UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD AJUSCO

LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES Y ADOLESCENTES: ANÁLISIS DE ALGUNOS FACTORES

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA

LUCIA HERNÁNDEZ RANGEL

ASESORA
ALICIA LILY CARVAJAL JUÁREZ

MÉXICO D.F. ABRIL 2012

Agradecimientos

Dedicada con todo mi amor:

* ***A Dios:***

Por haberme dado una familia tan maravillosa que ha llenado mi vida de amor y felicidad. Y por permitirme concluir un ciclo más en mi vida.

* ***A mis padres:***

Martina y Gregorio por brindarme su confianza, apoyo y amor que me ayudaron y alentaron a cumplir una meta más en mi vida, les agradezco infinitamente todo el sacrificio y esfuerzo que han hecho.

* ***A mis hermanas:***

Martha e Isabel gracias por estar presentes su apoyo y consejos me ayudaron a creer en mí y salir adelante.

* ***A mis cuñados:***

Javier y Omar por estar presentes ayudarme y apoyarme siempre que los he necesitado.

* ***A mis sobrinas y sobrino:***

Samantha, Jessica, Javier y Marisol, gracias por existir, y hacer mi vida más alegre.

* ***A mi asesora:***

Alicia Lily gracias por brindarme su tiempo y consejos que me ayudaron a desarrollar y concluir mi tesina.

Lucia Hernández Rangel

Índice

Introducción 5

Capítulo I
El proceso de la comunicación 9

1.1 ¿Qué es la comunicación? 9

1.2 Elementos centrales de la comunicación 11

1.3 Tipos de comunicación 16

1.4 La comunicación familiar 18

1.5 Habilidades para una adecuada comunicación familiar 22

Capítulo II
La familia como base del desarrollo personal 26

2.1 Definición y funciones de la familia 27

2.2 Tipos de familias 32

2.3 Ciclo vital de la familia 35

2.4 Estructura familiar 38

2.5 Padres de familia 39

Capítulo III

El adolescente en transición a la juventud 44

3.1 ¿Qué es la adolescencia? 45

3.2 Los cambios y las etapas de los adolescentes 46

3.3 Adolescencia ¿independencia y seguridad? 50

Capítulo IV

La comunicación entre pedagogo, padres y adolescentes en la educación secundaria 53

4.1 La comunicación entre padres e hijos adolescentes 54

4.2 El pedagogo en la educación secundaria y el fomento de la comunicación entre padres e hijos adolescentes 56

4.3 Algunas estrategias para favorecer la comunicación entre los adolescentes y su familia 60

Conclusiones 66

Bibliografía 70

Introducción

En la actualidad no es extraño escuchar a las personas hablar de los adolescentes: los problemas que tienen, los cambios, sus comportamientos y actitudes. Estos problemas en ocasiones son complicados para la sociedad y mucho más para los padres de adolescentes al tener una relación más cercana con ellos.

Los padres son los primeros en inculcar valores, hábitos y costumbres a sus hijos con el fin de educarlos, enseñarlos a ser responsables y respetuosos. Debido a que se menciona que los adolescentes y jóvenes son el futuro del país, esto nos conduce a realizar un análisis de los cambios y situaciones por los que se atraviesa en esa etapa de vida, así como las posibles causas y consecuencias que conlleva.

Algo fundamental es el papel que juega la familia en torno a esta dinámica, pues si bien es la primera institución que educa, también brinda apoyo y seguridad a los individuos. La educación que da la familia, se considera la base fundamental con la que los individuos se desarrollan a lo largo de su vida, tanto dentro como fuera del núcleo familiar. En este sentido, se considera que un factor determinante para el desarrollo social de los hijos es la adecuada comunicación que establecen estos con los padres, ya que les proporciona las herramientas necesarias de autoestima y valores que los hacen capaces de enfrentar y prevenir posibles problemas, como lo son: adicciones, delincuencia, embarazos no deseados, suicidios, deserción y bajo rendimiento escolar, entre otros, que afectan a todos y perjudican las relaciones tanto sociales como familiares.

En esta tesina, además de hacer ciertas reflexiones sobre los aspectos que he señalado, también se presenta de forma breve, y haciendo alusión a la carrera de Pedagogía que llevé a cabo en la Universidad Pedagógica Nacional, el papel que juega el pedagogo dentro de la educación secundaría, nivel educativo en el que se encuentra

el adolescente; tomando en cuenta que un pedagogo tiene la capacidad de trabajar con éste como individuo y como ser social.

Para la presentación del tema se considera importante estudiar la comunicación de los adolescentes con sus padres. Se hace énfasis en los principales integrantes de la familia y en los aspectos centrales de la misma, en este caso los padres y los adolescentes además del proceso de comunicación. Es por ello que el presente trabajo está dividido en cuatro capítulos en los cuales se abordan algunos factores determinantes en este proceso. Cabe mencionar que sólo se analizaran algunos de los factores, ya que existen más. A continuación se describe de forma breve el contenido de cada capítulo.

En el Capítulo I “El proceso de la comunicación”, se habla de la necesidad que todos tenemos de comunicarnos, necesidad que ha existido desde siempre y ha ido evolucionando con el paso del tiempo hasta dar pie a las nuevas tecnologías. Se responde a la pregunta ¿qué es la comunicación? haciendo énfasis en la ésta como un proceso, el cual es importante porque permite establecerla eficazmente. Asimismo, se presentan algunas diferencias en cuanto a la forma de nombrar a los elementos o componentes centrales del proceso de la comunicación, nombres que no interfieren en la función que desempeñan. Algunos de ellos son: emisor, receptor, canal, código, mensaje, entre otros. También se mencionan los tipos de comunicación.

Un punto primordial dentro de ese primer capítulo es el de la comunicación familiar. Aquí se explica la importancia de ésta, misma que inicia desde la concepción hasta el término de la vida. Se hace énfasis en la adolescencia, etapa de la vida en la cual puede verse perturbada la comunicación con los padres debido a los múltiples cambios por los que los chicos atraviesan. Para finalizar este capítulo, se proponen algunas habilidades que sirven como apoyo al fomento y mejora de la comunicación familiar.

El Capítulo II se titula “La familia como base del desarrollo personal”. Para su desarrollo se retoman algunas teorías y definiciones de familia, mismas que hacen énfasis en la

época y contexto en donde se desarrollaron. Para analizar la función de la familia, se parte de la Teoría de los Sistemas, misma que la concibe como un todo.

Se ejemplifica con algunos tipos de familias y datos estadísticos reportados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2005). Se muestran los porcentajes de algunos de estos tipos de familias en México y el Distrito Federal. También se habla del ciclo vital de la familia, de su estructura familiar y, por último, una tipología de padres de familia.

En el Capítulo III, “El adolescente en transición a la juventud”, se presentan algunas definiciones de adolescencia, se hace alusión del tránsito de niño a adulto. Después se mencionan los cambios físicos y biológicos de acuerdo con las tres etapas de la adolescencia y por último se hace una descripción de estos cambios enfatizando la ambivalencia de los adolescentes entre la independencia y la seguridad.

En el Capítulo IV, “La comunicación entre pedagogo, padres y adolescentes en la educación secundaria”, a partir del marco teórico expuesto en los capítulos anteriores se hace un análisis de los factores centrales que intervienen en el proceso de la comunicación entre los adolescentes con sus padres. Este es un tema fundamental y de gran importancia, no sólo para los adolescentes que son quienes están pasando por cambios físicos, biológicos y psicológicos que los ayudará definir su identidad, sino también para los padres.

Los adolescentes y los padres pasan por un proceso de duelo, en el cual deben aceptar que el cuerpo y la identidad del niño están cambiando para convertirse en un adulto, que pensará y actuará diferente. Esto genera una revolución en todo su entorno tanto familiar como social. El adolescente comienza a pedir independencia, es decir, la libertad para decidir lo que quiere o no hacer y ser; es entonces cuando la relación con los padres empieza a tener dificultades, pues se dan cuentan que sus hijos ya no los ven como un ejemplo a seguir, los juzgan y además ya no los obedecen igual.

Como se mencionó al inicio, se revisa el papel que puede desempeñar un pedagogo en la educación básica en el fomento de la comunicación con sus padres. Se toman como ejemplo la labor de orientadores y docentes, además de mencionar algunas estrategias que promueven la comunicación dentro de la familia.

Por último se presentan las conclusiones producto de este trabajo y la bibliografía que fue utilizada para realizar lo que se plantea a lo largo del mismo.

Capítulo I

El proceso de la comunicación

En el transcurso de la vida todas las personas tenemos diferentes necesidades, cuya satisfacción es fundamental para el pleno desarrollo de cada uno. Una de estas necesidades es la comunicación, la cual nos permite crecer, madurar y resolver los problemas con los que nos enfrentamos a lo largo de nuestras vidas dentro y fuera de la sociedad. Aprendemos a comunicarnos dentro del núcleo familiar, puesto que la familia es la primera institución que educa, dotando de habilidades comunicativas, mismas que al iniciar la vida escolar resultan primordiales y facilitan el proceso de enseñanza-aprendizaje.

El presente capítulo se enfoca a definir qué es la comunicación, los elementos centrales que componen este proceso, así como los tipos de comunicación existentes. Para adentrarnos en la problemática de la incomunicación de los adolescentes con sus padres, se aborda la comunicación familiar, se mencionan algunos aspectos importantes que fortalecen este proceso, así como los principales personajes que en él participan. Para finalizar este capítulo se presentan algunas habilidades que favorecen una adecuada comunicación.

1.1 ¿Qué es la comunicación?

Esta interrogante hace alusión a una gran necesidad que todos los seres humanos tenemos, el hecho de comunicarnos. Esta acción la realizamos a diario, lo cierto es que no nos percatamos de lo indispensable que es y las ventajas que nos da el saber hacerlo. Para cubrir esta necesidad, el hombre ha modificado la forma de comunicarse, misma que ha evolucionado con el paso del tiempo a lo largo de la vida de los hombres: antes se usaban señales de humo, golpes de tambores, palomas mensajeras, entre otras cosas. En tanto actualmente la tecnología ha permitido otras formas de comunicación con lo que hoy conocemos como redes sociales. Estas formas de

comunicación han acercado a algunas personas pero también han alejado a otras, debido a que actualmente es más fácil en cuestión de tiempo comunicarse vía electrónica que en persona. Algunos de los recursos tecnológicos que se utilizan para comunicarse son: el teléfono, la radio, la televisión, el Internet, el fax y los satélites. Por otro lado, a lo largo del tiempo diferentes autores han estudiado el tema de la comunicación y han propuesto diferentes definiciones de comunicación.

Un primer significado muy común de comunicación puede encontrarse en los diccionarios. En el Diccionario de Pedagogía (2001:29) se define la comunicación como un "Proceso social de entendimiento de las personas en relación a una notificación por medio del lenguaje, la mímica, la gesticulación u otro sistema compartido de señales y signos, también con la ayuda de dispositivos técnicos", es decir, la comunicación es un proceso de retroalimentación, que da pie a las relaciones humanas.

Por otro lado, algunos manuales para mejorar la comunicación, definen a está de la siguiente forma: "Deriva del latín *communis*, que significa 'común' o 'compartido'. Pertenece a la misma familia de palabras que comunión, comunismo o comunidad. Hasta que no lleguemos a compartir la información con otra persona, no se producirá la comunicación. Y hasta que no hayan comprendido de la misma manera que nosotros lo que queremos comunicar, no habremos compartido nada" (Barker, 2001:14). De acuerdo con esta autora, la comunicación es un proceso de entendimiento que dependiendo de las personas que estén participando en éste, será la información que se comparta. Se menciona que no todos entendemos de la misma forma aquello que se está comunicando, pero que podemos asegurar que la comunicación ha sido eficaz cuando se coincide en el significado entre quien pretende comunicar algo y quien lo recibe.

Otro autor es Kaplún (1998), él menciona que al hablar de comunicación nos referimos a dos momentos: el primero da lugar al verbo comunicar, es decir, al acto de informar, transmitir y emitir; el segundo, enfocado al verbo comunicarse, en donde existe un diálogo que da lugar a un intercambio recíproco. En concreto afirma que la

“Comunicación se deriva de la raíz latina *communis*: poner en común algo con otro. Es la misma raíz de comunidad, de comunión, expresa algo que se comparte, que se tiene o se vive en común” (Kaplún, 1998: 60). Según él, la comunicación es la acción que todos los humanos realizamos a lo largo de nuestra vida, mediante un proceso que implica una operación realizada por todos y cada uno de los sujetos involucrados en él. Al ser un proceso, la comunicación supone movimiento, un punto de inicio y otro de término.

La realidad es que no todos los seres humanos llevan a cabo con éxito el proceso de la comunicación tal y como lo menciona Kaplún, ya que sólo se enfocan al primer momento que es el de informar, trasmitir y emitir; es decir, al simple hecho de decir lo que se siente, quiere o necesita, sin darse el tiempo de escuchar al otro para dar lugar al segundo momento con el cual se complementaría el proceso de la comunicación y se daría pie a iniciar un diálogo.

La comunicación es esencial en la vida porque es la base de las relaciones humanas, ya sea en el ámbito familiar, laboral o social, permite entender las diferencias de los seres humanos, además de conocer, manifestar y trascender. Sin lugar a dudas, la comunicación “es el proceso de transmitir, ‘compartir’ información que va del emisor al receptor, mediante el cual se va a dar una interacción, un intercambio de ideas, pensamientos, sentimientos, emociones y actitudes por medio de símbolos entre dos o más personas. No hay comunicación sin retroalimentación” (Grados, 2006:11). Cabe mencionar que, como todos los procesos, éste está compuesto por diferentes elementos y tipos, mismos que se retomarán a continuación.

1.2 Elementos centrales de la comunicación

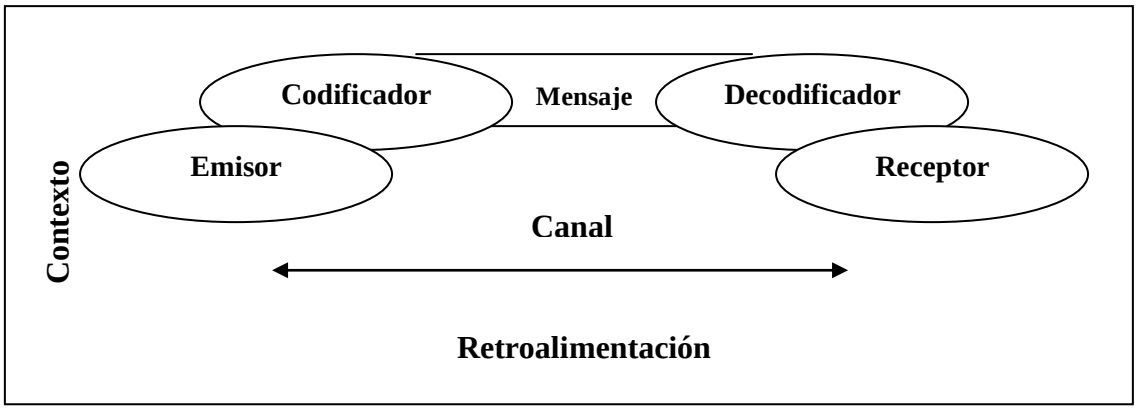
Tal y como se mencionó anteriormente, existen diferentes autores que han definido la comunicación y también existen diversas propuestas acerca de los elementos de la comunicación, tal es el caso de Berlo (1978), quien hace referencia a estos elementos

como componentes. Este autor ejemplifica la comunicación con la *Retórica* de *Aristóteles*, la cual dice que se deben tomar tres componentes básicos para la comunicación: el orador, el discurso y el auditorio. Estos componentes, al enfocarse al proceso de la comunicación, pueden organizarse como: la persona que habla, el discurso que pronuncia y la persona que escucha. Estos componentes en realidad son similares a los que propone Kaplún y lo único que cambia son los nombres.

Kaplún (1998) menciona que el proceso de comunicación está compuesto de diferentes elementos los cuales son indispensables para una adecuada comunicación. Estos son: el emisor, que es la persona encargada de transmitir información por medio de un canal a otra persona llamada receptor, el cual recibirá la información, la procesará y dará respuesta al emisor, es decir, se dará una retroalimentación. Pero para realizar este proceso, debe existir un código, es decir, un conjunto de signos, señas o palabras cuyo significado se comparte. Estas han sido establecidas con anterioridad y varían dependiendo de cada cultura.

Grados (2006) incluye otros elementos al mencionar que el proceso de comunicación es adecuado y se concreta cuando participan en él los siguientes elementos:

Cuadro N° 1: Los Elementos de la Comunicación



(Tomado de Grados Espinosa, Jaime (2006). *Proceso de la comunicación. Dinámicas de creatividad intelectual*. México: Trillas, pág.12)

- **Contexto:** Hace referencia a todo lo que está alrededor del proceso de la comunicación, es decir, situaciones u objetos sociales, culturales, históricos y otros.

- **Emisor:** Persona que formula el mensaje por la necesidad de comunicarse con otra persona, es decir, es él quien va a compartir, transmitir ideas y pensamientos, ideologías, sentimientos, etc.; ya sea con palabras, gestos u otros sonidos. Para lograrlo, el emisor debe ser claro, exacto y sencillo de manera que el receptor interprete adecuadamente su mensaje.

- **Mensaje:** Se refiere a la información, idea o sentimiento que el emisor pretende transmitir al receptor; ya sea de forma oral, escrita o gesticulada. Para que no se deforme el mensaje, éste debe tener:

    - Credibilidad: Ser veraz y real.
    - Utilidad: Debe ser benéfico o útil para quien será recibido.
    - Claridad: Preciso y simple.
    - Continuo y Consistente: Debe repetirse con persistencia sin fragmentarlo.
    - Adecuación en el medio: Tomarlo tal cual es, con su canal exacto aunque éste sea deficiente.
    - Disposición del Auditorio: Su efectividad se refleja cuando el receptor tiene o no poco conflicto para entenderlo.

- **Canal o Medio:** Es el enlace, la vía o el contacto por el que se transmite el mensaje del emisor al receptor; ya sea de forma oral, escrita o no verbal; si esto no existe la comunicación es deficiente. Cuando se encuentra alguna perturbación en el medio se suele llamar “ruido”, mismo que interrumpe la comunicación e incluso puede distorsionarla. Este canal es escogido por el emisor considerando la información, el objetivo y el receptor con el que se desea entablar la comunicación. Es por ello que los canales o medios se clasifican en:

    - Informales: Surgen sin planearlos de forma espontánea.
    - Formales: Son planeados y estructurados con anticipación.

- **Código:** Éste es fundamental y debe ser común para el emisor y el receptor, porque es el lenguaje que se utiliza para establecer la comunicación y está determinado por las costumbres, formas, hábitos y convenciones sociales.

- **Receptor:** Persona a quien va dirigido el mensaje y es quien lo decodifica e interpreta, acepta o rechaza.

- **Retroalimentación:** Hace referencia a la respuesta que el receptor da al emisor, con ésta el circuito se completa y se puede dar el intercambio de emisor a receptor y viceversa.

De acuerdo con las aportaciones anteriores, podemos ver que los planteamientos de Kaplún (1998), Grados (2006) y Berlo (1978) son muy similares. Sin embargo, Berlo retoma estos elementos como componentes, engloba las definiciones anteriores y nos da un panorama más amplio de los elementos de la comunicación, mismo que se presentarán a continuación.

Los componentes esenciales que deben existir en un proceso de comunicación son los siguientes:

1. La Fuente de la Comunicación: Es la persona o personas que dan pie a la comunicación, con un objetivo o razón, ya sea con ideas, necesidades, propósitos, o intenciones; mismos que tienen que ser expresados en forma de mensajes.

2. El Encodificador: Es quien se ha encargado de tomar las ideas de la fuente y ordenarlas en un código, expresando el objetivo en forma del mensaje. Éste puede ser un conjunto de facultades motoras de la fuente o el lenguaje.

3. El Mensaje: Puede ser una conducta física, como traducción de ideas, un propósito; es decir implica un código.

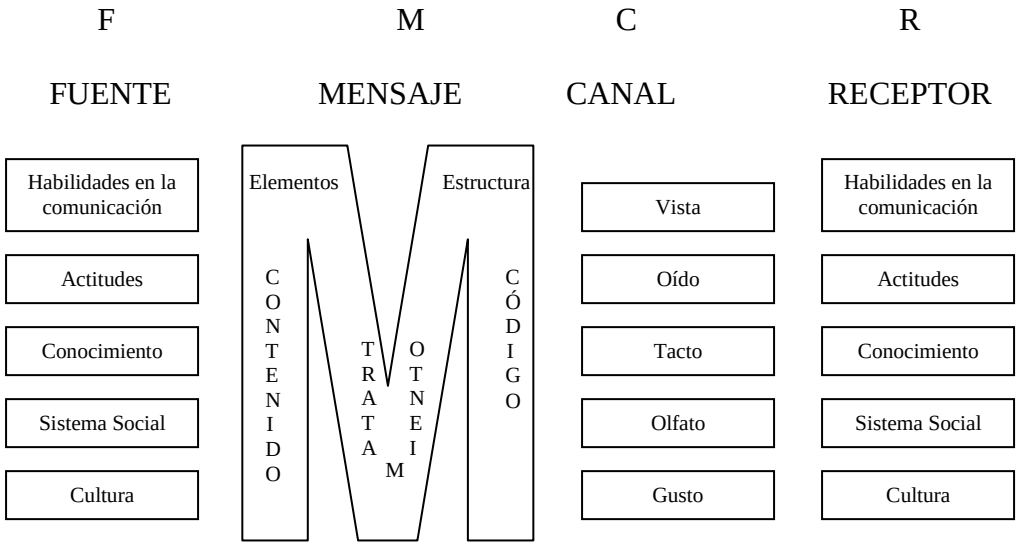
4. El Canal: Es un conducto por el cual el mensaje es transmitido, es el medio, el portador, por lo que es un factor determinante de la efectividad de la comunicación.

5. El Decodificador: Es parte del receptor, retraduce y decodifica el mensaje dándole forma para que el receptor lo utilice. Éste se considera como el conjunto de facultades sensoriales del receptor.

6. El Receptor de la Comunicación: Es quien está del otro lado del canal y escucha o ve el mensaje.

A continuación se presenta un esquema en donde Berlo (1978) representa el proceso de la comunicación con todos sus componentes:

Cuadro N° 2: Modelo de los Componentes de la Comunicación



(Tomado de Berlo, David Kennetk (1978). *El proceso de la comunicación: Introducción a la teoría y la práctica,* pág.55)

Como se puede apreciar, estos elementos de la comunicación la hacen posible y la fortalecen, varían un poco entre los distintos autores y estudiosos del tema y, aunque los nombres de los componentes varíen de acuerdo con los autores, cabe mencionar que responden a la misma utilidad y complementan el proceso de la comunicación haciendo que se concrete si esos componentes están en el mismo canal.

1.3 Tipos de comunicación

Todos tenemos la capacidad de comunicarnos, los cierto es que no lo hacemos de la misma forma, ya que existen diferentes maneras de hacerlo, algunas de éstas son las siguientes: Comunicación Intrapersonal, Comunicación Interpersonal, Comunicación Intermedia, Comunicación de Masas o Social, Comunicación Verbal y Comunicación No Verbal; que son planteadas por Grados (2006) y se explican a continuación.

- Comunicación Intrapersonal: Ésta se da cuando nos comunicamos con nosotros mismos, cuando la persona habla consigo misma, reflexiona sobre lo que hace, lo que quiere hacer o decir. Este tipo de comunicación favorece nuestro autoconcepto, aceptación y confianza en nosotros mismos. Un ejemplo de esto es cuando pensamos qué queremos hacer o cómo resolveremos alguna situación y analizamos los pros y los contras en nuestra mente.

- Comunicación Interpersonal: Es aquélla que se da entre dos personas utilizando los sentidos y tiene como propósito mantener relaciones familiares y sociales. Este tipo de comunicación es la más común y la que todos realizamos a diario por uno u otro motivo. Un ejemplo es cuando platicamos con algún familiar.

- Comunicación Intermedia: Se encuentra entre la comunicación interpersonal que es directa entre dos personas y la masiva que es entre varias personas. Se diferencia con la comunicación interpersonal porque existe un instrumento técnico para

establecerla. Un ejemplo de esto es cuando utilizamos algún instrumento como las redes sociales para comunicarnos con una o varias personas.

- Comunicación de Masas o Social: Es utilizada cuando se requiere transmitir ideas a un grupo de personas, en donde los mensajes se transmiten en lugares públicos. Un ejemplo de este tipo de comunicación es cuando se da una conferencia.

- Comunicación Verbal: En este tipo de comunicación se utiliza el lenguaje, ya sea en forma oral o escrita, se usa para relacionarse con más personas. Este tipo de comunicación es de las más usuales. Para ello hacemos uso del lenguaje por medio de cartas o de la emisión sonora de las palabras. Se utiliza en todo momento.

- Comunicación No Verbal: Se refleja en el comportamiento adquirido a lo largo del tiempo con gestos o movimientos. Un ejemplo es cuando los policías de tránsito hacen las señales viales a los conductores de automóviles.

Una clasificación distinta es planteada por Aldrete (2007). Este autor afirma que la comunicación también puede ser: clara y directa, clara e indirecta, oscura o enmascarada directa y oscura o enmascarada indirecta.

- Clara y Directa: El mensaje es completamente claro y es dirigido a quien se quiere transmitir el mensaje.

- Clara e Indirecta: El mensaje es claro pero se utiliza un canal diferente para transmitirlo.

- Oscura o Enmascarada Directa: El mensaje no es claro, pero sí va dirigido a quien se desea transmitir.

- Oscura o Enmascarada Indirecta: Se manifiesta con dobles mensajes, los cuales no están claros y tampoco van dirigidos a la persona indicada.

Con base en lo anterior se puede ver que todos nos comunicamos de una u otra forma y en todo momento, la diferencia es que algunos lo hacemos de forma verbal, otros no verbal, de forma clara o no, el hecho es que la comunicación nos ayuda y sirve para relacionarnos con las demás personas, resolver conflictos, interactuar y aprender. Es por ello que es una necesidad indispensable de todo ser humano y por ello debe comenzar y fomentarse desde el núcleo familiar.

1.4 La comunicación familiar

Hasta el momento, en el presente capítulo se ha analizado el hecho de comunicar, por lo que podemos decir que éste es un proceso mediante el cual hacemos que otra persona o personas sean partícipes de lo que sentimos, pensamos o realizamos. De acuerdo con Julien (2007), comunicarse es la base de todas las relaciones humanas ya sean de pareja, padre, madre, hijos, hermanas, amigos, entre otros. Cabe mencionar que según Gervilla (2003) la comunicación familiar abarca a cada integrante de ésta y para ello existen diferentes niveles y estructuras, es decir, dentro de la comunicación familiar se distinguen: la que se lleva a cabo entre padre y madre, la que se da en la pareja, la de padres e hijos y la de hermanos. Dentro de cada grupo existe un proceso y relación diferente; lo cierto es que la base de estos grupos se define mediante los límites y normas que establecen los padres, es decir, que si los padres se comunican adecuadamente y transmiten ese hábito a los hijos, ésta será eficaz en todos los otros grupos.

Tal y como se mencionó anteriormente, la comunicación familiar comprende tres grupos. Para el presente estudio se retomará y analizará con más detalle la comunicación que se establece entre padres e hijos, además de enfatizar lo que sucede con ésta cuando los hijos están en la etapa adolescente.

La comunicación al interior de la familia permite a sus integrantes crecer, madurar, aprender a resolver conflictos, comprenderse y desarrollarse plenamente. El proceso de comunicación intrafamiliar puede decirse que comienza desde que la madre está embarazada, al frotarse las manos sobre el vientre materno, al hablar con el bebé, incluso al poner música cerca del vientre, ya que se estimula la comunicación y el vínculo prenatal a través de la música; después, una vez que el hijo nace, el primer vínculo del niño con el mundo se establece por medio de los padres, las cuales le proporcionan un conjunto de cualidades y bagajes genéticos (comprende todos los elementos necesarios para constituir un niño sano: alimento, ambiente y estimulación), físicos, culturales, familiares, morales. Por tanto, la relación de padre, madre e hijo, es la primera forma de comunicación, la cual es un proceso que se va logrando momento a momento y a través de ella se ejercita la tarea de dar y recibir no sólo información sino también los afectos.

Una forma como se comunican los padres con sus hijos cuando son pequeños es a través de los juegos, las sonrisas, los gestos, enojos, regaños, gustos, etc.; esto se va fomentando día con día, por lo que los padres deben determinar desde que sus hijos son niños, los espacios y mecanismos que faciliten este proceso, el cual ayudará a una relación y convivencia armoniosa, además de respeto mutuo.

En la comunicación familiar deben fomentarse respeto, igualdad, equidad y democracia que todos los integrantes tengan derecho de hablar, opinar, dando lugar a ser escuchados y considerados. Esta forma de relación hará sentir valiosos, únicos e irrepetibles a los hijos, además de autónomos. Se dice que una adecuada comunicación deja ver que cada miembro de la familia tiene un lugar importante. Si los padres son responsables y proporcionan las bases necesarias para que el niño se desarrolle plenamente, cuando llegue a la adolescencia tendrá la capacidad de formar su propia identidad. Para ello, los padres deben dejar claro las reglas, siempre con la opción a réplicas razonables y negociables; mismas que permitirán una atmósfera de confianza y fortalecerán la comunicación familiar.

La forma como aprendemos a comunicarnos en nuestras familias determina cómo nos comunicaremos con las personas que nos rodean. Si la pareja, establece una buena comunicación, es decir, pueden alcanzar el entendimiento mutuo, los hijos la podrán percibir y aprenderán a fortalecer los vínculos de amor y confianza. Por esta razón, se puede afirmar que la comunicación familiar va más allá de informar, transmitir o dar instrucciones. Esta permite a los padres guiar y orientar a sus hijos sobre los diversos aspectos de la vida que van desde la propia sexualidad, problemas sociales, adicciones, sentimientos, entre otros.

Julien (2007:49) afirma que el fomento a la comunicación determina el desarrollo de la autoestima y la identidad de las personas y "comienza en la concepción y se prolonga durante toda la vida". Sin embargo, es de reconocer que la comunicación es dinámica y es un proceso que pasa por periodos difíciles y varían dependiendo las etapas de desarrollo por las que pasan los seres humanos. Por esta razón es primordial que los padres definan los roles entre progenitor e hijos, es decir desempeñen su papel al máximo dejando ver quién es quién y tomen en cuenta que el primer deber de los padres, como menciona Julien, es fomentar la comunicación como el centro del proceso de todo desarrollo.

Como he señalado, este autor menciona que el proceso de comunicación está presente en las diferentes etapas del ser humano (antes del nacimiento, el nacimiento, los primeros años, el principio de la vida escolar y la adolescencia) y por ello los padres son de suma importancia para lograr que fluya. Desde antes del nacimiento, el niño se ve influenciado y vive con el apoyo de su madre con seguridad y tranquilidad, escuchando los susurros, sensaciones y emociones, mismas que lo preparan para su llegada al mundo; esta etapa da cuenta de un proceso eficaz y abierto de comunicación entre madre e hijo. Al nacer "madre e hijo han sentado las bases de la comunicación al hilo de los deseos vividos durante los largos meses precedentes. Luego, a esta relación primera se añaden el padre, los allegados y el entorno" (Julien, 2007: 62). Después, con el transcurso de los años, la comunicación se vuelve más intensa, los vínculos se fortalecen, se amplía el espectro de formas con las que se comunican. Al transmitir y

enseñar ciertas formas de comunicación a los hijos, los padres son transmisores de hábitos, costumbres y tradiciones, a partir de esto se puede decir que son intermediarios de los aspectos antes mencionados. Una vez que los niños entran a la escuela, la comunicación ya debe tener cierto grado de sociabilidad puesto que es la primera vez que se separan de sus padres y por ello deben tener ya capacidad de comunicarse con el exterior, dejando ver no solo sus necesidades, sino también hacerse comprender, expresarse y socializar.

Una vez que se pasó por estas etapas llega el periodo de la adolescencia en el que la comunicación puede sufrir cambios y se pueden presentar rechazos, rebeliones, enojos, conflictos, etc.; es decir, la comunicación puede tornarse difícil. Debido a los múltiples cambios físicos y psicológicos por los que pasa el adolescente, se da lugar a silencios que exigen a los padres estar alertas y conscientes de la ambivalencia de humor, además de la fragilidad de sus hijos, deben tener en cuenta que se están reafirmando y buscando su identidad, misma que se perfila para definirse como una mujer u hombre adulto y maduro con plena posesión de sus facultades mentales y que, al igual que antes, necesita comunicarse.

La comunicación familiar es importante porque fortalece las relaciones familiares además de brindar las bases necesarias para el pleno desarrollo personal y social. Aguilar (2002: 5) sostiene: “Toda comunicación eficaz en las relaciones familiares es una especie de pegamento que las integra. Familias unidas es igual a familias que se comunican bien”. Este autor afirma que una comunicación exitosa asegura autoestima, desarrollo potencial, emocional y espiritual, felicidad, calidad de vida, salud, éxito y progreso; por el contrario, una comunicación familiar errónea desarrolla hábitos negativos, tensiones, problemas, adicciones, violencia y una mala calidad de vida.

De acuerdo con lo anterior, se puede afirmar que en tanto desde que somos concebidos, establecemos comunicación con nuestras madres y nuestro ambiente; por ello es deber de los padres fomentar y fortalecerla en tanto brinda las herramientas necesarias para el pleno desarrollo, mismo que dará pie a una buena calidad de vida. Si

además se establece desde pequeños, será menos conflictiva esta etapa de la adolescencia tanto para los padres como para los hijos. A continuación se presentarán algunas habilidades que facilitarán este proceso.

1.5 Habilidades para una adecuada comunicación familiar

Resulta evidente que existen factores determinantes para una adecuada o inadecuada comunicación, tales son los casos del tipo de familia, los padres o tutores, el contexto, la generación, y otros. Sin embargo, así como hay indicaciones y recomendaciones para establecer una comunicación asertiva y fluida, así también existen habilidades que posibilitan la comunicación entre padres y adolescentes, aún cuando puede resultar conflictiva debido a los múltiples cambios por los que se pasa en esa etapa. Una buena comunicación es posible siempre y cuando se tenga respeto y cuidado al dialogar con los hijos. Algunas de las habilidades que posibilitan una buena comunicación, de acuerdo con Bermejo y Magaña (2007), son: observar y escuchar, empatía, asertividad y diálogo. A continuación se explicarán algunas características de cada habilidad.

- *Observar y Escuchar*: “Una buena escucha vale más que mil palabras” (Bermejo y Magaña, 2007: 87). Existen muchas ventajas al escuchar a los hijos adolescentes, ya que se sienten valorados y seguros de sí mismos, lo cual da pie a que expresen sentimientos, emociones y opiniones. Al sentir que se interesan por lo que dicen, les da confianza y se comunican más, incluso pueden llegar a contar sus secretos. Todo esto los enseña a escuchar a los demás, comprender y respetar; además de evitar prejuicios de lo que observan y escuchan.

  En contraparte, los padres que escuchan a sus hijos obviamente también son escuchados, lo cual les ayuda a conocerlos, acercarse a ellos, saber qué sienten, qué les gusta y, por ende, qué les disgusta. Un aspecto sumamente importante es que al escuchar a los hijos resultar desfavorable juzgarlos ya que estos se pueden sentir criticados y dejarán de comunicarse. Asimismo Bermejo y Magaña (2007) aconsejan que cuando se está escuchando a un hijo adolescente se debe poner

toda la atención necesaria y dejar por un momento alguna otra cosa que pudiese hacer pensar al hijo que no se le presta atención. Es importante tener la postura y la mirada hacia la persona que habla además de que, tal y como se ha mencionado, la comunicación puede ser verbal y no verbal, por ello al escuchar no hay necesidad de hablar para demostrar a la otra persona que entendemos lo que nos dice y una vez que el otro terminó de hablar se puede resumir de forma clara lo que se escuchó sin prejuicios o ironías, con la finalidad de hacer ver que se comprendió lo comunicado.

- *La empatía*: ¿Cuántas veces hemos escuchado esta palabra? Lo cierto es que muy pocas, porque además no estamos acostumbrados a practicarla. Ser empáticos va más allá de entender o tolerar, es ponerse en el lugar del otro o como bien dicen, "ponerse en los zapatos de los otros". Esto es muy importante de considerar si se tienen hijos adolescentes, ya que si bien los padres ya pasaron por esta etapa, saben que ésta conlleva constantes cambios y se está en constante vulnerabilidad. Por ello, la empatía permite comprender lo más posible lo que el adolescente nos está comunicando, ya sea de manera verbal o no verbal. Para que se pueda hablar de empatía es necesario considerar tres aspectos: en primer lugar, comprender lo que sucede; en segundo, tomar en cuenta y hacer lo adecuado por los sentimientos o afectos que se están produciendo; y en tercer lugar, manifestar lo que se comprendió de todo.

Bermejo y Magaña (2007: 94-97), mencionan cinco claves que fomentan la empatía:

1. "Ser un buen modelo". Para los hijos resulta importante lo que ven que sus padres hacen; si ven que los padres se expresan cotidianamente y no ocultan sus sentimientos, es probable que lo vean como algo natural y por ende lo practiquen.

2. "Valorar sus opiniones y actitudes". Muchas veces los padres suelen demostrar superioridad al querer cambiar las opiniones de sus hijos, ya que

cuando éstos están hablando y a los padres no les parece lo que dicen, los interrumpen e intentan cambiar sus modos de pensar y sentir. Sin embargo, resulta mejor escuchar, respetar y valorar esas opiniones que fomentan en los hijos adolescentes el respeto por los demás.

3. “Ser honesto al expresar sentimientos”. Es necesario evitar juzgar los sentimientos y emociones que reflejan los adolescentes porque al hacerlo puede ocasionar que los repriman debido a la vergüenza que les causa sentirse criticados; por ello, es fundamental ser coherente al educar a los hijos, es decir, actuar de acuerdo con lo que se dice, se piensa o siente, porque si se dice una cosa pero se hace otra se está demostrando una conducta irregular que puede ser reproducida por los hijos.

4. “Manifestar el bienestar por sentirse comprendido”. Toda acción tiene una reacción, esto significa que todos los comportamientos que lleguemos a tener tendrán consecuencias ya sean positivas o negativas, lo importante es tener la capacidad de afrontarlas con responsabilidad. Quinta y última clave: “Ayudar a interpretar emociones”. En la etapa adolescente se viven intensamente muchas situaciones, una de ellas son las emociones, mismas que pueden ser confusas e inexplicables, por ello es conveniente ayudar a los hijos a entender y ser consciente y reflexionar en torno a lo que están sintiendo.

- *La asertividad*: Ser asertivo es tener la capacidad para expresar sentimientos, opiniones, ideas, etc., de forma clara, precisa y concisa, pero siempre respetando para no herir a las demás personas; es decir, buscar la mejor manera de expresarnos o comunicarnos sin perjudicar o lastimar a la persona con la que se está dialogando. Un ejemplo es al tener que negar un permiso a un hijo o al pedirle que haga algo que no es de su agrado; lo importante es explicar claramente el por qué de las cosas, con respeto y cuidado de no imponer sin razón.

- *El diálogo*: Es conversar entre dos o más personan intercambiando ideas, opiniones y sentimientos. Es conveniente cuidar que ese diálogo no se convierta en un monólogo. Un ejemplo es cuando los padres quieren dialogar con los adolescentes sobre un tema en específico, pero se la pasan hablando constantemente sin dar la oportunidad al hijo de expresar lo que él piensa. Esto puede tener como consecuencia que el adolescente no lo escuche ni se sienta escuchado. Por ello, resulta conveniente que al querer propiciar un diálogo se pregunte al otro qué opina de tal tema y sobre esa base establecer la comunicación.

Una vez que se plantearon estas habilidades, puede decirse que un padre competente para comunicarse con sus hijos adolescentes podrá ver desarrollar en ellos una buena autoestima, propiciará que expresen con facilidad sus sentimientos, emociones, opiniones e ideas; además que puedan resolver sus problemas con responsabilidad.

Capítulo II

La familia como base del desarrollo personal

La comunicación es un proceso que inicia desde la concepción y termina hasta la muerte; nos permite relacionarnos con otras personas, transmitir emociones, sentimientos, ideas, entre otros. Un factor fundamental que puede dotar al individuo de las habilidades necesarias para aprender a establecer una buena comunicación es la familia.

El mundo entero está compuesto por familias integradas de distinta manera. Son familias integradas por grupos de personas emparentadas entre sí o que viven bajo el mismo techo por algún motivo. Dentro de estos núcleos se lleva a cabo un proceso en el que las personas se van desarrollando y aprendiendo valores, tradiciones, hábitos, costumbres e ideologías, que sirven de base y ayudan a cubrir las necesidades vitales de las personas. Debido a esto, la familia es un grupo insustituible para el desarrollo afectivo y social de las personas; además de ser fundamental para establecer e ir reforzando la adecuada comunicación dentro y fuera del hogar, que sin lugar a dudas servirá para que las personas sean autónomas y puedan resolver problemas futuros.

En México distintas instituciones como el Consejo de la Comunicación y el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF); han realizado investigaciones sobre familias mexicanas. Éstas han arrojado resultados que muestran a las familias mexicanas como transmisoras de valores, intereses, retos y perspectivas de vida; además de que favorecen el apoyo, unión, amor y bienestar de las personas.

Con base en lo anterior, este estudio considera que la familia juega un papel importante y primordial en el desarrollo de las personas; es por ello que, para profundizar más en el tema, este capítulo está destinado al análisis de algunas de sus características, se incluyen diversas definiciones del significado, la teoría de los sistemas en tanto estudia su funcionamiento, los tipos existentes en el mundo y, de acuerdo con el INEGI (2005),

las existentes en México y específicamente en el Distrito Federal. Asimismo, se aborda el ciclo vital de la familia; se explica el proceso mediante el cual ésta nace, crece y muere. Por último, el tipo de padres de familia existentes.

2.1 Definición y funciones de la familia

La familia es fundamental en el desarrollo de las personas, ya que es la primera institución que educa, además de ser la más antigua. Diversos autores la han definido y hacen referencia a distintos contextos, épocas e ideologías. Para tener mayor claridad acerca de lo que ha sido y actualmente es la familia, a continuación se presentan las definiciones que algunas teorías han planteado para la familia.

Cuadro N° 3: Teorías de la definición de familia

Teoría	Definición de familia
Teoría del conflicto	Institución social, considerada un sistema regulador de conflictos.
Funcionalismo estructural	Estructura social enfocada a satisfacer las necesidades de sus miembros, la supervivencia y el mantenimiento de la sociedad.
Teoría de los sistemas familiares	Sistema orgánico enfocado en mantener equilibrio cuando se enfrenta a problemas externos.
Ecología humana	Sistema dependiente del ambiente natural y social.
Teoría del desarrollo familiar	Grupo social intergeneracional, con normas sociales hechas por el matrimonio y la familia, intentan estar en equilibrio durante los cambios que marca el ciclo vital de la familia.

Interaccionismo simbólico	Unidad de personas que están en constante interacción.
Teoría del intercambio	Conjunto de individuos que se relacionan y actúan para obtener algún beneficio.
Teoría feminista	Lugar de opresión y conflicto por la subordinación de las mujeres.
Fenomenológica	Forma en la que se organizan las relaciones interpersonales.

(Tomado de Musito, Gonzalo y Cava María Jesús (2001). *La familia y la educación*. España: Ediciones Octaedro, págs. 14,15)

Gervilla (2003:15) menciona que, de acuerdo con la Declaración Universal de los Derechos Humanos, artículo 16 y 3 "La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado". Este autor también afirma que las familias son "grupos de personas, antepasados, parientes, padres e hijos que constituyen una unidad que adquiere, como es sabido, distintas dimensiones y formas; que se produce mediante una clase de relaciones determinadas" (Gervilla, 2003:15). Es decir, la familia es fundamental para la sociedad, tiene derecho a recibir seguridad de la sociedad y del Estado; además, están compuestas por personas que mantienen alguna relación y están unidas por algún parentesco. La CONAPO la define como:

> Unidad o núcleo primario de la sociedad compuesto por un grupo de individuos vinculados entre sí por lazos de parentesco que pueden ser consanguíneos (descendientes directos de un mismo progenitor), por afinidad (entre cónyuges y parientes del cónyuge) o civil (entre el hijo adoptivo y el padre o madre adoptante). (CONAPO 2007: 18).

Estas son algunas concepciones de lo que es una familia y conviene reafirmar que varían dependiendo de la orientación teórica, la época y la ideología existente. Lo cierto es que actualmente dicha concepción no ha cambiado del todo, ya que aunque siguen

existiendo algunas diferencias en cuanto al significado de la misma, aún se conserva el hecho de considerarla como elemento fundamental de la vida, porque es “el primer contexto en el que iniciamos nuestro desarrollo cognitivo, afectivo y social; en ella establecemos nuestras primeras relaciones sociales con otros seres humanos y comenzamos a desarrollar una imagen de nosotros mismos y del mundo que nos rodea” (Musito, 2001: 11). La familia es la base fundamental en el desarrollo de todas las personas y a lo largo de la historia se plantea como el grupo que resuelve y brinda el sustento que necesitan los integrantes de la familia y de la sociedad, es por ello que desde siempre ha existido aunque varíen sus características y su composición. Actualmente definir la familia es una tarea muy compleja, debido a los cambios en las leyes, los valores, las ideologías y la época. Sin embargo, todas las familias son el núcleo de la sociedad, son el grupo social con mayor intensidad afectiva que otros debido a que se es miembro de ella de por vida, en ella se crean historias en conjunto, relacionándose por largos periodos en diversos ámbitos.

Las familias cumplen con algunas funciones, una de las principales es la procreación de los hijos, su educación y el bienestar de todos los miembros; esto quiere decir que cuando una pareja desea convivir puede llegar a sentir la necesidad de tener hijos, a los cuales tienen que amar, formar y educar; es por ello que de acuerdo con Gervilla (2003)[1] una familia se encuentra unida por la paternidad, la filiación y la fraternidad.

Al igual que la definición de familia, el funcionamiento de ésta se ha ido transformando a lo largo de los siglos, En la época primitiva las familias funcionaban como unidades económicas de producción y consumo; en la Edad Media el funcionamiento radicaba en seguir la tradición de los oficios. Algo significativo y notable en la actualidad en cuanto al funcionamiento de las familias es el hecho de ser el soporte que proporciona a cada persona un *hábitat* natural, en el que se concibe, gesta y educa, hasta la muerte.

[1]Este autor se refiere a las familias nucleares, aunque menciona que dependiendo de las características de los diferentes tipos de familias estas concepciones podrían adaptarse.[1]

Existen diferentes teorías propuestas para especificar el funcionamiento de las familias, una de ellas es la teoría de los sistemas la cual, según Musito (2001), se enfocó al funcionamiento familiar hasta la época de los 60, cuando en el ámbito clínico un grupo de terapeutas observaron la necesidad de tomar en cuenta a todos los integrantes de la familia en el análisis de las dificultades que presentaban algunos de sus pacientes. Por esta razón se consideró a cada integrante de la familia analizando las relaciones, coaliciones y subsistemas. Para los 70 la teoría de los sistemas familiares fue reconocida como un paradigma en el ámbito del análisis familiar no clínico, como la psicología, el trabajo social y la comunicación humana. Actualmente la teoría de los sistemas se enfoca en la familia como un sistema que funciona como un conjunto de personas vinculadas y conectadas, las cuales están en busca de un fin en común. Esta teoría, según Musito (2001), se resume en cuatro principios, los cuales son:

1. *Los fenómenos se estudian como un sistema total y no como entidades independientes:* Este es el punto de partida del sistema y plantea que para poder entender el funcionamiento familiar es necesario analizar todo el conjunto.

2. *El análisis se centra en las relaciones existentes entre los elementos del sistema y entre los distintos sistemas:* Al estudiar al sistema como un todo, se da pie al análisis de las relaciones y las conexiones de las unidades, es decir, para comprender la relación padres e hijos es necesario comprender la relación de la pareja, de los hermanos, etc.

3. *La actividad autodirigida es una de las principales características de los sistemas vivos*: El funcionamiento de los sistemas siempre va acompañado de cambios y evoluciones, lo normal en esto es que se tenga la capacidad de adaptarse a los cambios, de no haberlos podría haber rigidez en la evolución.

4. *La conducta de los sistemas influye en el ambiente y, a su vez, el ambiente influye también en el sistema* –"feedback o retroalimentación". Los sistemas están en constante actividad y movimiento, por lo tanto se relacionan con otros sistemas del ambiente exterior e influyen en la supervivencia y adaptación del mismo. Lo cierto es

que, de acuerdo con esta teoría, existen dos tipos de feedback, el positivo y el negativo. El feedback positivo “es aquella información utilizada para introducir cambios en su funcionamiento” (Musito, 2001: 47) y el negativo “es aquella información del exterior que confirma al sistema que las conductas desarrolladas tienen el efecto deseado y que, por tanto, no es necesario introducir ningún cambio” (Musito, 2001: 47). Es decir, el positivo se refiere al cambio y la evolución del sistema mientras que el negativo a la estabilidad del mismo.

Esta teoría plantea algunos conceptos que es necesario explicar porque facilitan el entendimiento de la misma: sistema, sistema cerrado, sistema abierto, totalidad, autorregulación, equifinalidad, entropía, homeostasis/morfotasis, morfogénesis, límites y fronteras. Para definirlos, se tiene como base el texto de Musito (2001).

- 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 mantiene un sistema unido” (Musito, 2001: 47)

- Sistema cerrado: No hay intercambio con el medio externo y su capacidad de adaptación es poca.

- Sistema abierto: Existe intercambio con el medio externo, se caracteriza por: autorregulación, totalidad y equifinalidad.

- Totalidad: el sistema es comprendido como un todo, por lo que cualquier cambio en alguna de las partes afectará a todo el sistema.

- Autorregulación: Al presentarse cambios en el exterior es necesario modificar la estructura para lograr la estabilidad y equilibrio.

- Equifinalidad: Las situaciones familiares están determinadas por estructuras iniciales diferentes, ya que las condiciones iniciales no siempre producen los mismos efectos, es decir que una situación o acción inicial, así sea igual a otras, no puede predecir o producir los mismos efectos.

- Entropía: Los sistemas cerrados pueden tener caos y desorganización lo cual da pie al cambio; al contrario de éste, el sistema abierto tiende al orden; lo cierto es que cuando en un sistema no existen cambios se produce su muerte.

- Homeostasis/morfotasis: Es la tendencia a mantener la estabilidad.

- Morfogénesis: Es la necesidad del sistema a cambiar con la finalidad de asegurar la supervivencia y el crecimiento; para ello es necesario explorar alternativas, comportamientos y circunstancias. Esto puede darse de dos formas: la primera, en donde se producen cambios en el individuo pero no en la estructura y la segunda, donde cambia todo el sistema.

- Límites y fronteras: Se refiere a la autorregulación de los sistemas; por ello son los que indican qué tan abiertos o cerrados están los sistemas.

En resumen puede decirse que familia entendida como un sistema funciona como un todo, que puede o no relacionarse con los demás sistemas, es decir las demás familias y lo que haga un miembro dentro de alguna de éstas, afectará a la misma provocando cambios que pueden o no ser aceptados y que al darse modificarán la estructura y dinámica familiar, hasta lograr el equilibrio y estabilidad necesarias.

2.2 Tipos de familias

Un aspecto importante que dificulta definir familia es porque su concepción depende de muchos factores como lo son las clases sociales, la edad, las tradiciones, los patrones de conductas, los contextos, los valores, además de que actualmente se ha dado mayor

importancia al individuo. El panorama se ha extendido y actualmente no se puede hablar de un solo tipo de familia, sino de diferentes tipos, entre los cuales Musito (2001) plantea: las nucleares, unipersonales, cohabitación, monoparentales y reconstruidas. El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI)[2] integra a las familias (de las parejas del mismo sexo y a las corresidentes).

Musito (2001) define algunos de estos tipos de familias, los cuales se presentan a continuación con una breve explicación:

- Familia Nuclear: Familia compuesta por un hombre, una mujer y los hijos; ésta es la idea más común de familia y en ella la pareja está unida por el matrimonio.

- Familia Cohabitación: Pareja unida por lazos afectivos sin vínculo legal, se suele decir que es un periodo transitorio antes del matrimonio.

- Familia Unipersonal: Son hogares formados por una sola persona.

- Familia Monoparental: Está compuesta por el padre o la madre que no vive en pareja; puede vivir o no con otras personas, ya sean amigos y padres; además de algún otro.

- Reconstruida o Compuesta: Esta familia se forma después de la ruptura de otra, es decir, de un divorcio o separación, por lo que un padre y una madre rehacen sus vidas en un nuevo hogar, juntan a sus hijos y pueden llegar a tener propios de esa relación.

- Familia Extensa o Ampliada: Formada por más de una familia nuclear, se extiende más allá de dos generaciones y está basada en los vínculos de sangre

[2]El INEGI menciona a las familias como hogares.

de una gran cantidad de personas, incluyendo tíos, abuelos, sobrinos, incluso nietos.

- Familia Homosexual: Según Esteinou (2010) está constituida por la unión de dos personas del mismo sexo, ya sean hombres o mujeres.

- Familia Corresidentes: De acuerdo con el INEGI (2005) está formada por amigos o conocidos sin tener lazos consanguíneos, viven juntos, se organizan y comparten además de la compañía, gastos, tareas y problemas.

Estos son sólo algunos tipos de familias existentes, de las cuales, de acuerdo con el INEGI (2005), en México, son reconocidas las siguientes: unipersonales, nucleares, compuesta o reconstruida, extensa y corresidente. A continuación se presenta una tabla en donde se muestran algunas cifras que indican el porcentaje de tipos de familias existentes en México y el Distrito Federal.

Cuadro N° 4: Porcentaje de familias de México y el DF

Hogares y su distribución porcentual según tipo y clase de hogar para cada entidad federativa 2005							
Entidad Federativa	**Total de hogares**	**Hogares familiares**			**Hogares no familiares**		
		Total	**Nucleares**	**Extensos**	**Total**	**Unipersonales**	**Corresidentes**
México	3,221,617.00	94.3	70.8	23.5	05.5	05.3	00.2
Distrito Federal	2,292,069.00	89.3	64.2	25.1	10.5	09.7	00.8

(Tomado de INEGI 2005. *II Conteo De Población y Vivienda 2005*. Disponible en http://www.inegi.gob.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/)

De acuerdo con los datos del INEGI (2005) podemos ver que en México y en el Distrito Federal los hogares se clasifican en dos grupos: hogares familiares, (que tienen lazos sanguíneos) y los hogares no familiares (los que no tienen lazos sanguíneos).

En el caso de México se puede observar que en total son 3 221 617 hogares, de los cuales el 94.3% son hogares familiares, divididos en un 70,8% nucleares y un 23.5% son extensos; el 05.5% restante se refiere a los hogares no familiares, de los cuales el 05.3% son unipersonales y el 00.2% son corresidentes. Estas cifras nos dejan ver que en primer lugar se encuentran las familias nucleares, después las extensas y por último las unipersonales y las corresidentes.

En el caso del Distrito Federal se observa que hay un total de 2 292 069 hogares, de los cuales el 89.3% son hogares familiares, 64.2% de estos son nucleares; el 25.1% son extensos; mientras que el 10.5% de los hogares no familiares, están compuestos por el 09.7% de familias unipersonales y el 00.8% son familias corresidentes. En estas cifras podemos ver que, al igual que en el resto de México, existen más familias nucleares, le siguen las extensas, luego las unipersonales y por últimos las corresidentes; la diferencia radica en que la cifra entre hogares familiares y no familiares es mayor en el Distrito Federal que en México.

2.3 Ciclo Vital de la Familia

Las familias así como tienen una función, también llevan a cabo un ciclo, es decir, una serie de etapas por las que pasan a lo largo de toda su vida. De acuerdo con Estrada (2003), éstas siguen una trayectoria denominada ciclo Vital de la familia la cual sirve para comprender los momentos por los que pasan sus integrantes, cómo es que se va construyendo desde su inicio hasta su final. Un inconveniente de esta concepción es que podría parecer que se centra solamente en las nucleares dejando de lado los otros tipos de familias. Lo cierto es que aunque no es una forma general de describir las etapas de todos los tipos, sí da un panorama claro del proceso por el que pasan.

Un aspecto importante de mencionar es que, debido a la variación familiar, el ciclo vital cambia de acuerdo con el desarrollo humano, es decir, con la edad, los intereses y funciones de cada individuo. Estas etapas están sumamente relacionadas porque se conforman una con otra y para ello se toman en cuenta criterios como: cambios en la composición familiar, edades, situaciones laborales. El ciclo vital de la familia está compuesto por seis etapas: el desprendimiento, el encuentro, los hijos, la adolescencia, el reencuentro y la vejez; mismas que no necesariamente deben ser vividas por toda familia.

A continuación se presentan las seis etapas del ciclo vital de la familia de acuerdo con Estrada (2006):

- El Desprendimiento: Esta etapa se da en la juventud cuando se busca la pareja ideal, es el inicio de la familia y se da en el noviazgo. Es el momento en el que se da el desprendimiento del individuo de su familia de origen, se da de acuerdo con los apegos desarrollados anteriormente. Es importante porque esta etapa puede dar lugar a una nueva familia.

- El Encuentro: En esta etapa se formaliza el noviazgo para dar lugar a una nueva pareja, una vez que se consolida es momento de adaptarse, renunciar a la vida anterior y reconocerse como cónyuge acoplándose a las nuevas ideas, tradiciones, hábitos, entre otros, para hacer una nueva historia. No es lo mismo la vida de noviazgo a la del matrimonio o pareja, puesto que en el noviazgo solo se convivía por momentos y en el matrimonio convivirá a diario.

- Los Hijos: Con la llegada de los hijos se realizan nuevos cambios, tanto emocionales como físicos, además, de tener cuidado con la relación de pareja, establecer los límites, planificar la familia y la economía. Pueden ser hijos naturales o adoptados.

- La Adolescencia: Esta etapa es de crisis y múltiples cambios tanto para los padres como para los hijos, ya que, se cambia la dinámica familiar, los hijos comienzan a ser independientes modificando así el sistema familiar.

- El Reencuentro: También conocido como “El nido vacío”, en esta etapa los padres pasan de la edad madura a la vejez, los hijos se van a cumplir con su propio ciclo vital, dejando solos a los padres, por ello es importante que éstos acepten su nuevo papel de abuelos y su declinación en relación con sus capacidades físicas. Esta etapa también sirve para que la pareja fije nuevas metas como pareja.

- La Vejez: Es una de las etapas más difíciles de la pareja debido a que deben adaptarse a la incapacidad física y mental, además, que ante la jubilación de uno o de ambos, pueden sentirse incómodos y con poco espacio, por ello es importante establecer nuevas reglas de convivencia. En esta etapa también se vive la muerte de amigos y se da lugar a la vida de abuelos.

Estas etapas mencionadas por Estrada (2003) son importantes porque reflejan el proceso de la vida. La adolescencia, la cual es la primera etapa de desprendimiento, se puede situar al sujeto en la búsqueda de su autonomía, por lo que los padres deben reorganizar sus reglas y sus responsabilidades para así ayudar a sus hijos a desarrollarse, haciéndolos responsables y autónomos. Aquí se verá reflejado qué tanta comunicación existe entre los padres y el adolescente, ya que si se ha estado de cerca con el hijo desde pequeño, se facilitará el desprendimiento, puesto que el adolescente tendrá la confianza de externar lo que siente y necesita.

La cuarta etapa del ciclo vital de la familia, nombrada adolescencia, es en ésta en donde se confirmará qué tanto se ha enseñado y brindado la confianza de comunicarse. En esta etapa, los hijos están vulnerables y ambivalentes debido a los múltiples cambios por los que pasan. Ellos se encuentran irritables y en el peor de los casos, se

aíslan de los padres, lo cual implica un factor de riesgo que podría arrojarlos a la delincuencia, las adicciones, los embarazos no deseados, y otras problemáticas.

El hecho de hacer énfasis en estas dos etapas no quiere decir que las otras no sean importantes, sólo que se considera son las primordiales para el desarrollo del presente estudio, aunque cabe mencionar que la comunicación entre padres y adolescentes no es un proceso que se empiece en estas etapas sino que se debe practicar día con día, para lograr tener una dinámica familiar en donde haya respeto, confianza y amor.

2.4 Estructura familiar

Al referirnos a los sistemas familiares se puede decir que cada familia se relaciona mediante dinámicas distintas, es decir, sus miembros interactúan unos con otros y desempeñan sus funciones de acuerdo con el papel que ocupan dentro del sistema. Gervilla (2003) señala que el papel que juega cada individuo se denomina estructura familiar y está compuesta por subsistemas (los individuos son subsistemas en el interior de la familia), los cuales pueden relacionarse por diadas, roles, género, jerarquías, intereses, funciones, etc. Los tres subsistemas predominantes del sistema familiar son: subsistema conyugal, subsistema parental y subsistema filial o fraternal. A continuación se explicará cada uno de estos.

El subsistema de marido y mujer, denominado subsistema conyugal, o bien el de la pareja, se forma cuando las personas se unen para formar una familia pues desean compartir sus vidas, intereses, gustos, metas y objetivos.

El subsistema parental, (los padres) está compuesto por las personas del subsistema conyugal y comienza al nacer el primer hijo. El subsistema parental es el que determina las reglas del hogar y los límites con los que se regirá la familia y deben irse adaptando de acuerdo con los cambios que produce la llegada de un nuevo miembro (hijo) para que se logre un equilibrio.

El subsistema filial o fraterno está formado por los hijos de la pareja (también conocidos como cónyuges), se refiere a la relación entre hermanos.

Estos son los subsistemas representativos dentro de un núcleo familiar, cabe mencionar que pueden interactuar unos con otros dependiendo de las situaciones, lo importante es que cada quien se identifique con su rol, lo ejerza y sea responsable del mismo.

2.5 Padres de familia

En definitiva, no todas las personas somos iguales, siempre en algún aspecto suelen existir. Lo mismo sucede con los padres, los cuales debido a su educación, cultura y contexto son de una u otra forma y esto lo reflejan e inculcan a sus hijos al educarlos.

De acuerdo con Bermejo y Magaña (2007), uno de los sentimientos predominantes en los padres son los miedos. Los miedos están fundados en qué es lo que pasa cuando están lejos de sus hijos y no pueden protegerlos, por ejemplo, de las drogas, el sexo y la violencia. Estos problemas, de acuerdo con el INEGI (2005), son más frecuentes en los adolescentes: el 21% de éstos son fumadores, el 3.6% dicen consumir alcohol diariamente o por lo menos una vez por semana, el 45% de de las jóvenes forman parte de las mujeres que han tenido al menos un hijo vivo; también se nos señala que 51 de cada 100 delincuentes por robo o asesinato son jóvenes.

Otro de los sentimientos que tienen con frecuencia los padres es el de culpabilidad, ésta surge cuando ven que sus hijos no son lo que ellos quisieran, se preguntan qué fue lo que hicieron mal o en qué se equivocaron al educar a sus hijos.

El sentimiento de inutilidad lo presentan los padres al ver que los hijos ya no se refugian en ellos como antes, ya no les cuentan sus cosas y ven cómo sus hijos se alejan de ellos lo que ocasiona que los padres se sientan inútiles para los hijos. Por

último, otro sentimiento es el de la desesperación causada por la inmadurez de los hijos la cual causa impaciencia de los padres para entender a su hijo que está pasando por diversos cambios.

Estos son sólo algunos de los sentimientos que pueden tener los padres, aunque depende de las características de los padres cómo estos sentimientos se reflejan en la relación familiar. A continuación se describirán algunas características de los tipos de padres que, de acuerdo con Bermejo y Magaña (2007), pueden ser factores determinantes en la relación padres-adolescentes y por tanto en la comunicación entre los mismos. Estos autores clasifican a los padres en: padres perfeccionistas, despreocupados, ambivalentes, equitativos, culpabilizadores y miedosos.

- Padres perfeccionistas: Este tipo de padres suelen ser exigentes, rígidos e inflexibles con sus hijos, no permiten ningún tipo de discrepancia. Bermejo y Magaña (2007) mencionan que suelen percibirse como fuera de control sobre su vida y es por ello que piensan que al gritar, imponer y amenazar lograrán controlarse a sí mismos y controlar lo que les rodea. Este tipo de padres desvalorizan los logros que sus hijos llegan a tener pues siempre están esperando más y más sin pensar en el trabajo o esfuerzo que sus hijos pueden haber desempeñado; en general, son personas que evitan ver las consecuencias emocionales que sus exigencias pudiesen provocar en el desarrollo de sus hijos; son poco empáticos y les cuesta trabajo aceptar las críticas.

  Generalmente los hijos de este tipo de padres suelen tener conductas dependientes y de rebeldía, debido a que ocultan sus sentimientos, reprimen la rabia y el rencor que les puede provocar la actitud de sus padres; lo cual ocasiona irresponsabilidad y desmotivación por lo que hacen, son poco razonables, es decir, actúan sin pensar y obedecen solo ante la figura de autoridad.

- Padres despreocupados: Se caracterizan por ser pasivos, es decir no establecen normas que garanticen la convivencia familiar; ya que no les preocupa el comportamiento de sus hijos a menos que llegue a perturbar el orden, por lo que son pocas las veces que corrigen alguna conducta. En este caso es escaso el soporte emocional que brindan a sus hijos, es decir, no demuestran sus sentimientos a los hijos, dando pie a que no tengan las herramientas necesarias para formar su autoconcepto y su valor personal. A los padres despreocupados se les complica establecer diálogos y conversaciones familiares. Los hijos de este tipo de padres pueden ser personas egocéntricas y desobedientes, además de que les cueste trabajo compartir; en ellos predomina la ambivalencia entre la libertad de hacer lo que quieran y el sentimiento de falta de protección. También suelen sustituir a sus padres por algún hermano, primo, familiar o conocido que sea cercano y se interese en él.

- Padres ambivalentes: Este tipo de padres suelen ser inestables y cambiantes, es decir su relación para con sus hijos está determinada por el estado de ánimo en el que se encuentren, por lo que pasan de ser permisivos a represivos; no tienen una postura definida y se dejan llevar por el sentimiento que sienten en el momento; un día pueden poner reglas rígidas y al otro haberlas olvidado, por ello los hijos crecen inestables e inseguros, además de tener conflictos para reconocer y seguir normas y límites. Los hijos de este tipo de padres no tienen un modelo conductual claro a seguir, no temen ni valoran a sus padres y su comportamiento supone falta de hábitos y de esquemas mentales precisos.

- Padres equitativos: Estos padres son justos y democráticos, suelen pedir a sus hijos lo equivalente a lo que ellos les dan. Al establecer normas y límites negocian con sus hijos para reflexionar las causas y consecuencias de las mismas, son flexibles y comprensivos, toman en cuenta los intereses, opiniones y necesidades de ambos. Educan con la finalidad de formar personas autónomas, críticas, empáticas, tolerantes y responsables; afrontan los problemas buscando la mejor solución en

consenso mediante el diálogo y la comunicación asertiva; poseen control sobre sus emociones, son protectores e impulsan a sus hijos a esforzarse por cumplir sus metas y resolver sus problemas afrontando las consecuencias de sus actos. Los hijos de estos padres demuestran conductas de equilibrio, seguridad, responsabilidad, además de tener buena autoestima.

- Padres culpabilizadores: Por lo general este tipo de padres son chantajistas y manipuladores, pues al no obtener o ver la actitud deseada en sus hijos suelen recurrir al soborno para conseguir lo que creen es lo mejor, lo cual provocará que el hijo, por sentirse culpable, actúe como el padre quiere, provocando sentimientos de poca valía y sin ningún sentido de respeto. Este chantaje emocional da pie a una "transferencia implícita de que el cariño, y en general, los sentimientos son comerciables y pueden usarse como moneda de cambio para conseguir lo que uno quiere" (Bermejo y Magaña, 2007:26). Por lo tanto los hijos al ver estas conductas suelen repetirlas continuamente, dado lugar a conductas caprichosas que son poco favorables para el desarrollo de las personas.

- Padres miedosos: Son aquellos padres protectores, que se alarman por cualquier cosa o situación y suelen transmitírselo a sus hijos; los padres ante el temor pierden objetividad. En realidad lo que pudiese ser protección se transforma en sobreprotección, evitando que los hijos se enfrenten a situaciones que para los padres son peligrosas aunque no lo sean; estas conductas provocan que los hijos crezcan con sentimientos de poca valía, incapaces de resolver sus problemas, ya que al no experimentar situaciones nuevas se les dificulta adquirir estrategias y por ello su desarrollo se ve afectado y ante algún conflicto se bloquean y no saben resolverlo.

Tal y como lo mencionan los autores mencionados existen características específicas que diferencian a unos y otros padres, lo cual deja ver las diversas concepciones acerca de la forma en que ellos ven el respeto, amor, educación, etc. Es decir poseen e

inculcan valores de acuerdo con la manera en que ellos fueron educados y cómo ellos creen que es mejor. Definitivamente el hecho de ser de una u otra forma puede ocasionar conductas adecuadas o inadecuadas en los hijos más aun en la edad de la adolescencia, ya que como he mencionado, es una edad de transición en la cual los adolescentes están formando su identidad.

En resumen, se puede decir que la familia es considerada como un todo, que funciona como un sistema en el que si alguno de sus integrantes realiza algo, interfiere en las demás personas ya sea para bien o mal, dando lugar a un cambio y evolución que, dependiendo de la situación, puede mantenerse en equilibrio o no. Esto se da dependiendo del tipo de familia existente, es decir, si es una familia nuclear, monoparental, unipersonal, en cohabitación, entre otras. Finalmente, todas las familias deben seguir reglas, límites, además de poseer ciertas características que las distingue y hace que sean y se comporten de diversas formas. Cabe destacar el hecho de que las familias también siguen un ciclo vital en el cual nacen, crecen, se reproducen y mueren; todos estos factores son determinantes en el presente trabajo, pues son determinantes para que exista una adecuada o inadecuada comunicación entre padres y adolescentes, quienes son fundamentales en la composición familiar, debido a que la historia y las características predominantes en su núcleo las forman y desarrollan de una u otra manera, permitiendo así que los adolescentes construyan su personalidad.

Capítulo III

El adolescente en transición a la juventud

En la vida de los seres humanos, todos pasamos por un ciclo vital en el cual nacemos, crecemos, nos reproducimos y morimos; pero además, dentro de este ciclo también existen etapas, las cuales son de gran importancia para el pleno desarrollo de los individuos. Una de esas etapas es la adolescencia, etapa de desarrollo que afortunadamente en la actualidad ha sido retomada y analizada por diversos autores quienes, sin lugar a dudas, han aportado novedosos conocimientos que ayudan a adentrarnos y comprender los cambios que se presentan en todos los individuos y que dan pie a establecer la personalidad de los adolescentes.

En este capítulo se abordarán las aportaciones que a esta temática algunos autores han hecho. La finalidad consiste en identificar qué relación tiene la etapa de la adolescencia con la comunicación entre los padres e hijos adolescentes de 13 a 15 años. Para ello, se considera importante retomar las aportaciones en torno a los procesos por los que pasan los adolescentes, procesos que podrían influir en los conflictos que se presentan en esta edad con los padres. Algunos de los aspectos que se relacionan con la adolescencia y se retoman en el presente capítulo, son: definición de la adolescencia, sus etapas, los duelos, posibles conflictos, además de los cambios físicos, sociales y biológicos propios de ella.

Para concluir con este capítulo, se plantea la interrogante ¿qué posibilidades hay de que haya o no comunicación entre padres e hijos adolescentes? Para responderla se retomarán además de algunas características propias de la etapa adolescente, características de las familias y del proceso de la comunicación, mismos que servirán de base para analizar la temática planteada.

3.1 ¿Qué es la adolescencia?

Al abordar esta interrogante, resulta interesante recordar que al hablar de adolescencia es importante reflexionar sobre la infancia y la edad adulta. La infancia es el punto de referencia y sienta las bases que ayudarán a identificar las causas y consecuencias de la vida que pueden tener los adolescentes, porque lo que sucede con el sujeto en su pasado puede ser significativo en su presente. Hablar de la edad adulta es necesario para mirar hacia el futuro y vislumbrar hacia dónde concluye la adolescencia. Por lo tanto, al identificar los antecedentes de la adolescencia y, por decirlo de alguna forma, el futuro, se puede analizar con más claridad lo que es la adolescencia y todo lo que esta etapa conlleva.

La adolescencia es una etapa por la que todos pasamos, tal y como lo menciona Araujo (2004): es la "transición entre la niñez y la juventud" en la cual los individuos se desarrollan en todos los sentidos, tanto en los aspectos físicos, sociales, psicológicos y biológicos; es decir se transforman por completo, lo que les brinda las bases para alcanzar la madurez. Esto es lo que en teoría sabemos acerca de la adolescencia, lo cierto es que todos hemos visto o estado en contacto con un adolescente y la hemos vivido, lo cual nos permite percatarnos de las grandes controversias por las que se pasa a esta edad, los sentimientos, las ambivalencias y, por supuesto, los cambios que se experimentan en muchos sentidos.

De acuerdo con todo esto, podemos darnos cuenta que en esta edad los adolescentes son muy vulnerables y es preciso identificar todos esos aspectos por los que pasan, para de alguna forma comprenderlos y ayudarlos para que en lugar de sufrir su adolescencia la disfruten y puedan lograr una madurez plena, es decir, orientarlos para evitar que tengan problemas graves.

Castillo (2006) menciona que la adolescencia es un "periodo de crecimiento especial" que da paso a la edad adulta y que es en este proceso cuando se presentan notables

cambios en los niños, ya que dejan de serlo para convertirse en adultos. En este transitar suelen tener grandes conflictos porque, como todos sabemos, hasta ese momento los padres han educado a sus hijos inculcándoles valores, hábitos, reglas, etc.; los cuales podrían garantizar una buena calidad de vida. Sin embargo, en esta etapa los adolescentes modifican sus conductas porque empiezan a descubrir su propio yo que dará pie a la autoafirmación de su personalidad.

Además de Castillo (2006), otros autores como Aberastury (2003), Bermejo y Magaña (2007), señalan qué sucede a lo largo de la adolescencia, y resulta importante entender que la adolescencia es un periodo significativo en el desarrollo de los seres humanos ya que conlleva cambios físicos, psicológicos, sociales, culturales, intelectuales y emocionales; podría decirse que es como un puente que lleva al niño a la edad adulta, lo que le permitirá modificar sus intereses, gustos, hábitos y relaciones.

Para abordar de forma más clara y detallada esta temática, algunos autores han dividido la adolescencia en etapas o fases, las cuales serán abordadas en el siguiente apartado.

3.2 Los cambios y las etapas de los adolescentes

Como se mencionaba en el apartado anterior, los adolescentes pasan por diferentes procesos, los cuales transforman su vida y la de las personas que los rodean. Esto es, se enfrentan a grandes cambios que van desde los aspectos físicos, psicológicos hasta los emocionales que son considerados importantes para el desarrollo integral de los adolescentes; además, dependiendo de los cambios que se den, pudieran ser factores que influyen en conflictos y desacuerdos entre padres e hijos, puesto que es una etapa de la vida en la que se busca la independencia que puede convertirse en un factor que, si no es compartido por los padres, puede ser una fuente de conflicto importante entre ellos llegando a ocasionar su separación.

Este proceso de transición de los adolescentes se caracteriza por una serie de cambios los cuales, de acuerdo con Bermejo y Magaña (2007), están divididos u organizados en etapas o fases. Estos autores establecen que la adolescencia comienza entre los 11 y 12 años de edad y termina entre los 18 y 20 años; dividen la adolescencia en tres fases o etapas: pubertad, adolescencia media y adolescencia tardía.

La primera etapa, la pubertad, va de los 11 a los 12 años y es la etapa en donde se dan los primeros cambios físicos y temperamentales. La segunda etapa es la adolescencia media que comprende de los 13 a los 15 años de edad; en ella se observa el aislamiento y la importancia de pertenecer a un grupo. La tercera etapa, la adolescencia tardía, va de los 15 a 18 años y aquí se inicia el final de todos los cambios tanto físicos como emocionales propios de la adolescencia.

Castillo (2006), divide la adolescencia en tres fases o momentos de la maduración, plantea que la pubertad o adolescencia inicial va desde los 11 a los 13 años de edad en las mujeres y de los 12 a los 14 años en los hombres; la adolescencia media, que abarca en las mujeres de los 13 a los 16 años y en los hombres de los 14 a los 16 años; y por último la adolescencia superior, que va de los 16 a los 20 años en las mujeres y en los hombres de los 16 a los 21 años de edad.

Cabe mencionar que aunque las edades propuestas en cada fase por los autores varían un poco, los cambios y las manifestaciones propias de la adolescencia son similares, por ello se han considerado las más comunes y en las que podrían identificarse posibles factores para que exista una adecuada o inadecuada comunicación con los padres. La comunicación con los padres puede verse afectada porque a lo largo de estas etapas se presentan modificaciones corporales que provocan dudas e inquietudes. Se da con mayor peso la búsqueda de la identidad, la consolidación de valores, la necesidad de pertenencia y de independencia. Todo esto, sin lugar a dudas, ocasiona alteraciones que influyen en la convivencia con los padres. Una de las principales características de la adolescencia media es de acuerdo con Bermejo y Magaña (2007), que se presenta con mayor frecuencia el aislamiento de los

adolescentes y por ende es cuando tiende a darse la incomunicación con los padres, dando así lugar a que los adolescentes estén en riesgo de adentrarse en problemas como drogadicción, alcoholismo, y otros.

La pubertad, es una fase que suele confundirse con la adolescencia, por ello es importante aclarar que la adolescencia significa el paso a la edad adulta y la pubertad hace referencia a una sola fase que hace posible el paso de la niñez a la adolescencia (Castillo, 2006). En esta fase, el púber no deja de ser niño por completo sino más bien está empezando con el proceso para dejar de serlo, por lo que empieza a madurar en todos los aspectos físicos y psíquicos, lo cual le provoca admiración y sorpresa ya que no comprende el porqué y para qué de los cambios; se le presenta un sentimiento de inseguridad, se da cuenta de sus limitantes y por ende de sus debilidades.

Además, en esta fase se presenta "un fenómeno de maduración anatómico-fisiológica en el que se ponen las bases para la transformación del organismo infantil en un organismo adulto" (Castillo, 2006:65). Estos cambios se centran principalmente en los aspectos físicos, como son: la aparición de los caracteres sexuales secundarios, tales como: la aparición del vello pubiano y axilar, la transpiración axilar, en los hombres el crecimiento de los testículos y del pene, además de la primera eyaculación; en las chicas el crecimiento de los senos y la primera menstruación. Estos cambios indican la maduración sexual, es decir, que están listos para procrear.

Todos estos cambios se producen dependiendo del ritmo biológico de cada individuo. Por esta razón, existen adolescentes de 12 años con un cuerpo de mujer y otras de la misma edad con un cuerpo que aún no se ha desarrollado plenamente; esto puede suceder de igual forma en los hombres, lo cual puede llevar a comparaciones entre adolescentes dado que es común se preocupen por la apariencia, es decir cómo los ven los demás.

También en esta fase se observa el desarrollo de la capacidad del pensamiento abstracto y hasta cierto punto la sistematización de las ideas, sentimientos e

imaginación. Otro aspecto importante, más de índole psicológico es que se presenta un desequilibrio emocional reflejado en irritabilidad constante.

Una vez que se ha alcanzado la pubertad y se comprende que ya no se es niño puesto que su cuerpo ya cambió, empieza el rechazo por todo aquello que les parezca infantil; es entonces cuando se comienza con la segunda etapa o fase de la adolescencia, la llamada adolescencia media. Esta fase es el momento en que los adolescentes empiezan a separarse de sus padres, se aíslan y tienen la necesidad de buscar su propio yo que en ocasiones no tiene nada que ver con el yo idealizado que los padres les inculcaron, ya que empiezan a formar su propio criterio. Tal y como lo menciona Castillo (2006), es aquí en donde se observa la ruptura total con la infancia, por lo tanto empiezan los nuevos comportamientos, es decir del "despertar del yo se pasa al descubrimiento consistente del yo" (Castillo, 2006:59).

En esta fase, el cuerpo del adolescente sigue adquiriendo la forma física de un adulto; además que la maduración mental ya corresponde a un nivel alto, tienen capacidad para el pensamiento abstracto, pueden reflexionar, ser más críticos; aunque aún no llegan a ser tan objetivos.

Algo sumamente significativo en esta edad es que en este momento surge en los adolescentes la necesidad de amistad y amor, lo cual los lleva a formar grupos mixtos, salir a reuniones, dan mucha importancia a la lealtad y a la confianza, además de la identificación con los amigos y suelen surgir las primeras relaciones de pareja. Todo esto puede ser la causa del mutismo por parte de los adolescentes frente a los padres, pueden permanecer horas callados, lo cual podría ser porque no tienen nada qué decir o porque simplemente no quieren comunicarles a sus padres sus sentimientos, ya sea por el miedo a ser juzgados o a ser regañados y castigados.

Al contrario de lo que pasa con los padres, los adolescentes en su grupo de amigos se muestran más comunicativos y se hacen confidentes unos de los otros; es decir, en esta fase se presenta el afán por pertenecer a un grupo. Como se mencionaba en un

principio, esta es la etapa crucial en donde es muy marcado el aislamiento de los adolescentes de sus padres y cuando más vulnerables se vuelven, ya que al no comunicarse con sus padres es poco probable que éstos se enteren de qué es lo que les está pasando a sus hijos y por ende hay pocas posibilidades de ayudarlos.

Por último, se presenta la tercera fase, la adolescencia superior, en la cual es probable que se recupere el equilibrio. Todo vuelve a la calma, el adolescente se comprende, se siente y se ve como parte del mundo y lo mejor es que deja atrás el aislamiento. Es por ello que esta fase se caracteriza por los valores tanto morales como espirituales que les permiten tomar conciencia del significado de la vida, por lo que se considera que el adolescente está listo para tomar sus propias decisiones con sentido de responsabilidad.

Estas son las etapas o fases en las que se ha dividido a la adolescencia y que sin lugar a dudas dejan claro los grandes procesos y cambios por los que se pasa en la adolescencia.

3.3. Adolescencia ¿independencia y seguridad?

A lo largo de este capítulo se han abordado algunas de las características principales de los adolescentes, el qué, cómo y cuándo les suceden esos cambios, así como el impacto que éstos les pueden causar ya sea de forma favorable o no.

Es por ello que una vez que se han abordado estos aspectos, se posibilita el análisis de los posibles factores que influyen en la comunicación de los adolescentes de 13 a 15 años, etapa que según Bermejo y Magaña (2007) es reconocida como la adolescencia media y en la cual se presenta con más frecuencia el aislamiento de los adolescentes con sus padres.

Es importante resaltar entonces que en esta etapa la relación de los padres con los adolescentes toma un nuevo rumbo, él ya cuenta con sus propias ideas, producto de sus cambios cognitivos y, con frecuencia, deja de lado los valores, hábitos, normas, tradiciones y creencias que durante la infancia los padres le había inculcado, como un mecanismo que les permite buscar sus propios intereses.

Todo esto ocasiona desorientación por ambas partes, en los padres porque ahora los adolescentes ya no los ven como la autoridad, ni como poseedores de la verdad, sino que se encuentran ante la búsqueda de sus propias ideas y por lo tanto quieren libertades. Es aquí en donde tanto el adolescente como los padres viven duelos (Aberastury, 2003). Por su parte, éstos viven el duelo por su cuerpo infantil y por la aparición de la menstruación en las mujeres y el semen en los hombres. Los padres, por su parte, sufren los duelos por la pérdida del cuerpo del niño, por la identidad y mucho más por la pérdida de la dependencia infantil hacia ellos.

Lo anterior da lugar a ambivalencias por ambas partes, puesto que los padres exigen a sus hijos adolescentes responsabilidad y obediencia digna de un adulto y éstos piden independencia y seguridad entendida como la estabilidad de sus necesidades básicas, como lo son la comida, ropa y vivienda, es decir los aspectos materiales. Asimismo, de acuerdo con Castillo (2006), es importante dejar que los adolescentes reafirmen el sentimiento de sí mismos y la valorización del yo, que los haga capaces de enfrentar y solucionar cualquier problema que se les presente, dándoles la oportunidad de aprender de sus propias experiencias, lo cual da pie a que se sientan parte del mundo y logren seguridad, autoestima y autonomía, que los ayude a conocerse y ver que son capaces de ser y hacer lo que más les convenga, es decir, que tomen sus propias decisiones y sean responsables de las posibles consecuencias.

Es importante mencionar que el hecho de permitir que los adolescentes formen su personalidad con base en sus experiencias, evitando transmitirles inseguridades y sobreprotegerlos, resulta favorable para su desarrollo pero es fundamental que los padres adopten una actitud positiva que ayude a ellos en cierta medida. Esto significa

que no porque en esta etapa ellos se aíslen de los padres y se preocupen más por su grupo de amigos y hasta de las parejas sentimentales, los padres deban alejarse por completo de sus hijos, más bien deben guiarlos, informarlos y orientarlos respetando su integridad personal.

De acuerdo con lo anterior, según Castillo, (2006) se considera fundamental valorar que los principales problemas a los que se enfrenta el adolescente son: saber cómo puede aprender a valorarse y valerse por sí mismo, así como adaptarse a nuevas situaciones; tomando en cuenta que esto puede ser diferente en cada individuo dependiendo el contexto familiar, ambiental y social en el que se desarrolle.

Lo anterior se relaciona con la madurez o inmadurez del adolescente, que no necesariamente es bueno o malo simplemente deja ver que está en la búsqueda del equilibrio y por ende de su estabilidad. Ésta puede verse reflejada en conductas ambivalentes de dependencia-independencia que pueden ser motivo de dificultades con los padres, lo que no es malo puesto que surge en todos éstos y contextos debido a las diferencias biológicas, psicológicas y generacionales, lo cual explica la dificultad de entendimiento y comunicación de ambas partes.

Cabe mencionar que la deteriorada relación de los adolescentes con sus padres, se ve reflejada en rebeldía, que no es más que la protesta contra las reglas impuestas por los padres desde la infancia, mismas que dejan de funcionar para ellos que se encuentran en transición a la adultez, por lo que resulta necesario adaptar las condiciones y las reglas, fortalecerlas y brindarles la independencia y la seguridad que necesitan, es decir, que los padres tienen que darles la oportunidad de discernir lo que les conviene y lo que no les conviene, la posibilidad de tomar sus propias decisiones y por ende la responsabilidad de sus actos. Para lograr esto es fundamental que los padres tengan una actitud de respaldo y no de sobreprotección, lo cual sin lugar a dudas ayudará a que viva esta etapa con más tranquilidad y menos riesgos.

Capítulo IV

La comunicación entre pedagogo, padres y adolescentes en la educación secundaria

Como se ha mencionado la adolescencia es una etapa de la vida en la cual se presentan cambios físicos y psicológicos que se pueden ver reflejados en los planos emotivos, sociales e intelectuales, tanto del hijo adolescente como de los padres e interfieren en diversos aspectos de la vida, tal es el caso de la comunicación familiar.

En esta etapa los adolescentes necesitan reafirmarse viviendo nuevas experiencias, en las que manifiestan comportamientos que pueden ocasionar conflictos a sus padres al asumir actitudes desconocidas, de oposición, rebeldía, desobediencia, entre otras; provocando el enojo y frustración de éstos, lo cual los hace actuar con respuestas aprobatorias o por el contrario de críticas.

Los adolescentes tienen la necesidad de buscar su independencia y aprobarse a sí mismos, aunque para ello tengan que romper con la estabilidad familiar, la cual es momento de reestructurar y equilibrar de forma que permita el desarrollo de todos los integrantes.

Regularmente en esta situación familiar se presentan cuatro principales conflictos que van orientados a temas de autoridad, ideología, afectividad y sexualidad, mismos que podrían aminorarse con serenidad, discreción, firmeza y respeto; actitudes que podrían reforzar las relaciones de padres e hijos, además del proceso de comunicación que, de acuerdo con Julien (2007), se refleja en el diálogo entre ambos y es un premio para la labor formativa de los padres y signo de éxito en tanto es muestra del trabajo acertado a lo largo de los años anteriores de su hijo. En ocasiones, si esto no se ha fomentado desde la infancia, resulta complicado se dé repentinamente hasta esta etapa adolescente. Estos son los principales conflictos que se retomaran en el presente capítulo.

Como último punto del capítulo se presenta de forma breve el papel del pedagogo en la educación secundaría en la que se encuentra inmerso el adolescente, para ello, se retoman algunos puntos mencionados en el Plan Nacional de Desarrollo 2007-2012 y el Plan de Estudios de la Educación Básica 2011, los cuales sirven para determinar los objetivos de los trabajadores de la educación. También se presentan dos posibles campos laborales dentro de este nivel educativo que puede desempeñar el pedagogo, los cuales son la docencia y la orientación, ambos en apoyo y colaboración al fomento y mejora de la comunicación entre padres y adolescentes; todo esto con el fin de prevenir posibles riesgos de problemas como: adicciones, delincuencia, deserción y bajo rendimiento escolar. Este punto final lo enfatizo para retomar la formación pedagógica que llevé a lo largo de cuatro años en la Universidad Pedagógica Nacional.

4.1 La comunicación entre padres e hijos adolescentes

Para comenzar con este apartado es importante recordar que la adolescencia es una etapa transitoria o bien el puente entre ser niño y ser adulto; es fundamental para el desarrollo de los individuos, ya que los diversos cambios por los que están pasando influyen en la comunicación de los adolescentes con sus padres.

A los adolescentes se les dificulta hablar con sus padres, contarles sus problemas e inquietudes; esto se puede presentar a lo largo de la etapa adolescente, sin embargo, de acuerdo con Bermejo y Magaña (2007), es más frecuente en la adolescencia media que va desde los 13 hasta los 15 años de edad. En ese momento es cuando sus destrezas comunicativas para con sus padres se ven deterioradas; debido a que comienzan a ver la autoridad como un desafío, ocasionando rebeldía ante las normas del hogar. Además que, según Bermejo y Magaña, es la etapa en la que se preocupan más por pertenecer a un grupo de amigos con los cuales se identifican y por ello se sienten con más confianza de conversar y confiar.

Lo anterior les pasa a los adolescentes, pero ¿qué pasa con los padres? Ellos por su parte también tienen dificultades. Como menciona Aberastury (2003), al igual que sus hijos atraviesan el duelo por la pérdida de sus niños y se les complica aceptar que sus pequeños están creciendo. Debido a esto y como la familia que son deben reestructurar sus reglas y adaptarlas a las nuevas necesidades que se les presentan a ambos.

Bermejo y Magaña (2007) mencionan que a los padres se les complica relacionarse y comunicarse con sus hijos adolescentes porque no saben si aconsejarlos, explicarles o juzgarlos y, ante el temor de equivocarse, pueden alejarse de ellos o por el contrario invadir su privacidad. Sin embargo, no por ello deben alejarse por completo de ellos, sino por el contrario resulta importante buscar oportunidades para comunicarse, para ello sería conveniente involucrarse en las actividades que les gustan, pero siempre dándoles su espacio. Muchas veces la poca comunicación que existe con los hijos no es la adecuada puesto que es difusa, porque generalmente es para transmitirles los puntos de vista propios, para regañarlos, o convencerlos que hagan lo que los padres desean y piensan que es lo mejor; esto dificulta aún más la comunicación y provoca que se aíslen aún más.

Se recomiendan tres puntos a los padres para establecer una adecuada comunicación con sus hijos adolescentes: ser positivos, hablar lo necesario y preguntar lo indispensable. A continuación se explicarán de forma breve.

Ser positivos: Procurar más que corregirlos enseñarles los pros y los contras de las cosas, tomando en cuenta que nadie escarmienta en cabeza ajena y que también de los errores pueden aprender. Además de poner atención en sus aciertos más que en sus errores, porque resulta contraproducente estar recalcando sus fallas y puede causar que se alejen aun más.

Hablar lo necesario: muchas veces los adolescentes preguntan, esperando respuestas sencillas por lo que no es necesario extenderse y explicar de más lo que no se ha preguntado.

Preguntar lo indispensable: En esta etapa no les gustan del todo los interrogatorios, porque piensan que los están juzgando, lo que ocasiona respuestas nulas o faltas de respeto; incluso suele suceder que preguntarles algo y responderse solos sin dejar hablar al adolescente.

Estos puntos se deben tomar en cuenta para comunicarse de forma eficaz con los adolescentes, sin embargo cabe mencionar que si bien en esta etapa se ve afectada la comunicación entre padres e hijos, resulta fundamental que desde los primeros años de vida se haya establecido e inculcado este proceso comunicativo, es decir brindado la confianza y el respeto a cada integrante de la familia, lo cual reforzará la capacidad del adolescente de expresar sus sentimientos y no aislarse por completo de los padres, evitando así diversos problemas. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Juventud del 2005, realizada por el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE) “A mayor comunicación entre padres e hijos, mayor autoprotección de los jóvenes en sus relaciones”, es decir, el fomento de la comunicación puede garantizar una mejor calidad de vida a las personas.

4.2 El pedagogo en la educación secundaria y el fomento de la comunicación entre padres e hijos adolescentes

A lo largo del presente trabajo se ha analizado el tema de la comunicación entre padres y adolescentes. Esto permite contar con fundamentos teóricos que plantean algunos factores determinantes para que sea adecuada o inadecuada y así tener un panorama más amplio. Además también se han mencionado algunas de las posibles consecuencias que pudieran presentarse debido a la deficiencia de ésta, por ejemplo: adicciones, embarazos no deseados, delincuencia, fracaso escolar, deserción escolar, bajo rendimiento académico, entre otras.

El problema de la falta o inadecuada comunicación pudiese ser abordada por los pedagogos, ya que recordemos que la pedagogía, a lo largo del tiempo, ha atravesado

por múltiples cambios en cuanto a su concepción y labor pero actualmente sabemos que la pedagogía se encarga de un abanico de posibilidades y es concebida como: un arte, una ciencia, una disciplina, una teoría, entre otras.

Lo cierto es que la pedagogía “interviene en la educación con la finalidad de legitimar y mejorar los ideales y las prácticas educativas, es decir, se trata de una acción de intervención (...) que pretende legitimar y mejorar los ideales, las prácticas, las intenciones y las actividades educativas” (Fernández, Ubaldo y García, 2009:15); es decir, está enfocada hacia todo lo relacionado con la educación, procurando así, mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje; para ello, se elaboran proyectos y programas dirigidos a sectores sociales, que van desde la educación de jardines en niños, primarias, secundarias, bachilleratos, hasta universidades.

Por lo tanto, si la pedagogía está encargada de los fenómenos de la educación y para ello se enfoca en proveer contenidos, procedimientos, teorías, métodos, etc., que sean dinámicos y prácticos; se puede decir que un pedagogo al estar capacitado para trabajar en cualquier nivel educativo tiene la oportunidad de intervenir con proyectos o programas que prevengan, ayuden o incluso mejoren la comunicación entre padres y adolescentes. También, cabe mencionar que éste puede ejercer su profesión como docente u orientador, lo cual indica que no sólo puede proponer proyectos sino que puede ponerlos en práctica.

De acuerdo con lo anterior se puede decir que el ámbito del pedagogo es muy amplio, y por ello también puede intervenir en la problemática planteada a lo largo del presente trabajo: la comunicación entre padres y adolescentes. Tomando en cuenta que los adolescentes, (quienes son unos de los personajes principales del problema) debido a su edad y etapa de vida, están insertos en la educación secundaria, la cual se constituye en uno de los campos de trabajo en los que puede laborar un pedagogo ya sea como docente u orientador.

A continuación se explicarán las labores que se desempeña en cada uno de estos trabajos.

Docente: es el encargado de planear e implementar el currículo escolar siendo así la guía de los alumnos, apoyándose en el contexto social, cultural y, el más importante, el familiar de sus alumnos. De acuerdo con el Plan de Estudios para la Educación Básica (2011) “se debe renovar el pacto entre los diversos actores educativos, con el fin de promover las normas que regulen la convivencia diaria, establezcan vínculos entre los derechos y las responsabilidades, y delimiten el ejercicio del poder y de la autoridad en la escuela con la participación de la familia” (SEP, 2011: 37). Este objetivo es reforzado con el Plan Nacional de Desarrollo 2007-2012 cuando se menciona que “una educación de calidad significa atender e impulsar el desarrollo de las capacidades y habilidades individuales, en los ámbitos: intelectual, afectivo, artístico y deportivo, al tiempo que se fomenten los valores que aseguren una convivencia social solidaria y se prepara para la competitividad y exigencias del mundo del trabajo” (Presidencia de la República, 2007). Es decir, un docente de educación secundaria, no solo tiene la responsabilidad de enseñar los contenidos de los programas de la materia que le corresponde, sino que debe fomentar y reforzar los valores que los estudiantes traen consigo y les han sido inculcados desde el ámbito familiar e implementar otros que sean necesarios para la convivencia social.

Con base en lo anterior puede decirse que el pedagogo como docente, además de la función de enseñanza propiamente dicha, tiene en sus manos la tarea de favorecer el desarrollo e incorporación de valores que favorezcan la sana convivencia en sus alumnos. Para ello es necesario que establezca una comunicación directa, fluida y constante con ellos, de modo tal que no sólo permita que fluya la relación entre docente y alumnos de manera efectiva, sino que además los adolescentes aprendan a comunicarse con las demás personas, adultos (como el docente) incluidos.

Asimismo se requiere que no obstante la edad de los adolescentes, establezca mecanismos de comunicación con los padres de familia que les permitan estar al tanto

de los avances, retrocesos, logros y problemáticas que los jóvenes puedan estar enfrentando en su paso por la secundaria. Esto requiere de creatividad por parte del pedagogo para poder comunicarse sin que esa relación afecte ni al padre de familia en su trabajo, ni a la comunicación padre e hijo por la presencia de los padres en la escuela frente a los amigos.

Orientador: De acuerdo con la Reforma de la Educación Secundaria (SEP, 2007:31) “la labor de gabinete de los orientadores educativos implica una relación estrecha con los docentes y los tutores, para enfocar su tarea hacia dos dimensiones de la vida escolar: la atención individual a los alumnos y la vinculación con el entorno social que da contexto a la labor de la escuela secundaria”; es por esto que las tareas de la orientación educativa corresponden a los siguientes ámbitos:

- Atención individual a los alumnos.
- Trabajo con los padres de familia.
- Vinculación con instituciones que brindan atención a los adolescentes.
- Apoyo y orientación a los tutores.
- Organización de redes de acción para garantizar el bienestar de los alumnos en el espacio escolar.

Tal y como lo menciona la Reforma de la Educación Secundaria (2007), un orientador es el encargado de mantener una relación recíproca, tanto con los padres como con los hijos adolescentes, para que puedan detectar si ésta existe o no, ayudar a que sea adecuada e informar a los padres del desempeño escolar de su hijo, así como orientar sobre los cambios por los que está pasando y prevenir posibles problemas de adicciones, delincuencia y deserción, entre otros.

De esta manera, el pedagogo como orientador tiene la necesidad de desarrollar su labor tal como se plantea: trabajo con los alumnos, con los padres o tutores, con instituciones que se enfoquen a esta población estudiantil para promover y vigilar que el bienestar de los alumnos esté en el foco del trabajo escolar.

Es importante recordar que las actividades anteriores son solo algunas funciones que un pedagogo puede desempeñar dentro de una escuela secundaria, sin embargo, son los que más se prestan para asesorar tanto a los adolescentes, como a sus padres. En el caso de los adolescentes resulta un poco más fácil asesorarlos debido a que son ellos quienes están inmersos en la escuela y por ende se tiene más relación e interacción con ellos. El trabajo que pudiese desempeñarse con ellos comienza desde la información que se les brinda en torno a la etapa por la que están pasando, es decir: los cambios biológicos, psicológicos y sociales; los problemas a los que son vulnerables, las causas y consecuencias de sus acciones, las formas de prevención y cuidado interno y externo (salud física y mental), sus relaciones afectivas.

El hecho de mencionar que los pedagogos que están inmersos en la educación secundaria deben asesorar a los adolescentes en estas cuestiones, no quiere decir que debe existir una asignatura en específico, sino que se podrían buscar, dentro de las temáticas que en cada caso se abordan, la forma de implementarlos. Un ejemplo es dentro de la asignatura de español: se podría pedir para reforzar la redacción y lectura, que el alumno como tarea, lea temas relacionados con la adolescencia conjuntamente con sus padres. Lo comenten y hagan un escrito en donde describan la experiencia y los puntos que analizaron. Esta actividad podría contribuir en muchos aspectos con la educación de los adolescentes. Otra forma es fomentar la comunicación entre los alumnos con técnicas sencillas que refuercen sus habilidades, como: redacción de cartas, exposiciones, debates, entrevistas, entre otras.

4.3 Algunas estrategias para favorecer la comunicación entre los adolescentes y su familia

En el caso de los orientadores algunas prácticas que pueden ayudar a fortalecer la comunicación entre los adolescentes y su familia, son la elaboración de trípticos y carteles que lleven a la reflexión acerca de la importancia de compartir sus vivencias, ideas, dudas, sentimientos, etc.; también la organización de pláticas y talleres en

donde se enseñen y practiquen habilidades comunicativas. En este sentido, Satir (1991) propone una serie de ejercicios que promueven la comunicación dentro de la familia. Algunos de estos se presentan en el siguiente cuadro Nº5:

Cuadro N° 5: Ejercicios para la comunicación humana

EJERCICIO	OBJETIVO	DURACIÓN	DESCRIPCIÓN
Posición corporal	Explorar lo que ocurre cuando la gente habla entre sí desde diferentes posiciones físicas. (Sentimientos, reacciones corporales, conductas)	1 a 2 horas, dependiendo el número de participantes y el ritmo que el conductor disponga.	❖ Los participantes escogerán a otra persona para que sea su pareja. ❖ Las parejas se colocarán en distintas posiciones y conversarán de algún tema propuesto por el conductor, las posiciones son: frente a frente, dándose la espalda, uno sentado frente a los pies del otro que permanecerá de pie, ambos de pie frente a frente, sentados frente a frente tapándose la cara con algún objeto y sentados frente a frente tomados de las manos. ❖ Después de 10 minutos de estar conversando en cada una de las distintas posiciones, el conductor los interrumpirá para que discutan sus experiencias.
Palabras y expresiones	Identificar que el empleo de pronombres personales directos y algunas otras palabras pueden modificar lo que se dice y aquello a lo que se responde.	30 minutos.	❖ Se forman grupos de 2 personas, los cuales deberán utilizar determinadas expresiones en su conversación, tales como: forma impersonal, primera persona y segunda persona. Una vez que cada quien ha tenido la oportunidad de experimentar esto, la pareja discute la experiencia. (El tema de la conversación lo pueden escoger ellos mismos). ❖ Al finalizar todos los participantes se integran en un solo equipo y comentan sus experiencias.
El juego de los espejos	Recibir retroalimentación que no conlleve crítica cuando se pide alguna información. Explorar las diversas formas de enviar y recibir mensajes	1:30 a 2 horas. El conductor puede programar recesos.	❖ Integrar a los participantes en parejas, éstas escogen una letra, A o B. ❖ Quien escogió A dirá en una oración breve algo que considera verdadero. B la observa y escucha, luego trata de imitar a A exactamente en tono, gestos, palabras, ritmo, posición corporal y expresión. ❖ Ambos revisan si la imitación fue igual e intercambian papeles. El conductor revisa y observa que se sigan las instrucciones y después de 20 minutos interrumpe el ejercicio para que los miembros de la pareja comenten sus experiencias. ❖ A expresa una oración breve sobre algo que considera verdadero. B responde verbalmente sin estar de acuerdo, ni en desacuerdo, ni decidir sobre su validez; por el

			contrario trata de comprender 3 sentidos posibles y los plantea preguntando "¿Quieres decir que…?"y completa con sus palabras lo que A podría haber dicho. ❖ A responde de 3 maneras "sí", "no" y "en parte", si después de 3 intentos B no contesta acertadamente, A le dice la respuesta. Esto se repite 3 veces y después cambian de papeles.
Para activar una interacción	Comprender los múltiples niveles de interacción que existen entre las personas, sean o no evidentes. Es útil para aclarar y resolver los dilemas de la comunicación.	1:30 a 2 horas.	❖ Se requieren 8 personas que representen, A, B, y los 6 niveles de B; para analizar los niveles de comunicación entre personas que interactúan de manera verbal, no verbal y conductual. Virginia Satir los llamó "ingredientes de una interacción". 1. Manifestación: A hará un comentario o pregunta, B no responde. 2. Nivel de insumo sensorial: Dirá con palabras todo lo que percibe a través de sus 5 sentidos: expresiones, posiciones corporales, respiración, movimientos, gestos., etc. de A. 3. Nivel de explicación "hacer sentido": Informa pensamientos, entendimiento, explicaciones, imágenes e interpretaciones de lo que dijo A. 4. Nivel de sentimientos: Habla de lo que sintió al escuchar a los niveles anteriores. 5. Nivel de sentimientos respecto de los sentimientos: Expresa sentimientos respecto de lo que el participante anterior dijo. 6. Nivel de resolución: Enumera las reglas de supervivencia para reaccionar ante todos los sentimientos y percepciones previos. 7. Nivel de comentario: Resume las reglas de B, con base en las respuestas anteriores. 8. Ahora B responde a A, basa su respuesta en toda la información anterior. ❖ Se comentan las experiencias.
Termómetro	Hacer que un grupo, una familia o una compañía, revisen y se concentren en las condiciones actuales –el qué, por qué, quién, cuándo, dónde y cómo_ de la vida de sus miembros.	15 minutos a 1 hora	❖ El conductor dibujará un termómetro y marcara 5 líneas que simulen los grados, éstas serán nombradas de la siguiente forma: 1. Información 2. Quejas 3. Recomendaciones 4. Preocupaciones 5. Apreciaciones ❖ Después formulará preguntas que respondan a cada grado del termómetro.
	Evidenciar las reglas y estimular a abandonar		❖ Se pide un voluntario dispuesto a trabajar con una de sus reglas que interfiera con la comunicación.

Transformación de las reglas	aquellas que imponen restricciones o inmovilizan por una flexible y humana. Ejemplificar cómo transformarla en una realista, cómoda y valiosa.	15 a 30 minutos.	❖ El conductor empieza a conversar con el voluntario hasta que detecta la regla, la menciona y le pregunta al voluntario si es la misma que él cree. ❖ Se escribe a regla correcta en un rotafolios. ❖ Se empieza a transformar la regla , para ello se pide al voluntario agregue, quite o sustituya una o más palabras del enunciado para formar un nuevo cada vez, se tachas las palabras que se quitan y debajo de ésta se escribe la nueva regla. ❖ Se sigue el procedimiento anterior hasta que el voluntario este convencido y cómodo con el cambio. ❖ Se comentan las experiencias.

(Adaptado de: Satir, Virginia (1991). *Ejercicios para la comunicación humana*. México. Pax, págs. 46-52, 61-62,90-108.)

Es importante mencionar que el orientador o persona que aplique estos ejercicios debe capacitarse para lograr sean eficaces y cumplan con su objetivo; además de adecuarlos al contexto y las posibles necesidades que tengan las personas con las que va a trabajar.

Aunque suena algo utópico debido a la gran cantidad de alumnos que pueden llegar a tener los docentes, orientadores y demás trabajadores de la educación existentes en las secundarias, resulta verdaderamente importante orientar de forma comprensiva a los adolescentes, ser empáticos y ser conscientes de la responsabilidad que tienen en procedimientos que con ellos trabajan. Los alumnos pasan la mitad del día dentro de las aulas a cargo de ellos y tener cuidado y atención a sus necesidades, es fundamental para detectar los problemas que puedan estar surgiendo con el fin de coadyuvar en su solución, considerando el apoyo de los padres e incluso de profesionistas, como el psicólogo.

El trabajar con los padres suele ser complicado, debido a que actualmente tanto el padre como la madre trabajan fuera del hogar para proporcionar el sustento económico y cubrir las necesidades del hogar, por lo que sus tiempos son limitados. Sin embargo,

su colaboración para con los trabajadores de la educación y sus hijos adolescentes es primordial para prevenir y trabajar en conjunto en función de apoyar la formación tanto intelectual como personal de sus hijos; por ello es importante que se oriente, informe y asesore en cuanto al desempeño escolar de éstos y su comportamiento, mismos que son el reflejo del tipo de vida que llevan, el contexto, las relaciones sociales.

Todo el trabajo tanto de padres como de los trabajadores de la educación que interactúan con sus hijos podría ayudar tanto al adolescente como a los padres y así se estaría cumpliendo con las metas que al respecto plantean el Plan Nacional de Desarrollo (2006-2012) y el Plan de Estudios de la Educación Básica (2011). De esta forma se estarían reforzando las prácticas educativas tomando como base todos los aspectos que rodean al estudiante, es decir los ámbitos familiares, culturales y sociales. Asimismo, que recordando el lema de la Universidad Pedagógica Nacional “Educar para transformar, Educar para liberar” se puede decir que al aprovechar nuestros conocimientos como pedagogos implementando estrategias que fomenten la comunicación entre padres y adolescentes estamos dando pie a esa educación familiar que sin lugar a dudas permitirá liberarnos de posibles problemas y transformarlos en soluciones que den pie a la formación de personas autónomas, responsables, competentes y capaces de resolver sus problemas.

Una de las metas de la educación es la transmisión y actualización de conocimientos, mediante la planeación de métodos y estrategias pedagógicas que aseguren el proceso enseñanza-aprendizaje, mismas que ayuden al individuo a ser capaz de resolver futuros problemas y prever el futuro. Esto se logra gracias a una comunicación eficaz, misma que puede ser practicada a lo largo de toda la vida y es aprendida a través del desarrollo de habilidades, como son: observar, escuchar, empatizar, ser asertivo y dialogar. Si tomamos en cuenta que en la etapa adolescente el individuo se encuentra en la búsqueda de su identidad y atraviesa por diversos cambios que le permitirán formar su personalidad, podríamos decir que la educación como proceso integral y dinámico le permite transformarse, asimilando su potencial intelectual, afectivo, social y

moral, a través de la motivación y la experiencia que le ayuden a construir nuevos conocimientos.

Conclusiones

En el presente trabajo se ha mencionado lo importante que resulta la comunicación, pero al hablar de ésta nos estamos refiriendo al proceso que tiene como fin recibir una respuesta, es decir, que sea una comunicación eficaz y pueda ayudar a cubrir la necesidad que todos los seres humanos tenemos de relacionarnos tanto dentro como fuera de nuestro núcleo familiar; dando lugar a interactuar con otras personas.

Por ello se menciona que la comunicación está presente a lo largo de toda nuestra vida, comienza desde que somos concebidos y termina hasta que morimos. Se trata de un proceso que pasa por diferentes etapas y en el que intervienen distintos personajes y elementos, los cuales son fundamentales para que pueda decirse que se estableció una comunicación adecuada y eficaz.

Es importante recordar que el proceso de comunicación lo aprendemos desde nuestro núcleo familiar con la interacción diaria, en primer lugar con la madre y el padre, después con los hermanos (si los hay), posteriormente con los familiares y, por último, con la sociedad con la que regularmente nos relacionamos con más profundidad al iniciar nuestra vida escolar.

Al hablar de comunicación, nos estamos refiriendo a una forma de trasmisión o expresión de una necesidad y capacidad especial que supone una interacción; en la cual estamos trasmitiendo ideas, tradiciones, creencias, sentimientos, pensamientos o ideologías a otra u otras personas. Para que este proceso sea eficaz es necesario tomar en cuenta todos los elementos de la comunicación como son: emisor, receptor, canal, código, mensaje y retroalimentación.

Cabe mencionar que no todos nos comunicamos de la misma forma, ya que dependiendo de la educación y lo que aprendimos en nuestro núcleo familiar es como nos desarrollaremos en sociedad. Es así como existen diferencias entre las personas.

Si la comunicación se fomentó de forma adecuada desde la infancia con actitudes positivas, como lo son: respeto, igualdad y tolerancia, entre otros valores, la persona crecerá con madurez y será capaz de resolver y enfrentar problemas futuros.

Con base en esto, se puede decir que la comunicación nos ayuda a conocer, se aprende a diario y se va perfeccionando con la práctica. Es por ello la importancia de fomentarla desde la infancia, porque como todos sabemos los seres humanos pasamos por diversas etapas a lo largo de nuestras vidas, nacemos, crecemos, nos reproducimos y morimos. En este ciclo atravesamos por una etapa de desarrollo y transición, la cual es fundamental para el pleno desarrollo y madurez, mismo que por lo regular comienza alrededor de los 11 y 12 años de edad y termina a los 18 y 19 años, periodo en el que se presentan cambios físicos, psicológicos y sociales.

Es en la etapa adolescente cuando se origina mayor necesidad de comunicación con los padres, ya que todos los cambios propios de la etapa pueden provocar conductas desconocidas de los adolescentes, los cuales pueden ser factores de riesgo para adentrarse en problemas de adicciones, delincuencia, embarazos no deseados, abortos, deserción o fracaso escolar, entre otros. Estos problemas pudieran prevenirse con una adecuada y eficaz comunicación con los padres; sin embargo, tal y como se ha mencionado a lo largo de este trabajo, existen distintos factores que pudieran perjudicar o influir en este proceso de comunicación tales como: los tipos de padres que se tiene, el tipo de familia en la que viva, las condiciones de la estructura familiar así como el rol que juega cada integrante de la familia, las pautas y normas de conducta, entre otros más.

Todo ello nos hace ver lo importante que es fomentar la comunicación con los hijos desde que son pequeños, ya que es una forma de prevenir la incomunicación que puede presentarse en la adolescencia, la cual resulta hasta cierto punto normal y aun más alrededor de los 13 y 15 años (la adolescencia media). En ese momento el adolescente se encuentra ante la necesidad de pertenecer a un grupo, reafirmarse

como individuo y por ello se aísla de los padres, dando más importancia a las relaciones de amistad y amor que a las familiares.

Algunos aspectos importantes que los padres deben tomar en cuenta para ayudar, entender y no perder la relación con sus hijos adolescentes es que todos pasamos por esta etapa y que al igual que ellos, los adolescentes también sufren por sentirse incomprendidos. Lo importante es acompañarlos, no criticarlos, escucharlos, respetarlos y hacerles ver que se les quiere y comprende. Es necesario dejar atrás el mito de que como son adolescentes no se puede dialogar y llegar a un acuerdo con ellos sino que, por el contrario, con la muestra constante de amor y respeto la comunicación se puede reforzar y con ello mejorar la convivencia cotidiana.

Otro aspecto importante es reconocer que los cambios siempre son buenos y permiten mejorar, por lo que si los hijos están cambiando ya no se les puede tratar como niños, se hace necesario adecuar las reglas y los hábitos para lograr equilibrar las relaciones y el ambiente, siempre respetando los roles de padre, madre e hijos.

Estos aspectos son fundamentales y son la base para los adolescentes quienes no solo se relacionan con la familia, sino que también se encuentran inmersos en alguna institución escolar que, de acuerdo con la edad de los adolescentes, es la educación secundaria. En la escuela secundaria se relacionan tanto con docentes como en su grupo de pares y, por ende, necesitan comunicarse con ellos. Es aquí en donde se ve reflejado el nivel comunicativo que se tiene: un adolescente callado y temeroso podría ser el resultado de una deficiente comunicación familiar. Si bien esto no es una regla, ya que pueden existir otros factores que propicien esto, también se dice que un adolescente participativo, sociable y autónomo puede ser resultado de una adecuada comunicación familiar.

De acuerdo con mi formación pedagógica, puedo decir que la comunicación es la base fundamental del desarrollo humano en cuanto a las relaciones familiares y sociales. La comunicación ha evolucionado a lo largo de los años permitiéndonos nuevas formas de

establecerla. A mayor capacidad comunicativa tenemos mayor capacidad de enriquecimiento personal, a ello se debe la importancia de fomentar las habilidades comunicativas desde la infancia, dotando así a los hijos de la capacidad de expresarse, trasmitir, escuchar, comprender y relacionarse, además de prevenir posibles problemas futuros, más aun en la adolescencia.

También hay que resaltar que la comunicación existe y se da en todas partes. Sin embargo existen diferentes tipos de comunicación como lo son la verbal, la no verbal, clara, difusa, entre otras. Lo importante es que la comunicación sea eficaz, es decir, debe ser permanente, abierta, equivalente, sincera, respetuosa, desinteresada y comprensiva.

Es importante tomar en cuenta que el adolescente se encuentra inmerso en la escuela recibiendo educación formal y, en este sentido, la pedagogía juega un papel fundamental en tanto el pedagogo puede laborar ya sea como docente y orientador en secundaria, entre otras áreas más. Él puede implementar métodos, estrategias o técnicas que fomenten la comunicación tanto con los padres como con el resto de la sociedad. Además, el pedagogo necesita y tiene la capacidad para invitar a los padres de familia a colaborar conjuntamente para buscar la forma de reforzar y fomentar habilidades que ayuden a la comunicación familiar.

Por último y para concluir se puede decir que la comunicación es una necesidad que todos tenemos y ponemos en práctica en todo momento aunque no nos percatemos de ello ya que con el sólo hecho de gesticular nos estamos comunicando. Por lo tanto resulta conveniente orientar tanto a padres como a sus hijos adolescentes en relación con los cambios propios de la adolescencia y con la importancia de comunicarse de forma eficaz, es decir, que haya un entendimiento mutuo. Si bien en la actualidad es complicado dedicar unos minutos para escuchar a los hijos por exceso de trabajo u otras situaciones; resulta conveniente estar al pendiente de ellos para evitar posibles problemas y transmitirles la confianza de preguntar sus inquietudes y prever un futuro de calidad.

Bibliografía

Aberastury de Pichon Riviére, Arminda y Knobel, Mauricio. (2003). *La adolescencia normal*. México: Grijalbo.

Aguilar Kubli, Eduardo (2002). *Familias con… Comunicación sana*. México: Árbol.

Aguilar Villalobos Javier, Valencia Cruz Alejandra y Sarmiento Silva Cruz. (2007). *Relaciones familiares, ajuste personal, escolar y social en la adolescencia. Investigaciones entre estudiantes de escuelas públicas*. México: UNAM.

Aldrete Quiñones, Luis Adrián (2007*). Lecturas básicas para 8º semestre. Diagnostico psicopedagógico en la orientación*. UPN- CEPPAED.

Alegret Joanan, Comellas Jesús, Font Pere y Funes Jaume (2005). *Adolescentes. Relaciones con los padres, drogas, sexualidad y culto al cuerpo.* Barcelona: Graó.

Araujo de Venegas Ana María, Sierra Londoño Álvaro, García de Quijano María Consuelo, Abadía de Gómez Inés y Gálvez de Sanín Ana María (2000). *La aventura de educar: Adolescencia*. (2a. ed.). Bogotá: Universidad de la Sabana.

Barker, Alan (2001). *Cómo mejorar la comunicación.* Barcelona: Nuevos Emprendedores.

Barnley, Pierre (1980). *Cómo reanudar el diálogo con el adolescente*. México: Diana.

Berlo, David Kennetk (1978). *El proceso de la comunicación: Introducción a la teoría y la práctica*. México: El Ateneo.

Bermejo, José Carlos y Magaña, Marisa (2007). *Cómo educar a los adolescentes. Guía para padres*. Madrid: Centro de Humanización de la Salud Salterrae.

Bisquerra Alzina, Rafael (2002). *La práctica de la orientación y tutoría*. Barcelona: Praxis.

Castillo Ceballos, Gerardo (2006). *Los adolescentes y sus problemas*. México: Minos Tercer Milenio.

CONAPO (2007) *Educación en población. Material de apoyo para el docente. Familia*. [En línea]. México. Disponible en: http://www.conapo.gob.mx/publicaciones/SaludReproductiva/Epob/08FAMILIANB.pdf. [Consultado el 12 de diciembre de 2010].

Delgadillo Medina, Jorge (2009). Cambios Fisiológicos en los adolescentes. *Formación Cívica y Ética I* (74, 75) (2). México: Santillana.

Esteinou, Rosario (2010). Las familias cambian. *LA JORNADA*, 10 de noviembre. pp.1.

Estrada, Inda, Lauro (2003). *El ciclo vital de la familia.* México: Grijalbo.

Fernández Rincón Héctor, H. Ubaldo Pérez Samuel y García Pelayo Olivia (2009). *Pedagogía y prácticas educativas*. México: UPN.

Gervilla, Enrique (2003). *Educación familiar. Nuevas relaciones humanas y humanizadoras*. Madrid. Narcea.

Grados Espinosa, Jaime (2006). *Proceso de la comunicación. Dinámicas de creatividad intelectual*. México: Trillas.

Grosser Guillén, Kattya (2003). Adolescentes y adultos. ¿Es posible una interacción sin juzgar ni castigar? ¿Qué hay detrás del llamado conflicto generacional? *Actualidades Investigativas en Educación*, 3 (001), 1-13.

INEGI (2005). *Estadísticas a propósito del día internacional de la juventud*, [En línea]. México. Disponible en: http://www.inegi.gob.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/Contenidos/estadísticas/2005/juventud.pdf [consultado el 10 de septiembre de 2010].

IMJUVE (2005) *Encuesta Nacional de Juventud*. [En línea]. México. Disponible en: http://www.juventudbc.com/descargas/encuesta2005.pdf [consultado el 25 de septiembre de 2011].

Jiménez Teresa, Murgui Sergio, Estévez Estefanía y Musitu Gonzalo (2007). Comunicación familiar y comportamientos delictivos en los adolescentes españoles: El doble rol de mediador de la autoestima. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39, (003), 473-485.

Juárez, América (1998). Integrar con ejemplos la generación del mañana. *LA JORNADA*, 3 de agosto, pp 23.

Julien, Gilles (2007). *La comunicación niños-adultos*. Madrid: Narcea.

Kaplún, Mario (1998). *Una pedagogía de la comunicación.* Madrid: Ediciones de la Torre.

Lara López, Agrelo Vanesa (2005). *La comunicación en familia: más allá de las palabras*. Madrid: Síntesis.

Legorreta, Tania (2009). ¿Cómo mejorar la comunicación con nuestros hijos? *Pahía Desarrollo Humano*, 11(121), 21.

López Rodríguez, Rosa María (1997). Guía de *Comunicación para Asociaciones Juveniles*. Madrid: Popular.

Musitu, Gonzalo y Cava María Jesús (2001). *La familia y la educación*. España: Ediciones Octaedro.

Pérez, F. G., Fuster, F. G y Musitu, Gonzalo Ochoa (1988). Diferencias en los tópicos de comunicación entre padres e hijos según la dirección de la comunicación y las variables sexo, edad y status. *Cuadernos de consulta psicológica*, (31), 31-41.

Pérez, F. G., Fuster, F. G y Musitu Gonzalo Ochoa (1988). Diferencias en los tópicos de comunicación entre padres e hijos según la dirección de la comunicación y las variables sexo, edad y status. *Cuadernos de consulta psicológica*, (31), 31-41.

Pipher, Mary (2002).*Cómo ayudar a su hija adolescente. Respuestas sólidas a la anorexia, la sexualidad, la comunicación, el fracaso escolar y otros problemas.* Barcelona: Amat.

Presidencia de la República (2007-2011). Plan Nacional de Desarrollo. México.

Quiroz Estrada, Rafael (2000), *Las condiciones de posibilidad de aprendizaje de los adolescentes en la educación secundaria*. México. DIE-CINVESTAV-IPN.

Rocheblave, Spenle Anne Marie (1989). *El adolescente y su mundo*. Barcelona. Editorial Herder.

Sáenz, M. (1923). Para qué educamos a nuestros hijos. *Educación*, 334-339.

Satir, Virginia (1991). *Ejercicios para la comunicación humana*. México. Pax.

Secretaría de Educación Pública (2007). *Reforma de la Educación Secundaria. La orientación y la tutoría en la escuela secundaria. Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes*. México: SEP.

Secretaría de Educación Pública (2011). *Plan de Estudios 2011. Educación Básica*. México: SEP.

Vallet, Maite (2006). *Cómo educar a nuestros adolescentes*. Madrid: Praxis.