cambio dentro de la familia se dice que ese cambio será sistémico ya que lo que haga un subsistema afectará a todo el sistema puesto que es un conjunto en constante movimiento que permanece abierto.

El sistema familiar se diferencia y desempeña sus funciones a través de sus subsistemas. Los individuos son subsistemas en el interior de una familia.

Los subsistemas pueden formarse con base en un arreglo de generación, sexo, interés o función. Cada individuo pertenece a diferentes subsistemas en los que posee diferentes niveles de poder y en los que aprende habilidades diferenciadas.

Por todo lo anteriormente descrito se puede decir que es indispensable que se conozca la importancia de la familia como los elementos que fueron descritos para así comprender aún más el funcionamiento de la misma, por lo que no hay que olvidar, que para que este sistema funcione debe existir dentro de cada uno de sus miembros una comunicación, por lo tanto será necesario también identificar claramente lo que es la comunicación así como los elementos que en esta intervienen.

Ya hemos visto el concepto de familia el cual resulta muy importante para entender la dinámica de la misma en la actualidad. El conocer o reconocer la dinámica familiar nos servirá para saber que tanta o tan buena es la comunicación que se puede dar en el interior del hogar y esto de cómo resultado el pensar ¿qué tipo de familia se tiene?.

Resulta importante poderse adentrar a nosotros mismos, ya sea como hijos, padres o ambos y revalorar que tanto contribuimos u obstruimos los canales de comunicación en nuestra familia o reconocer que necesidades se tienen en nuestro interior que requerimos externar, es por ello la gran importancia de la comunicación.

Otro elemento importante que se debe de dar dentro del núcleo de la familia es la comunicación por lo tanto el siguiente capítulo se refiere a ello con el fin de entender que papel juega la comunicación dentro de la familia, tratando de que dicha comunicación se de en beneficio tanto de los padres como de los hijos puesto que son los que forman el sistema familiar.

## CAPÍTULO II

### COMUNICACIÓN

#### 2.1. DEFINICIÓN DE COMUNICACIÓN

Actualmente el ser humano se encuentra en una vida tan rutinaria y acelerada que hace más difícil el comunicarse personalmente con la gente, es cierto que se recibe bastante información a través de los diversos medios de comunicación o se entablan comunicaciones muy a menudo por medio de aparatos electrónicos que hacen más difícil que la conversación sea personalizada. Lo mismo sucede con los padres e hijos, que por el trabajo, las tareas del hogar, el estrés, u otras diversas causas, no se tomen las familias un tiempo para conversar, ya sea a la hora de la comida o en algún espacio que se haga para ese propósito; circunstancias en las que día a día se confirma que la comunicación es un arte y muy difícil, no es sólo una forma de expresión, es además una necesidad para el ser humano, es una capacidad especial, sobre todo cuando se trata de padres e hijos.

“La comunicación se refiere al proceso social de entendimiento de las personas en relación a una notificación por medio del lenguaje, la mímica o la gesticulación u otro sistema compartido de señales y signos, también con la ayuda de dispositivos técnicos. Se describe el proceso técnico del intercambio de comunicación con la ayuda de los siguientes factores: emisor (iniciador) –información (noticia de contenido determinado) –tipo de comunicación o canal (por ejemplo el lenguaje) –receptor –efecto (tras la recepción de la información)” (Diccionario de Pedagogía, 2001:29).

No todos tienen la misma capacidad de comunicarse por lo que en muchos casos se debe aprender y desarrollarse. Esa capacidad especial es justamente la que nos diferencia de cualquier otra especie. Hay que aprender a comunicarse para que de esa manera podamos expresar nuestros gustos, sentimientos, ideas y todo aquello que necesitamos que los demás conozcan con la finalidad de darnos a conocer y conocer a los demás aunque muchas veces no sea tarea sencilla. Por tal motivo la familia influye en gran manera en como o que tanto se comunican los adolescentes.

El ser humano teniendo capacidad para hablar no tiene la misma capacidad para poderse comunicar, pareciera que con el simple hecho de hablar ya nos estamos comunicando, pero no es así, puesto que en muchas de las ocasiones decimos algo mientras nuestro cuerpo o gestos están comunicando otra cosa.

Empero la comunicación es:

- “El arte de transmitir información, ideas, creencias, sentimientos y

pensamientos de una personas a otra.

- Comunicarse es entrar en contacto con alguien, penetrar de algún modo en el mundo de otro. Es darle al otro participación de lo mío. La comunicación supone un contacto, la relación entre las personas que participan en ella.
- La comunicación no consiste simplemente en transmitir información de una persona a otra. Pero además de la palabra hablada y escrita nos comunicamos por medio de los gestos, de la postura física, del tono de la voz, de los momentos que elegimos para hablar, o de lo que no decimos” (Franco, 2001:22).

Por lo que se logra la comunicación cuando somos capaces de decir lo que sentimos, pensamos y creemos, la comunicación es tener libertad para expresarnos. El fin de la comunicación será dar a conocer lo que se quiere que el otro sepa. Comunicarnos es aceptar a los demás, puesto que debe existir libertad para decir lo que se piensa, se siente o se cree, aunque en muchas de las veces no se esté de acuerdo con los demás. Se logra una verdadera comunicación cuando se da y recibe información, cuando se es capaz de decir lo que se piensa y siente, pero también se es capaz de escuchar lo que el otro tiene que decir.

Difícilmente los padres se comunican con los hijos adolescentes lo que hace aún más difícil el conocer a sus propios hijos lo cual puede derivar diversos problemas que afecten al sistema familiar.

Además, se puede decir que normalmente, entendemos por comunicación:

- a) “el establecer contacto con alguien,
- b) el dar o recibir una información,
- c) el expresar nuestros pensamientos y sentimientos,
- d) el compartir algo con alguien” (Melendo, 1995:13).

El ser humano al ser social por naturaleza necesita comunicarse, dado a que no se aísla de los demás. Cada uno de nosotros necesitamos de los demás y nosotros a su vez aportamos algo a los demás. La necesidad de comunicarnos nace con nosotros mismos, el bebé tiene hambre o necesita algo y llora, es la forma que utiliza para lograr comunicar que algo necesita.

Si aprendemos a comunicarnos y respetamos lo que los demás tienen que decir estaremos avanzando hacia una mejor forma de convivencia con la sociedad en la que estamos inmersos. Contribuyendo de esa manera a mejorar nuestras relaciones interpersonales, esta relación debe favorecerse o fortalecerse aún más entre padres e hijos para conocer cuáles son las necesidades de ambas partes.

La comunicación es el medio por el cual se puede tener contacto con los adolescentes y es la manera en como los padres pueden acercarse y conocerlos mejor. La habilidad que se tiene para comunicarse influye en gran medida en el desarrollo de cada una de las personas, siendo de esa manera la comunicación un elemento clave para conocer y descubrir lo que nos rodea.

“La mejor manera de relacionarnos emocionalmente con un hijo es decirle cuándo estamos ansiosos, molestos, enojados, tristes, alegres, cuándo sentimos por él un gran cariño o cuándo deseábamos que no estuviera ahí en ese momento. Entonces esta ocurriendo algo realmente entre ustedes dos, en vez de un intercambio estéril, rutinario, muerto” (Robertiello, 1994: 110).

La comunicación requiere un cuidado especial puesto que es la que nos sirve para expresar todo aquello que queremos que el exterior sepa. En el momento de comunicarse se corre el riesgo de ser rechazados o aceptados, de tal forma se debe tomar conciencia de qué es lo que se quiere decir y de qué manera será dicho, siempre respetando la autonomía y personalidad de cada individuo. Lo mismo debe pasar con los hijos no importando su edad o sexo, pero es en la adolescencia donde la comunicación se hace más necesaria para así poder prevenir actos irresponsables o perjudiciales para el adolescente puesto que son más vulnerables a causa de los diferentes cambios que experimenta.

## 2.2. IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN

El término de la comunicación debiera ser un instrumento que utilicen todas las familias mexicanas y ponerlo en práctica con sus hijos ya que es la primera institución en donde los niños reciben la educación así como sus principios y valores. Por tal motivo el vínculo de comunicación debe ser mas amplio para que dicha educación sirva para el crecimiento del individuo.

“La comunicación es una de las dimensiones fundamentales de cualquier sistema, y es especialmente relevante para el sistema familiar por la proximidad y larga interacción del proceso, así como por su impacto en el desarrollo infantil. La funcionalidad de la familia depende en gran medida de los patrones de comunicación que se establecen entre sus miembros, y aunque el patrón o estilo son básicamente formales, también son reflejo de factores internos: pensamientos, de actitudes y de intenciones. Mejorar la comunicación es en parte encontrar vías más adecuadas para expresar nuestro yo no observable, pero también la mejora exterior llega a interiorizarse y el lenguaje se convierte en instrumento de autorregulación y, como en herramienta para la construcción del conocimiento” (Gimeno, 1999: 171).

Es por ello que cobra una gran importancia la comunicación. No basta solamente decir lo que se debe hacer o lo que uno quiere (como padre), sino que también hay que saber lo que los demás desean (los hijos). Si la comunicación se propicia desde que los hijos son pequeños, en la

adolescencia de estos, existirá un vínculo de confianza para poder hablar con los padres de diversos temas que les interesen o de los cuales tengan dudas.

Y si dicha comunicación no se promueve desde la infancia será un poco más difícil que los adolescentes se presten al diálogo con sus padres, pero no imposible. Por lo que no hay que restarle importancia a la comunicación y a sus beneficios que se pueden tener con ella si se práctica. Se debe promover y reafirmar día a día no basta con que los padres den el sustento económico a sus hijos o que los llenen de lujos o que cumplan todos sus caprichos, dejarlos hacer lo que ellos quieran y que no tengan límites claros o por el contrario que sean padres autoritarios y regañones. Se trata de que por medio de la comunicación se conozcan más a fondo a los adolescentes, de saber sus inquietudes, dudas, etc., de saber que les pasa para así poderlos ayudar u orientarlos de la mejor manera posible. Los padres deben adentrarse al mundo de su hijo adolescente.

Por ejemplo, cuando los hijos son pequeños, no suelen haber problemas entre padres e hijos, porque los hijos ven a los padres como héroes o como si todo lo supieran, difícilmente encuentran errores o defectos en sus padres, pero conforme los hijos van creciendo y llegan a la adolescencia, si se pueden presentar diversos problemas si no existe una adecuada comunicación entre los integrantes, tales como rebeldías, fugas de casa, adicciones, entre otras tantas, que en muchas de las ocasiones podrían evitarse si se diera dentro del núcleo familiar una comunicación entre padres e hijos; tanto para que unos como los otros sepan qué piensan, qué creen, qué dudas tienen, qué les gusta y qué no; en sí, para saber cómo se encuentran.

Por lo tanto dentro de la comunicación debe existir la comprensión y la empatía, para qué de esa forma podamos ser más tolerantes ante lo que escuchamos, principalmente si no estamos de acuerdo con ello. Y aunque se trate de los hijos con los que se está hablando, no debe hacerse a un lado la empatía, puesto que en muchas de las ocasiones por tratarse de personas menores no se toma el interés o respeto hacia lo que se nos expone, de esa manera se hace que el hijo se sienta minimizado, o en muchas de las ocasiones, atemorizado, por lo que opta por no expresar, ante sus padres, lo que está pensando o sintiendo.

En estos casos es donde se hace mucho más difícil la comunicación, trayendo como consecuencia, que los padres no conozcan a sus hijos: sobre qué les gusta, qué les atemoriza, sus dudas, sus perspectivas ante la vida, etc.

“Las relaciones familiares tempranas buenas, consistentes y atentas ayudan a construir personalidades integradas, coherentes, socialmente competentes y que serán capaces de establecer buenos vínculos sociales en el presente y en el futuro”. (Ripol-Millet A., 2001:25).

Al existir la comunicación dentro de la familia se propiciará un ambiente de seguridad para los hijos y se crearán lasos de afecto difíciles de romper que harán que la familia se una.

### 2.3. LA EMPATIA ELEMENTO CLAVE EN LA COMUNICACIÓN

Es muy importante que los miembros de la familia sepan lo que realmente se piensa y se siente y, en consecuencia, se pueda hablar con toda la honradez posible. La empatía, pues, sitúa a la gente en un plano de libertad y de individualidad frente al otro: al ser consciente de sí mismo.

“Todos conocemos y experimentamos el sentimiento de simpatía. Inspiramos simpatía a otra persona o no. Ésta es algo espontáneo, no racional, ajeno a la voluntad; un impulso que no controlamos ni dominamos. En cambio, la empatía es una actitud deliberada, voluntaria; un esfuerzo consciente que hacemos para ponernos en el lugar de nuestro interlocutor a fin de establecer una corriente de comunicación con él. Es la capacidad de ponernos en la piel del otro, de sentir como él, de pensar como él, de “sintonizar”, de ponernos en su misma “onda”. Como destreza, la empatía es una condición que podemos cultivar, desarrollar. Todos podemos incrementar nuestra capacidad”. (Kaplún; 1998: 99).

Ser comprensivos o empáticos significa: entender los problemas del otro, tratar de entender sus sentimientos, ponerse en su lugar para poder llegar a entenderlo mejor, confiar en su capacidad para salir adelante, respetar su autonomía, respetar su intimidad, no juzgarle, todo esto significa ser comprensivo, y se da cuando somos capaces de comprender a los demás o cuando alguien nos ha comprendido a nosotros; por lo que en la comunicación dentro de la familia es muy importante que no se haga a un lado lo elemental de la empatía.

Si dentro de la comunicación se da la empatía se podrá contribuir aún más al bienestar de los hijos y de los padres que intervienen en ella puesto que se puede ayudar a los hijos si es que lo necesitan y ¿por qué no? los hijos a los padres, proponiendo soluciones que no interfieran en su propia forma de ser o pensar de tal manera se respetará la autonomía de los hijos y a su vez se hacen aportaciones en el proceso de la comunicación.

Los padres deben hacer un esfuerzo por entender lo que los hijos quieren o desean comunicar. La empatía es una condición que se debe promover para el bienestar de los que participan dentro de la comunicación. De esa forma, dentro de la familia debe existir empatía para poder acercarse mas cada uno de los miembros. De esta forma debe existir tolerancia por parte de cada uno de los integrantes de las familias y así se podrá llegar a una verdadera comunicación dentro de la misma. Se trata de propiciar la comunicación o de mantenerla.

“Si existe una relación en que la empatía es un componente decisivo, pero despotenciado a menudo, es la regulación entre progenitor e hijo. Aún la

familia suele presentar una lamentable pobreza de procesos empáticos". (E. J. Anthony, 1983;346).

De tal modo tanto los padres como los hijos deben saber comunicarse y a su vez saber escuchar y de esa manera se podrá tomar conciencia de lo que los demás quieren. Es importante que los hijos sean escuchados por los padres para que se sientan respetados y respaldados por ellos, pero también es muy importante que los hijos aprendan a escuchar a los padres para que de esa forma se de realmente el proceso comunicativo.

#### 2.4. ELEMENTOS QUE INTERVIENEN EN LA COMUNICACIÓN

Durante el proceso de comunicación se dan elementos claves los cuales se describen a continuación para que de esa manera se pueda entender aun más como es que se da el proceso de comunicación entre las personas.

La persona que inicia la comunicación es el emisor; ésta persona emite o intenta transmitir algo: sus pensamientos, opiniones, sentimientos, etc. La persona que escucha, acoge y recibe lo emitido por el emisor, es el receptor. El contenido comunicado entre emisor y receptor lo dominamos el mensaje. El cuarto elemento fundamental a toda comunicación es el medio que utilizan el emisor y el receptor para comunicarse. Se comunican por palabras, cara a cara; por los gestos y el movimiento; por escrito, por teléfono. Según la facilidad para expresarse y para comprender los diferentes medios que se utilizan en la comunicación, así será la comunicación. (Melendo, 1995:13-14)

Estos cuatro elementos se dan en toda comunicación. Funcionan en conjunto porque depende uno del otro; de tal manera que un cambio en cualquiera de ellos afectará a los demás y a la comunicación en sí.

La comunicación es un proceso recíproco porque el emisor actúa como receptor y el receptor como emisor dándose de esa manera la comunicación. Al escuchar y hablar estamos actuando como emisor y receptor aportando así ideas, conocimientos, información, creencias, etc., durante este proceso.

Resulta realmente necesario que los padres no funjan solamente como emisores y lamentablemente muchas veces ese es el rol que los padres juegan en el proceso comunicativo con sus hijos por lo que posiblemente el adolescente reaccione rebelde frente al padre y busque salidas falsas y rápidas que puedan traerle como consecuencia problemas que se salen de sus manos o que no saben como resolver por no ser acordes a su edad, como pueden ser embarazos no deseados, adicciones e incluso enfermedades, etc. Razón de más que cobra un gran peso para que los padres se mantengan realmente comunicados con sus hijos adolescentes y tanto padres como hijos funjan como receptores y emisores ante el mensaje.

Este proceso entre emisor y receptor lo estamos haciendo constantemente en nuestro vivir diario, es por ello que el individuo no debe ni puede permanecer aislado, necesita permanecer comunicado con el exterior y que mejor si se practica con la familia.

## 2.5. LA COMUNICACIÓN CERRADA Y ABIERTA

- **COMUNICACIÓN CERRADA**

En la comunicación cerrada el emisor, que es el que inicia la comunicación, en todo momento será el que hable y nunca preguntará si el receptor, que es el que escucha, quiere o necesita decir alguna opinión.

“El puro emisor, el mal comunicador, es aquel que lanza un mensaje sin tener en cuenta la DESTINATARIO. Hay muchas personas (e instituciones) que reducen la comunicación al acto de emitir comunicados. No van en busca del otro, del destinatario, sino que éste tiene que venir a ellos. De ahí resulta el mensaje desencarnado, en el vacío; un mensaje que no se preocupa por el efecto (si va a llegar, si va a ser asumido por el destinatario, si le va a servir) ni por la respuesta. No va en pos de una respuesta, de una participación; no trata de entablar un diálogo, una relación con el interlocutor”. (Kaplún, 1998:92).

Y desafortunadamente lo mismo pasa, muchas veces, en las familias por el estrés familiar, las apuraciones o hasta por los problemas económicos, los padres son los únicos que dicen qué se tiene que hacer y cómo, sin pedirles en ningún momento su opinión a los hijos. Lo mismo puede pasar también con la esposa, que asuma como cierto lo que el esposo dice, o haga solamente lo que él ordena, sin dar opinión alguna.

Con este tipo de comunicación se corre el riesgo de que lo que el emisor dice o quiere dar a entender no sea captado por parte del receptor de la manera esperada, por lo tanto se puede caer en contradicciones, en un doble mensaje o hasta en críticas que producen un efecto negativo. En la familia este efecto negativo trae como consecuencia que los hijos se vuelvan rebeldes y se fomenta el distanciamiento y el rechazo.

- **COMUNICACIÓN ABIERTA**

Una comunicación abierta es aquella que se preocupa, en gran manera, por el receptor, puesto que no se trata que solo el emisor comunique, sino que también el receptor participe de una forma activa. Siendo de esa manera lo opuesto a la comunicación cerrada.

“El emisor se preocupa por el contenido, pero tanto en el contenido del mensaje, pone énfasis en el DESTINATARIO. No solo piensa en lo que quiere decir, sino también en aquel a quien se lo va a decir. Y ese A QUIEN es para él determinante: el destinatario es el que determina las características del mensaje, cómo será éste enunciado y formulado, qué medio se ha de emplear, el lenguaje que será utilizado, etc.

Más aún: ese destinatario tiene sus intereses, sus preocupaciones, sus necesidades, sus expectativas. ESTÁ ESPERANDO QUE LE HABLEMOS DE

LAS COSAS QUE LE INTERESAN A ÉL, NO DE LO QUE NOS INTERESA A NOSOTROS. Y solo si partimos de sus intereses, de sus percepciones, será posible entablar el diálogo con él. La verdadera comunicación no comienza hablando sino escuchando”. (Kaplún, 1998:94)

Este tipo de comunicación es muy positiva dentro del núcleo familiar, porque los padres, entonces, se preocuparan por lo que sus hijos tienen que decir o exponer frente a la familia, o los padres buscan entablar una comunicación con sus hijos partiendo de sus intereses, inquietudes, etc., dando como resultado hijos felices y seguros puesto que son tomados en cuenta.

## 2.6. COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL

- **COMUNICACIÓN VERBAL**

La gente se comunica por medio del lenguaje, pero esto no quiere decir que sea la única forma en que podemos comunicarnos, el lenguaje hablado es el que nos sirve para decir de una manera inmediata lo que pensamos, creemos, sentimos, etc., y aunque el lenguaje es el medio de comunicación propio y exclusivo del ser humano no quiere decir que sea el único puesto que por medio de los gestos también podemos comunicar estados de ánimo.

La comunicación no es solamente un intercambio de palabras por lo que supone que debe darse un acto de confianza, sinceridad y entendimiento. Escuchar y hablar podría parecer sencillo, pero no es así, puesto que se encuentra entre las actividades más complejas que el ser humano realiza.

Uno de los problemas que se presentan con frecuencia en la comunicación verbal, es que puede producirnos algunos malos entendidos, puesto que algunas palabras o vocablos pueden ser entendidos de diferente forma, esto dependiendo de cada una de las personas, por ejemplo dentro de la República Mexicana existen palabras que no significan lo mismo en todos los Estados, trayendo como consecuencia una mala comunicación. En la familia puede suceder lo mismo, pero esto se da sobre todo, cuando se entabla una comunicación cerrada entre los padres e hijos, porque talvez el padre estará diciendo algo que piensa que ha sido totalmente asumido o entendió por los hijos cuando no es así, es por ello que se hace aún más necesaria la comunicación abierta.

“Para evitar los posibles equívocos del lenguaje o comunicación verbal es conveniente definir términos, expresar el contenido o el significado que tienen las palabras que utilizamos. Esta definición de términos, que es un elemento muy favorecedor al diálogo entre dos, se hace elemento imprescindible, totalmente necesario para una buena comunicación del grupo. Al ser mayor el número de participantes en el diálogo o discusión de un tema, aumenta el número de probabilidades de distintos significados atribuidos a las palabras utilizadas”. (Melendo, 1995:20)

De esa forma se hace necesario que el mensaje emitido corresponda al código que se esta utilizando durante el proceso de la comunicación. Cuando

los padres hablan con los hijos también se hace necesario que ambas partes se encuentren en la misma sintonía, puesto que se trata de comunicarse y no de imponerse; si eso llegará a pasar, no se está cumpliendo con el objetivo de crear un ambiente de comunicación abierta en donde tanto unos como otros se expresen libremente.

Por otro lado la manera en la que se habla también puede describir en gran manera a la persona, por ejemplo: se puede saber de dónde se es originario, si tiene estudios, si es humilde o arrogante, qué creencia y valores tiene; inclusive, se puede saber a qué estatus social pertenece. Es necesario aclarar que no en todos los casos esto será cien por ciento confiable.

Una buena comunicación se logra si se escucha con atención e interés, y si se habla con claridad y franqueza. Para que el adolescente se comunique es necesario que los padres estén dispuestos a exponer honestamente lo que piensan y sienten y del mismo modo se deben aceptar los puntos de vista del adolescente aunque tal vez no se este de acuerdo o sea muy diferente a lo que el padre opina y de esa manera se le dará confianza a los hijos para que ellos puedan externar sus propios puntos de vista.

Los padres también deben estar conscientes de que todo comunica, por ejemplo, además de las palabras, existen diversas formas de comunicar lo que sentimos, esto puede ser por medio del tono de voz, los gestos, ademanes, silencios y miradas, por lo que se hace indispensable cuidar esta manera de comunicación y tratar de que junto con las palabras se exprese el mismo mensaje de manera coherente para que de esa forma no se caiga en contradicciones o confusiones con los hijos.

- **COMUNICACIÓN NO VERBAL**

Como ya se ha mencionado, el lenguaje no es la única forma en que comunicamos, también lo hacemos con el cuerpo y principalmente con la cara que manifiestan emociones básicas como son la alegría, tristeza, enojo, enamoramiento, llanto, entre otras.

La comunicación no verbal proporciona una información más fiel en situaciones en las que no podemos confiar en lo que se está comunicando con palabras, esto puede ser porque el emisor trata de engañar al receptor o simplemente se trata de mentiras.

La comunicación no verbal, en muchos de los casos, ayuda a confirmar lo que se está diciendo con palabras. Una ayuda a la otra, para que el mensaje que se envía sea más claro.

“El acto no verbal permite:

- Repetir (si indicamos verbalmente a alguien un camino correcto y además realizamos un gesto con los dedos o la mano reiterando la dirección),

- aumentar o acentuar (dar una negativa verbal y a la vez realizar un gesto de negación con la cabeza),
- destacar (el político que promete luchar contra los problemas que amenazan al país y golpea firmemente con su puño en la mesa),
- sustituir (si alguien nos pregunta si nos gusta una determinada comida y nosotros, sin mediar palabra, le contestamos relamiéndonos los labios),
- ilustrar (si para indicar la altura de una persona colocamos la palma de la mano paralela al suelo a un metro y medio de éste),
- contradecir, podemos decir que no nos incomoda una determinada situación, pero nos sonrojamos ante ella o temblamos". (Musitu en: Menéndez, 1993:80).

En este último punto es donde se debe tener más cuidado cuando se trató de la comunicación no verbal puesto que en muchas de las ocasiones puede pasar que se dice algo verbalmente mientras que con los gestos o el cuerpo se esta diciendo algo totalmente diferente. Lo mismo puede suceder cuando los padres dan alguna orden o entablan una platica con sus hijos, mientras con el lenguaje se les dice si, posiblemente con el cuerpo se les este diciendo no, creando así una confusión para los hijos y quedando la comunicación mal entendida, pudiendo crear esto un desequilibrio en la conducta familiar.

El acto no verbal puede ocurrir en el tiempo de modo simultáneo con anterioridad o posterioridad a la expresión verbal.

La comunicación no verbal tiene que ver con una serie de comportamientos como pueden ser gestos, posturas corporales, etc.

Nos comunicamos a través de los gestos, la expresión facial, la actitud corporal, por ejemplo: si vemos a alguien sentado a parte, con la cabeza y los hombros inclinados, las cejas caídas y un seña de tristeza, sabemos que algo anda mal, que esa persona, seguramente está triste o preocupada por algo. Cuando alguien querido nos mira con ternura tampoco necesitamos palabras para sentirnos amados.

El modo en que los padres se sientan en una silla, la postura que tienen al hablar con sus hijos y el modo en como los observan, son formas de comunicarles o transmitirles. De hecho se puede comunicar amor o enojo al adolescente con el modo de mover nuestras manos.

En algunas ocasiones se usan los brazos, manos y dedos para expresarse, los cuales tienen que ver con lo que se piensa y se siente en ese

momento.

Los hijos adolescentes comunican más, en muchas ocasiones, con el acto no verbal que con el verbal y es ahí donde los padres deben poner mayor cuidado para saber que está tratando de decir su hijo y analizar en que se esta fallando para que el adolescente no se exprese abiertamente con el acto verbal. Al poner atención los padres en el lenguaje no verbal de sus hijos, talvez en algunas ocasiones, se podrán evitar comportamientos o actitudes que puedan poner en situación de riesgo o en problemas al adolescente.

En la forma de actuar, vestir y hasta peinarse el adolescente se esta comunicando, por lo que él comunica bastante desde lo corporal, como puede ser su alegría, tristeza, frustración, coraje, por ejemplo cuando se encuentra a una adolescente desalineada y sin apetito es muy común que sea el resultado de un problema o el disgusto con una amiga o con el chico que le gusta. O el encontrar un adolescente que busca cortejar a una chica que le gusta es muy común que se muestre contento, arreglado y que se mira constantemente en el espejo e incluso silva de alegría o tararea una canción, ahí los adolescentes también están comunicando.

La comunicación entre padres e hijos debe contar con el factor tiempo ya que no es lo mismo escuchar a los hijos detenidamente, verlos a los ojos y externarles nuestro apoyo incondicional con una palmada en la espalda o con un apretón de mano que escucharlos (supuestamente) y estar viendo la televisión o seguir trabajando, en dichas circunstancias se le esta diciendo más al adolescente con la comunicación no verbal que con la verbal.

Por lo que el complemento de la comunicación verbal y no verbal usada correctamente debiera de acercar al adolescente con sus padres para así conocerse mejor y saber que espera uno del otro.

Los dos tipos de comunicación, la verbal y la no verbal, si se usan correctamente se pueden complementar para así dejar más claro lo que se esta diciendo o simplemente para ejemplificar algunas situaciones que se quieren dar a conocer a los hijos, por ejemplo, cuando se explica se pueden hacer algunos gestos. Tanto con el lenguaje como con el cuerpo siempre se esta comunicando, en la comunicación no verbal, aunque se este callada la gente puede comunicar, lo mismo pasa con los adolescentes.

Por lo tanto cuando los padres hablan con los hijos deben ser coherentes con lo que dicen así como con lo que hacen (con el cuerpo y el rostro) ya que muchas veces la comunicación se ve afectada por no cumplir con ello y se confunde a los hijos o a la gente con la que se esta hablando y la relación que se lleva con ellos se puede ver seriamente afectada.

## 2.7. COMUNICACIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES

Como ya ha sido mencionado anteriormente, el ser humano es social por naturaleza, por lo que se puede decir que esto es lo que hace que la comunicación pueda ser interpersonal, siendo así que los humanos tengan la necesidad de comunicarse con otros, puesto que la mayor parte del tiempo comunicamos nuestros sentimientos, sensaciones, las ideas que llegamos a tener, etc., esperando tener respuesta alguna por parte de la gente con la cuál convivimos y al mismo tiempo la gente puede estar esperando lo mismo de nosotros.

Por lo tanto el ser humano no puede permanecer solo, puesto que la comunicación es una necesidad que esta con nosotros desde que nacemos, entonces se tiene la necesidad de expresarse y darse a conocer así como conocer a otras personas y formas de vida. Todo corresponde a una interacción que se tiene con el medio en el que estamos inmersos.

La comunicación y las relaciones interpersonales pertenecen a nuestro desarrollo y forman parte de lo que somos, por lo que nuestro modo de comunicarnos va a interferir en lo que la gente nos da o responde.

“De hecho, la existencia o la ausencia de comunicación, así como nuestro estilo de comunicación, afecta y repercute enormemente en nuestro modo de ser. Experiencias negativas de comunicación, nos cierran a la comunicación.

Cuando, por el contrario, hemos tenido una experiencia positiva de comunicación; cuando nos hemos sentido plenamente comprendidos y aceptados por otra persona, nos hemos sentido más dignos de amor y aprecio, más libres, más capaces.

Surgen espontáneamente actitudes positivas ante la vida: actitudes optimistas, abiertas, confiadas que llevan a una mayor plenitud de vida. Cuando no nos hemos sentido aceptados ni comprendidos; cuando no nos hemos comunicado, nos sentimos deprimidos, agresivos, tal vez culpables, e incluso incapaces. Nuestra calidad de vida se empobrece y, como consecuencia, también nosotros mismos nos empobrecemos. Todo esto es porque la comunicación influye en nuestro bienestar general” (Melendo, 1995:17).

Por tal motivo, es importante que los adolescentes, dentro del núcleo familiar se sientan seguros y capaces de comunicar cualquier emoción e inquietud que puedan sentir, para contribuir a que su desarrollo sea lo más placentero posible, sobre todo en esta etapa de su vida que pasan por cambios fisiológicos y psicológicos.

La familia juega un papel fundamental en el desarrollo de los adolescentes. Si se logra un ambiente de comprensión y afecto en el hogar a los hijos se les hará más fácil exteriorizar lo que sienten y de esa manera los padres podrán entenderlos mejor y guiarlos, todo esto será resultado de saberse comunicar los padres con los hijos. Comunicarse con los hijos no significa hacerles preguntas o ser autoritarios con ellos. Una conversación no es un interrogatorio. Los padres deberían examinarse y pensar, que durante la conversación que sostienen con un amigo, les gustaría que él se la pasará cuestionándolos o dándoles ordenes. Lo mismo sucede con los hijos ellos quieren ser escuchados y respetados, lo menos que buscan es que los critiquen, los cuestionen o los reprendan. Una vez más no se debe olvidar la importancia de la empatía en el proceso comunicativo.

Puesto que han sido señalados los conceptos de familia y comunicación y se ha abordado la comunicación en la familia ahora es imprescindible conocer algunos puntos sobre la adolescencia que es la etapa de la vida que interesa estudiar en este trabajo, para así poder entender por qué momentos pasan los hijos adolescentes y de esa manera orientarlos con una mayor eficacia y contribuir a su sano desarrollo lo mejor posible.

El siguiente capítulo por lo tanto se centra en la adolescencia, con la finalidad de que los padres conozcan, recuerden o amplíen más sus conocimientos acerca de esta etapa y no se olvide la importancia de la comunicación al interior de la familia con los hijos adolescentes.

## CAPÍTULO III

### A D O L E S C E N C I A

#### 3.1. DEFINICIÓN DE ADOLESCENCIA

En la actualidad podemos encontrar diversos términos sobre adolescencia, esto a causa de las diferentes ciencias que se han preocupado por entender esta etapa por la cual pasa el ser humano. Ello da como resultado el tener diversas definiciones entre las que podemos encontrar:

“La palabra adolescente está tomada del latín *adulescens*, participio presente del verbo *adolescere*, crecer. La adolescencia se considera como un proceso, como el paso de un estadio a otro” (Rocheblave, 1989:16).

Se adquieren mas obligaciones por el hecho de estar dejando de ser niño, dichas obligaciones tendrán que ver con el entorno familiar en el que se este inmerso. Además que:

“Se puede definir la adolescencia como el período, más o menos largo, que prepara al niño para la edad adulta y que se caracteriza por un conjunto de transformaciones corporales y psicológicas, en el plano de la sexualidad, de la afectividad y del lugar que ocupa en la sociedad” (Petit, 1986:196).

Es posible que surjan muchas dudas al presentarse estos cambios y dependerá en mucho de la comunicación que se establezca en la familia, no restándole así importancia a la escuela, para que se puedan asimilar de una mejor manera los momentos por los cuales se está pasando puesto que la adolescencia también se considera desde un punto de vista biológico:

“De la época del crecimiento acelerado, del cambio de las proporciones corporales, así como de la madurez definitiva o de la formación de las características sexuales primarias y secundarias. En tanto que fase vital, período del transito de la pubertad a la primera madurez. Desde un punto de vista pedagógico es significativa la creciente estabilización del concepto de sí, de la identidad social y de la identidad social del joven” (Diccionario de Pedagogía, 2001:12).

El adolescente entonces esta conformando su propia identidad y esta en busca de experimentar. Comienza a tener nuevas sensaciones, intereses y atracciones físicas que no había experimentado antes.

“El enfoque psicoanalítico de la adolescencia adopta, como punto de partida, el brote de las pulsiones que se dice tiene lugar como resultado de la pubertad. Se afirma que este momento de la vida pulsional altera el equilibrio psíquico alcanzado a finales de la infancia, ocasionando una conmoción

emocional interna y dando lugar a una vulnerabilidad de la personalidad, muy incrementada” (Freud en: Coleman;1994:19).

Pues se pasa por diversos cambios, el cuerpo de niño se va dejando para dar paso al crecimiento de los miembros del cuerpo. Muchas veces dichos cambios no son asimilados por el adolescente y no está de acuerdo con lo que ve frente al espejo. Es por ello que se dice que la adolescencia es una etapa difícil. Los diversos cambios que se manifiestan no siempre se saben sobrellevar por lo que el adolescente se vuelve más vulnerable ante ciertas situaciones que se presentan en el entorno familiar y fuera de él.

Por tal motivo la adolescencia se asocia a dos factores. “En primer lugar, el despertar de la sexualidad del individuo le lleva a buscar –objetos amorosos- adecuados, fuera del medio familiar, rompiendo así los lazos emocionales que le unían a los padres desde la infancia. En segundo lugar, la vulnerabilidad de la personalidad da lugar al empleo de defensas psicológicas, defensas que son, en mayor o en menor grado, obstaculizadoras de la adaptación” (Coleman, 1994:19).

Entonces el adolescente busca fuera del hogar pertenecer a un grupo de iguales que pueden coincidir en intereses y gustos y a su vez puedan comprenderse mutuamente.

Por lo que la adolescencia es vista también “como –un segundo proceso de individualización-, ya que el primero se completa hacia el final del tercer año de vida. En opinión suya, ciertos períodos tienen ciertas cosas en común: existe una urgente necesidad de cambios psicológicos que ayuden al individuo a adaptarse a la maduración; un aumento de vulnerabilidad en la personalidad y, finalmente, ambos períodos van seguidos por una psicopatología específica, cuando el sujeto tropieza con dificultades” (Bloos en: Coleman; 1994:19)

La adolescencia es una etapa del desarrollo humano con su naturaleza propia, distinta de las demás, un período de transición entre la niñez y la vida adulta. Por lo que se puede decir que la adolescencia es el principio de un cambio, tanto físico como psicológico. El adolescente empieza a tomar decisiones propias en las cuales pueden existir sentimientos de duda que los pueden llevar a la tensión. Dichos cambios son importantes que los reconozcan los padres para poder entender mejor a sus hijos adolescentes y tratar de no caer en conflictos con ellos por lo que nuevamente se reitera la importancia de mantenerse comunicados con ellos. No se trata solo de mandarlos, encomendarles tareas, criticarlos, etiquetarlos, juzgarlos, entre otras tantas actitudes que adoptan los padres en contra de sus hijos, si no que se debe procurar que en conjunto puedan levantarse de los tropiezos que se pueden tener, tanto si es el hijo o el propio padre.

### 3.2. ADOLESCENCIA Y PUBERTAD

Fácilmente se pueden confundir el término adolescencia y pubertad, pero como se vio anteriormente la adolescencia es el paso de la niñez a la vida adulta mientras que la pubertad es una transformación sexual.

“El término pubertad viene del latín pubes, que significa vello, como signo de virilidad. *Pubeszco, is, ere*, el verbo, quiere decir: cubrirse de vello, llegar a ser púber, entrar en la adolescencia. *Pubertas*: pubertad, signo de la pubertad, facultad viril (no se habla de la chica púber, se dice más bien de ella que es núbil. Se trata de la persona que ha llegado a la edad en que es apta para el matrimonio)”. (Rocheblave, 1989:23)

Cuando se habla de un adolescente se hace referencia a una persona que se encuentra entre los 11 ó 12 y 19 años de edad, aunque varía un poco dependiendo del autor que se esta consultando.

Este período empieza con los cambios fisiológicos de la pubertad y termina cuando se llega al pleno estatus sociológico del adulto.

Durante la adolescencia los cambios que se producen influyen en la imagen que el adolescente tiene de sí mismo lo cual tendrá que ver con su estado de ánimo así como en sus relaciones con los demás, y en sí, en su comportamiento en general. En dicho momento el adolescente lucha por su autonomía y trata de conseguir una identidad, lo cual tiene que ver con su forma de actuar, de vestir, de hablar, y hasta con el círculo de amistades con los que se identifique, etc.

Por lo tanto la diferencia entre pubertad y adolescencia son vistas como:

“La pubertad, como conjunto de cambios físicos que capacitan para la reproducción, es un hecho biológico fundamentalmente, y un fenómeno universal, propio de nuestra especie. La adolescencia es un hecho psicosociológico no necesariamente universal, y cuyo patrón no es siempre igual en todas las culturas”. (Palacios en: Aguirre Baztán A.; 1994:231).

Por lo tanto la determinación de la adolescencia tiene que ver también con la cultura en la cual se este inmerso tanto el adolescente como la familia misma puesto que la sociedad es la que determina normas para los individuos mientras que la pubertad tiene que ver con la naturaleza del propio cuerpo humano.

De esta forma se puede decir que la pubertad da marcha a la adolescencia para que de esa manera se de paso a la vida adulta del individuo. Los muchachos suelen sentirse no a gusto con los cambios que se presentan en su cuerpo, por lo que hace aun más necesario que tanto padres como maestros estén informados acerca de cómo abordar este tema con ellos y de

esa forma hacerles ver que todos, en su momento, han pasado por dichos cambios y que es algo natural que tiene que ver con el crecimiento y el desarrollo de cada una de las personas. Se tiene que ayudar a los muchachos a pasar este período lo mejor posible puesto que se trata de un momento de cambios que tiene que afrontarse.

### 3.3. LOS DUELOS POR LOS CUALES PASA EL ADOLESCENTE

Como ya se ha visto los adolescentes pasan por diferentes cambios los cuales producirán duelos en ellos. A continuación se trata de explicar a que se refiere este concepto.

“Los duelos son un conjunto de representaciones mentales que acompañan a la pérdida de un objeto (personas, estado, cosa) amado” (Aguirre, 1994:33).

Se tratan de explicar estos duelos diferenciándolos por las edades por las cuáles pasa el adolescente, los cuales a su vez se dividen en cuatro momentos:

- Duelo ante la pérdida de la infancia (11-12 años aproximadamente), que comporta:
  - duelo por la pérdida del cuerpo infantil
  - duelo por la pérdida de los padres de la infancia
- Duelo por la pérdida de grupo de pares (15-16 años), que comporta:
  - duelo por la pérdida de la grupalidad
  - duelo por la referencia homosexual
- Duelo ante la pérdida de la libertad adolescente (22-24 años), que comporta:
  - duelo por la pérdida de la libertad (pareja)
  - duelo por la libertad corporal
- Duelo por la pérdida de la casa paterna, que comporta:
  - duelo por la pérdida de la protección paterna
  - duelo por la pérdida de la soltería (Aguirre, 1994:33)

Empero se puede decir que en el primer momento del duelo, el adolescente no está de acuerdo con los cambios que se presentan en su cuerpo, aclarando que esto no es una regla general, si el adolescente empieza a mostrar cambios a temprana edad se sienten incomodo puesto que su grupo de iguales no presentan dichos cambios y si estos cambios se presentan tardíamente se sentirán igual de diferentes a su grupo, provocando esta situación un desacuerdo con respecto al desarrollo de su cuerpo a tal grado de sentirse incómodos con lo que poseen en cuanto a su imagen. Esto puede ser más visible cuando el adolescente pasa por un momento de crisis o depresión, lo cual hace más difícil el superar estos duelos o pérdidas. La crisis o

depresiones pueden ser ocasionados por su estado de ánimo o por eventos que se presentan en su entorno.

El adolescente normalmente supera estos duelos pero cuando no es así los muchachos pueden presentar conductas que atentan contra su bienestar tanto físico como emocional, por ejemplo, se puede llegar a la agresión en contra de ellos mismos y en contra de los demás, se puede caer en enfermedades como lo es la anorexia y la bulimia (esto es más visible en adolescentes mujeres que en hombres) o incluso pueden llegar a atentar contra su propia vida.

Son pues los padres, principalmente, los que deben poner atención en lo que sus hijos comunican tanto verbalmente como no verbal ya que no es lo mismo tener un adolescente que este contento, platique con sus padres y desahogue o externe cualquier idea o inquietud a un adolescente que constantemente este molesto o deprimido y los padres no sepan el motivo de su comportamiento o peor aún no muestren interés.

Cada una de las personas son únicas y diferentes por lo que cada uno tiene necesidades propias y específicas, pero es en la adolescencia, es donde junto con los duelos el muchacho tratará de satisfacer esas necesidades, por lo que algunos autores han dicho que la adolescencia es una etapa difícil en donde se presentan diversos cambios y los padres que tienen hijos adolescentes coinciden con ese punto de vista.

Pero no hay que olvidar que la tarea de los padres es ayudar a que sus hijos pasen esta etapa lo mejor posible y para contribuir a ello deben demostrarles amor y respeto para que ellos se sientan seguros de sí mismos y de su entorno.

### 3.4. FORMACIÓN DE LA IDENTIDAD EN LA ADOLESCENCIA

La identidad no es algo que se adquiere fortuitamente o que se aprende en casa o en la escuela sino es una adquisición individual que tiene que ver con el autoconcepto, la independencia, la autonomía y decisiones que se toman frente a los diferentes eventos que se presentan en la vida diaria.

Por tal motivo diversos autores definen a la identidad como:

“(Unidad esencial). 1) Total coincidencia en todos los detalles singulares. 2) la certeza interior del sujeto de que a pesar de las situaciones y fases cambiantes de la vida y las orientaciones siempre nuevas en el mundo exterior, sigue siendo una y la misma persona. Condiciones esenciales para el desarrollo de la identidad son los procesos de intercambio corporales, emocionales y cognitivos entre el niño en crecimiento y su entorno social. Por ello la identidad también se puede entender como la especie de conciencia del hecho, experimentado a través de las personas de referencia de que “yo soy uno entre muchos otros” (Diccionario de Pedagogía, 2001:111).

Entonces se puede decir que la identidad esta ligada con lo íntimo de la persona, la cual tratará de verse como algo individual, nunca perdiendo su autonomía y sus propios valores e intereses, pero que siempre tendrá contacto con el exterior, no olvidando que el ser humano es social por naturaleza.

Además la “identidad se refiere con frecuencia a algo enojosamente manifiesto, a una búsqueda más o menos desesperada o casi deliberadamente confusa, y que se encuentra localizado en el núcleo del individuo y de la cultura comunitaria” (Erikson en: Aguirre Baztán A.; 1994:179).

La identidad será parte del desarrollo de la personalidad que estará presente, especialmente durante el proceso de la adolescencia, por lo que la persona trata de encontrarle sentido al mundo que lo rodea y a su propio yo interno que esta buscando la identidad. De tal manera, se puede decir que se ha encontrado con su identidad cuando descubre quien es y hacia donde quiere llegar lo que dará lugar a su autonomía.

Existen cuatro niveles o estadios de identidad:

1.- “Difusión de la identidad. Aquí el individuo no ha experimentado todavía una crisis de identidad, ni ha establecido compromiso alguno con la vocación o un conjunto de creencias. Tampoco existe indicación de que el joven este intentando, activamente, establecer un compromiso.

2.- Identidad establecida prematuramente. En este nivel, el individuo no ha experimentado una crisis, sin embargo se halla comprometido con sus metas y creencias, debido en gran parte a elecciones realizadas por otros.

3.- Moratoria. Un individuo situado en esta categoría se halla en un estado de crisis y esta buscando activamente entre diversas alternativas, en una tentativa de alcanzar una elección de identidad.

4.- Logro de la identidad. En este estadio se considera que el individuo ha experimentado una crisis, pero lo ha resuelto por sus propios medios y, de nuevo, esta firmemente comprometido con una ocupación y una ideología”. (Marcia en: Coleman; 1994:79).

Cabe prudente aclarar que no es necesaria una cadena entre cada uno de los estadios, ósea que para que se de un estadio no es necesario que exista uno previamente o después. Los estadios que si tienen mucho que ver el uno con el otro es el de la moratoria puesto que es en donde se buscan alternativas para poder consolidar la identidad.

El encontrar la identidad no es fácil y requiere de perseverancia para alcanzarla. Los rápidos cambios que se dan en nuestra sociedad y la forma de guiarnos tan apresuradamente así como los cambios que se dan dentro de la dinámica familiar (sobre todo cuando no es buena), hacen más difícil que el adolescente le encuentre sentido a lo que hace o simplemente no sabe como actuar, a dónde guiarse, qué metas perseguir, con quién puede contar, etc., dando como resultado adolescentes carentes de identidad propia.

Existen familias disfuncionales o muy poco funcionales, lo que propicia que hoy en día haya bastantes adolescentes con una crisis de identidad, puesto que ya vimos que la familia es muy importante como refuerzo para el adolescente y lograr definir su identidad.

“Las investigaciones han confirmado, hasta el momento, que la influencia de la familia sigue siendo decisiva para el desarrollo del sentimiento de auto valía, de la identidad, la motivación y el concepto de sí, así como para los éxitos o fracasos dentro de los centros del sistema formativo público” (Diccionario de pedagogía, 2001:79).

Es por ello que los adolescentes deben de estar bien seguros de quién los ama y apoya (los padres es lo ideal), para poder acercarse y comentar las dudas o temores por los cuales pudiera estar pasando en esos momentos de cambios y de esa manera estar orientados o informados acerca de lo que a ellos realmente les interesa sin el temor a ser rechazados o criticados.

#### 3.4.1. Elementos para la formación de la identidad

Como ya hemos visto conquistar la identidad no es tarea fácil y existen elementos significativos en cuanto a la formación de la identidad entre los cuales encontramos:

**1).** El establecimiento del concepto de sí mismo o la toma de conciencia: “el yo empírico del niño es sustituido por el yo reflexivo del adolescente”. (Aguirre Baztán A., 1994:179).

La toma de conciencia de si mismo esta condicionada por los siguientes factores:

- El nivel de autoestima: Existen adolescente que se amarán a si mismos y estarán contentos con lo que tienen, principalmente encontrarán características positivas en su forma de ser así como en su cuerpo. Por el contrario también se pueden encontrar adolescentes con una autoestima baja por lo que no están contentos con lo que son o existirán muchos cosas de sí mismos y del exterior con los cuales estén en desacuerdo.
- La imagen del propio cuerpo: Este punto tiene que ver con el anterior, puesto que los adolescentes se preocupan por su aspecto físico y si están satisfechos con lo que tienen físicamente su autoestima estará dada en una proporción buena. Entonces la autoestima del adolescente tiene que ver en gran medida con la imagen corporal que tienen de su propia persona, (no solo a los adolescentes les importa su aspecto físico).

- El ambiente familiar: La familia es la principal institución que puede (y debe) propiciar que los adolescentes se encuentren seguros y confiados de sí mismos, trayendo como consecuencia una autoestima elevada en ellos. Es por ello que la familia unida y que busca el sano desarrollo de su hijo, tanto física como emocional, y respeta sus gustos, creencias, necesidades, etc.; contribuirá en gran manera a que sean hijos que crezcan seguros, felices y amados.
- El ambiente o el contexto sociocultural: “Los factores sociales determinan en gran medida, el concepto o la imagen de sí mismo, puesto que la evaluación que uno hace de sí mismo no la hace en abstracto, sino en conformidad con los criterios y las condiciones de una sociedad particular. No se puede dudar que el concepto de sí mismo esté condicionado por una serie de factores sociales y culturales, como el ambiente social, el estatus socioeconómico, la pertenencia a un grupo...” (Aguirre Baztán A., 1994:180). No debemos olvidar que estamos inmersos en una sociedad, la cual tiene reglas, por lo que tenemos una cultura y es ella la que contribuye a que cada uno de los individuos forme su propia identidad y forme parte de la misma cultura.

**2).** Independencia y autonomía: Cuando se pasa de la niñez a la adolescencia, es más visible que los muchachos busquen su autonomía, dejan de ser los pequeños de la casa para ir en busca de satisfacer sus necesidades; empiezan a formar parte de un grupo de amigos los cuales coinciden en cuanto a gustos, objetivos, dudas, etc., el adolescente deja de estar tan apegado al hogar. Por lo tanto su círculo de amistades comienza a ser más amplio y se van definiendo más claramente sus gustos e inclinaciones afectivas por el sexo opuesto, por ejemplo se comienza con los primeros noviazgos, las primeras salidas a reuniones con sus iguales sin la compañía de los padres, etc.

Si el adolescente cuenta con su propio espacio físico dentro de la casa esto contribuirá a su autonomía. Además de su habitación su espacio físico puede ser los lugares que frecuenta su círculo de amistades los cuales forman parte de sí mismo y pertenecen a sus prácticas comunicativas que experimenta y también nos puede decir en mucho del tipo de personalidad del adolescente, todo ellos son aspectos importantes que pueden ayudar a los padres a conocer y entender mejor a sus hijos dando como resultado que puedan ayudar y orientar mejor aún al adolescente que si no supieran nada.

“La emancipación del adolescente no siempre sucede sin problemas puesto que no todas las familias favorecen la autonomía. El adolescente no esta en actitud de huida, sino de búsqueda. No pretende marcharse de casa, sino vivir en ella de otra forma. Necesita, por una parte, romper el apego materno, y, por otra, liberarse de la imposición autoritaria del padre, así como más tarde necesitará también romper con el saber del maestro. El empeño de la madre por retener afectivamente al hijo y la insistencia del padre por imponer su autoridad son los dos principales obstáculos en la consecución de la independencia y de la autonomía”. (Aguirre, 1994:180)

La escuela es un componente que propicia que se de la socialización del adolescente y por lo tanto es principalmente en donde buscará a sus iguales los cuales también estarán dispuestos a buscar su autonomía. Esto se puede ver claramente cuando los adolescentes manifiestan sus gustos por vestir, comportarse, etc., desafiando en muchas veces a la autoridad de la escuela y de su propio hogar.

Por otro lado, si la familia da sobreprotección al adolescente, estará interrumpiendo su desarrollo así como su autonomía. Padres sobreprotectores da como resultado hijos inseguros y con muy poca iniciativa por lo que serán más débiles frente a su grupo de iguales y si por el contrario, los padres permiten que tomen sus propias decisiones (cuando estas no afectan a terceras personas), expresen sus sentimientos, analicen sus actitudes o respeten lo que quieren, estarán propiciando que sus hijos sean autónomos y sepan guiarse más adecuadamente, sin la necesidad de requerir ayuda de los padres o de agentes externos como son las malas compañías, el uso de algunas sustancias, tanto legales (cigarro y alcohol) como ilegales (marihuana, cocaína, pastas, entre otras muchas) por lo que también se estará contribuyendo a la prevención de las adicciones, puesto que no necesitarán de ellas para sentirse seguros o aceptados.

**3).** Adopción de decisiones frente a la vida: Entre las cuales podemos encontrar dos problemas, los cuales se tratan de explicar lo más claramente posible a continuación.

- El ajuste a las demandas sociales propias de su sexo: “Aparte de los problemas internos derivados de su maduración sexual, se encuentra con las exigencias de una sociedad que le pide una conducta propia de su condición sexual” (Aguirre Baztán A., 1994:181).
- La elección ocupacional: “La elección y fijación de lo que quiere ser en el futuro es un elemento más de la formación del yo o de la identidad. La elección de la profesión es, ciertamente, un hecho complejo que se inicia en la infancia, pero que tiene una importancia especial en la adolescencia” (Aguirre Baztán A., 1994:181). La mayoría de los niños dicen a sus padres qué quieren ser de grandes o en qué les gustaría trabajar por lo que se puede ir observando cuáles son las preferencias de ellos, mientras que en la adolescencia este momento ya no es solo parte de la imaginación o del juego, sino que también tiene que ver con lo que realmente se esta viviendo y que tendrá que ver con la identidad de los muchachos. El contacto que tienen con los adultos contribuye a que el adolescente se incline por ciertas profesiones o actividades, esto a favor de ayudarles a decidir a que se quieren dedicar en un futuro.

La elección ocupacional no es siempre fácil y puede verse afectada por:

- *El estatus social de la familia:* Las familias, principalmente, con una buena posición económica busca que sus hijos se inclinen por

profesiones jerárquicamente altas, que tengan que ver con su modo de vida y que sean carreras con prestigio social. Por ejemplo, un economista no pretende que su hijo se incline por la gastronomía, un destacado médico no querría que su hijo se dedicará las artes y aunque dichos ejemplos pueden sonar irreales, son casos que se pueden dar entre padres e hijos y de ese modo propiciarse un conflicto dentro de la familia.

- *Las posibilidades económicas:* En el momento en que los adolescentes tienen preferencia por alguna carrera, esta se ve influenciada por los medios económicos que posee la familia, puesto que si las familias cuentan con pocos recursos y los adolescentes quieren una carrera en la cual se tengan que hacer gastos fuertes, los padres o los adolescentes mismos desisten de ese gusto o preferencia. Es lamentable que en muchos de los casos ni siquiera se pueda continuar con los estudios por los apuros económicos, los hijos en esas circunstancias se ven obligados a contribuir a los gastos de la familia.
- *La motivación de los padres:* “Investigaciones hechas al respecto han confirmado que el nivel de aspiraciones profesionales de los hijos está positiva y significativamente correlacionada con el grado de motivación y apoyo de los padres” (Aguirre Baztán A., 1994:182). Los padres tienen mucho que ver en la decisión que sus hijos tomen de seguir estudiando o no y de la elección de su carrera. Se pueden encontrar todavía en estos tiempos que hay padres autoritarios que les dicen a los hijos si estudian o no y si lo hacen, que deben estudiar. Los muchachos ante esta situación dejan de estudiar o lo hacen de mala gana, puesto que no estudian lo que ellos quieren o les interesa.

La dificultad o facilidad para que el adolescente forme su propia identidad tendrá que ver seriamente con el tipo de intervención de los padres, esto es si son autoritarios o bien por el contrario si son sobreprotectores, por lo que la familia tiene mucho peso en la formación de la futura juventud por lo que no debe olvidarse la importancia de la comunicación al interior de esta.

A veces es difícil que los padres se acerquen a los adolescentes, esto pudiera ser por que los padres son autoritarios o bien porque no saben como acercarse a ellos, lo cual pudiera reflejar la falta de comunicación.

Como ya hemos visto el ser humano en todo momento se esta comunicando tanto con el lenguaje como por la postura corporal, gestos, ademanes, etc. y si los padres ponen más atención a estas prácticas comunicativas de los adolescentes tal vez se podrán preveer o evitar situaciones de conflicto que perjudican, en algunas ocasiones, tanto a padres como a hijos propiciando así un clima de tensión dentro de la familia.

Por el contrario los adolescentes deben sentirse amados y respaldados por los seres que tienen en común una habitación, o sea sus propios padres principalmente, e incluso de los demás parientes cercanos. Por tal motivo no se debe hacer a un lado la importancia de mantenerse comunicados y enseñarse a escuchar realmente lo que los demás tienen que decir, lo cual no es tarea fácil o algo que se consiga de la noche a la mañana, es un trabajo que debe hacerse en conjunto a través de la cotidianeidad familiar y siempre tratando de buscar el bienestar común.

Partiendo del interés por la importancia de la comunicación en la familia durante la adolescencia es que se propone un taller para padres, abordando diferentes temáticas y realizando diversas actividades que contribuyan a propiciar la comunicación dentro del núcleo familiar, ello encaminado a apoyar a los padres en el proceso de comunicación con los hijos. A continuación se describe dicho taller.

## **CAPÍTULO IV**

### **T A L L E R**

#### **PROPUESTA DE TALLER, PARA PROPICIAR LA COMUNICACIÓN DENTRO DE LA FAMILIA, DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA CON HIJOS ADOLESCENTES**

##### **4.1. DIAGNÓSTICO**

Para lograr la propuesta de este taller se realizó primeramente un diagnóstico con la finalidad de conocer las características y necesidades de la población con la que se trabajó.

El instrumento que se utilizó para el diagnóstico fue la elaboración y aplicación de un cuestionario sobre la constitución de la familia y la comunicación que se da dentro de ella, el cuestionario consta de 13 preguntas, el cual fue dirigido a 50 padres de familia con hijos adolescentes que asisten a una Escuela Secundaria Técnica y cursan el tercer grado del turno matutino. Dicha secundaria se encuentra ubicada en una colonia popular perteneciente a la delegación de Tlalpan. El formato del cuestionario se encuentra en los anexos (ver anexo No. 1).

El diagnóstico fue de utilidad para conformar la temática de la propuesta del taller puesto que se parte de necesidades reales.

Con el instrumento que se utilizó se pudo conocer:

- La dinámica familiar,
- Las carencias de la comunicación familiar,
- Ocupación de alguno de los padres, por lo tanto se puede deducir, de manera muy general, el tiempo que se pasa con los hijos,
- Qué conocen los padres sobre la comunicación,
- Así como el interés de los padres por participar en talleres,

El saber estos aspectos hizo más fácil sugerir la temática del taller puesto que se partió del interés de los propios padres de familia lo cual sirvió también para respaldar la necesidad de esta propuesta.

## 4.2. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Las preguntas que integran el cuestionario fueron sencillas para que a los padres de familia no se les hiciera tedioso ni pesado contestarlas, con ese tipo de preguntas se trató de conocer si los padres saben información sencilla pero que tiene que ver con lo que viven a diario sus hijos adolescentes, como lo es si saben el pasatiempo de sus hijos, cuales son sus amistades, que lugares frecuenta, entre otras, si los padres lo saben se puede pensar que hay comunicación entre ellos, porque los conocen y saben sus gustos, lo cual es el resultado de convivir con ellos y comunicarse de una u otra forma, por el contrario, si no lo saben se podría pensar que no hay mucha cercanía o comunicación entre padres e hijos. A continuación se presentan los resultados obtenidos por medio del cuestionario que se les aplicó a los 50 padres de familia con hijos adolescentes que cursan el tercer grado de secundaria del turno matutino. Las respuestas están organizadas en gráficas para poder visualizar de inmediato y fácilmente el porcentaje de padres que contestaron de una u otra forma, a su vez esta presente una leyenda en cada una de las gráficas con cada una de las posibles respuestas de los padres. Las preguntas son las siguientes, así como su respectiva interpretación:

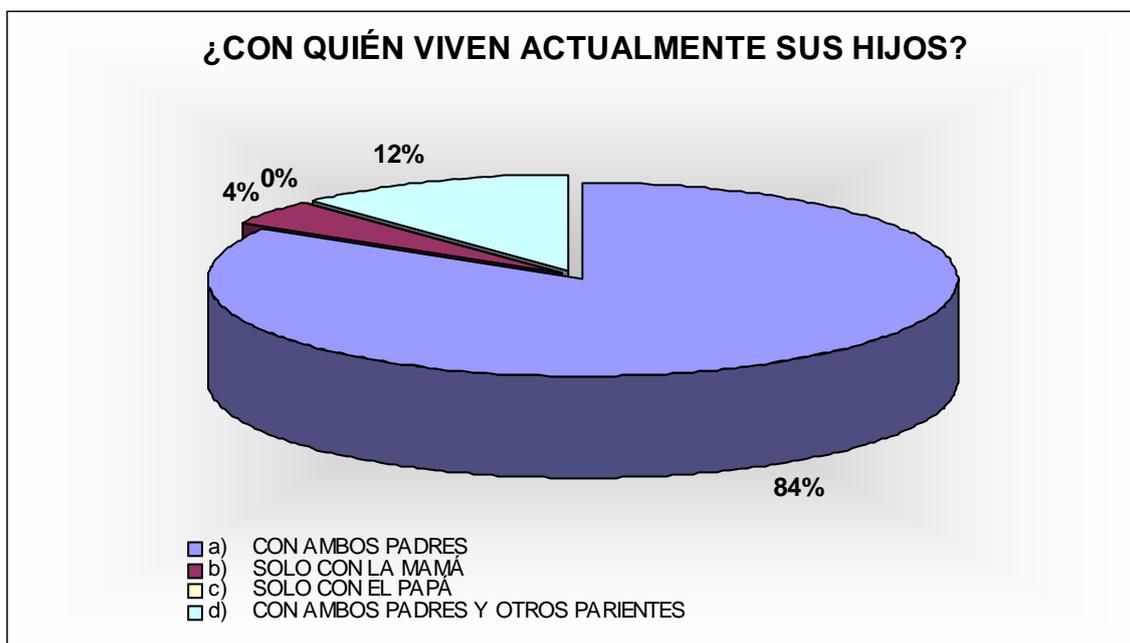
Al principio del cuestionario se pregunta el sexo de la persona que lo contesta por lo que los cuestionarios fueron contestados de la siguiente forma:  
Por las mamás: 39 que corresponde al 78% de la población,  
Por los papás: 11 que corresponde al 22% de la población, lo que no excluye que también se hayan podido contestar en conjunto.

La mayoría de los adolescentes pertenecen a una familia en donde los padres son casados puesto que:  
El 84% de la población contesto que eran casados,  
El 12% indicó que vivían en unión libre,  
El 2% es divorciado y  
El otro 2% corresponde a la viudez.

Una gran parte de los que contestaron el cuestionario trabaja mientras que el 18% de la población se dedican al hogar, todas ellas mujeres.

Puesto que la mayoría de los adolescentes pertenecen a una familia nuclear, será importante que dentro de la temática del taller se aborde algún tema que hable del matrimonio, para que de esa manera los padres se mantengan aún más interesados o simplemente sirva de explicación para las prácticas comunicativas no sólo entre padres e hijos sino también entre la pareja. De ese modo se pretende que la población que asista al taller se sienta tomada en cuenta no sólo como padres que deben cumplir la función de sustento y crianza de los hijos sino también como personas que necesitan de orientación para sus propias necesidades como esposo o esposa.

## PREGUNTA 1

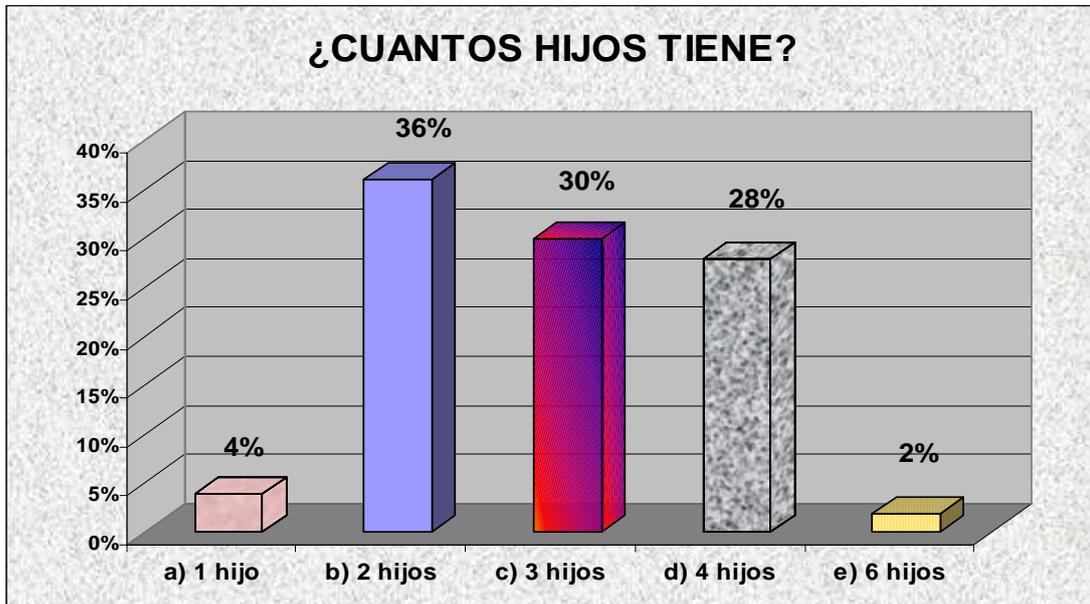


En esta gráfica podemos observar, que aunque las tendencias van hacia el rompimiento de las familias, aún la gran mayoría de los hijos cuenta con padre y madre, en este universo de encuestados.

Por lo que las prácticas comunicativas no deben ser tan ausentes ya que en algunas ocasiones alguno de los padres sirve de cómplice con los hijos, como son en las salidas de los hijos o en muchos casos las adolescentes buscan el consejo u orientación de la mamá con respecto de los cambios que va tomando su cuerpo o de los adolescentes que en muchas veces ayudan a los padres en el trabajo, arreglar el carro, etc.

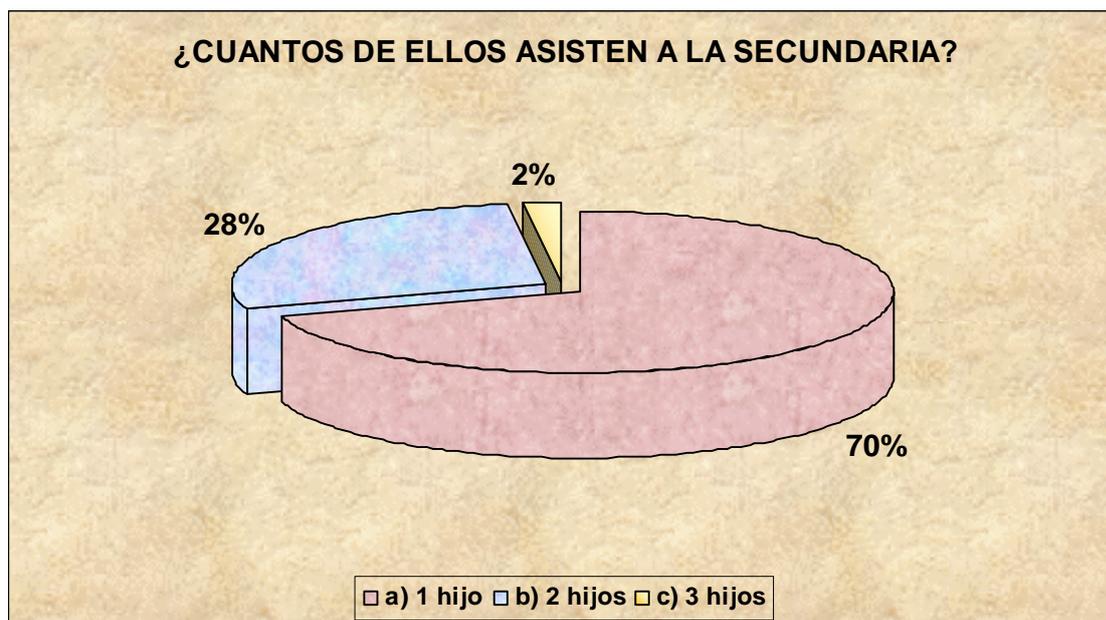
No obstante, no importando que existan los dos padres, los hijos se pueden sentir incomprendidos y no se acercan ni a su mamá ni a su papá por lo que no se da la comunicación entre ellos, esto puede ser la consecuencia de diversos problemas por los que pasa la familia e incluso la propia pareja de los padres.

## PREGUNTA 2



Se puede observar que la mayoría de las familias tienen dos hijos, por lo que las familias ya no son tan grandes como antes. Cuando las familias son más pequeñas es un poco más probable que los padres e hijos interactúen más que cuando es numerosa. Aunque el tamaño de las familias no garantiza que haya o no comunicación entre padres e hijos.

### PREGUNTA 3



La familia normalmente sólo tiene un hijo que asiste a la secundaria por lo que los cuestionarios arrojaron como dato que:

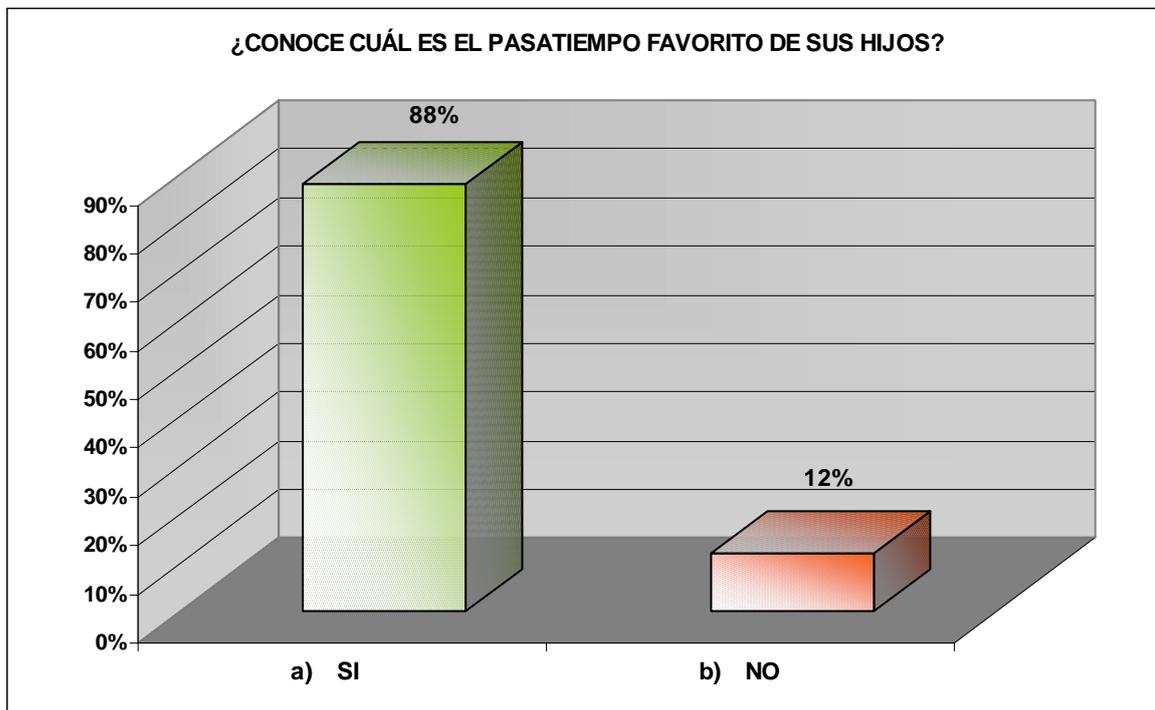
El 70% de las familias hay sólo un adolescente que asiste a la secundaria

Mientras que en el 28% de las familias hay dos adolescentes que asisten a la secundaria.

Solamente el 2% tiene tres adolescentes en la misma (talvez pueda tratarse de gemelos o de una familia grande, que podría ser la familia que dijo tener 6 hijos).

Es cierto que todas las personas somos diferentes por lo que los hijos aunque pertenezcan a la misma familia nunca serán iguales tanto en su forma de ser, de actuar, expresarse, etc., por lo que el conocer cuantos hijos tienen las familias y cuantos de ellos asisten a la secundaria sirvió para saber de una forma muy general y superficial cual es el entorno familiar inmediato del adolescente.

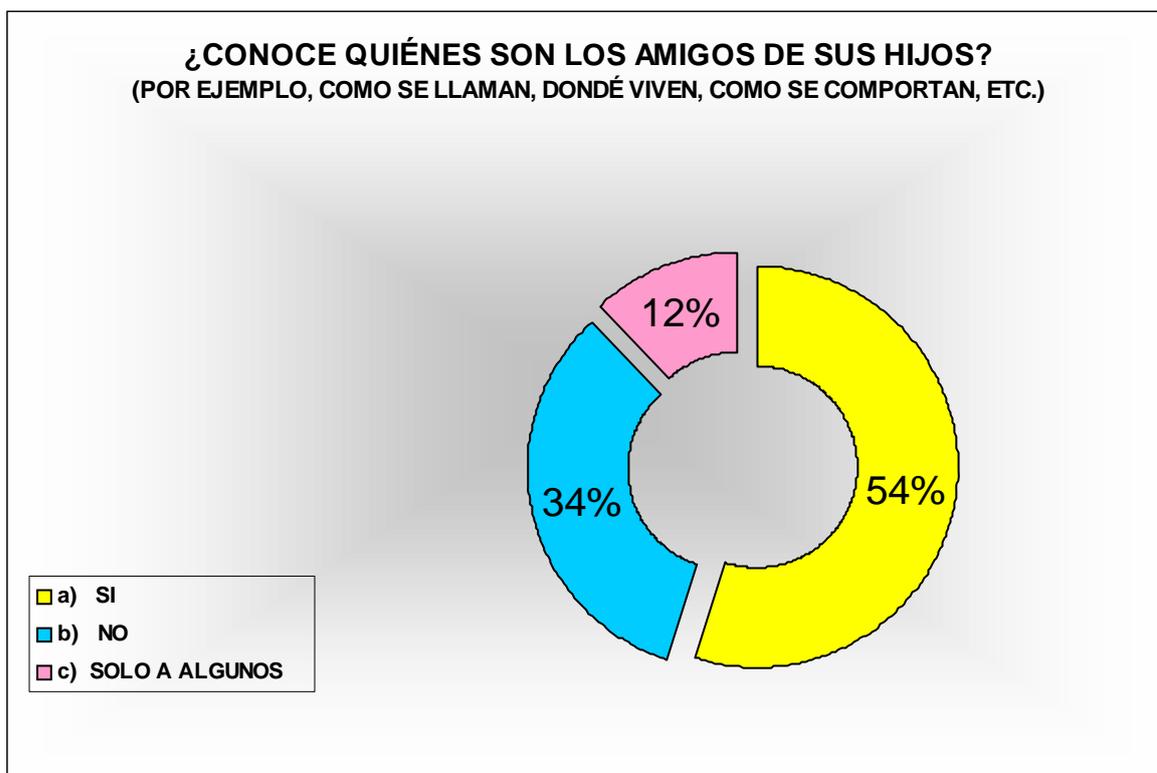
#### PREGUNTA 4



Según las encuestas realizadas, la mayoría de los padres de familia dicen saber cual es el pasatiempo de sus hijos. No se pregunto cuáles son dichos pasatiempos puesto que sólo interesa saber de manera general si los padres saben en qué es lo que se distraen sus hijos o que les gusta hacer en sus ratos libres, con ello podemos deducir si los padres observan y se comunican con sus hijos.

Por ejemplo si el 88% de los padres dicen saber en que se distraen sus hijos se puede pensar que si hay comunicación entre ellos aunque ello no puede afirmarse así como tampoco saber si la comunicación es abierta y clara.

## PREGUNTA 5

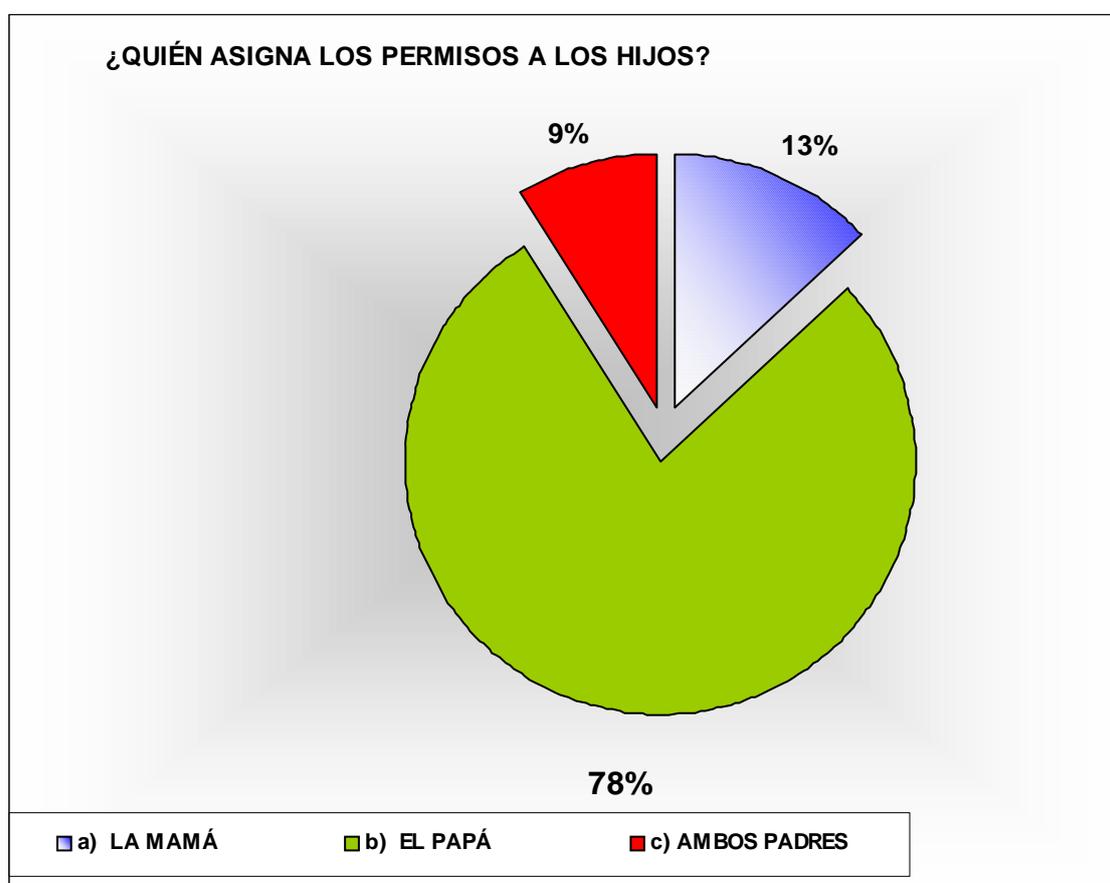


La mayor parte de estos padres encuestados piensan que conocen a los amigos de sus hijos, este conocer puede ser por su nombre, donde viven y de manera muy general su comportamiento.

Del 100% de la población encuestada solo 27 padres de familia conocen quienes son los amigos de sus hijos lo cual corresponde al 54%, 17 padres que corresponde al 34% no saben quienes son los amigos y 6 padres que corresponde al otro 12% restante conocen solo a algunos de los amigos de sus hijos.

Lo cual es un indicador negativo puesto que, como lo vimos anteriormente, la forma de vestir y el lenguaje que utiliza el adolescente dice mucho de él por lo que resulta muy importante que los padres conozcan con quiénes se relacionan sus hijos. Si los padres conocen a los amigos de sus hijos podrán acercarse un poco más a ellos y demostrarles que se interesan por su entorno. Por lo que este aspecto de los amigos se hace necesario retomarlo en la temática del taller.

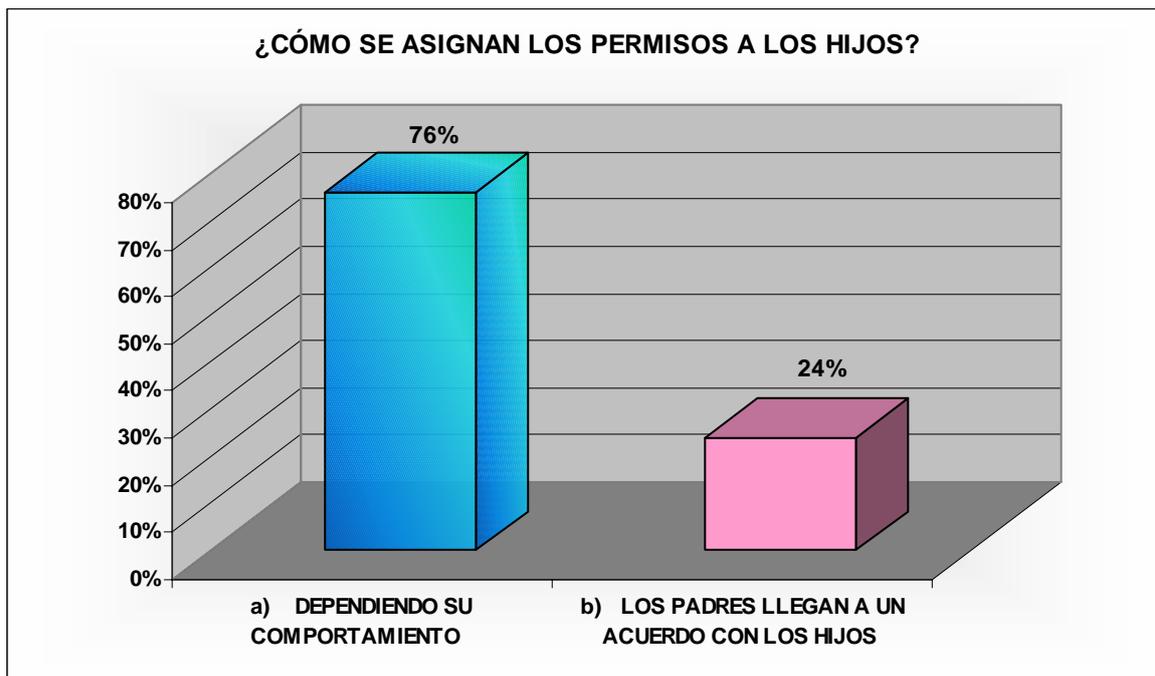
## PREGUNTA 6



Con este dato se puede deducir si existe comunicación entre los padres, sobre todo cuando se trata de los hijos, puesto que no se debe olvidar que es importante que la pareja llegue a acuerdos y que no se contradigan enfrente de los hijos o se le reste autoridad a cualquiera, ya sea al papá o a la mamá.

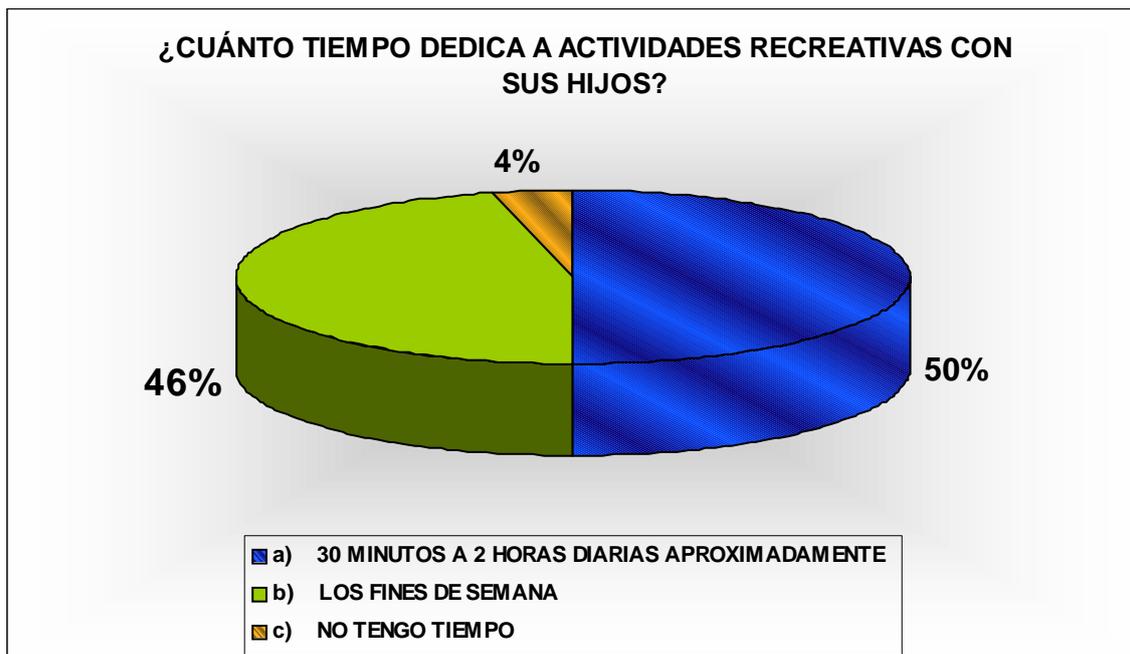
En esta gráfica se puede observar que el 78% de los encuestados contestan que es el papá el encargado de asignar los permisos, mientras que el 13% dice que es la mamá y una minoría que corresponde al 9% dice que ambos padres son los responsables de dar los permisos. Lo cual hace pensar que hay poca comunicación en la pareja o que se delegan responsabilidades a solo uno de los padres. Lo ideal, podría pensarse, es que ambos padres platicarán para tomar decisiones con respecto a sus hijos y en la relación misma. Se hace necesario abordar en la temática del taller aspectos del matrimonio que tienen que ver con la vida en pareja como en familia, esto es con los hijos.

## PREGUNTA 7



El 76% de los encuestados dan permiso a sus hijos dependiendo su comportamiento mientras que el porcentaje restante contestó que tanto los padres como los hijos llegan a un acuerdo, entonces se puede decir que en este sentido los padres si se comunican con los hijos por medio de acuerdos que hacen ambas partes. Incluso para este tipo de cuestiones debe existir entre padres e hijos una clara comunicación, esto con la finalidad de que los padres conozcan a donde les interesa ir a sus hijos o con quienes.

## PREGUNTA 8



Es necesario reconocer la importancia del tiempo que se le dedica a los hijos, en la adolescencia es imprescindible que los padres se mantengan comunicados con los hijos por todos los cambios que esta viviendo, de tal forma que lo puedan orientar y sobre todo para que se sienta respaldado.

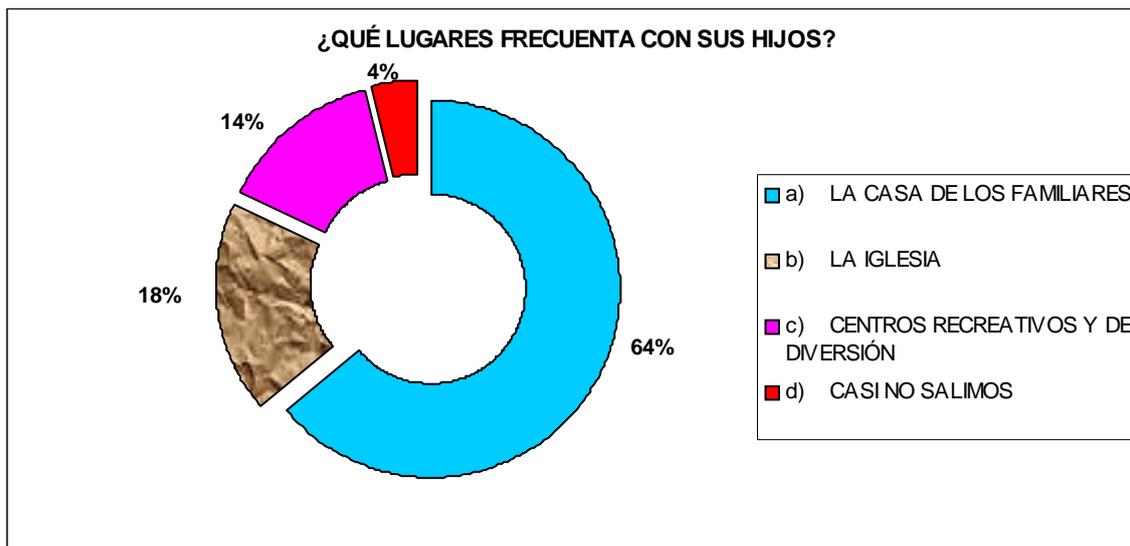
De la muestra el 50% y 46% dedican tiempo a sus hijos, unos más que otros, pero no importa cuánto sea el tiempo dedicado sino más bien la calidad del mismo.

Cuando los padres conviven solamente los fines de semana con los hijos puede deberse a que los padres trabajan de lunes a viernes o hasta el sábado en algunos casos y tienen tiempo libre los fines de semana o porque los padres están divorciados y solo ven a sus hijos viernes, sábados y domingos, o los días que acuerden con su pareja. Otras pueden ser las circunstancias lo cual dependerá de la dinámica familiar en la que este inmerso el adolescente. Tanto las respuesta "a" como "b" pueden ser complemento ya que los padres pueden convivir con sus hijos cualquier día de la semana.

En algunos estratos de la sociedad todavía se le da mucha atención a los hijos, sobre todo las madres, ya que se preocupan por llevarlos a la escuela, sus calificaciones, sus actividades recreativas, etc. Pero debemos de mencionar que no siempre es así ya que ahora la gran mayoría de las parejas trabaja, lo que hace a veces imposible dedicarle el suficiente tiempo a los hijos para estas actividades.

En estos resultados solo el 4% de los padres manifestó no tener tiempo para actividades recreativas con los hijos lo que hace más difícil que los padres convivan con sus hijos.

## PREGUNTA 9

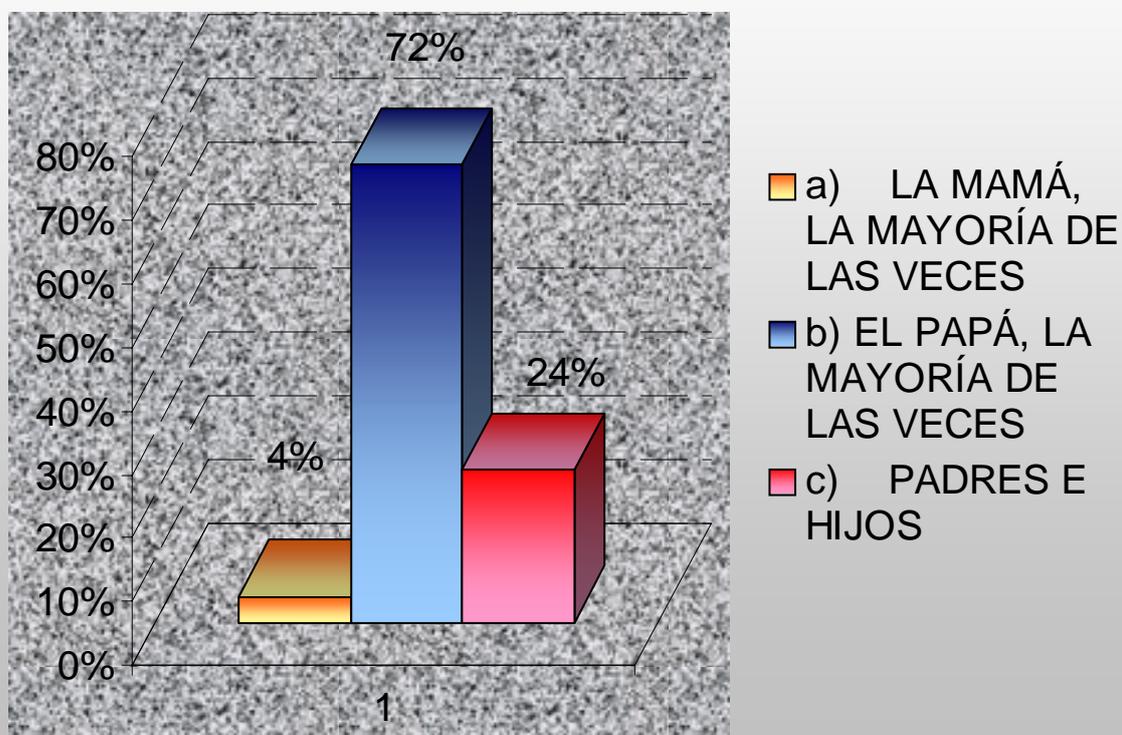


No hay que restar importancia a la necesidad que tienen los adolescentes de ser escuchados y tomados en cuenta, por lo que se hace necesario que los padres hagan un consenso con sus hijos acerca de los lugares de su preferencia y de esa forma asistir juntos, tanto padres como hijos estando de acuerdo en la salida.

Podemos observar que la mayoría de los padres e hijos asisten juntos a visitar a los familiares, esto es el 64%, el 18% asiste a la iglesia, mientras que el 14% frecuenta centros recreativos y de diversión y solo el 4% casi no sale. Podemos pensar que esto tiene que ver con la situación económica de cada una de las familias o por la falta de interés de convivir en familia, lo cual puede ser por parte de los padres como de los hijos o de ambos.

## PREGUNTA 10

### EN CASA ¿ QUIÉN DECIDE A QUÉ LUGAR IR?



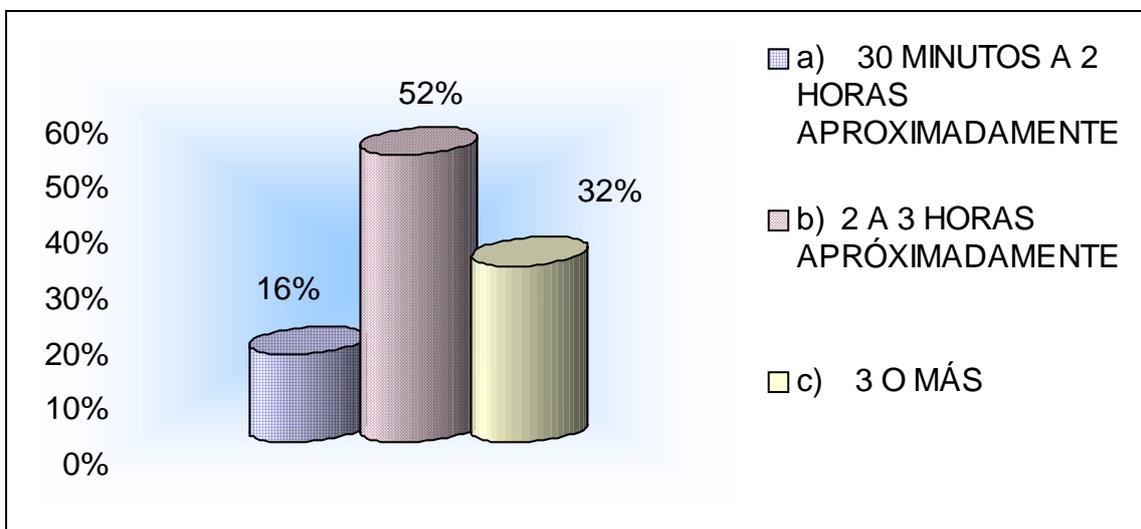
En esta gráfica el 72% de los padres contesta que es el papá el encargado de decidir a donde ir por lo que podemos observar que no hay un consenso con los hijos, al menos la mayoría de las veces, por lo que se puede relacionar que la mayoría de las ocasiones los papás deciden ir a visitar a los familiares, esto se puede deducir con ayuda de la gráfica anterior.

El 24% señala que tanto padres como hijos deciden a donde ir, lo cual hace pensar que existe comunicación entre los integrantes de la familia, al menos en cuanto a las salidas.

La minoría que es el 4% contestó que es la mamá la encargada de decidir a donde ir en la mayoría de las ocasiones, lo cual se puede deber a que la mamá es divorciada o viuda y puede ser el caso de las mamás que comentaron estar en esta situación por lo que son las encargadas de tomar estas decisiones, aunque sería pertinente que las tomarán junto con los hijos.

## PREGUNTA 11

### ¿CUÁNTO TIEMPO DEDICA A VER LA TELEVISIÓN CON SUS HIJOS?



Hoy en día podemos ver que los medios de comunicación principalmente la televisión, por ser el medio de mayor alcance en las familias, es un factor que influye en el comportamiento y desarrollo de los miembros de la familia y, por supuesto, de los adolescentes. Por lo que hace necesario saber si los padres ven la televisión con sus hijos y por ende saber que programas son de su preferencia (esto no garantiza que lo que ven los adolescentes en compañía de sus padres sea lo único). El enajenarse en estos medio puede ser seriamente perjudicial para todos los miembros de este núcleo de la sociedad.

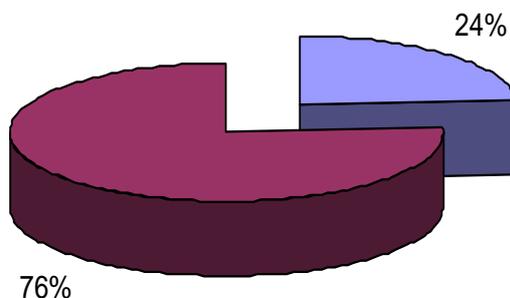
Lo que se ve en los medios de comunicación, tanto en la publicidad como en el contenido, esta cargada de tantos mensajes para los adolescentes como lo es la invitación a tener relaciones sexuales tempranas, el consumo de algunas drogas, observar violencia tanto física como verbal, enfermedades psicológicas como lo es la anorexia y bulimia, entre otras, por ejemplo, es mayor el número de adolescentes que inicia su vida sexual a temprana edad pudiendo dar como consecuencia embarazos no deseados o enfermedades de transmisión sexual, otra puede ser que los adolescentes comiencen a consumir drogas por curiosidad esto resultado de ver en la televisión como se drogan y que efectos alucinantes y sensación de bienestar experimenta el actor o más frecuente aún ver el adolescente la necesidad de adelgazar o tener un cuerpo estético como los que ven en todo momento en la televisión, tanto de hombres como de mujeres, pudiendo esto repercutir en su salud como en el proceso de la formación de su identidad.

Por lo que resulta importante que los padres sepan, lo más que se pueda, que ven o consultan sus hijos, de tal modo que puedan orientarlos y contribuyan a formar una actitud crítica del adolescente ante lo que ve, en este caso como en tantos otros, nuevamente se hace necesaria la comunicación con los hijos. Por lo que otra temática dentro del taller tendrá que ver con los medios de comunicación.

## PREGUNTA 12

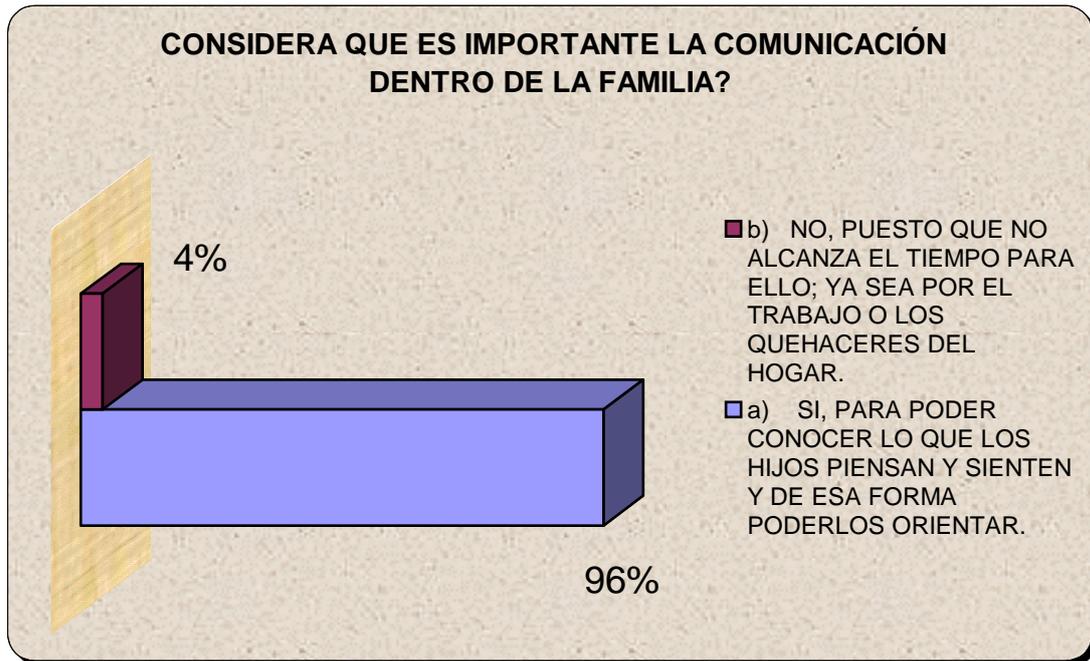
### SUBRAYE EL INCISO QUE MAS SE ACERQUE A SU PROPIA DEFINICION DE COMUNICACION

- a) ES LA MANERA EN LA QUE NOS CONDUCCIMOS EN LA VIDA Y NOS EDUCAN, LO CUAL TIENE QUE VER CON LO QUE SOMOS Y PENSAMOS. LA COMUNICACIÓN ENTONCES NOS SERVIRA PARA BUSCAR NUESTRO BIENESTAR FISICO.
- b) ES EL DAR Y RECIBIR INFORMACIÓN; CUANDO SE ES CAPAZ DE DECIR LO QUE SE PIENSA Y SIENDE, PERO A SU VEZ SE ES CAPAZ DE ESCUCHAR LO QUE EL OTRO TIENE QUE DECIR. LA COMUNICACIÓN ES UNA NECESIDAD CON LA CUAL NACE EL SER HUMANO.



Podemos observar en esta grafica, que el significado del término comunicación no es el mismo para todos los encuestados. Por lo que resulta importante abordar este términos durante las sesiones del taller, esto para que los padres a partir de la definición dada puedan construir su propio término y saber cual es la importancia de promoverlo dentro de la familia, sobre todo cuando se trata de los padres con los hijos.

### PREGUNTA 13



A pesar de que no se tiene muy claro el concepto de comunicación en una familia, los padres piensan que sí es de gran importancia que se practique y ejerza la fluidez de información entre padres e hijos.

### 4.3. TALLER PROPUESTA

Resulta de suma importancia orientar a hombres y mujeres en la difícil tarea de ser padres, por lo tanto no se debe hacer a un lado la importancia de la comunicación, ya que es uno de los elementos primordiales que no debe faltar dentro de un núcleo familiar para que se propicie un acercamiento entre padres e hijos.

Sin la comunicación entre los padres e hijos es más probable que los adolescentes, en esos momentos de cambio, sean más susceptibles ante los malos o equívocos consejos que se suelen dar entre compañeros.

Si no hay una adecuada comunicación los padres solamente se dedicarán a criticar e imponerse a sus hijos sin darles la oportunidad de que se expresen. Es muy importante la COMUNICACIÓN como una forma de prevenir adicciones rebeldía, fugas de casa, etc.

La comunicación puede servir para acercar o alejar a los integrantes de una familia cuando ésta no es adecuada, de ahí la importancia de mantenernos comunicados y de que los padres conozcan la importancia de este concepto sencillo pero muy amplio en el momento de reflexionar sobre él.

Por tal motivo, se presenta la propuesta de un taller, el cual tiene como finalidad aportar ideas de cómo abordar la comunicación entre padres e hijos y al mismo tiempo reflexionar sobre cómo es la comunicación en cada una de las familias de los integrantes que asistan al taller. Se pretende abordar la temática de una manera distinta a la tradicional, en donde por medio de las técnicas que se proponen, los padres aprendan jugando sin caer en lo monótono y ¿por qué no?, olvidarse un poco de los problemas cotidianos.

El taller está diseñado para padres con hijos adolescentes sobre la importancia de la comunicación en la familia durante la adolescencia. Esta alternativa se sugiere para crear un cambio positivo dentro de la familia (si es que el caso lo requiere) y ello se vea reflejado en los hijos o sino es el caso, simplemente para reforzar conductas efectivas.

Como futura pedagoga es necesario reconocer la importancia de alternar y manejar los distintos recursos didácticos que están disponibles; como lo son programas educativos, power point, videos, etc.; y de esa manera poder proponerlos para poder abordar temáticas, como la expuesta en este trabajo, de una forma diferente a la tradicional y de esa manera interesar y volver activos a las personas que intervienen en este proceso.

Del tal modo resulta necesario, reconocer que los hijos son el reflejo del hogar y para poderlos entender, debemos de entender al mismo tiempo el contexto en donde están inmersos, y no me refiero solo al ambiente escolar, sino también al familiar, puesto que en muchas ocasiones los muchachos muestran rebeldía porque tal vez están pidiendo desesperadamente, en el fondo, que alguien los escuche o los entienda por las situación que están pasando. El origen de los problemas que los adolescentes pueden tener, en

muchas de las ocasiones, empiezan por el ambiente familiar en el cual están sumergidos.

#### **4.3.1. METODOLOGÍA**

El diseño del taller promueve la participación activa de los padres e familia, con base en el intercambio de experiencias que se promueven a través de las técnicas grupales y las reflexiones que se deriven del grupo.

Se pretende que el taller sea flexible y de esa manera permanezca abierto al análisis reconociendo la necesidad de ser enriquecido en el transcurso de su ejecución, con las experiencias que se deriven de la interacción del grupo.

Se propone la modalidad de taller para abordar el tema de la comunicación con padres de familia que tengan hijos adolescentes, puesto que el taller es una metodología participativa. “La participación activa de todos los talleristas (docentes y alumnos) es un aspecto central de este sistema de enseñanza / aprendizaje, habida cuenta de que se enseña y se aprende a través de una experiencia realizada conjuntamente, en la cual todos están implicados e involucrados como sujetos / agentes”. (Ander-Egg, E., 1999:17)

Los principios pedagógicos que rigen al taller son:

- Por medio de los conocimientos y experiencias de los padres se deben utilizar canales reflexivos acerca de la comunicación que se da en el entorno familiar.
- Propiciar una motivación eficaz, comprometida y responsable acerca de la comunicación, esto es, de los padres a los hijos.
- Promover y desarrollar la capacidad de reflexión y acción de los padres de familia
- Incentivar la comunicación entre padres e hijos.
- Estimular la cooperación de los padres para promover la comunicación en el seno de la familia en base a la propia convicción y necesidad de cada una de las familias.
- Posibilitar la eliminación de jerarquías dentro del grupo y de esa manera trabajar en conjunto para lograr sensibilizar a los padres acerca de la importancia que tiene la comunicación con sus hijos adolescentes.
- Eliminar la pasividad tanto del grupo como del coordinador.
- Promover la desinhibición del coordinador pero sobre todo de los participantes para promover el enriquecimiento de lo aprendido dentro de las sesiones.

De tal modo, se pretende que los padres de familia tengan una participación activa dentro del taller por lo que se promoverá la reflexión y se invitará constantemente a que externen su punto de vista así como sus dudas, comentarios y sugerencias, además de participar constantemente en las técnicas de grupo que sean sugeridas.

Se busca que los padres por medio del análisis y de la deducción a los temas que se vean advierta cual es la mejor forma de comunicarse con su hijo adolescente y a partir de sus propias vivencias construya su propia forma de acercarse a su hijo por lo tanto, el proceso de enseñanza-aprendizaje tendrá que ver con el constructivismo ya que dentro del taller se invita constantemente a los padres a participar, comentar dudas y sugerencias y externar vivencias propias que se dan en su entorno familiar de tal forma que sea el mismo el contribuya a construir su propio proceso de aprendizaje.

Se pretende que los padres de familia construyan su propio aprendizaje a través del análisis, la reflexión y crítica lo cual se busca a partir de que el coordinador del taller estimule a los padres con actividades grupales para que de esa manera aprendan unos de otros. Además de incorporar nuevos conocimientos a través de experiencias previas; para que el conocimiento adquirido resulte significativo.

El coordinador es un mediador en el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que debe mantener una actitud activa dentro del taller y así promover la participación de los asistentes, pero siempre cuestionando la utilidad del contenido, tomando en cuenta las particularidades de los padres de familia y en su caso, si es necesario, modificar la dinámica que se esta llevando en el grupo. El coordinador es el encargado de propiciar la participación de los padres lo cual se logrará con ayuda de las técnicas grupales.

El coordinador deberá mostrarse seguro de si mismo ante el grupo, motivado, entusiasta y con iniciativa para que de esa forma pueda enriquecer las sesiones.

Debe establecer en el grupo un ambiente agradable de trabajo, respetar a los participantes y evitar no hacer comentarios ofensivos. Debe dirigir su mirada a todos los participantes, evitando centrarse en uno o en un grupo, cuidando de no intimidarlos. Además debe procurar no mezclar sentimientos o problemas propios de tal forma debe afrontar las situaciones difíciles que puedan surgir y tomarlos con calma. Se debe utilizar un lenguaje claro y sencillo para no confundir a los padres y no se deben imponer opiniones ni del coordinador ni de los participantes pero si debe hacer preguntas que promuevan el análisis y la participación de los padres.

Por su lado, los padres deben, procurar asistir puntualmente al taller así como participar activamente dentro del taller, debe participar en cada una de las técnicas grupales que se proponen. Debe externar sus dudas o puntos de vista si es que así lo desea y de esa forma contribuir al enriquecimiento de la

temática. Nunca debe permanecer solo o aislado por el contrario debe integrarse al grupo con el que esta trabajando.

En la ultima sesión se entregará un formato para que los padres evalúen el taller lo cual tendrá que ver con lo aprendido y forma de trabajar así mismo que proporcionen sugerencias en pro del taller.

Se pretende que las sesiones propuestas en el taller se desarrollen de manera clara, sencilla, interesante y hasta divertida, por lo que debe existir la comunicación y participación de cada uno de los integrantes. Cada una de las sesiones se llevarán a cabo con el grupo acomodado en medio círculo o en círculo para poder visualizar mejor a cada uno de los participantes y de tal modo conocerse unos a otros, esto con la finalidad de integrarse al grupo y poder trabajar como un verdadero equipo, puesto que la forma tradicional de acomodarse dentro de un aula (en filas), provoca que no todos participen y en muchas ocasiones no se conozcan entre ellos.

Los temas a tratar serán abordados a partir de un poco de teoría, pero sobretodo por experiencias e inquietudes así como conocimiento del tema que los integrantes tengan y para hacer más amenas las sesiones se proponen algunas técnicas de grupo, tanto para ejemplificar el tema como para interactuar entre compañeros.

La selección de los temas a tratar tiene que ver en mucho con las respuestas obtenidas en el diagnóstico, esto con la finalidad de interesar a los participantes partiendo de sus propios intereses o de las deficiencias que existe en la comunicación entre padres e hijos (esto a partir de los resultados) y puesto que el tema que interesa en este taller corresponde a la comunicación en la familia durante la adolescencia la temática se centra en la comunicación y solamente se retoman conceptos clave tanto de la familia como de la adolescencia.

Las características de la población con la que se va a trabajar son que la mayoría de los padres trabajan y todos tienen, al menos, un hijo adolescente que esta cursando la educación secundaria. Los papas de la mayoría de estas familias son personas casadas. Se puede decir que la población pertenece a un nivel socioeconómico medio ya que la ubicación de la secundaria se encuentra en una zona popular que cuenta con todos los servicios como lo es agua, luz, teléfono, drenaje, etc., y la secundaria a la que asisten sus hijos es publica.

Resulta un poco difícil trabajar con los padres de familia puesto que traen consigo costumbres, ideas, creencias y cierta educación que tiene mucho que ver con su propia historia de vida, pero por otro lado hay otros padres que les interesa educar a sus hijos de una manera clara y diferente a la forma en la que ellos fueron educados por lo que se interesan por nuevas alternativas para lograrlo, entonces se puede decir que un adulto como educando busca:

- Dar respuesta a sus dudas de cómo esta educando u orientando a sus hijos, sobre todo cuneado se encuentran en la etapa de la adolescencia

puesto que ello implica cambios en la conducta del hijo y en su forma de ver el mundo va cambiando paulatinamente.

- Un educando que tiene hijos, se interesará más por las temáticas que se relacionen con la educación o bienestar de sus hijos y de ellos mismos.
- Y el factor tiempo es muy importante e imprescindible puesto que por sus actividades como trabajadores y padres tienen que hacer un esfuerzo extra para asistir al taller.
- Muchas ocasiones ponen los padres resistencia cuando se trata de cambiar algún aspecto de su vida o de su forma de pensar, ser y actuar.

Lo que impulsa a los padres de familia a aprender tendrá que ver en mucho con buscar y querer el bienestar de los hijos lo que puede servir para acercarse a ellos.

Es necesario que el taller se lleve a cabo en una sala o salón amplio con ventilación adecuada y suficiente iluminación. Es indispensable que cuente con un cañón, computadora, pizarrón y escritorio, esto con la finalidad de hacer dinámicas las sesiones y demostrar a los padres otras formas de trabajar diferentes a la tradicional, solo escuchar al maestro y utilizar pizarrón y gis. El uso de estos recursos, además, ayudará a ilustrar mejor la temática que se este viendo. Dentro del taller también se utilizan láminas, posters, recortes, ilustraciones, papel, plumas, etc., para poder llevar a cabo las técnicas grupales.

El período que cubre el taller es de tres meses y medio, esto se llevará a cabo solamente los días sábado (puesto que la mayoría de los padres de estos adolescentes trabaja). Se trata de hacer un programa claro, sencillo y que de ninguna manera sea tedioso por el contrario, se pretende interesar a los padres para que se propicie una mejor comunicación con sus hijos.

Es necesario e importante orientar a los padres con respecto a su función de educadores, puesto que muchos de los problemas que se derivan en la adolescencia, como lo es drogadicción, deserción escolar, etc., tienen que ver con la forma de convivir a diario en la familia y en la escasez o falta de comunicación entre padres e hijos. Siendo de esta manera importante sugerir elementos a los padres de cómo comunicarse con sus hijos y de la importancia de ello, además que los padres también necesitan ser escuchados y orientados acerca de cómo educan a sus hijos o de sus propias necesidades individuales o como pareja, de ahí parte el interés por este taller dirigido a los padres.

### **4.3.2. OBJETIVOS**

#### **OBJETIVO GENERAL**

Orientar a los padres de familia acerca de “la importancia que tiene la comunicación en la familia durante la adolescencia” y de esa forma contribuir al mejor desarrollo y bienestar de sus hijos en el entorno familiar.

#### **OBJETIVO ESPECÍFICO**

Compartirán sus experiencias y expresarán sus dudas acerca de su función de ser padres del tal modo que se propicie un mayor acercamiento con sus hijos adolescentes para poder prevenir problemas con ellos, tales como: rebeldías, abandono del hogar, adicciones, etc.

### **4.3.3. ESTRUCTURA DEL TALLER**

Se propone como alternativa pedagógica la creación de un taller con el apoyo de algunas técnicas grupales que faciliten la comprensión y reflexión en cuanto a la comunicación entre padres e hijos. De tal modo el taller queda estructurado de la manera siguiente:

- El taller se divide en temas, los cuales tienen que ver con un objetivo general así como con objetivos específicos.
- A su vez se subdividen los temas en 15 sesiones.
- Las sesiones se llevarán a cabo los días sábado.
- Cada sesión está programada para una duración de dos horas, este es el tiempo estimado que se llevarán las exposiciones, técnicas grupales y actividades. No obstante el tiempo puede variar un poco, ya sea menos o más, esto previniendo que en muchas ocasiones pueden surgir actividades extras o las actividades se extiendan, saliéndose del tiempo programado. Pero se tratará de respetar el horario.
- En cada una de las sesiones se especifican:
  - Los objetivos, tanto general como específicos
  - Los temas a tratar
  - Las actividades y Técnicas grupales que se realizarán
  - Los recursos didácticos, los cuales obedecen al requerimiento de la presentación, éstos pueden ser, láminas, power point, el uso de salas audiovisuales, entre otras.
  - Y finalmente la bibliografía que se sugiere para abordar los temas
- La última sesión tiene que ver con el cierre del taller, en ella se les dará a los participantes una hoja de evaluación para que de esa forma califiquen el taller y planten sugerencias. (Ver anexo 18).
- Dentro del taller se tomará en cuenta un apartado que corresponde a anexos para poder consultar fácil y rápido las Técnicas grupales, así

como las películas, que en su momento se sugieren como actividades dentro de las sesiones.

La temática del taller tiene que ver con la familia, la comunicación y la adolescencia, pero se centra en la comunicación (formas de comunicarnos e importancia), puesto que es el tema que interesa ahondar con los padres para que por medio de esta práctica se puedan cambiar actitudes negativas que los padres tienen para con los hijos, como pudiera ser el autoritarismo, entre otras.

Se comienza con los temas de familia, posteriormente los de comunicación y al último, pero no menos importante, el de adolescencia, puesto que se cree pertinente reconocer la importancia que tiene la familia dentro de la sociedad para educar a la futura juventud, por medio de normas y valores, y de ahí despegar para retomar la comunicación y finalmente poder relacionarlos con la etapa de la adolescencia.

Puesto que el taller va dirigido a padres con hijos adolescentes también es importante reconocer los momentos por los cuales pasa el hijo y de esa manera aunado a la comunicación en la familia, ayudar a que el adolescente se sienta amado, protegido y respaldado por su propia familia.

El taller entonces queda conformado de esta forma. A continuación se presenta la temática del taller y lo descrito anteriormente.

## OBJETIVO

Propiciar que los asistentes al taller se conozcan entre sí además de hacer la presentación formal del taller.

SESIÓN	TEMARIO Y ACTIVIDADES	RECURSOS DIDACTICOS	BIBLIOGRAFÍA
1RA. SESIÓN	<p>-Presentación del equipo de trabajo, así como de los participantes. Exponer la forma de trabajo.</p> <p>-Reflexionar sobre qué se espera del taller.</p> <p>-Presentar el material con el que se va a trabajar y de esa manera introducir a los padres de familia, sobre la temática que será abordada durante el taller.</p> <p>-Se realizarán dos técnicas de integración para que los padres de familia se conozcan entre sí. “La telaraña” y “canasta de frutas” (ver anexo No. 2 y 3)</p>	<p>*Pizarrón *Gises *Una bola de estambre *Sillas movibles</p>	

## OBJETIVO GENERAL

Que los padres de familia reflexionen sobre la familia que tienen

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Los padres enlistarán los aspectos positivos y negativos de su propia familia.
- Reconocer los aspectos a reforzar dentro de las familias.

SESIÓN	TEMARIO Y ACTIVIDADES	RECURSOS DIDACTICOS	BIBLIOGRAFÍA
2DA. SESIÓN	1. LA FAMILIA 1.1. Definición de familia - Película: "Barrio de la Cruz" (Ver anexo No. 4) - Reflexionar acerca de la dinámica familiar a partir de la propia experiencia de cada uno de los integrantes y promover un debate.	* Power Point * Pizarrón * Gises * Ilustraciones (alusivas a la familia) * Audiovisual * Video en VHS o BETA	- MUSITU, Gonzalo. " <u>LA FAMILIA Y LA EDUCACIÓN</u> ". Edit. Octaedro. España, 2001.
3RA. SESIÓN	-Película: "Los siete momentos más difíciles en la vida de una pareja" (Ver anexo No. 5) -Reflexionar sobre la historia de vida de cada una de las familias. -Pasar al pizarrón y redactar que les gusta y que les disgusta de su familia. -Redactar que aspectos reforzarían de su familia y cuales no. -Comentarios.	* Audiovisual * Video en VHS o BETA * Pizarrón * Gises	

## OBJETIVO GENERAL

Que los padres de familia reconozcan la importancia de la comunicación.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Que los padres de familia reflexionen sobre la comunicación que se vive dentro de su familia.
- Analizar que factores promueven o interrumpen la comunicación entre padres e hijos.

SESIÓN	TEMARIO Y ACTIVIDADES	RECURSOS DIDACTICOS	BIBLIOGRAFÍA
4TA. SESIÓN	2. LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA 2.1. Definición de comunicación 2.2. La empatía en la familia durante la comunicación 2.3. La comunicación abierta 2.4. La comunicación cerrada 2.5. La comunicación verbal - En este momento se lleva a cabo la técnica "Habla mi yo" (ver anexo No. 6)	* Power point * Bolsa o caja * Pizarrón * Gises * Papeles chicos * Plumas	- FRANCO, Gloria Elena. <u>"LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA"</u> . Ediciones Palabra, S.A. Madrid, 2001.
5TA. SESIÓN	2.6. La comunicación no verbal - Se realiza la técnica "Sin palabras" (ver anexo No. 7) 2.7. La comunicación frente a la incomunicación. 2.9. Comunicación: Palabras y algo más 2.10. Saber escuchar 2.10.1. Dos oídos, una boca	* Rotafolios * Diurex * Pizarrón * Gises	- FRANCO, Gloria Elena. <u>"LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA"</u> . Ediciones Palabra, S.A. Madrid, 2001.
6TA. SESIÓN	2.11. Barreras de la comunicación 2.11.1. La interrupción como barrera - Técnica Grupal: "El espejo de la verdad" (ver anexo 8) - Reflexionar y comentar como se da la comunicación en casa con sus hijos. - Enlistar lo positivo que pueden rescatar de los temas abordados en la sesión.	* Power point * Pizarrón * Gises	- FRANCO, Gloria Elena. <u>"LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA"</u> . Ediciones Palabra, S.A. Madrid, 2001.
7MA. SESIÓN	2.12. La comunicación en el matrimonio 2.12.1. Lo femenino en la mujer - Enlistar los roles de la mujer 2.12.2. Lo masculino en el hombre - Enlistar los roles del hombre - Técnica Grupal: "El baile" (ver anexo 9) 2.13. Comunicación y educación	* Power point * Casette musical * Grabadora * Pizarrón * Gises	- FRANCO, Gloria Elena. <u>"LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA"</u> . Ediciones Palabra, S.A. Madrid, 2001.

	familiar - Comentar las similitudes o diferencias en cuanto a la forma de educar y comunicarse con un o una adolescente y enlistar que características rescatarían.		
8 VA. SESIÓN	2.14.La familia en el proceso de la comunicación. 2.15.La comunicación con los hijos 2.16.Compartir lo conseguido - Técnica Grupal: "Carta a mis hijos" (ver anexo 10) - En la siguiente sesión, comentar la experiencia con los padres: si lo realizaron o no, qué dificultades tuvieron y cómo podrían superarlas	* Carteles * Ilustraciones * Hojas de papel en blanco * Lápices	- FRANCO, Gloria Elena. " <u>LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA</u> ". Ediciones Palabra, S.A. Madrid, 2001.
9 NA. SESIÓN	2.17. Contar con el factor tiempo 2.18.La verdad por delante 2.18.1.Comunicación con sinceridad 2.19.Importancia de la comunicación con los hijos - Técnica Grupal: "Lío familiar" (ver anexo 11) - Enlistar que aspectos se deben promover, reforzar o eliminar en los procesos comunicativos con los adolescentes	* Carteles * Pizarrón * Gises * Tarjetas con un mensaje	-FERRER, Eusebio. " <u>EXIGIR PARA EDUCAR</u> ". 9na. Edición. Edit. Palabra S.A. Madrid, 1999.

## OBJETIVO GENERAL

Que los padres conozcan los momentos por los cuales pasan sus hijos adolescentes.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Que los padres se sensibilicen frente a los cambios que sus hijos van adquiriendo.
- Enlistar la diferencia entre adolescencia y pubertad.
- Reflexionar sobre los distintos momentos que pasa el adolescente.

SESIÓN	TEMARIO Y ACTIVIDADES	RECURSOS DIDACTICOS	BIBLIOGRAFÍA
10 MA. SESIÓN	3. LA ADOLESCENCIA 3.1. Definición de adolescencia 3.2. Adolescencia y Pubertad -Película: "Pubertad" (ver anexo No. 12) 3.5. Los padres y los hijos adolescentes 3.6. Conducta del adolescente	* Rotafolios o láminas * Pizarrón * Gises *Sala audiovisual *Video en VHS o BETA	-BOWEN, Murria. <u>La adolescencia</u> . Edit. Paidós, 1979. Pp. 214-285.
11 RA. SESIÓN	3.7. Noviazgo 3.8. Presión social 3.9. Los amigos del adolescente 3.10. Los medios de comunicación y el adolescente - Hacer un recuento de quiénes y cómo eran los amigos de los padres cuando estos eran adolescente, cuáles eran sus gustos, preferencias y formas de comunicarse de esa manera sensibilizar a los padres e la importancia de la comunicación con sus hijos a partir de sus semejanzas y diferencias con ellos.	* Ilustraciones * Rotafolios * Posters * Pizarrón * Gises	- AGUIRRE Baztán, Ángel. <u>"PSICOLOGÍA DE LA ADOLESCENCIA"</u> . Edit. Maracambo. Barcelona España, 1994.

### OBJETIVO GENERAL

Fomentar la información y la comunicación entre padres e hijos acerca del embarazo.

### OBJETIVO ESPECÍFICO

- Enlistar los factores que propician un embarazo.

SESIÓN	TEMARIO Y ACTIVIDADES	RECURSOS DIDACTICOS	BIBLIOGRAFÍA
12 DA. SESIÓN	5. EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA 5.1. Causas del embarazo en la adolescencia - Película: "Sueño o realidad" (ver anexo No. 13)	*Power point * Sala audiovisual * Video VHS o BETA * Pizarrón * Gises * Hojas formateadas	-PICK, Susan/ Givaudan, Martha. "Embarazo no deseado". Edit. Porrúa/CONAPO. México, 1994.

## OBJETIVO GENERAL

Fomentar la participación de los padres de familia en la prevención de consumo de drogas mediante la comunicación abierta y sincera con los hijos.

## OBJETIVO ESPECÍFICO

- Reflexionar sobre la importancia de la comunicación como un elemento en la prevención de adicciones.

SESIÓN	TEMARIO Y ACTIVIDADES	RECURSOS DIDACTICOS	BIBLIOGRAFÍA
13RA. SESIÓN	7. DROGADICCIÓN 7.1. ¿Qué es una droga? - Técnica Grupal: "Póster, lámina o afiche" (ver anexo 14) 7.2. Clasificación de las drogas: "legales e ilegales"	* Power point * Revistas * Cartulinas * Tijeras * Pegamento * Plumones * Periódico * Diurex	-KALINA, Eduardo. "Adolescencia y drogas". Edit. Nueva Visión. Buenos Aires, 1998. - MATERAZZI, Miguel Ángel. "Drogadependencia". Edit. Paidós. Buenos Aires, 1984.
14TA. SESIÓN	7.4. Causas que origina el consumo de drogas - Película: "Ditirambo Farfulla" (ver anexo 15) - Comentar medidas de prevención para que los hijos adquieran una actitud crítica frente a lo que pueden ver en los medios de comunicación y de esa forma propiciar un acercamiento comunicativo entre padres e hijos. - Comentar que la próxima sesión será la última	* Power point * Sala audiovisual * Video VHS o BETA	-KALINA, Eduardo. "Adolescencia y drogas". Edit. Nueva Visión. Buenos Aires, 1998. - MATERAZZI, Miguel Ángel. "Drogadependencia". Edit. Paidós. Buenos Aires, 1984.

## 15 TA. SESIÓN

### FINALMENTE: “CIERRE DE LAS SESIONES”

- Se transmite una última película: “Saxofón” (ver anexo No. 16)
- Posteriormente se hacen comentarios de la película y se relaciona con la importancia de mantenerse comunicados los padres con los hijos.
- Se recuerda que es la última sesión y se agradece de antemano la participación de los asistentes
- Se les entrega un formato a los padres de familia con algunas sugerencias sobre cómo tratar a sus hijos así como se les propone una bibliografía para adquirir. (ver anexo No. 17)
- Se les entrega un formato a los asistentes para que evalúen el taller (ver anexo 18). Se pretende que los padres de familia evalúen el taller en cuanto a lo aprendido y al desarrollo de cada una de las sesiones. Para poder evaluar el trabajo realizado en el taller, los padres de familia tendrán que considerar:
  - Los temas que fueron abordados y que corresponden a su interés.
  - El ritmo de trabajo,
  - Así como su propia participación.
  - Sugerencias que quieran aportar para el mejoramiento del taller.
- Se hace una última Técnica Grupal: “Hasta luego” (ver anexo No. 19)
- Finalmente se hace el cierre de las sesiones:
  - Enlistando los aspectos más importantes del taller.
  - Reflexionando sobre “la importancia que tiene la comunicación en la familia durante la adolescencia”.
  - Y las vivencias que resultaron del taller.
- Se agradece la asistencia al taller

\* La temática del taller, que se propone, así como las actividades que se llevarán a cabo durante éste, son organizadas de esta forma, para llevar una secuencia lógica del contenido y de esa forma se pueda entender qué y en qué momento se va a trabajar con la bibliografía descrita.

\* Se trata de orientar a los padres y de trabajar con ellos con un orden para que ellos mismos puedan entender “La importancia que tiene la comunicación en la familia durante la adolescencia”, es por ello que el contenido que se verá en el taller es ordenado por temas y estos obedecen a un tiempo y orden que ya está preestablecido.

\*Las películas que se proponen en algunas de las sesiones se pueden adquirir o consultar en:

“Fundación Mexicana para la Planeación Familiar, A.C.”

Con domicilio en: Juárez 208, Tlalpan. C.P. 14000. México, D.F.

## CONCLUSIONES

Dada la gran importancia que tiene la comunicación en la familia, se han elaborado diversos materiales de apoyo para los padres, que contribuyan al bienestar de los integrantes de una familia.

No obstante, resulta de gran importancia reconocer la autonomía de los hijos y la necesidad de adquirir su propia identidad. Por lo tanto es necesario mantener orientados a los padres acerca de cómo se puede propiciar la comunicación dentro del núcleo familiar y así acercarse más íntimamente con los hijos, siempre tratando de respetar los roles de cada uno de los integrantes y de esa manera brindar alternativas para mejorar la dinámica familiar promoviendo de tal forma una comunicación más abierta y sincera entre padres e hijos.

Como ya se ha mencionado, la adolescencia es un período muy importante en la vida del ser humano, puesto que es en ese momento, donde se identifican cambios físicos, psicológicos y sociales. Y se hace, aun mas necesaria la comunicación abierta y sincera entre padres de hijos, para que la familia pueda desenvolverse en un ambiente atrayente y de esa manera los hijos se sientan con deseos de permanecer a ella. En la familia siempre encontraremos pros y contras, pero se debe tratar de promover contacto y solidaridad con cada uno de los integrantes.

Por tal motivo resulta importante abrir mas espacios en donde los padres de familia puedan reflexionar con otras personas (especialistas, maestros, orientadores e incluso con otros padres de familia, etc.) respecto a la educación de los hijos, puesto que ya dijo alguien por ahí, “nadie nace sabiendo ser padre”, y tiene mucha razón, principalmente cuando se es padre o madre por primera vez.

En distintas ocasiones se ha podido escuchar, a diversas personas decir: “es que es muy rebelde”, “déjalo esta en la pubertad”, “con un adolescente no se puede” y tantas otras expresiones que demuestran; por un lado, el desinterés por tratar de entenderlos y por el otro, la urgencia de crear conciencia del momento por el cual pasa el adolescente. La familia es el lugar en donde se adquieren las primeras enseñanzas y es el espacio primario en donde se pueden albergar distintas emociones, estas pueden ser tanto positivas como negativas por lo que los padres deben estar atentos a lo que comunican a sus hijos tanto en lo verbal y no verbal.

Por su lado, el adolescente se puede encontrar en momentos de irritación, tensión, desconsuelo o susceptible e incluso pasa por un estado emocional cambiante, por lo que los adultos pudieran calificarlo de caprichoso, mal criado o voluble. Pero ésto debe entenderse principalmente porque se

trata de un ser humano y aunado a ésto, pasa por los diversos cambios que se viven en la adolescencia.

La propuesta del taller tiene que ver a su vez, con proporcionarle a los padres confianza y seguridad para trabajar en equipos, y aunque padres, para expresar sus ideas, dudas, sentimientos e inquietudes con respecto a la educación y orientación de sus hijos y ésto de como resultado, también, mejores relaciones interpersonales, no sólo con los hijos, sino también con los demás.

Recordemos que aunque se trate de personas adultas, que pareciera o creyeran que “ya no hay nada por aprender” o que “ya no están para eso”, siempre y a cada momento de la vida se pueden adquirir nuevos conocimientos y herramientas para ser mejores personas y ésto a su vez, forme parte de su papel como padre o madre de familia.

La temática propuesta en el taller tiene como finalidad la reflexión de los padres de familia sobre cómo están educando a su hijo o hijos y qué elementos hacen falta que se propicien en la familia; como lo es la comunicación, información y empatía.

Y aunque se trata de los hijos, no se debe olvidar o hacer a un lado que se trata de personas con necesidad de autonomía y que están en la búsqueda de su identidad, por lo que los padres de familia deben contribuir, de manera positiva, en este proceso, que en muchas ocasiones resulta difícil o confuso para el adolescente.

Por lo tanto se consideran importantes y apropiados los temas, para cumplir con la finalidad de orientar a los padres.

De tal manera se cree necesario promover el desarrollo tanto de los hijos como de los padres, puesto que a medida que los hijos van cambiando los padres también deben buscar nuevas, y adecuadas, alternativas para acercarse a sus hijos y de esa forma conocer qué les pasa, qué les gusta o disgusta.

No se trata de que en todo momento los padres repriman o no, castiguen o no, digan qué se hace o qué se deja de hacer; se busca que los padres orienten, informen, dialoguen con sus hijos sobre diversos temas, y lo principal, que los hijos tengan la suficiente confianza y tranquilidad de acercarse a sus padres, para así poder hacerles preguntas, de platicarles, de sugerirles, en fin, de tratar cualquier asunto y de esa forma evitar que caigan con malas compañías que propicien actitudes negativas o que hagan caso de equívocos

consejos.

La necesidad de ser escuchados, comprendidos y atendidos, esta muy presente en el adolescente, por lo que los padres deben conocer a su hijo, para saber de qué forma llegarles y aconsejarles u orientarles.

El ser padres no es tarea fácil, requiere entre otras cosas, de paciencia y perseverancia, pero sobre todo de una abertura al diálogo en donde, tanto padres como hijos, puedan externar sus ideas y sentimientos y a su vez exista la tolerancia de ambas partes para poder entenderse mejor y contribuir al bienestar común. Es por ello la necesidad de proponer este taller y de haber seleccionado la temática que lo envuelve.

## BIBLIOGRAFÍA

AGUIRRE Baztán, Ángel. “PSICOLOGÍA DE LA ADOLESCENCIA”. Edit. Maracambo. Barcelona España, 1994.

ANDER – EGG, Ezequiel. “EL TALLER: UNA ALTERNATIVA DE RENOVACIÓN PEDAGÓGICA”. Edit. Mabel. Argentina, 1999.

BIANCHI, Ariel E. “PSICOLOGÍA DE LA ADOLESCENCIA”. Ediciones Troquel. Argentina 1986.

BRONFMAN, Mario. “COMO SE VIVE SE MUERE”. UNAM, Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias. Cuernavaca Morelos, México, 2003.

CAPARRÓS, Nicolás. “CRISIS DE LA FAMILIA: REVOLUCIÓN DEL VIVIR”. Edit. Fundamentos. Madrid, 1981.

COLEMAN, J. C. “PSICOLOGÍA DE LA ADOLESCENCIA”. Ediciones Morata. Madrid, 1994.

CONAPO. “Manual de la familia”. Editado por el Consejo Nacional de Población. México, 1985.

DALLOS, Rubí. “SISTEMA DE CREENCIAS FAMILIARES”. Edit. Paidós. Barcelona, 1996.

DICCIONARIO DE PEDAGOGÍA. Ediciones Akal, S.A.. Madrid España, 2001.

E.J. Anthony y T. Benedek, compiladores. “PARENTALIDAD”. Amorrortu Editores. Buenos Aires, 1983.

FRANCO, Gloria Elena. “LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA”. Ediciones Palabra, S.A. Madrid, 2001.

Fundación Vamos México. “GUÍA DE PADRES” 13 A 15 AÑOS. Edit. Infantil y Educación, S.A. de C.V. Tomo 3. México, 2004.

GIMENO, Adelina. “LA FAMILIA: EL DESAFIO A LA DIVERSIDAD”. Edit. Ariel, S.A. Barcelona, 1999.

INEGI. “LAS FAMILIAS MEXICANAS”. 1ra. Edición. Febrero, 1998.

KAPLÚN, Mario. “UNA PEDAGOGÍA DE LA COMUNICACIÓN”. Ediciones de la Torre. Madrid, 1998.

MELENDO, Maite. “COMUNICACIÓN E INTEGRACIÓN PERSONAL”. Edit. Sal Térrea Santander. España, 1985.

MÉNDEZ Ortiz, M. A. “RELACIONES INTERPERSONALES EN LA FAMILIA”. UPN, Fomento Editorial. México, 2005.

MUSITU, Gonzalo. “LA FAMILIA Y LA EDUCACIÓN”. Edit. Octaedro. España, 2001.

PETIT, Catherine. “EL DIÁLOGO ENTRE PADRES E HIJOS”. Ediciones Martínez Roca, S.A. España, 1986.

PICK, Susan. “PLANEANDO TU VIDA”. Grupo Editorial Planeta. México, 2002.

RIBEIRO Ferreira, Manuel. “FAMILIA Y POLÍTICA SOCIAL”. Grupo Editorial Lumen, Argentina, 2000.

RIPOL – MILLET, Aleix. “FAMILIAS, TRABAJO SOCIAL Y MEDIACIÓN”. Edit. Paidós. Ba, 2001.

ROBERTIELLO, Richard C. “ABRÁZALOS ESTRECHAMENTE Y DESPUÉS ... DEJALOS IR”. Edit. Diana, México, 1994.

ROCHEBLAUE – SPENLÉ. “EL ADOLESCENTE Y SU MUNDO”. Edit. Herder. Barcelona, 1989.

# ANNEXOS

C U E S T I O N A R I O

Este cuestionario tiene la finalidad de recabar información que sirva para sugerir temas para la realización de un taller dirigido a los padres de familia con hijos adolescentes. Sus respuestas serán totalmente confidenciales por lo que se le agradece, de antemano, que sea totalmente honesto.

**INSTRUCCIONES:** De acuerdo con lo que vive a diario en casa, subraye o conteste según sea el caso, por favor.

SEXO:            ESTADO CIVIL:                            OCUPACIÓN ACTUAL:

1. ¿CON QUIÉN VIVEN ACTUALMENTE SUS HIJOS?

- a) CON AMBOS PADRES
- b) SOLO CON LA MAMÁ
- c) SOLO CON EL PAPÁ
- d) CON AMBOS PADRES Y OTROS PARIENTES

2. ¿CUÁNTOS HIJOS TIENE?

3. ¿CUÁNTOS DE ELLOS ASISTEN A LA SECUNDARÍA?

4. ¿CONOCE CUÁL ES EL PASATIEMPO FAVORITO DE SUS HIJOS?

- a) SI
- b) NO

5. ¿CONOCE QUIÉNES SON LOS AMIGOS DE SUS HIJOS?  
(POR EJEMPLO, COMO SE LLAMAN, DONDE VIVEN, COMO SE COMPORTAN, ETC.)

- a) SI
- b) NO
- c) SOLO A ALGUNOS

6. ¿QUIÉN ASIGNA LOS PERMISOS A LOS HIJOS?

- a) LA MAMÁ
- b) EL PAPÁ
- c) AMBOS PADRES

7. ¿CÓMO SE ASIGNAN LOS PERMISOS A LOS HIJOS?

- a) DEPENDIENDO SU COMPORTAMIENTO
- b) LOS PADRES LLEGAN A UN ACUERDO CON LOS HIJOS

8. ¿CUÁNTO TIEMPO DEDICA A ACTIVIDADES RECREATIVAS CON SUS HIJOS?

- a) 30 MINUTOS A 2 HORAS DIARIAS APROXIMADAMENTE
- b) LOS FINES DE SEMANA
- c) NO TENGO TIEMPO

9. ¿QUÉ LUGARES FRECUENTA CON SUS HIJOS?

- a) LA CASA DE LOS FAMILIARES
- b) LA IGLESIA
- c) CENTROS RECREATIVOS Y DE DIVERSIÓN
- d) CASI NO SALIMOS

10. EN CASA, ¿QUIÉN DECIDE A QUE LUGAR IR?

- a) LA MAMÁ, LA MAYORÍA DE LAS VECES
- b) EL PAPÁ, LA MAYORÍA DE LAS VECES
- c) PADRES E HIJOS

11. ¿CUÁNTO TIEMPO DEDICA A VER LA TELEVISIÓN?

- a) 30 MINUTOS A 2 HORAS APROXIMADAMENTE
- b) 2 A 3 HORAS SPRÓXIMADAMENTE
- c) 3 O MÁS

12. ¿SUBRAYE EL INCISO QUE MÁS SE ACERQUE A SU PROPIA DEFINICIÓN DE COMUNICACIÓN?

- a) ES LA MANERA EN LA QUE NOS CONDUCTIMOS EN LA VIDA Y NOS EDUCAN LO CUAL TIENE QUE VER CON LO QUE SOMOS Y PENSAMOS. LA COMUNICACIÓN ENTONCES NOS SERVIRÁ PARA BUSCAR NUESTRO BIENESTAR FÍSICO.
- b) ES EL DAR Y RECIBIR INFORMACIÓN; CUANDO SE ES CAPAZ DE DECIR LO QUE SE PIENSA Y SIENTE, PERO A SU VEZ SE ES CAPAZ DE ESCUCHAR LO QUE EL OTRO TIENE QUE DECIR. LA COMUNICACIÓN ES UNA NECESIDAD CON LA CUAL NACE EL SER HUMANO.

13. ¿CONSIDERA QUE ES IMPORTANTE LA COMUNICACIÓN DENTRO DE LA FAMILIA?

- a) SÍ, PARA PODER CONOCER LO QUE LOS HIJOS PIENSAN Y SIENTEN Y DE ESA FORMA PODERLOS ORIENTAR.
- b) NO, PUESTO QUE NO ALCANZA EL TIEMPO PARA ELLO; YA SEA POR EL TRABAJO O LOS QUEHACERES DEL HOGAR

**!!!! GRACIAS POR SU COOPERACIÓN !!!!**

## LA TELARAÑA

### OBJETIVOS:

Que los padres de familia rompan la tensión inicial conociendo a los integrantes del grupo.

Que los padres de familia interactúen en grupo

### DURACIÓN:

20 minutos.

### MATERIAL:

Una bola de estambre.

### DESARROLLO

- Indicar al grupo que realizarán una actividad de integración con el fin de que se conozcan, ya que convivirán durante varios días.
- Advertir a los participantes que estén atentos a los datos de sus compañeros pues el ejercicio es de memorización.
- Pedir a los participantes que se coloquen de pie formando un círculo.
- El coordinador inicia el ejercicio tomando la punta visible del estambre y se presenta ante el grupo diciendo su nombre, su ocupación y su interés por participar en el curso.
- Al terminar su presentación, lanza la bola de estambre a otro compañero quien a su vez deberá presentarse de igual manera y sostendrá el estambre por un punto antes de lanzar la bola nuevamente.
- Esta secuencia se repite hasta que todos los participantes queden enlazados en una especie de telaraña.
- Una vez que todos se han presentado, el (la) último (a) padre de familia que habló debe regresar la bola de estambre al que se la envió, repitiendo los datos expuestos por dicho compañero, quien a su vez deberá repetir los datos de quien los precedió. Este procedimiento se continúa en sentido inverso al que se inició, de manera que la bola de estambre se vaya rehaciendo nuevamente y termine en las manos de quien inició el juego, esto es, el coordinador.
- Cerrar el ejercicio permitiendo que los participantes comenten sus experiencias sobre la dinámica grupal.
- Si los integrantes del grupo ya se conocen de tiempo atrás, pedir que den una información diferente de su nombre.

## ANEXO 3

### CANASTA DE FRUTAS

#### OBJETIVOS:

Romper la tensión inicial propiciando la interacción en el grupo.

Propiciar el conocimiento entre los participantes.

#### DURACIÓN:

30 minutos.

#### MATERIAL:

Sillas movibles. Se requiere suficiente espacio para poder moverse.

#### DESARROLLO

- Indicar al grupo que realizarán otra actividad de integración con el fin de que se conozcan, ya que convivirán por varios días.
- Pedir a los participantes que formen un círculo con las sillas y asegurarse de que halla una silla menos que el número de participantes, incluyendo al coordinador.
- Explicar que cada persona tendrá el nombre de una fruta. Si hay 15 participantes habrá tres frutas; con 20, cuatro frutas, y así sucesivamente, de tal manera que cinco participantes tendrán el nombre de la misma fruta.
- El coordinador dará el nombre de una fruta a cada participante de manera alternada, asignándose a sí mismo una fruta. Cuidar que no queden juntas las personas que tengan asignados los mismos nombres.
- El coordinador se ubicará en medio del círculo y dirá en voz alta el nombre de una fruta. En ese momento, todas las personas que tengan el nombre de esa fruta cambiarán de lugar. Pero si se dice "canasta de frutas", todos los participantes cambiarán de lugar y el coordinador se integrará, quedando una persona sin silla cada vez que se de un cambio.
- Explicar que la persona que se quede sin silla pasará al centro del círculo y gritará el nombre de la fruta que quiera o "canasta de frutas".
- Suspender el ejercicio cuando el grupo se muestre disperso. Comentar la experiencia grupal.

**PELÍCULA: “BARRIO DE LA CRUZ”**

IDIOMA: Español

DURACIÓN: 22 minutos

FORMATO: Película de ficción en 16 mm/color  
Video en VHS o BETA

SINOPSIS: Una motivación para mejorar la comunicación en pareja a partir de la confrontación de situaciones. Al vivir de las apariencias, las parejas quedan atrapadas en la cotidianidad, la lejanía y la agresión y buscan salidas evasivas que hacen más difícil encontrar caminos para apoyarse y expresar su amor.

**PELÍCULA: “LOS SIETE MOMENTOS MÁS DIFÍCILES  
EN LA VIDA DE UNA PAREJA”**

FORMATO: Video en VHS o BETA

SINOPSIS: Los personajes de este audiovisual son representados por ingeniosos dibujos cómicos, que muestran las diferentes etapas del ciclo de vida de una pareja, así como la importancia de la adaptación y la negociación en sus momentos difíciles.

## HABLA MI YO

### OBJETIVO:

Aprender a hablar en primera persona, usando la palabra “yo”. Asumir la responsabilidad de nuestros actos usando la palabra “yo”. Aprender a expresar los deseos, sentimientos y pensamientos propios usando la palabra “yo”.

### DURACIÓN:

40 minutos.

### MATERIAL:

Canasta, bolsa, caja o cualquier recipiente cóncavo donde poner papeles; pizarrón, gises. Frases con peticiones vagas escritas en papeles que se habrán recortado y doblado con anterioridad.

(Ver sección de apoyo didáctico, anexo No. 7)

### DESARROLLO

- Exponer el objetivo del ejercicio y la importancia de aprender a hablar con seguridad y responsabilidad.
- Pedir al grupo que se divida en dos equipos y se asignen los nombres que deseen. Escribir los nombres en el pizarrón.
- Exponer las reglas del juego: 1) un padre de familia de cada equipo, alternadamente, pasará al frente a sacar un papel de la canasta (caja o bolsa), que contiene una frase escrita de manera vaga. La tarea consiste en decir la frase en voz alta ante todo el grupo usando el pronombre yo. 2) El coordinador será el juez que determine si la forma en que se cambió la frase de vaga o específica usando la palabra “yo” es correcta. 3) En caso de que la evaluación del coordinador sea positiva se tendrá derecho a poner un punto en el pizarrón. 4) El equipo que tenga más puntos será el ganador. Continuar con esta actividad hasta que se acaben las frases o el tiempo lo permita.
- Premiar con un fuerte aplauso al equipo ganador.
- Cerrar el ejercicio resaltando la importancia de aprender a hablar expresando nuestros verdaderos sentimientos y deseos.

**APOYO DIDÁCTICO  
HABLA MI YO**

**FRASES VAGAS**

Es posible que si estoy de humor vaya contigo a la fiesta.

Creo que la familia pequeña vive mejor.

Muchas personas me dicen que soy guapa pero no sé si lo soy.

Como que quiero comprar el vestido que vi en el mercado.

He pensado en la posibilidad de que algún día tú y yo nos vayamos de vacaciones.

Como que tu amiga Ana no me parece buena compañía.

Estoy confundido acerca de si aceptar o no el regalo.

He pensado que si tienes detalles conmigo probablemente iría mejor la relación.

Tal vez si me quisieras no serías tan agresiva.

Ya sé que no te importo.

**FRASES CLARAS**

Yo no quiero ir a la fiesta contigo.

Yo solo quiero tener dos hijos.

Quiero saber tu opinión acerca de mi apariencia física.

Quiero el vestido que vi en el mercado.

Yo quiero irme de vacaciones contigo.

Yo no creo que tu amiga Ana sea una buena compañía.

Yo no puedo aceptar ese regalo, muchas gracias.

Yo quiero que tengas detalles conmigo.

Yo necesito que ya no seas agresiva conmigo.

Yo quiero que me digas lo que sientes por mí.

## **SIN PALABRAS**

**OBJETIVO:**

Practicar la comunicación no verbal.

**DURACIÓN:**

30 minutos

**DESARROLLO**

- Dividir al grupo en parejas.
- Pedir que cada miembro de la pareja se asigne la letra A o la B.
- Pedir que A le comunique a B realizó el día anterior sin emplear palabra alguna, sólo gestos pero tratando de que no se convierta en mímica. Se dará 2 minutos aproximadamente para esta representación.
- Transcurridos los 2 minutos B le comunicará a A lo que realizó el día anterior, solamente con gestos. Dar 2 minutos aproximadamente para la representación.
- Después A y B confirmarán entre ambos los mensajes recibidos y transmitidos.
- Cerrar el ejercicio comentando la importancia de la comunicación no verbal.

## EL ESPEJO DE LA VERDAD

### OBJETIVO:

Observar la imagen que los miembros del sexo complementario tienen de nosotros y confortar esta con la que tenemos de nosotros mismos. Conocer la interpretación que los otros hacen de nuestros gestos y posturas socialmente aprendidas. Identificando los sentimientos y características personales que se utilizan en el chantaje emocional.

### DURACIÓN:

40 min

### DESARROLLO:

- Comentar acerca de los papeles sociales diferentes para el hombre y la mujer y de las dificultades que implica el actuar menos estereotipadamente.
- Pedir al grupo que se divida en dos: una de hombres y otra de mujeres.
- Comentar que van a cambiar funciones y que los hombres actuaran como mujeres y las mujeres como hombres para tratar de convencer unos a otros de llevar a cabo algo que saben que el otro no quiere hacer. Un ejemplo puede ser una conquista o seducción o una reunión de solo hombres o una de solo mujeres.
- Dar diez minutos para que se pongan de acuerdo y preparen una situación concreta que no dure mas de diez minutos. Pueden elegir representantes para la actuación o hacerlo en grupo.
- Realizar cada una de las presentaciones de los dos grupos. Los hombres seran el auditorio de las mujeres y las mujeres el publico de los hombres.
- Analizar con el grupo:
  - ¿Cómo se sintieron representando al otro sexo?
  - ¿Qué diferencias de percepción hay entre la forma como nos representa el otro sexo y la forma en la que nos consideramos a nosotros mismos?

## EL BAILE

### OBJETIVO:

Propiciar la reflexión acerca de los elementos que se usan en la búsqueda del otro, el papel del contacto visual y físico.

### DURACIÓN:

15 min

### MATERIALES:

Casete musical, grabadora o radio.

### DESARROLLO:

- El coordinador pedirá al grupo que se ponga de pie, que cada quien elija una pareja para bailar (usando comunicación verbal y no verbal) y pase al frente a formar dos círculos. En el círculo interno se coloca uno de los miembros de la pareja y en el círculo externo el otro.
- Colocarse frente a frente las parejas para que se reconozcan y luego pedir que se volteen, dándose la espalda cada miembro de la pareja con respecto al otro.
- Poner la música y pedir que giren las dos ruedas, llevando direcciones opuestas: la rueda interna de acuerdo con las manecillas del reloj y el círculo externo en sentido contrario.
- Indicar que cada vez que la música pare cada quien tendrá que buscar a su pareja, tomarla de las manos y sentarse ambos en cuclillas; la última pareja que lo logre perderá y no continuara en el baile.
- Continuar el ejercicio iniciando de nuevo la música y deteniéndola inesperadamente eliminando las parejas que se agachan al final hasta llegar a tener a una sola pareja, a la cual se le dará un aplauso o dulces como premio.
- Reunir al grupo y hacer las preguntas siguientes, comentándolas
  - ¿En que se basaron para elegir a su pareja de baile?
  - ¿qué sentimiento les dejó el contacto visual y físico durante el baile?
  - ¿qué uso se hizo en la comunicación verbal y no verbal y que implicaciones se derivan?

## **CARTA A MIS HIJOS**

**OBJETIVO:**

Facilitar la comunicación entre los adolescentes y sus padres

**DURACIÓN:**

15 minutos.

**MATERIAL:**

Hojas de papel en blanco, lápices o plumas

**DESARROLLO:**

- solicitar a los padres que escriban una carta dirigida a su hijo adolescente. En ésta comentarán algún aspecto del que no han podido hablar con él y del cuál les gustaría hablar.
- Preguntar si algún voluntario quisiera leer su carta al grupo. Si nadie quiere leerla, pedir que comenten su experiencia: los que la escribieron cómo se sintieron y los que no lo hicieron que expongan sus razones.
- Sugerir como actividad en casa que entreguen la carta a su destinatario considerando las posibles consecuencias de ello (ver actividad en casa).

## **ACTIVIDAD EN CASA**

### **PRIMERA**

#### **OBJETIVO:**

Favorecer la comunicación entre padres e hijos

#### **INSTRUCCIONES:**

- Pedir a los padres que entreguen la carta que escribieron a quien se la hayan dirigido
- Comentar que el propósito de la carta es que ellos (los padres) se sientan en confianza total para dirigirse a sus hijos
- No olvidar que ésta es una sugerencia. Algunos padres no estarán preparados para afrontar la reacción de su hijo adolescente o se sentirán incómodos por lo que no hay que presionarlos, solo hay que alentarlos a abrir el camino.

#### **EVALUACIÓN:**

\* En la siguiente sesión, comentar la experiencia con los padres: si la realizaron o no, qué dificultades tuvieron y cómo podrían superarlas

## LÍO FAMILIAR

### OBJETIVO:

Identificar las formas de distorsión de la comunicación familiar

### DURACIÓN:

15 minutos

### MATERIAL:

Pizarrón y gis

Tarjeta con el mensaje: "Fíjate que Carlos y Javier se pelearon con Roberto porque éste no les devolvió el dinero que le habían dado a guardar, pues me lo prestó para rescatar el reloj de mi papá que había empeñado con Jesús"

### DESARROLLO:

- Pedir 5 voluntarios a los cuales se les asignarán los papeles de papá, mamá, tío, hermano (a) y adolescente, y quienes saldrán del salón, con excepción del adolescente
- El coordinador lee en privado el mensaje al adolescente y le pide al tío que entre al salón
- El adolescente debe decirle al tío el mensaje que le dio el coordinador
- El coordinador pide al hermano (a) que entre al salón y el tío le transite el mensaje que recibió del adolescente
- El coordinador pide a la mamá que entre y el hermano (a) le da el mensaje que recibió del tío
- El educador pide al papá que entre al salón y la mamá le da el mensaje que recibió del hermano (a)
- El padre finalmente escribirá en el pizarrón el mensaje que recibió de la madre
- El coordinador escribirá el mensaje original y compararán ambos mensajes
- Propiciar la discusión alrededor de la comunicación en la familia y la distorsión del mensaje, analizando las respuestas de las diferentes personas ante el mensaje
- Cerrar el ejercicio comentando la importancia de confirmar la información que se recibe para no provocar confusiones en la comunicación

**PELÍCULA: “PUBERTAD”**

DURACIÓN: 14 minutos

FORMATO: Audiovisual  
Video en VHS o BETA

SINOPSIS: Las transformaciones que el adolescente vive durante la pubertad son tratados en este audiovisual en el cual, mediante una platica, un médico va despejando las dudas de un grupo de jóvenes con respecto a los cambios físicos, biológicos y psíquicos que están experimentando.

La comprensión de estos cambios resulta un elemento fundamental para los adolescentes, así como también para los adultos, ya que en la medida en que sean entendidos estos, podrán evitarse algunas actitudes y conceptos erróneos provocados por la falta de adecuada información.

**PELÍCULA: “SUEÑO O REALIDAD”**

IDIOMA: Español e inglés

DURACIÓN: 19 minutos.

FORMATO: Video en VHS o BETA.

SINOPSIS: Película producida con la participación de la comunidad. Mediante un sueño se relata la historia de una adolescente que se embaraza; muestra las consecuencias sociales, psicológicas y físicas a las que se enfrenta.

## PÓSTER, LÁMINA O AFICHE

### OBJETIVO:

Presentar en forma simbólica las opiniones y representaciones que los adolescentes tienen en relación con el tipo de drogas.

### DURACIÓN:

45 minutos.

### MATERIAL:

Revistas, cartulinas, tijeras, pegamento, plumones, Periódicos, Diurex.

### DESARROLLO

- El coordinador introducirá el ejercicio señalando que actualmente el uso de drogas es un problema social y que las personas sostienen diversas opiniones en relación con las causas que lo originan. Algunas opiniones contienen imágenes o estereotipos erróneos sobre el problema y más que promover una solución han contribuido a hacerlo más difícil.
- A continuación se pedirá al grupo que se organice en subgrupos de 4 participantes y se explicará que la finalidad del ejercicio consiste en seleccionar imágenes que reflejan las opiniones que tienen en relación con los tipos de drogas.
- Una vez seleccionadas las imágenes, se divide la cartulina en dos. En la primera división se pegan las imágenes que reflejen las opiniones relacionados con las “drogas legales” y en la segunda, “las drogas ilegales”.
- Cuando los participantes hayan elaborado el póster, lo pondrán a la vista de todos, ya sea en el pizarrón o en las paredes, y explicarán a los demás subgrupos el significado de las imágenes elegidas. Terminando la explicación de cada uno de los trabajos, se abrirá el debate en relación con dudas, comentarios y desacuerdos.
- Al finalizar, el coordinador tomará los aspectos más significativos de la discusión para realizar una síntesis del tema.

**PELÍCULA: “DITIRAMBO FARFULLA”**

**DURACIÓN:**  
18 minutos

**FORMATO:** Video en VHS o BETA

**SINOPSIS:** En caricaturas se describen las actitudes, los problemas psicológicos sociales de un aficionado a beber, Ditirambo Farfulla, quien al no querer superar el problema y después de pasar por las cuatro etapas del alcoholismo, muere.

**PELÍCULA: “SAXOFÓN”**

**IDIOMA:** Español y doblada al inglés

**DURACIÓN:** 20 minutos

**FORMATO:** Película de ficción en 16 mm/color  
Video en VHS o BETA

**SINOPSIS:** El objetivo de esta película es recuperar el acercamiento afectivo entre padres e hijos. Confronta los conflictos de identidad masculina y de afirmación social en la adolescencia y la edad mediana, así como las diferentes perspectivas de vida que dificultan seriamente la comunicación.

La siguiente lista, tiene como objetivo propiciar el acercamiento entre padres e hijos. Usted sabrá cómo y en qué momento le pueden ayudar, esto dependerá de las características de cada uno de los hijos, por lo que esta lista da solamente sugerencias.

- ◆ Para fortalecer la seguridad de su hijo, exprésele su cariño y aceptación
- ◆ Mantenga una comunicación abierta sin inmiscuirnos en sus asuntos
- ◆ Acompañe y proporciónale la información que él requiere
- ◆ Permita la autonomía de su hijo
- ◆ No le ofrezca ayuda que no necesita
- ◆ Desarrolle una relación en la que sus hijos puedan confiar en usted
- ◆ Ante una crisis familiar es recomendable acudir a un profesional
- ◆ Disfrute conocer mejor a su hijo y compartir cosas nuevas
- ◆ Dialogue con sus hijos, no los interrogue
- ◆ No interfiera en los momentos en que su hijo prefiere estar solo
- ◆ No olvide decir a sus hijos “TE QUIERO”
- ◆ Sea cuidadoso con los comentarios que hace o deja de hacer con respecto a sus hijos
- ◆ Trate de ponerse en el lugar de su hijo
- ◆ Ayúdele a nombrar sus sentimientos
- ◆ No exagere sus expresiones como: pobre de ti, eres el mejor, tú todo lo puedes, etc.
- ◆ Escuche con interés y respeto lo que piensa o siente su hijo
- ◆ Propicie un ambiente de confianza que facilite la expresión de los sentimientos
- ◆ No interrogue a su hijo cuando esté alterado
- ◆ Busque el momento oportuno para resolver problemas
- ◆ Invite a sus hijos a encontrar juntos una solución
- ◆ Escuche, para que puedan surgir acuerdos
- ◆ Si expresa su gratitud, enseña a su hijo a apreciar y darse cuenta del afecto y solidaridad que lo rodea
- ◆ Considere el punto de vista, los sentimientos y las necesidades de su hijo
- ◆ Reconozca y agradezca la participación de su hijo en la solución de conflictos
- ◆ No revise las cosas de su hijo, puesto que resulta una falta de respeto
- ◆ Salga a pasear y juegue con su hijo
- ◆ El mundo de los amigos de los hijos y su ambiente familiar no tienen por qué estar aislados
- ◆ Es importante que conozca los amigos de su hijo
- ◆ Puede proponerle organizar reuniones informales para conocer a sus amigos
- ◆ Suele resultar molesto para su hijo que sus padres aparezcan desarreglados
- ◆ Favorezca las relaciones de su hijo con los amigos
- ◆ Refuerce la autoestima de su hijo lo más que pueda para que sea capaz

- de decir no
- ◆ Propicie una buena educación de la sexualidad de su hijo
  - ◆ La familia es el modelo fundamental para su hijo
  - ◆ Responda a las dudas de su hijo sin mentiras ni tabúes
  - ◆ Enseñe a su hijo a tomar decisiones responsables
  - ◆ Evite comentarios machistas
  - ◆ Llegue a acuerdos con su pareja en cuanto a la educación de su hijo
  - ◆ Utilizando de manera consciente y crítica la TV puede convertirse en un medio de unión
  - ◆ Revise los hábitos de su hijo para ver TV
  - ◆ Es importante enseñarle a su hijo a arreglar sus objetos personales
  - ◆ La cortesía es una forma de respeto y consideración hacia su hijo
  - ◆ Todos los miembros de la familia deben participar en los cuidados de la casa
  - ◆ Deje que su hijo ordene su tiempo y sus cosas
  - ◆ Busquen formas de hacer sentir bien a los demás
  - ◆ No haga distinciones entre hijo e hija
  - ◆ Enséñele con el ejemplo cómo ser ordenado, apóyelo y oriéntelo, pero respete su forma de organizarse
  - ◆ Los hábitos de higiene ayudan a su hijo a mantener una buena salud
  - ◆ Establezca hábitos de sueño
  - ◆ Sea firme en los límites que pone a su hijo
  - ◆ Proporcione a su hijo reconocimiento
  - ◆ Fomente diversas aficiones culturales
  - ◆ Averigüe que temas le interesan a su hijo y qué le gusta hacer
  - ◆ Los malos hábitos de estudio desmotivan a su hijo
  - ◆ Si detecta que su hijo tiene problemas de aprendizaje busque ayuda
  - ◆ Tome en cuenta y valore las características individuales de su hijo
  - ◆ Busque el espacio para que su hijo hable con usted
  - ◆ No trate a su hijo en público con expresiones que puedan avergonzarlo
  - ◆ Si su hijo a sido objeto de algún maltrato solicite ayuda inmediata
  - ◆ Ayude a su hijo a identificar sus talentos
  - ◆ Trate de leer más
  - ◆ No sobreproteja a su hijo haciendo parte de sus trabajos escolares
  - ◆ Escriba notas a su hijo para comunicar lo que no es fácil expresar verbalmente
  - ◆ Propicie un ambiente en el que se valore el deporte
  - ◆ Anime y acompañe a su hijo en la práctica de un deporte
  - ◆ Reconozca los logros de su hijo
  - ◆ No compare a su hijo con nadie
  - ◆ Permita a su hijo expresarse con libertad y respeto
  - ◆ Enséñele a apreciar la belleza en las cosas sencillas de su ambiente
  - ◆ Los reclamos de su hijo pueden ser un excelente oportunidad de aprendizaje personal
  - ◆ Entienda y acepte que su hijo entregue su afecto a otros
  - ◆ Propicie en su casa un ambiente de confianza y aceptación
  - ◆ Marque límites para que formule, su hijo, los reclamos de forma respetuosa
  - ◆ No enjuicie a su hijo ni lo amenace
  - ◆ No ponga etiquetas a su hijo

- ◆ Enséñele a su hijo que para tener plena libertad, debe aceptar las responsabilidades
- ◆ Según la madurez de su hijo, permita que aprenda a manejar su libertad
- ◆ No le ofrezca privilegios a su hijo simplemente porque cumple años
- ◆ No sobreproteja a su hijo
- ◆ Oriente y respételo en su proceso de elección
- ◆ Oriente a su hijo para que decida con prudencia y obtenga lo que desea
- ◆ Deje que viva las consecuencias naturales de sus actos
- ◆ Si no le resulta fácil controlar su agresión es urgente que busque la ayuda de un especialista
- ◆ No juzgue a sus hijos
- ◆ Actúen con firmeza aunque su hijo se enoje
- ◆ No tenga miedo de ejercer la autoridad
- ◆ Nunca maltrate a su hijo con humillaciones, amenazas y mucho menos golpes
- ◆ Si usted y su pareja tienen diferencias sobre la idea de disciplina, platíquenlo en privado
- ◆ Elija consecuencias proporcionales a lo que su hijo hizo
- ◆ No sea incongruente entre lo que hace y lo que dice
- ◆ Debe de estar atento a ciertas señales que podrían indicar un problema
- ◆ Aprecie y acepte a su hijo como una persona única y valiosa

FUENTE: Fundación Vamos México. "GUÍA DE PADRES". 2004.

#### BIBLIOGRAFÍA SUGERIDA:

- SASO, Esteve y Patt. "Los diez mejores regalos para su hijo adolescente". Edit. Panorama. México, 1999.
- SAVATER, Fernando. "Ética para Amador". Edit. Ariel. Barcelona, 1995.

## EVALUACIÓN DEL TALLER PARA PADRES DE FAMILIA

De acuerdo con lo aprendido y experimentado en el taller, conteste las siguientes preguntas.

FECHA:

SEXO:

1. ¿Qué temas fueron para usted de mayor interés?
2. ¿Qué sesión le gustó más y por qué?
3. Las actividades que se llevaron dentro de cada sesión, ¿le parecieron que ayudaron a entender el tema visto? ¿por qué?
4. ¿Cómo calificaría el desarrollo del taller?
5. ¿Cómo califica el desempeño del coordinador del taller?
6. ¿Estaría dispuesto a asistir a otro taller para padres? ¿por qué?
7. ¿Qué propone para mejorar el taller?
8. ¿Qué rescataría del taller para mejorar su relación con su hijo?

**!!! GRACIAS POR SU ASISTENCIA Y PARTICIPACIÓN !!!**

## **HASTA LUEGO**

**OBJETIVO:**

Clausurar el taller

**DURACIÓN:**

10 minutos

**MATERIAL:**

Mesa

Diplomas para entregar a cada uno de los participantes en el taller

**DESARROLLO**

- Tener lista la mesa de honor decorado.
- Evitar cualquier indicio de tensión en el momento en que cada padres pase por su diploma.
- Plantear al grupo que, a diferencia de otra clausura, esta será cálida.
- Pedir a los asistentes que piensen en algún anécdota agradable que haya vivido durante el curso.
- Llamar a cada uno de los participantes por su nombre para que pasen a recoger su diploma o constancia de participación, el cual recibirán del coordinador al pasar ante la mesa de honor.
- Al finalizar la entrega de diplomas, el coordinador dará su punto de vista, en cuanto al trabajo.